

## Para reducir al mínimo la posible exposición al renovar o reparar su casa:

- Usted o el propietario de la vivienda deben contratar a un renovador certificado por la EPA para prácticas seguras con el plomo.
- Visite el sitio web de la EPA en [www.epa.gov/lead/proteja-su-familia-contra-el-plomo-en-el-hogar](http://www.epa.gov/lead/proteja-su-familia-contra-el-plomo-en-el-hogar) y lea el folleto titulado "Proteja a su familia".

Puede encontrar recomendaciones adicionales en:

[www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead) o [www.cdc.gov/nceh/lead](http://www.cdc.gov/nceh/lead)

## Para obtener más información,

comuníquese con su médico de cabecera o con:

### Departamento de Salud del Condado de Allegheny

Programa de Vivienda y Desarrollo Comunitario

3190 Sassafras Way, Pittsburgh, PA.

**412-350-4046**

[www.achd.net/lead](http://www.achd.net/lead)

get ahead  
of Lead



**412-687-ACHD (2243)**

[www.achd.net/lead](http://www.achd.net/lead)



## OTROS RECURSOS DISPONIBLES: DESARROLLO ECONÓMICO DEL CONDADO DE ALLEGHENY

El **Programa de Hogares Seguros sin Plomo de Allegheny** ofrece reparaciones GRATIS para proteger a las familias de la pintura con plomo.

Para resultar aptas, las familias deben reunir los siguientes requisitos:

- Ser dueños de casa o inquilinos en el condado de Allegheny.
- Residir en una vivienda construida antes de 1978.
- Tener un hijo menor de 6 años que viva en la casa o que la visite habitualmente, o una mujer embarazada que viva en el hogar.
- Cumplir con los límites de ingresos aplicables.

El Programa ofrece a las familias que reúnen los requisitos los siguientes servicios gratuitos:

- Pruebas de pintura con plomo en toda la casa.
- Reparaciones en el hogar para tratar los riesgos del plomo.
- Información sobre la seguridad con relación al plomo

Llame a Action Housing al **412-227-5700** para averiguar si reúne los requisitos y regístrese. También puede consultar el sitio web en

[www.alleghenycounty.us/leadsafeprogram](http://www.alleghenycounty.us/leadsafeprogram)

La línea directa del Centro Nacional de Información sobre el Plomo (National Lead Information Center, NLIC) ofrece al público en general y a profesionales información sobre el plomo, los peligros del plomo y su prevención.

Llame al 1-800-424-LEAD (5323) para obtener información.



# El plomo

es una neurotoxina que se encuentra comúnmente en nuestra vida diaria.

- La exposición al plomo proviene de muchas fuentes diferentes: polvo de pintura que contiene plomo, virutas de pintura, suelos contaminados y agua. Los cosméticos, la cerámica pintada y los caramelos de algunos países también pueden ser fuentes de exposición.
- Es especialmente perjudicial para niños y mujeres embarazadas. La exposición prolongada a dosis bajas puede afectar la salud física y mental de su hijo.
- La exposición al plomo se puede evitar. Usted puede proteger su hogar del plomo.

**Asegúrese de realizar pruebas a su hijo(a) para detectar la exposición al plomo.**

## El condado de Allegheny requiere que se realice una prueba de exposición al plomo a todos los niños entre aproximadamente los 9 y los 12 meses de edad, y una vez más aproximadamente a los 24 meses.

Los niños que no se hayan realizado un análisis de sangre antes de los 24 meses de edad deberán someterse a una prueba tan pronto como sea posible, antes de los seis años de edad o antes de entrar al jardín de niños, lo que ocurra primero.



Prueba en sangre capilar

### ¿Cómo se evaluará a mi hijo?

El médico le recetará una prueba en sangre capilar (obtención de sangre mediante un “pinchazo en el dedo”) o una prueba en sangre venosa (obtención de sangre del brazo).



Prueba en sangre venosa

### ¿Qué significan los resultados?

La prueba en sangre capilar es una buena prueba de detección, pero si el resultado es mayor o igual a 3.5 µg/dl, es necesario realizar una prueba en sangre venosa para confirmar el resultado.

Si su hijo tiene un nivel confirmado de 3.5 µg/dl o más, es posible que el Departamento de Salud del Condado de Allegheny (ACHD) evalúe su hogar para determinar el origen de la exposición al plomo de su hijo.

Llame al **Programa de Vivienda y Desarrollo Comunitario** al **412-350-4046** para obtener más información.

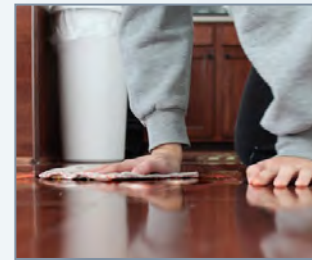
### ¿Por qué debería preocuparme por el plomo?

- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) señalan que no se ha identificado un nivel seguro de plomo en sangre en niños.
- Incluso se ha demostrado que niveles bajos de plomo en sangre afectan el coeficiente intelectual, la capacidad de prestar atención, el rendimiento académico y el comportamiento criminal.
- Los niños pequeños son particularmente vulnerables, ya que se llevan objetos a la boca con frecuencia.

### ¿Cómo puedo evitar que mi hijo esté expuesto al plomo?

Si usted reside en una vivienda construida antes de 1978:

- Mantenga a su hijo alejado de la pintura desgastada, descascarada o picada.
- El polvo de las casas puede contener partículas de plomo. Limpiar el polvo y barrer solo lo diseminan.
- Use un trapo húmedo o un trapeador mojado, como mínimo una vez por semana, para limpiar todas las superficies planas que juntan polvo, como los alféizares de las ventanas y los pisos, y especialmente en áreas donde los niños juegan o pasan el tiempo.
- Utilice una aspiradora con filtro HEPA, disponible en la mayoría de las tiendas.
- Lave los juguetes y las manos de su hijo con frecuencia; especialmente, lávele las manos antes de comer.
- No permita que su hijo ponga la boca sobre los alféizares de las ventanas u otras superficies pintadas o barnizadas.



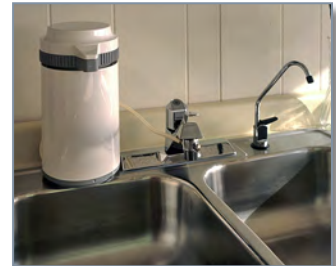
### Para reducir al mínimo la posible exposición al plomo de la tierra:

- Siembre césped o cubra el suelo sin vegetación.
- Mantenga a sus niños alejados de las áreas que tienen tierra descubierta.



### Para reducir al mínimo la posible exposición al plomo en el agua:

- Revise si en su medidor de agua entra una tubería de plomo. Puede hacerlo al raspar la tubería de entrada con una moneda. Si es duro y de color brillante, es cobre. Si es suave y de color gris o plateado, es posible que sea plomo. En el enlace a continuación se proporciona más información: <https://apps.npr.org/find-lead-pipes-in-your-home/es/#intro>
- Haga analizar su agua.
- Utilice un filtro aprobado por la Fundación Nacional para la Ciencia (National Science Foundation, NSF) o agua embotellada, en especial para la fórmula de los bebés y para mujeres embarazadas.
- Utilice solo agua fría del grifo para beber o cocinar. Deje correr el agua durante 2 o 3 minutos si no se ha usado durante unas horas.
- Puede encontrar información adicional y las pautas de los CDC en <https://www.cdc.gov/nceh/lead/es/water.htm>.
- Los residentes también pueden comunicarse con su red de distribución de agua para obtener información.



### Para reducir al mínimo la posible exposición si su trabajo o sus pasatiempos involucran plomo:

- Dúchese y cámbiese la ropa antes de volver a su casa.
- Lave la ropa de su trabajo o pasatiempos por separado del resto de la ropa de su familia.

