LEAD
A SILENT POISON

Lead Poisoning Lead can harm a child's brain and other organs. Lead is most harmful to children because of their smaller growing bodies. Even children who look healthy can have high levels of lead in their blood. Pregnant women and their unborn babies are also at high risk because a pregnant woman's body absorbs more lead, and this lead can harm her baby.

Health Risks Even a small amount of lead can be harmful. Low levels of lead can cause problems with learning, hearing, growth, and behavior. High levels of lead can cause serious brain damage, convulsions, coma, and even death.

Where To Find Lead Lead paint in older homes is the most common source of lead poisoning. Dust from peeling paint or remodeling can get on a child's hands, toys, or other objects that a child puts in his/her mouth. Dust from leaded paint can also be in soil. The home remedies azarcon and greta and imported pottery with lead are common sources in Arizona. Some imported plastic miniblinds contain lead. Lead dust can be carried home from workplaces, such as radiator shops, smelters, construction or demolition sites, painting projects, battery manufacturing or recycling, and metal salvage and recycling. Lead is used in some hobbies, such as making stained glass, ceramics, and fishing sinkers, as well as making and reloading bullets. Lead can get in drinking water from pipes in older homes, however, this is not common in Arizona.

What Can You Do? Ask your doctor about a blood lead test for your child. A blood lead test is the only way to find out if a child has lead poisoning. In the meantime, take steps to protect your child from lead.

How to Protect Your Child From Lead

- Do not remove lead paint yourself. Sanding or scraping lead-based paint may contaminate your home further. Homes built before 1978 may contain lead-based paint.
- Do not use the powders azarcon or greta for treating stomach illnesses, like empacho. Do not allow healers or other family members to give your children these powders. The powders are usually mixed with olive oil and are given to the child by spoon.
- Do not use imported, old, or handmade pottery for cooking or storing food or beverages, unless you are certain that it does not contain lead.
- Keep your home as dust-free and clean as possible, especially where children play. Wet mop floors and wipe windowsills and cribs with warm soapy water.
- Do not let children eat dirt. Do not let them eat food that has fallen on the ground or floor.
- Have children play in clean sand or in grassy areas. Bare soil may contain lead, and the soil sticks to fingers and toys.
- Wash children's hands often, especially before eating and sleeping and after playing outside. Wash toys and pacifiers often.
- Feed children foods high in iron and calcium. Avoid high fat junk foods such as chips and candy. A healthy diet helps the body to absorb less lead.
- Do not bring lead dust home from work. If you work with lead, shower and change into clean clothes and shoes before leaving the workplace. Wash work clothes separately from other laundry. Wipe your feet before entering the home.
- Call the Arizona Department of Health Services at (602) 230-5830 or toll-free at 1-800-367-6412 for more information on lead poisoning prevention.

Ask your doctor for a lead test.

Make sure your family is safe from "lead... the silent poison".

Edward James Olmos

Actor, producer, director, activist, creator of Americanos Latino Life in the United States

This publication was supported by Cooperative Agreement Number US7/CCU918537-01 from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC. Available in alternative format upon request by contacting ADHS at the numbers listed above.

Arizona Department of Health Services

Envenenamiento a base de Plomo El plomo puede dañar el cerebro y otros órganos en los niños. El plomo es más peligroso en los niños porque sus cuerpecitos se encuentran en la etapa de crecimiento. Aún aquellos niños que se ven saludables pueden tener altos niveles de plomo en la sangre. Las mujeres embarazadas y sus bebés que llevan en el vientre también corren un alto riesgo, porque el cuerpo de la mujer absorbe más plomo durante el embarazo, lo cual perjudica al bebé.

Peligros en la Salud Pequeñas cantidades de plomo pueden ser peligrosas, ya que pueden causar problemas de aprendizaje, crecimiento, comportamiento y problemas del oído. Altas proporciones de plomo pueden causar daños graves al cerebro, convulsiones, coma y hasta la muerte.

PLOMO
UN VENENO SILENCIOSO

¿Dónde se encuentra el plomo? El plomo se encuentra comúnmente en la pintura de casas antiguas. También se encuentra en el polvo que sale al quitar la pintura de paredes y la cual puede incrustarse en las manos de los niños, juguetes u otros objetos que los niños se llevan a la boca. El polvo que viene de la pintura a base de plomo también puede estar en la tierra. Las fuentes principales donde está el plomo en Arizona, son los remedios caseros llamados azarcón y greta, y en las vajillas de barro. Algunas persianas de plástico importadas contienen plomo. Las personas pueden traer el polvo del plomo a sus hogares desde sus trabajos; como fábricas de radiadores o baterías, fundidoras, constructoras, demoledoras y recicladoras de metal. Algunos pasatiempos como la creación de vidrios de color con soldadura, cerámica, balas y anclas de pesca involucran el contacto con el plomo. El plomo también puede estar en las tuberías de agua de casas viejas, lo cual no es tan común en Arizona.

¿Qué puede hacer usted? Consulte con su médico acerca de los exámenes de sangre para ver los niveles de plomo. Una prueba de sangre es la única manera de saber si su niño ha sido envenenado con plomo. Mientras tanto, tome las precauciones debidas para proteger a sus niños y a su familia.

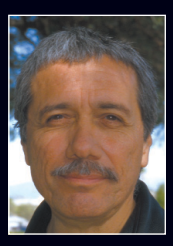
¿Cómo proteger a sus niños del plomo?

- No revuelva la pintura usted mismo. Lijar o raspar pinturas a base de plomo pueden contaminar su hogar. Las casas construidas antes de 1978 contienen pinturas a base de plomo.
- No utilice polvos como la greta y el azarcón para tratar problemas estomacales como el empacho. No permita que las curanderas u otros miembros de su familia le den a sus hijos estos remedios caseros. Estos polvos generalmente se mezclan con aceite de oliva y se les da a los niños en una cuchara después de sobarlos por empacho.
- No utilice vajillas de barro viejas, importadas o hechas a mano para cocinar o guardar comidas y bebidas; a menos de que tenga la seguridad de que estas no contienen plomo.
- Mantenga su hogar limpio y sin polvos, especialmente en lugares donde sus niños juegan. Limpie los pisos, marcos de las ventanas y las cunas de los bebés con jabón y agua.
- No permita que los niños coman tierra. No los deje comer alimentos que se han caído al suelo.
- Lleve a sus hijos a jugar en áreas limpias y con pasto. La tierra puede tener plomo, se adhiere a los dedos y juguetes de los niños.
- Lave las manos de los niños a menudo, especialmente antes de comer, dormir y después de jugar afuera. También lave los juguetes y chupones frecuentemente.
- Alimente a sus hijos con comidas altas en calcio y hierro. Evite la comida chatarra como papas fritas, refrescos y caramelos. Una alimentación saludable ayuda a que el organismo absorba menos plomo.
- Si en su empleo trabaja con plomo, báñese y cámbiese de ropa antes de dejar su oficina. Lave esta ropa por separado. No olvide sacudirse los zapatos antes de entrar a su casa.
- Llame al Departamento de Salud de Arizona al (602) 230-5830 o llame gratis al 1-800-367-6412 para mayor información sobre el envenenamiento con plomo.

Consulte a su médico para un examen del nivel de plomo en su sangre.

Esta publicación tiene el apoyo del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC) bajo el código del acuerdo de cooperación US7/CCU918537-01. Su contenido es responsabilidad de sus autores y no significa que representa la versión oficial de la CDC. Disponible en otros formatos.

Arizona Department of Health Services

Asegúrese de proteger a su familia del plomo "Un veneno...silencioso".
Edward James Olmos

Actor, productor, director, activista comunitario y creador del libro Americanos, la vida de los Latinos en Estados Unidos.