

Reducir la exposición al plomo en el suelo



En el organismo cualquier nivel de plomo es dañino. Los niños están expuestos al plomo cuando juegan al aire libre en patios y jardines con suelo contaminado. El suelo contaminado es especialmente peligroso para los niños pequeños ya que a menudo ponen las manos en la boca y son más sensibles a los efectos del plomo. Otras fuentes de exposición incluyen la ingesta de polvos y residuos de pinturas a base plomo, la inhalación de polvo de plomo en el aire y la ingestión de plomo en el agua potable. Las mercancías importadas como dulces, cosméticos, juguetes y otros productos también pueden contener plomo.

Efectos del plomo sobre la salud

Incluso a bajas concentraciones, el plomo en la sangre afecta el comportamiento, concentración, rendimiento académico y desarrollo del niño, más aún si el niño es de menos de seis años. Por lo general, al principio los niños con elevados niveles de plomo en sangre no tienen síntomas, pero los efectos pueden aparecer años después. Otros efectos sobre la salud incluyen daño renal, anemia y bajo peso al nacer. Los síntomas de intoxicación por plomo (niveles muy altos de plomo en sangre) incluyen dolor estomacal, poco apetito, vómitos y náusea.

Reducir la exposición al plomo en el hogar

- Limitar la cantidad de suelo que pase al interior del domicilio quitándose los zapatos, abrigo y ropa exterior después de entrar, y poner alfombras lavables en todo punto de entrada

- Limpiar el hogar para eliminar el polvo en la medida de lo posible - lavar con jabón y agua los pisos, repisas de ventana, marcos de puerta y rodapiés con un trapeador (mopa) y trapos
- Pasar la aspiradora sobre las alfombras antes de lavar los pisos y, de ser posible, utilizar una aspiradora con filtro de alta eficacia para partículas (HEPA)
- Lavar a menudo las manos de los niños, especialmente después de jugar al aire libre y antes de comer o dormir, y también lavarse las manos propias
- Lavarse las manos después de trabajar en el jardín y antes de comer o beber
- Bañar a las mascotas con frecuencia

Reducir la exposición al plomo en espacios exteriores

- Considere utilizar mesas de cultivo o tiestos o macetas para crecer frutas y/o vegetales
- No comer ni beber al realizar trabajos en el patio o el jardín
- Reducir la posibilidad de inhalar polvo humedeciendo el suelo con agua antes de trabajar en el jardín
- No trabajar ni jugar en el patio en días ventosos ya que el viento levanta el polvo
- Evitar que los niños y las mascotas estén en zonas con suelo al descubierto
- Hacer que los niños jueguen en zonas verdes o en cajas de arena con cobertura.

