



LeadRx

Recursos educativos personalizados para reducir la exposición al plomo y cuidar a niños, mujeres embarazadas y familias

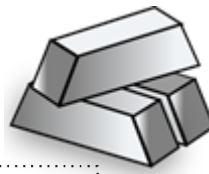
Edición de Massachusetts (en inglés)



LeadRx se ofrece únicamente con fines educativos e informativos y no debe usarse con ningún fin comercial. No pretende sustituir el juicio médico independiente o la recomendación de un médico o profesional de atención médica calificado. Los usuarios que elijan usar la información o las recomendaciones disponibles lo bajo su propio riesgo y no deben basarse en esa información como una recomendación médica profesional ni usarla para sustituir cualquier relación con sus médicos u otros profesionales de atención médica calificados.

LeadRx se hizo con el apoyo de la Academia Americana de Pediatría (AAP) y recibe financiamiento (en parte) de un acuerdo de cooperación con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades/Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades (CDC/ATSDR). La Agencia de Protección Ambiental (EPA) de los EE. UU. apoya a las PEHSU dando financiamiento parcial a los CDC/ATSDR por medio de un acuerdo interinstitucional. El desarrollo de este recurso también se financió (en parte) con el premio NIH/NIEHS K23 ES031663. LeadRx no se difundió formalmente por CDC/ATSDR ni por EPA y no debe interpretarse como representativo de ninguna determinación o política de la agencia. El uso de nombres comerciales que puedan mencionarse es solo para identificación y no implica aprobación de los CDC/ATSDR o la EPA.

Fuentes del plomo



¿Sabía que?

El plomo, un metal tóxico, se puede encontrar en una variedad de fuentes. Hasta los niveles bajos de exposición al plomo pueden dañar la salud de las personas. Es importante conocer las fuentes potenciales de plomo y tomar medidas para reducir la exposición siempre que sea posible.

Plan de acción

Reconocer varias fuentes posibles de plomo dentro y fuera de la casa. Las posibles fuentes de plomo incluyen:

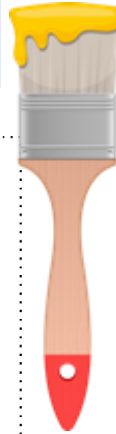
- Peligros de la pintura a base de plomo
- Ollas y platos hechos a mano
- Lugares de trabajo
- Productos comprados en países extranjeros (no EE. UU.)
 - Especies a granel, cerámica, dulces, maquillaje, juguetes, joyas, comida enlatada, medicamentos ayurvédicos
- Suelo y agua
- Pasatiempos
 - Plomos para pesca, balas, vidrieras, reparación de automóviles

Recursos de la comunidad

- [Entendiendo la intoxicación por plomo - CLPPP](#)
- [Exposición al plomo - Boston Children's Hospital PEHC](#)
- [Cómo proteger a los niños del plomo en Kohl/Surma - Boston Children's Hospital PEHC](#)



Reducción de la exposición al plomo



¿Sabía que?

Las casas construidas antes de 1978 tienen mayor probabilidad de tener peligros por pintura a base de plomo. Solo un contratista certificado en plomo debe quitarlo. NO debe hacerse mientras las familias están en la casa.

Plan de acción

- **Cubrir la pintura suelta**
 - Use cinta aislante o papel autoadhesivo para cubrir cualquier pintura astillada.
- **Bloquear el acceso a la pintura con plomo**
 - Mueva los muebles que estén frente a cualquier pintura que se esté pelando.
 - Cambie la habitación de su hijo a una sin pintura que esté pelándose, si es posible.
 - Mantenga cerradas las partes inferiores de las ventanas.
- **Eliminar el plomo de manera segura**
 - No haga ningún trabajo de remodelación o reparación hasta que haya inspeccionado su casa para detectar plomo.
 - Use solo profesionales autorizados para renovar las casas que contienen plomo.
 - Es posible que las familias tengan que estar fuera de casa durante la renovación para reducir la exposición.

Recursos de la comunidad

- Teléfono del Programa de Prevención de Intoxicación por Plomo en Niños de Massachusetts (Massachusetts Childhood Lead Poisoning Prevention Program, MA CLPPP): (617) 624-5757
- [Entendiendo la intoxicación por plomo - CLPPP](#)
- [Guía de Massachusetts para la eliminación del plomo - CLPPP](#)
- [Hábitos a corto plazo para mantener a su hijo seguro - CLPPP](#)
- [Medidas para proteger a su familia - AAP](#)
- [Exposición al plomo en la infancia: 6 acciones para reducir los riesgos de su familia](#)



Pruebas de la casa

Plan de acción

- Haga que un inspector de plomo examine su casa para encontrar posibles fuentes de exposición al plomo.
- **¿Alquila?**
 - Pídale a su arrendador que haga una prueba de plomo en su casa.
 - Si tiene hijos menores de 6 años, comuníquese con su junta médica local para pedir una inspección de plomo.
- **¿Es propietario?**
 - Contrate a un inspector de plomo autorizado para que examine su casa.



¿Sabía que?

Si alquila, el arrendador debe pagar por quitar el plomo en la casa. La ley protege a las familias con hijos menores de 6 años.

Recursos de la comunidad

- Teléfono del Programa de Prevención de Intoxicación por Plomo en Niños de Massachusetts (CLPPP): (617) 624-5757
- [Busque un inspector de plomo autorizado en Massachusetts - CLPPP](#)
- Cómo encontrar la historia de plomo en su casa - CLPPP
 - [Casas libres de plomo 2.0 \(2020-presente\)](#)
 - [Viviendas libres de plomo 1.0 \(anterior a 2020\)](#)
- [Ley sobre el plomo de Massachusetts - CLPPP](#)
- [Ayuda económica para la eliminación del plomo - CLPPP](#)



LeadRx se ofrece únicamente con fines educativos e informativos y no debe usarse con ningún fin comercial. No pretende sustituir el juicio médico independiente o la recomendación de un médico o profesional de atención médica calificado. Los usuarios que elijan usar la información o las recomendaciones disponibles lo hacen por su cuenta y riesgo y no deben confiar en esa información como una recomendación médica profesional ni usarla para sustituir cualquier relación con sus médicos u otros profesionales de atención médica calificados.

LeadRx se hizo con el apoyo de la Academia Americana de Pediatría (AAP) y es financiado (en parte) por un acuerdo de cooperación con Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades/Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades (CDC/ATSDR). La Agencia de Protección Ambiental (EPA) de los EE. UU. apoya a las PEHSU dando financiamiento parcial a los CDC/ATSDR por medio de un acuerdo interinstitucional. El desarrollo de este recurso también fue financiado (en parte) por el premio NIH/NIEHS K23 ES031663. LeadRX no se difundió formalmente por CDC/ATSDR ni por EPA y no debe interpretarse como representativo de ninguna determinación o política de la agencia. El uso de nombres comerciales que puedan mencionarse es solo para identificación y no implica aprobación de los CDC/ATSDR o la EPA.



Plomo y agua potable



¿Sabía que?

La mayoría de las fuentes de agua en Massachusetts no tienen plomo. El plomo puede estar en el agua debido a tuberías, soldaduras o grifos viejos de plomo.

Plan de acción

- Use un **laboratorio con certificación de MassDEP para analizar** su agua en busca de plomo.
- **Reemplace los grifos y accesorios viejos** que puedan contener plomo.
- **Reemplace tuberías de plomo.**
- **Use agua fría** para beber, cocinar, preparar comida y preparar fórmula.
 - Hervir el agua **no** eliminará el plomo.
 - Deje correr agua fría durante al menos 2 minutos antes de usarla.
 - No use agua caliente del grifo.
- Instale un **filtro de agua certificado** para eliminar el plomo del agua del grifo.

Recursos de la comunidad

- [Plomo en el agua potable - PEHSU](#)
- [Preguntas frecuentes sobre el plomo en el agua potable - MA DPH](#)
- [Encuentre un laboratorio certificado para análisis de agua - MassDEP](#)
- [Seguridad y análisis del agua de pozo - AAP](#)
- [Mapa de servicios de plomo - BWSC](#)
- [Guía de detección de líneas de servicio de plomo - EPA](#)
- [Filtros de agua certificados para la eliminación del plomo - NSF](#)



Plomo en la tierra o el suelo



Plan de acción

- **Prácticas seguras de jardinería**
 - Use guantes mientras trabaja en el jardín. Quítese los zapatos de jardinería antes de entrar a su casa. Deje las herramientas afuera.
 - Lávese las manos antes de comer y beber.
 - Siembre su jardín lejos de edificios, especialmente si observa pintura astillada.
 - Considere cultivar vegetales en canteros elevados.
- **Otras medidas de seguridad**
 - Mantenga a los niños alejados de cualquier tierra contaminada.
 - Considere sembrar grama o poner 4-5 pulgadas de mantillo para cubrir la tierra.
 - Agregue tierra no contaminada para reducir la concentración de plomo en la tierra.

¿Sabía que?

El plomo está presente en casi todos los suelos. Sin embargo, la contaminación de la tierra puede elevar sus niveles de plomo a cantidades peligrosas. La pintura astillada de los edificios es la causa principal de la contaminación de plomo en la tierra.

Recursos de la comunidad

- [Laboratorio de análisis de suelos y nutrientes - UMass Amherst](#)
 - Elija “Análisis de suelo de rutina” para hacer Pruebas de niveles de plomo.
- [Jardinería más segura - Boston Children’s Hospital PEHC](#)
- [Planta un jardín - The Food Project](#)
- [Evaluación de suelos - ATSDR](#)
- [Plomo en el suelo - EPA](#)



Hierro y plomo



Plan de acción

- El hierro es un mineral que el cuerpo necesita para el crecimiento y el desarrollo.
- Los niños con **niveles bajos de hierro** tienden a tener **niveles más altos de plomo** en su sangre.
- Si su hijo tiene niveles altos de plomo en sangre y niveles bajos de hierro, **hable con el proveedor de atención médica primaria de su hijo [PCP]**.
- Para maximizar la absorción, **consume suplementos de hierro con comidas ricas en vitamina C** (por ejemplo, frutas cítricas).
 - Los suplementos de hierro **NO** deben tomarse con ningún producto lácteo. Los productos lácteos reducen la absorción de hierro en el intestino.

¿Sabía que?

Para su cuerpo, el hierro y el plomo se ven igual. Compiten por la absorción en el intestino y el uso en el cuerpo. Esto es por lo que los niños con anemia (deficiencia de hierro) son más propensos a la intoxicación por plomo.

Recursos de la comunidad

- [Nutrición y niños - CLPPP](#)
- [Exposición al plomo - Boston Children's Hospital PEHC](#)
- [Anemia en niños y adolescentes - AAP](#)



Intervención Temprana (EI)



Plan de acción

- **Visita a:**
 - Una visita a domicilio es el primer paso de la Intervención Temprana.
 - Son una herramienta útil para conocer el programa y si su hijo es elegible.
- **Creación de estrategias:**
 - Usted y su equipo de Intervención Temprana trabajarán juntos. Creará estrategias para respaldar su plan de servicio familiar individualizado.
- **Efectos:**
 - Los bebés y los niños pequeños aprenden mejor por medio de mucha práctica durante las actividades diarias.
 - **USTED** es el que tiene el mayor efecto efecto en el progreso de su hijo. La Intervención Temprana puede tener un papel de apoyo en la relación con su hijo.

¿Sabía que?

Si su hijo tiene menos de 3 años y tiene un alto nivel de plomo en la sangre, puede calificar para recibir servicios GRATUITOS por medio de intervención temprana. La Intervención Temprana ayudará a su hijo a aprender competencias apropiadas para su edad para apoyar su desarrollo. Esto lo ayudará a crecer sano.

Recursos de la comunidad

- [¿Qué es la intervención temprana? - MA DPH](#)
- [Intervención temprana en Massachusetts - DPH de Massachusetts](#)
- [Family TIES de Massachusetts](#)
Teléfono: (800) 905-8437
- [Contacto de programas de EI - MA DPH](#)
- [Visitas a domicilio - MA DPH](#)



Trabajo con plomo



Plan de acción

- Los familiares que trabajan cerca de plomo deben **cambiarse de ropa antes de regresar a casa** o quitarse la ropa de trabajo antes de entrar.
 - Dúchese inmediatamente después de regresar a casa, antes de jugar con los niños.
 - Lave toda la ropa de trabajo por separado.
 - Quítese los zapatos antes de entrar a la casa.
 - Tenga cuidado con el polvo de plomo en los autos en los lugares de trabajo.
- Trabajos que pueden estar expuestos al plomo:
 - Renovación/demolición (casas construidas antes de 1978)
 - Soldadura de tuberías o trabajos con metales
 - Reparación de autos
 - Fabricación de baterías
 - Pintura/eliminación de pintura, especialmente puentes y carreteras.
 - Restauración de arte o trabajos de vidrieras

¿Sabía que?

La contaminación de plomo en el lugar de trabajo del padre/madre puede seguir exponiendo a sus hijos al plomo. Es importante practicar hábitos de “seguridad contra el plomo” todos los días después del trabajo. Esto ayudará a que sus hijos estén seguros.

Recursos de la comunidad

- [El plomo en el trabajo - CDC](#)
- [Información para trabajadores - CDC NIOSH](#)
- [Prevención de la exposición al plomo en la casa - OSHA](#)



Defensa de derechos legales



Plan de acción

• ¿Sufre represalias?

- El propietario no puede desahuciarlo, aumentar el alquiler o negarse a renovar su contrato de arrendamiento en represalia por reportar una infracción relacionada con pintura con plomo.

• Retención de alquiler

- Si un arrendador no ha tomado medidas para eliminar el plomo de su casa después de haberle informado de los riesgos legales, **es posible que** tenga motivos para retener el alquiler.
- **NO** retenga el alquiler sin hablar primero con un abogado.

• Compensación por pérdida o lesión

- Si un niño se intoxicó por pintura de plomo, usted puede tener derecho a **demandar** al arrendador por las lesiones de su hijo.

¿Sabía que?

La Ley del plomo de Massachusetts (Massachusetts Lead Law) exige que se elimine el plomo de una casa si un niño menor de 6 años vive en ella. Un arrendador debe arreglar rápidamente los peligros por plomo. Si no lo hace, puede ser legalmente responsable.

Recursos de la comunidad

- [Buscador de recursos legales de Massachusetts - LSC](#)
- [Ley del plomo de Massachusetts - CLPPP](#)
- [Pregúntele a un bibliotecario jurídico - bibliotecas jurídicas de tribunales de primera instancia](#)
- [Tácticas legales: Autodefensa para inquilinos en Massachusetts - Ayuda legal en Massachusetts](#)



El plomo y el embarazo



Plan de acción

- Si vive en una **casa construida antes de 1978**, pida que un inspector de plomo autorizado la inspeccione y trate proactivamente cualquier astilla de pintura o polvo de plomo.
- Evite trabajos y pasatiempos que puedan exponerla al plomo.
- Evite **comer productos comprados en países extranjeros**.
- Evite **usar cosméticos comprados en países extranjeros**.
- Para cocinar y almacenar comida, **no use recipientes de cerámica con esmalte de plomo**.
- Coma una dieta **balanceada**.
 - Las comidas altas en calcio, hierro y vitamina C la ayudarán a mantener el plomo fuera de su cuerpo.

¿Sabía que?

El plomo puede pasar de una persona embarazada a su bebé no nacidos en el útero. Demasiado plomo en el cuerpo de una persona puede tener un riesgo de aborto o parto prematuro y puede aumentar la presión durante el embarazo. También puede dañar el desarrollo físico y mental futuro del niño.

Recursos de la comunidad

- [Exposición al plomo en embarazadas](#)
- [Cómo proteger a su bebé - CLPPP](#)
- [Busque un inspector de plomo autorizado en Massachusetts - CLPPP](#)
- [Una dieta saludable para combatir el plomo - Boston Children's Hospital PEHC](#)



Quelación



Plan de acción

- El médico de su hijo puede recomendar la terapia de quelación si sus niveles de plomo son gravemente elevados.
- **¿Qué es la quelación?**
 - Su médico recetará un medicamento especial para ayudar a eliminar el plomo de la sangre de su hijo. Este medicamento se llama terapia de quelación.
- **Cómo tomar el medicamento:**
 - Es posible que necesite abrir las cápsulas y espolvorear el medicamento en una cantidad pequeña de comida o bebida que su hijo disfrute.
- **Cómo almacenar el medicamento:**
 - El medicamento de quelación se debe almacenar en el refrigerador.
 - El medicamento de quelación huele como huevos podridos. Almacénelo en una bolsa Ziplock sellada en su refrigerador.

¿Sabía que?

El medicamento que se da para la quelación se unirá al plomo en el cuerpo de su hijo. Esto le permite eliminar el plomo mediante la orina. Este medicamento solo se debe tomar en situaciones especiales y debe recetarlo un profesional médico.

Recursos de la comunidad

- [Consejos y efectos secundarios de la terapia de quelación](#)
- [Hoja informativa sobre DMSA - Boston Children's Hospital PEHC](#)
- Si tiene alguna pregunta o preocupaciones, llame al Centro para Servicios de Control y Prevención de Intoxicaciones de Massachusetts y Rhode Island: 1-800-222-1222

