

Concientización comunitaria sobre el plomo | Colección de relatos sobre el plomo

Podríamos estar expuestos al plomo en nuestra vida cotidiana sin saberlo. Lamentablemente, existen muchas maneras de estar expuestos al plomo. Los relatos a continuación se elaboraron para ser usados con los demás materiales del [Plan de estudios de concientización sobre el plomo](#). Si bien son ficticios, se basan en casos reales de exposición al plomo y pueden servir para concienciar y prevenir una mayor exposición.

Exposición atmosférica a la gasolina de aviación con plomo

Todos los días, los residentes de una zona cercana al aeropuerto local veían como los aviones volaban a través del cielo y las nubes. Los aviones eran una fuente de asombro para ellos; muchos de estos residentes trabajaban en el aeropuerto y viajaban en avión por trabajo o para visitar a sus seres queridos. Sin embargo, muchos residentes no sabían que algunos de estos aviones usaban gasolina de aviación con plomo. Mientras los aviones volaban por encima de los vecindarios, las escuelas y los centros de cuidado infantil, partículas microscópicas de plomo llenaban el aire y provocaban niveles altos de plomo en la sangre, especialmente en los niños y niñas.

La mayoría de los aviones que funcionan con gasolina de aviación con plomo tienen motores de pistón, y suelen ser aviones pequeños que transportan 2-10 pasajeros. Los aviones de reacción usados para el transporte comercial no utilizan combustible que contiene plomo. Los aviones con motores de pistón emiten el 70% del plomo emitido al aire cada año, lo cual los convierte en la mayor fuente de contaminación atmosférica por plomo en los Estados Unidos. Como resultado, los aviones que funcionan con combustible con plomo provocan niveles elevados de plomo en el aire cerca de los aeropuertos.

La Administración Federal de Aviación está trabajando para que los aviones con motores de pistón pasen a usar combustible sin plomo a través de dos iniciativas: la Iniciativa de Combustibles de Aviación de Pistón (PAFI, por sus siglas en inglés) y la asociación de la FAA y la industria para la Eliminación de las Emisiones de Plomo de la Gasolina de Aviación (EAGLE, por sus siglas en inglés). Para obtener más información sobre estas iniciativas, puede visitar [la página web sobre la gasolina de aviación de la Administración Federal de Aviación](#) (en inglés).

La aplicación móvil AirNow de la EPA cuenta con una interfaz simple para consultar rápidamente la información actual y prevista sobre la calidad del aire, para poder planificar las actividades cotidianas y proteger su salud. La aplicación muestra automáticamente el Índice de calidad del aire actual en su área local o en cualquier región que quiera consultar, y le permite almacenar varios lugares para una referencia rápida.

Para obtener más información, consulte lo siguiente:

- [Descargar la aplicación AirNow de la EPA](#) (en inglés)
- [La EPA propone un dictamen de peligro para las emisiones de plomo procedentes de aeronaves que utilizan combustible con plomo](#) (pdf en inglés)
- [EPA: Peticiones y memorandos de respuestas de la EPA relacionados a las emisiones de plomo de aeronaves que funcionan con combustible con plomo](#) (en inglés)

Fuente:

- [Oxford Academic: El riesgo de exposición a la gasolina de aviación con plomo y los niveles altos de plomo en la sangre en niños](#) (en inglés)

Dulces

Un niño y su hermano menor estaban muy entusiasmados de usar los mismos disfraces de dinosaurios para Halloween. Después de una noche muy exitosa pidiendo dulces disfrazados de dinosaurios, los hermanos empezaron a comer los dulces que habían recibido. No se imaginaban que algunos de los dulces contenían plomo.

Aunque muchos padres saben que comer demasiados dulces puede hacerle daño al estómago de sus hijos y dañarles los dientes, pocos están conscientes de que algunos de los dulces que disfrutan pueden contener plomo. Esto es especialmente preocupante en Halloween, cuando los niños recogen muchos dulces a la vez.

Las fuentes de plomo en los dulces incluyen unos ingredientes – como el tamarindo, el chile en polvo y la sal – el proceso de fabricación y la tinta de los envoltorios. La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) de EE. UU. regula la concentración del plomo en los dulces; sin embargo, estudios han descubierto que algunos dulces importados contienen concentraciones de plomo que superan el máximo recomendado por la FDA de 0,1 partes por millón (ppm).

Para evitar que los niños coman dulces contaminados, los adultos pueden revisar el envoltorio para ver si los dulces producidos en Latinoamérica y Asia contienen tamarindo o chile en polvo. Deseche de inmediato los dulces si sospecha que pueden contener plomo.

Al ser consciente de los posibles riesgos del plomo y al tomar estas medidas sencillas, los niños y los adultos pueden seguir disfrutando de Halloween y de otras ocasiones festivas con sus dulces favoritos.

Para obtener más información, puede consultar la [Herramienta de búsqueda de la EPA: Metales pesados en productos culturales](#) (en inglés).

Fuente:

- [Biblioteca Nacional de Medicina. Plomo: dulce golosina, amargo veneno](#) (en inglés)
- [FDA: El plomo en alimentos, utensilios de cocina y suplementos alimentarios](#) (en inglés)

Cosméticos o polvos de uso cultural

Una pareja celebró su amor con una boda grande y colorida. Siguiendo la tradición hindú, el novio aplicó sindoor, un polvo cosmético de color rojo anaranjado, sobre la línea de nacimiento del cabello de la novia, como símbolo de su nuevo estatus de ser una mujer casada. Otras mujeres en la ceremonia observaron a los recién casados con emoción: ellas también se aplicaron sindoor en la frente como marca visual de su estado civil. Lo que la pareja y los invitados de la boda no sabían era que el polvo usado para hacer el sindoor estaba hecho con materiales tóxicos, entre ellos, plomo.

Para que el *sindoor* tenga su distintivo color rojo, algunos fabricantes le agregan tetraóxido de plomo. El *sindoor* comprado, ya sea en la India o en los Estados Unidos, puede contener plomo. Otros cosméticos culturales, como el *khol* y el *kajal*, han sido prohibidos por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los EE. UU. debido a su alto contenido de plomo, y han sido clasificados como aditivos de color ilegales. El uso habitual de polvos cosméticos que contienen plomo puede provocar niveles altos de plomo en la sangre, lo que puede provocar problemas de salud reproductiva, presión arterial alta, incidencia de hipertensión y disminución de la función renal.

Incluso pequeñas cantidades de exposición al plomo pueden provocar consecuencias en la salud por vida, entre ellos, trastornos neurológicos y cambios de comportamiento en los niños. Descontinúe de inmediato el uso de cualquier cosmético, en especial los que se aplican en el cuerpo o se ingieren, si sospecha que pueden contener plomo.

El uso de productos alternativos sin plomo le permitirá seguir practicando sus tradiciones culturales apreciadas a la vez de proteger su salud, la de su familia y la de su comunidad.

Para obtener más información, consulte página de los CDC en inglés de [Retiros de productos infantiles, alimentos, cosméticos y medicamentos por los peligros relacionados con el plomo](#).

Fuente:

- [Biblioteca Nacional de Medicina](#). Lead Content of Sindoor, a Hindu Religious Powder and Cosmetic (Contenido de plomo del sindoor, un polvo y cosmético religioso hindú): Nueva Jersey y la India, 2014-2015

Renovaciones de hogares por aficionados al DIY

Una pareja sonreía alegremente tras ahorrar por fin el dinero suficiente para comprar su primera casa. En la emoción por renovar su casa antigua, empezaron a lijar las paredes, pulir los pisos y reemplazar accesorios viejos. Lo que la pareja no sabía era que las capas de pintura que cubrían las paredes, las puertas y los marcos de las ventanas contenían plomo, un ingrediente común en la pintura usada en los hogares construidas antes de 1978. A medida que la pareja seguía reparando la casa, se transportaban por el aire partículas invisibles de plomo que se asentaban en las superficies como un veneno silencioso.

Las renovaciones de hogares viejos con pintura a base de plomo pueden ser particularmente dañinas para los niños, que pueden inhalar el polvo de plomo que se genera con los proyectos de renovación o reparación. Inhalar polvo contaminado con plomo a lo largo del tiempo aumenta el plomo en su sangre a niveles peligrosos.

Si quiere renovar su hogar, la EPA recomienda contratar a un profesional certificado para determinar si hay plomo en su hogar, y luego, contratar los servicios de un contratista certificado en prácticas seguras con el plomo para que realice los proyectos de renovación, reparación o pintura. Si decide hacer el trabajo por su cuenta, asegúrese de utilizar prácticas de trabajo seguras con el plomo de DIY (siglas en inglés que significan actividades de renovación, reparación y pintura que realiza uno mismo), que puede encontrar en el sitio web de la EPA.

Si contrata los profesionales adecuados y toma precauciones, puede renovar su hogar de forma segura y garantizar que usted y sus hijos vivan en un ambiente sin plomo. [Si tiene niños pequeños, lea más sobre la posible exposición al plomo en la pintura interior a base de plomo.](#)

Para obtener más información, consulte lo siguiente:

- [Encontrar un profesional certificado en plomo o un contratista certificado en prácticas seguras con el plomo cerca de usted](#) (en inglés)
- [Seguir las prácticas de trabajo seguras con el plomo para renovar su casa usted mismo](#)
- [Hoja informativa para el próximo proyecto de renovación que realiza usted mismo](#)

Agua potable

Los padres estaban sorprendidos y horrorizados cuando se enteraron de que el agua de su distrito escolar estaba contaminada de plomo. Tras una investigación realizada por todo el distrito se descubrió que varias escuelas de la zona tenían plomo en el agua potable y que no se habían hecho análisis para detectar la presencia de plomo en el agua de muchas escuelas en más de 10 años. Se descubrió que la mayoría de las escuelas tenían tres o más fuentes de agua contaminadas con plomo por encima del nivel de acción de la EPA de 15 partes por mil millones (ppb, por sus siglas en inglés). (El nivel de acción por plomo es una medida de la eficacia del tratamiento para el control de la corrosión en los sistemas de agua). Se desconectaron las fuentes de agua potable y se proporcionó agua embotellada a los estudiantes mientras el distrito escolar evaluaba todas las instalaciones para verificar la posibilidad de agua contaminada de plomo.

No es inusual encontrar plomo en el agua potable de los hogares, las escuelas y los centros de cuidado infantil por todo el país, debido a la corrosión de las tuberías metálicas, que puede provocar la liberación (o lixiviación) de los metales, como el plomo y el cobre, en el suministro de agua. En algunos casos, como sucedió en Flint, Michigan, en 2014, el tratamiento inadecuado del agua hizo que el plomo de las tuberías se filtrara al agua potable. El plomo en el agua potable también puede provenir de las líneas de servicio de plomo, tuberías pequeñas que conectan un edificio al sistema principal de agua. A veces, la fuente de plomo en el agua potable procede de las tuberías, grifos o accesorios de plomo dentro de un edificio. Múltiples factores contribuyen a cuánto plomo se libera en el agua, incluidos la temperatura del agua, el tiempo que el agua pasa en las tuberías, la acidez del agua, el contenido mineral y los revestimientos de la tubería. Se puede reducir la exposición al plomo del agua potable en el hogar al dejar correr el agua antes de usarla para cocinar o beber y usar solo agua fría para estos fines. En el sitio web de la EPA hay herramientas que brindan orientación sobre cómo identificar las tuberías de plomo en su hogar y cómo hacer una prueba de detección de plomo en el agua potable.

Los programas para detectar plomo en el agua potable y para eliminar las tuberías de plomo varían de un estado a otro. Además, la Norma de la EPA para el Plomo y el Cobre, revisada en 2020, exige que los establecimientos escolares y de cuidado infantil hagan pruebas de detección de plomo en el agua potable. Los padres pueden comunicarse con el distrito escolar o el centro de cuidado infantil para preguntar si se ha hecho una prueba del agua recientemente.

Para obtener más información, puede consultar lo siguiente:

- [Información básica sobre el plomo en el agua potable](#)
- [Acceder a la guía de la EPA para identificar las tuberías de plomo y aprender cómo hacer una prueba de plomo del agua potable](#)
- [Informarse sobre la Norma revisada sobre el plomo y el cobre \(LCR, por sus siglas en inglés\)](#) (en inglés)

Obtener más información sobre la exposición al plomo y los análisis de agua en las escuelas:

- [Education Leaders Report: Cómo manejan los estados la presencia de plomo en el agua potable de las escuelas](#) (en inglés)
- [Escuela de Salud Pública de Harvard: Criterios estatales para hacer una prueba de detección de plomo en el agua potable de las escuelas en los Estados Unidos](#)(en inglés)
- [EPA Office of Ground and Drinking Water: 3 pasos clave para reducir el nivel de plomo en el agua potable en escuelas e instalaciones de cuidado infantil: Un enfoque para la capacitación, la realización de pruebas y la toma de medidas](#)

Pasatiempos realizados en el hogar (fabricando municiones, plomadas de pesca, etc.)

A medida que se acercaba el verano, los padres estaban entusiasmados por enseñarle a pescar a su hijo de cinco años. Los padres encontraron su viejo aparejos de pesca en el garaje y los llevaron a la casa para enseñarle al niño a preparar el equipo. Lamentablemente, no sabían que gran parte de su equipo de pesca contenían plomo.

Los pescadores recreativos suelen guardar y preparar su equipo en casa. Sin embargo, algunos quizás no estén enterados de que ciertos aparejos de pesca, como los anzuelos y plomadas, pueden contener plomo y poner a las personas en riesgo de exposición al plomo dentro de su propio hogar. Otros equipos para actividades recreativas al aire libre, como la munición de plomo para la caza o el soldador de plomo para la soldadura, también pueden poner en peligro la salud de las personas dentro de su propio hogar.

Para evitar la exposición al plomo en los pasatiempos, las personas deben guardar los aparejos que contengan plomo en recipientes herméticos, usar guantes desechables para manejar estos materiales, limpiar las áreas de trabajo, lavarse las manos con frecuencia y evitar llevarse el equipo a la boca.

Si compra munición y aparejos de pesca sin plomo y sigue de manera habitual estas medidas para reducir la exposición al plomo del equipo que puedan contenerlo, puede seguir disfrutando de sus pasatiempos favoritos y mantenerse seguro usted y proteger a los demás.

Para obtener más información en inglés, consultar a Las directrices de LoonSafe.org sobre [Cómo saber sus aparejos de pesca contienen plomo \(Pb\)](#) o [Seguridad con el plomo para pescadores](#) del Departamento de Salud de Illinois.

Fuente:

- [Biblioteca nacional de medicina. Envenenamiento por plomo por la ingestión de aparejos de pesca: una revisión.](#) (en inglés)

Ollas de aluminio importadas

Una familia fueron juntos al pediatra por primera vez. El pediatra hizo una prueba de plomo en la sangre de las dos niñas pequeñas, algo que no habían hecho antes en su país de origen. Cuando ambos resultados mostraron niveles de plomo más altos de lo normal, los padres no sabían qué hacer. El departamento de salud también consideró que el caso era algo confuso, ya que los niveles elevados de plomo en la sangre de las niñas podían deberse a la exposición al plomo antes de que la familia se mudara a los EE. UU. Así que el médico decidió hacer una prueba de seguimiento. Lamentablemente, la segunda prueba mostró que los niveles de plomo en la sangre de las niñas no habían vuelto a la normalidad. El departamento de salud visitó el hogar de la familia y descubrió que la olla a presión y las cacerolas de aluminio que habían traído consigo a los EE. UU. tenían niveles altos de plomo. La familia empezó a usar una olla a presión de acero inoxidable y compró cacerolas nuevas. El pediatra siguió monitoreando a los niños mientras sus niveles de plomo en la sangre disminuían y volvían a la normalidad.

Aunque a su familia le encante usar utensilios de cocina artesanales o heredados, es importante tener cuidado con la posible exposición al plomo de estos productos.

En algunos países de ingresos bajos y medianos los utensilios de cocina de aluminio, como ollas, sartenes y ollas a presión, suelen ser fabricados por pequeños productores a partir de metal de desecho reciclado. Esos utensilios de cocina son económicos, livianos y conducen bien el calor. Sin embargo, no están regulados y pueden contener niveles altos de plomo. Usar utensilios de cocina de aluminio en buenas condiciones, de fabricantes conocidos, o cambiar a utensilios hechos de otros materiales, como el acero inoxidable, puede prevenir la exposición al plomo.

Si bien las causas de exposición al plomo pueden ser más inciertas en el caso de un niño que acaba de mudarse, es esencial hacer pruebas del plomo para todos los niños y garantizar que no haya exposición en su nuevo hogar, como por ejemplo los utensilios de cocina contaminados con plomo de este relato.

En los EE. UU., es obligatorio que los niños inscritos en Medicaid se hagan una prueba de plomo a los 12 y a los 24 meses o a los 24-72 meses si no hay registro de que se haya hecho una prueba antes. En el caso de los niños que no están inscritos en Medicaid, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan centrar las iniciativas de pruebas en los vecindarios y en los niños de alto riesgo.

Para obtener más información, consultar el [estudio en inglés sobre el plomo en las ollas de aluminio importadas, del Programa de gestión de residuos peligrosos](#).

Fuente:

- [Un informe sobre la exposición al plomo de ollas hechas de aluminio reciclado](#) (en inglés)
- [Un estudio de los utensilios de cocina de aluminio y la exposición a metales en diez países](#) (en inglés)
- [Un estudio del plomo en las ollas de aluminio en el estado de Washington](#) (en inglés)

Pintura a base de plomo en hogares construidos antes de 1978

Los hogares son especiales para las familias: son lugares de reunión, calidez y creación de recuerdos. Pero el plomo puede ser un peligro invisible que los propietarios e inquilinos de casas construidas antes de 1978 deben tener presente, ya que puede estar en las paredes, los alféizares de las ventanas, los marcos de las puertas y otras zonas que, a menudo, sufren desgastes. Para los padres de niños y niñas pequeños es de especial importancia que estén conscientes del riesgo de exposición al plomo en hogares más viejos.

Los niños y niñas pequeños, en particular los menores de 6 años, pueden encontrarse con plomo al jugar, tocar o masticar superficies de un hogar viejo. El polvo de las superficies en deterioro que tienen pintura a base de plomo también puede caer al piso, convirtiendo el piso en un lugar peligroso para que los niños gateen y jueguen.

Si vive en un hogar construido antes de 1978, es fundamental inspeccionar y mantener en excelente estado todas las superficies pintadas, y limpiar con frecuencia el polvo con un paño o una toalla de papel húmedo. La pintura a base de plomo constituye un peligro si las superficies pintadas del hogar están picadas, agrietadas o descascarilladas. También puede contratar un profesional certificado para que haga una inspección de plomo en su hogar. Una vez que se han identificado las áreas de su hogar que contienen plomo, puede contratar a un contratista de eliminación del plomo para tratar esas áreas de manera segura.

Es posible vivir seguro en un hogar con pintura a base de plomo siempre que tome medidas para proteger su salud y la de sus hijos.

Para obtener más información, puede revisar la página web de la EPA de [Proteja a su familia contra las fuentes de plomo](#). Para contratar un inspector que evalúe la presencia de plomo en su hogar, puede visitar <https://cdxapps.epa.gov/ocspp-oppt-leadhub/firm-location-search> (en inglés).

Fuente:

- [Asociación estadounidense de salud pública: El polvo doméstico contaminado con plomo y los niveles de plomo en la sangre de los niños en zonas urbanas](#) (en inglés)

Joyas

Un padre le regaló a su hija, por su cumpleaños, un hermoso collar que había estado en la familia por varias generaciones. Pero, lo que ese padre no sabía, era que el collar estaba hecho de plomo. La niña usaba orgullosa el collar y, a veces, jugaba con él con las manos y la boca. El collar aumentó el nivel de plomo en la sangre de la niña y puso en riesgo su salud.

Aunque las reliquias familiares, como collares, brazaletes y anillos, son artículos sentimentales apreciados, lamentablemente podrían constituir un riesgo para la salud, en particular para nuestros hijos e hijas. Se utiliza el plomo a menudo en joyería para aumentar el peso del producto, avivar los colores y estabilizar o ablandar el plástico. No es posible saber a simple vista si una joya está hecha de plomo.

Los padres deben evitar vestir a sus hijos e hijas con joyas que puedan contener plomo, para prevenir la exposición al masticarlas, chuparlas o tragarlas. Si la etiqueta indica que la joya fue hecha en los Estados Unidos, es menos probable que contenga plomo que una joya hecha en el extranjero y comprada mediante fuentes informales y no reguladas. Tenga más cuidado con las joyas hechas antes de 1978. Puede consultar el [sitio web de la Comisión para la seguridad de los productos del consumidor de los EE. UU.](#) (en inglés, pero puede cambiar el idioma al español) para ver si las joyas de su hijo han sido retiradas del mercado.

Si sospecha que sus joyas contienen plomo, guárdelas en un recipiente hermético para mantenerlas fuera de su alcance y lo del de sus hijos e hijas y así evitar la exposición. Si bien las reliquias familiares son recuerdos de nuestros seres queridos, lo más importante es proteger su salud y la de sus hijos.

Para obtener más información, consultar la página de los CDC en inglés de [Retiros de productos infantiles, alimentos, cosméticos y medicamentos por los peligros relacionados con el plomo.](#)

Fuente:

- [CDC. Sobre el plomo en los productos de consumo](#) (en inglés)
- [Oficina Ejecutiva de Salud y Servicios Humanos de Massachusetts, Departamento de Salud Pública: Preguntas frecuentes sobre el plomo en las joyas de los niños](#) (en inglés)

Exposiciones laborales con consecuencias en el hogar

Tras un largo día de trabajo en la construcción, un trabajador estaba ansioso por llegar a casa y quitarse las botas y la ropa sucia para poder relajarse con su familia. Lo que no sabía era que, sin saberlo, había llevado a su hogar polvo de plomo del trabajo sobre sí mismo y sobre su ropa.

Muchas industrias, entre ellas las de la construcción, la plomería, el reciclado y la fabricación, pueden exponer a los trabajadores al plomo. Aunque la exposición al plomo es inevitable en algunas ocupaciones, muchas personas no son conscientes de que el polvo de plomo de los entornos de trabajo puede depositarse en la ropa, el cuerpo y el equipo de los trabajadores. Así, el plomo puede contaminar los automóviles y los hogares de los trabajadores, y es posible que los envenene, así como a sus familiares, amigos o compañeros de vivienda, sin que se den cuenta.

Para ayudar a prevenir que el plomo ingrese al hogar, los trabajadores deben bañarse de inmediato después del trabajo, quitarse y guardar la ropa, el calzado y el equipo de trabajo fuera del hogar; también deben lavar este equipo por separado de otros artículos personales.

Si bien puede ser difícil que los trabajadores de la construcción y de otras industrias eviten llevar polvo de plomo en la ropa, el cuerpo y el equipo del trabajo, sí pueden tomar estas medidas sencillas para mantener sus hogares libres del plomo.

Para obtener más información, consulte la [descripción general del plomo de la Administración de seguridad y salud ocupacional](#) (en inglés, pero puede cambiar el idioma a español).

Fuente:

- [CDC. Instituto nacional para la seguridad y salud ocupacional: Sobre las exposiciones que llevar al hogar](#) (en inglés)

Juguetes

Cuando su hijo pequeño de dos años, antes sano y parlanchín, empezó a tener dificultades hablando, la familia se preocupó mucho. El médico hizo varias pruebas de laboratorio, una de las cuales era la prueba del plomo en sangre. La familia se sorprendió cuando la prueba mostró niveles elevados de plomo en la sangre de su hijo. Como vivían en una casa nueva, pensaron que no tenía plomo. Tras un mes de conversaciones con los funcionarios de salud pública y múltiples visitas al hogar, la familia logró averiguar que la fuente de exposición al plomo era el juguete favorito del niño, que solía morder. Una vez que los padres se desecharon del juguete, el nivel de plomo en la sangre del niño volvió a la normalidad.

Aunque es completamente normal que a los niños pequeños les guste jugar con los juguetes y llevárselos a la boca, es importante ser precavidos, porque si los juguetes contienen plomo, este comportamiento puede exponerlos al plomo. Masticar, chupar o tragar trozos de un juguete puede exponer a los niños a niveles peligrosos de plomo.

Los juguetes infantiles están regulados en los Estados Unidos, pero algunos juguetes, en especial los juguetes retro, antiguos o coleccionables, los que fueron fabricados en otros países y las joyas de juguete, podrían estar contaminadas de plomo, ya que las regulaciones federales actuales podrían no aplicarles. El plomo puede estar presente en la pintura o en los componentes plásticos o metálicos de los juguetes y de las joyas de juguete. La Comisión de seguridad de productos del consumidor (CPSC, por sus siglas en inglés) de los EE. UU. supervisa y emite retiros del mercado de productos actuales que pueden exponer a los niños al plomo. Los padres y los cuidadores pueden consultar el sitio web de la CPSC o llamar a su línea directa para determinar si se han emitido retiros para los juguetes infantiles.

Se recomienda no permitir que los niños usen juguetes retro o antiguos, ya que es más probable que los juguetes fabricados antes de 1978 contengan pintura a base de plomo.

Además, lavar los juguetes con regularidad y mantenerlos en buenas condiciones (es decir, evitar el desgaste y el deterioro) puede ayudar a evitar la posibilidad de que haya polvo de plomo en sus superficies. Si sospecha que su hijo estuvo expuesto a juguetes o joyas de juguete que contienen plomo, aparte de inmediato los juguetes, deséchelos, consulte al pediatra y considere la posibilidad de realizarle una prueba del plomo en sangre a su hijo para determinar si estuvo expuesto al plomo.

Prestando atención al origen y la antigüedad de los juguetes de sus hijos y estando al tanto de los retiros actuales puede ayudar a asegurar que los niños estén a salvo del plomo mientras juegan.

Para saber más sobre el plomo en los juguetes, los posibles impactos en la salud y las medidas que pueden tomar las familias, consulte estos recursos:

- CDC: [Sobre el plomo en los productos de consumo](#) (en inglés)
- [Informe reciente del plomo en los juguetes](#) (en inglés)

Para informarse sobre los juguetes actuales que se han retirado por contaminación de plomo, consulte estos recursos:

- [Comisión de seguridad de productos del consumidor](#) o por teléfono al 1-800-638-2772

Hojas informativas:

- [Centro nacional para la vivienda saludable](#) (en inglés)
- [Departamento de salud de Colorado: Cómo mantener a los niños a salvo de los juguetes contaminados de plomo](#) (en inglés)

Fuente:

- [WebMD. Plomo en los juguetes: ¿Podría estar acechando su hogar?](#) (en inglés)

Cerámica esmaltada tradicional

Después de comprar una hermosa taza de cerámica de color naranja brillante en una tienda de segunda mano, la pieza se convirtió en la favorita de la familia para bebidas frías y calientes. Lamentablemente, la familia no sabía que la cerámica importada contenía plomo que se filtraba en sus bebidas.

La cerámica esmaltada tradicional decorada con hermosos colores brillantes puede convertirse rápidamente en el recipiente preferido para bebidas y alimentos. Sin embargo, comer o beber con frecuencia de artículos de cerámica mal fabricadas, o almacenar alimentos en esa cerámica, puede provocar envenenamiento por plomo.

Los fabricantes a veces usan esmaltes que contienen plomo para agregar color a la cerámica y darles una acabado liso y brillante. Cuando la cerámica no se cuece en el horno a la temperatura adecuada durante la producción, el plomo no se sella correctamente en el esmalte. El plomo que no quedo sellado puede contaminar alimentos y líquidos, perjudicando la salud humana.

Para prevenir la contaminación de plomo de las cerámicas tradicionales, se debe evitar comprar cerámica, en particular las piezas de un color rojo, amarillo o naranja brillante de regiones conocidas como fuentes de envenenamiento por plomo en la cerámica tradicional, como México, China, Ecuador, Turquía, Marruecos, Uzbekistán y algunos países europeos.

Al garantizar que la cerámica esmaltada tradicional en el hogar no contiene plomo permitirá a las familias disfrutar de hermosas piezas artísticas y mantenerse saludables.

Para obtener más información, consultar la [descripción general sobre la exposición al plomo en las cerámicas tradicionales mexicanas del Departamento de salud de la ciudad de Nueva York](#) (en inglés).

Fuente:

- [Biblioteca nacional de medicina. Toxicidad del plomo de cerámicas esmaltadas](#) (en inglés)
- [FDA: Preguntas y respuestas sobre la cerámica tradicional esmaltada con plomo](#) (en inglés)

Remedios caseros tradicionales

En su visita médico anual, se descubrió que una niña pequeña de menos de 2 años tenía niveles elevados de plomo en la sangre. Sus padres se preocuparon e invitaron al departamento de salud local a visitar su apartamento para averiguar la causa. El departamento de salud revisó el hogar y no encontró plomo ni en la pintura ni en el agua. Revisaron las especias y la cerámica de la familia, y siguieron sin encontrar ninguna fuente importante de exposición al plomo. Cuando los agentes del departamento de salud preguntaron si la niña había tenido algún otro problema de salud, se enteraron de que la familia le había estado dando un remedio casero tradicional hecho a partir de polvo Greta, mezclado con miel, para el dolor abdominal. Como el polvo Greta es prácticamente puro plomo, los intentos de la familia por ayudar a su hija a sentirse mejor le habían expuesto accidentalmente a niveles muy peligrosos de plomo. La familia dejó de usar Greta y los niveles de plomo en la sangre de la niña volvieron a la normalidad en los dos meses siguientes.

Tanto la *Greta* como el *azarcón* son remedios caseros tradicionales de Latinoamérica que están hechos de plomo en su mayor parte, y que se usan para tratar malestares estomacales o indigestión. Otros remedios caseros que pueden contener niveles altos de plomo incluyen: el *pay-loo-ah*, que se usa para sarpullido o fiebre, en la comunidad Hmong; el *Ghasard*, el *Bali Goli* y el *Kandu*, que se usan para la indigestión y los dolores estomacales, en la comunidad de la India; el *Daw Tway*, que se usa como ayuda para la digestión, en la comunidad del sudeste asiático; el *Ba-baw-san*, que se usa para tratar los cólicos, en la comunidad china; y el *Kohl*, que se usa como delineador de ojos y para tratar infecciones en la piel, sobre todo en comunidades africanas y del Medio Oriente. Muchos de estos productos pueden estar hechos casi totalmente de plomo, o contener niveles muy altos de plomo, lo cual los hace muy peligrosos para los niños. También se ha descubierto que algunos medicamentos ayurvédicos tradicionales contienen plomo y se los han asociado con niveles elevados de plomo en la sangre.

Si bien su familia puede optar por usar remedios caseros tradicionales, es mejor asegurarse de que no los ponga en riesgo de exposición al plomo. Aunque su familia puede encontrar remedios caseros tradicionales que brinden beneficios o alivio, es importante asegurarse de que los que use sean seguros y no tóxicos, ya que algunos remedios contienen niveles altos de plomo y pueden poner a su familia en riesgo de sufrir los efectos de la exposición al plomo.

Folleto informativo sobre el plomo en los remedios caseros:

- [Hoja informativa del Departamento de salud pública de California](#)
- [Hoja informativa del Departamento de salud pública del estado de Washington](#) (en inglés)

Fuente:

- [Condado de Alameda, gobierno de California. Fuentes posibles de plomo: remedios caseros](#) (en inglés)
- [CDC. Plomo en las especias, los remedios herbales y los polvos ceremoniales muestreados de investigaciones caseras de niños con niveles elevados de plomo en la sangre. Carolina del Norte, 2011-2018](#) (en inglés)
- [Biblioteca nacional de medicina. Un cúmulo de envenenamiento por plomo en consumidores de medicamentos ayurvédicos](#) (en inglés)
- [Biblioteca nacional de medicina. Envenenamiento por plomo y anemia asociados con el uso de medicamentos ayurvédicos comprados por internet. Wisconsin, 2015](#) (en inglés)
- [CDC. Plomo en alimentos, cosméticos y medicamentos](#) (en inglés)

Tierra

El jardín del patio trasero era el mayor orgullo de la familia: un hermoso espacio verde repleto de flores y verduras coloridas. A la hija y los hijos de la familia, en particular, les encantaba ayudar a los padres a plantar plántulas nuevas en la tierra y bailar en el jardín después de la escuela. Pero lo que esta familia no sabía era que décadas de contaminación de unas fábricas cercanas habían contaminado la tierra del jardín con plomo. A medida que trabajaban en el jardín, comían las verduras que cultivaban y, en particular, mientras sus hijos jugaban en esa tierra, se iban exponiendo al plomo y poniendo en riesgo su salud.

Aunque los niveles de plomo en la tierra no disminuyen con el tiempo, los residentes pueden tomar medidas para reducir su exposición. Pueden optar por analizar la tierra para determinar si hay plomo presente. Para ello, se envíe una muestra de tierra a un laboratorio que puede determinar la concentración de plomo en la muestra. La mayoría de los laboratorios asociados a los departamentos de agricultura de las universidades estatales, así como las oficinas de extensión agrícola, venden el servicio de analizar el nivel de plomo en muestras de tierra. En algunas zonas, también hay oportunidades de determinar si hay plomo en muestras de tierra en eventos de SoilSHOP (nombre en inglés que significa eventos de análisis de suelo, salud y difusión en sociedad).

La EPA también recomienda construyendo huertos elevados y llenándolos de tierra limpia, a fin de reducir la posibilidad de entrar en contacto con contaminantes como el plomo. Además, hay que asegurarse de que los niños no se coman tierra ni se lleven las manos a la boca después de jugar en el suelo o en parques infantiles y animarlos a lavarse las manos varias veces al día. Se debe tener cuidado de no comer cultivos que hayan crecido en tierra que pueda contener plomo, ya que la planta puede absorberlo. Otras medidas que pueden tomar los residentes incluyen mantener la tierra fuera de la casa usando tapetes y quitarse los zapatos antes de entrar en la casa, para evitar que ingrese tierra contaminada con plomo.

Si bien es posible que los residentes no puedan tratar las causas de la tierra contaminada de plomo a gran escala, pueden tomar medidas pequeñas a diario para reducir la posibilidad de exposición al plomo y mantenerse seguros, mientras disfrutan de la jardinería y de otras actividades al aire libre.

Para obtener más información sobre cómo protegerse de la tierra contaminada, revise lo siguiente:

- [EPA: Proteja a su familia contra las fuentes de plomo: el suelo](#) (en inglés)
- [Jardinería saludable: Consejos para jardineros nuevos y experimentados](#)
- [Jardinería segura en la ciudad de Nueva York](#)
- [Duke: 10 hábitos de jardinería saludables para reducir la exposición a los contaminantes del suelo](#)
- [EPA: Reutilización de paisajes potencialmente contaminados: el cultivo de jardines en terrenos urbanos](#) (en inglés)
- [Johns Hopkins: Guía de recursos de seguridad de suelo para los cultivadores de alimentos urbanos](#) (en inglés)
- [Suelos saludables, comunidades saludables: Metales en suelos de jardines urbanos](#)
- [Agencia para Sustancia Tóxicas y el Registro de Enfermedades: Entendiendo los resultados del cernimiento de plomo en suelo](#)

Fuente:

- [Journal of Environmental Quality. Plomo en terrenos urbanos: ¿Una inquietud real o percibida en la agricultura urbana?](#) (en inglés)
- [Envenenamiento por plomo industrial en Los Ángeles: Anatomía del fracaso de la salud pública](#) (en inglés)
- [Extensión de la Universidad de Maryland: Plomo en la tierra del jardín](#) (en inglés)
- [EPA: Recomendaciones del Grupo de trabajo de revisión técnica sobre a la jardinería y la reducción de la exposición a tierras suelos contaminadas de plomo](#) (en inglés)

Espicias

Una pareja estaba feliz de recibir a su bebé. En una visita periódica al pediatra, se sorprendieron y se preocuparon al enterarse de que su hijo tenía un nivel elevado de plomo en la sangre. La familia había eliminado la pintura a base de plomo de su casa antes de tener su primer hijo. Hicieron otra prueba del plomo en sangre para asegurarse de que el resultado no fuera un error. Cuando la segunda prueba confirmó los resultados, el departamento de salud local vino a la casa de la familia y confirmó que la casa no tenía pintura a base de plomo, tuberías de plomo ni plomo en el patio donde jugaba el niño. Lo que sí encontraron después de unas semanas de pruebas, fue que muchas de las especias con las que la familia cocinaba a menudo, en especial las que los amigos y familiares les habían enviado del extranjero, estaban contaminadas con plomo.

Las especias pueden añadir sabores maravillosos a las comidas caseras y pueden conectar a las familias con comunidades de todo el mundo. Sin embargo, también pueden estar contaminadas con plomo.

El plomo se puede agregar intencionalmente a las especias para intensificar el color o aumentar el peso, o puede introducirse accidentalmente si las plantas de las especias o el equipo que las procesa están contaminadas con plomo.

La EPA recomienda que las familias eviten el uso de especias adquiridas en el extranjero o especias importadas, ya que las investigaciones han demostrado que algunas de ellas contienen niveles altos de plomo. Si le preocupa la posible exposición al plomo, pídale a su médico que le haga una prueba del plomo en sangre.

Para obtener más información, consultar lo siguiente:

- [Advertencia de salud pública sobre las especias de Georgia](#) (en inglés)
- [Ciudad de Nueva York: Productos peligrosos: alimentos y especias](#) (en inglés, pero puedo cambiar el idioma al español)
- [Hoja informativa del Departamento de salud de Minnesota sobre el plomo en productos importados, entre ellos las especias](#)

Fuente:

- [Informe semanal de morbilidad y mortalidad \(MMWR\) 2018. Plomo en muestras de las especias, los remedios herbales y los polvos ceremoniales tomados de investigaciones domiciliarias de niños con niveles elevados de plomo en la sangre. Carolina del Norte, 2011-2018](#) (en inglés)
- [Journal of Public Health Management & Practice. Una cucharada de plomo: un examen de 10 años a las especias como posible fuente de exposición al plomo](#) (en inglés)
- [Biblioteca Nacional de Medicina. Exposición de los niños al plomo de especias y polvos culturales hindúes importados](#) (en inglés)
- [Biblioteca Nacional de Medicina. Envenenamiento por plomo infantil en dos familias asociado a especias usadas en la preparación de alimentos](#) (en inglés)