



## Cuidado Infantil Eco-saludable

El Cuidado Infantil Eco Saludable (Eco-Healthy Child Care) es un programa nacional creado por el Consejo Medioambiental de Oregon para garantizar que los establecimientos de cuidado infantil sean lo más saludables, seguros y ecológicos posible al reducir la exposición de los niños a toxinas.



# Plomo

## ¿Qué es el plomo y cómo es usado?

El plomo es un metal pesado que ocurre de manera natural y que se encuentra en el medioambiente. Actualmente se utiliza en la producción de ciertas pilas (baterías), tuberías de metal y PVC, útiles de arte, cerámicas y otros artículos comunes e industriales. Debido a las preocupaciones de salud, el plomo ha sido reducido significativamente en pintura, productos de cerámica, mancuerna y soldadura para tuberías. El gobierno federal prohibió la pintura con base de plomo para viviendas en 1978. El plomo también fue prohibido en E.U. como un aditivo a la gasolina en 1978. A pesar de dichas prohibiciones, el plomo aún puede encontrarse en varios productos incluyendo joyería de juguete, útiles de arte, juguetes de PVC, pintura, cerámica y tuberías.

## Preocupaciones de salud asociadas con la exposición al plomo

El plomo es una neurotoxina; se acumula en la sangre, huesos, músculos y grasa. Los niños expuestos al plomo pueden experimentar dolores de cabeza, problemas de audición, retraso en el crecimiento, problemas de la conducta y del aprendizaje, y daño al cerebro y al sistema nervioso. La exposición de los adultos puede conllevar a problemas de la reproducción, dolor muscular y de las articulaciones, tiempo de reacción reducido, memoria afectada y trastornos nerviosos. La gente en mayor riesgo a la exposición son las mujeres embarazadas y los niños pequeños.

## El plomo es especialmente dañino para los niños

- Los cuerpos en crecimiento de los niños absorben más plomo.
- Sus cerebros y su sistema nervioso aún se están desarrollando, así que son más sensibles a los efectos dañinos del plomo.
- Los niños pequeños con frecuencia ponen sus manos y otros objetos en sus bocas, dichos objetos pueden tener polvo de plomo en ellos.

## Reducción de la exposición al plomo

- Los niños están expuestos al plomo al ingerir escamas de pintura vieja (de 1978 o antes) o al inhalar partículas o polvo de pintura vieja.
  - ◊ *Mantenga la pintura en buenas condiciones para evitar que se descascare o pele al lavar todas las áreas alrededor de puertas y ventanas. Pinte sobre la pintura vieja que se está descascarando, con pintura con químicos orgánicos volátiles bajos (low-VOC).*
- Muchos hogares antiguos tienen tuberías de agua hechas con soldadura de plomo.
  - ◊ *El agua fría tiene muchas menos probabilidades de tener plomo de la tubería. Corra el agua fría de 15 a 30 segundos antes de usarla para beber, cocinar y preparar fórmula para bebé.*

## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Cerámica importada, vieja o hecha a mano con frecuencia contiene plomo.
  - ◊ *Evite estos tipos de cerámica cuando coma, beba y cocine.*
- La tierra con frecuencia está contaminada con plomo (el escape de gasolina contaminada con plomo que se acumuló en el suelo antes de 1978).
  - ◊ *Use un tapete áspero para limpiarse los pies o no usen zapatos en interiores.*
- La joyería de fantasía y la que se vende en máquinas expendedoras con frecuencia contiene plomo.
  - ◊ *Mantenga la joyería de metal alejada de los niños.*
- Muchos productos de vinilo para niños contienen altos niveles de plomo.
  - ◊ *Evite los productos de vinilo para niños. Haga un análisis a los productos de vinilo para ver si tienen plomo con su propio juego de prueba de plomo, encontrado en la mayoría de las ferreterías. O envíe su producto al [Centro para la Salud Medioambiental](#) para que lo analicen.*

Llame al: 503-222-1963 x119  
Correo electrónico: [hesterd@oeconline.org](mailto:hesterd@oeconline.org)  
Visite: [www.ecohealthychildcare.org](http://www.ecohealthychildcare.org)

## Recursos sobre el Plomo en Internet

- Envenenamiento por Plomo, Universidad de Salud y Ciencias de Oregon (OHSU, siglas en inglés):  
[www.ohsu.edu/health/health-topics/topic.cfm?id=9131](http://www.ohsu.edu/health/health-topics/topic.cfm?id=9131)
- Departamento de Prevención del Envenenamiento por Plomo en la Niñez de California:  
[www.dhs.ca.gov/childlead](http://www.dhs.ca.gov/childlead)
- Agencia de Protección Medioambiental:  
[www.epa.gov/lead/pubs/leadinfo.htm#health](http://www.epa.gov/lead/pubs/leadinfo.htm#health)
- Agencia para el Registro de Sustancias Tóxicas y Enfermedades (ATSDR, siglas en inglés):  
[www.atsdr.cdc.gov/tfacts13.html#bookmark02](http://www.atsdr.cdc.gov/tfacts13.html#bookmark02)
- Healthy Toys (juguetes saludables):  
[www.healthytoys.org](http://www.healthytoys.org)
- Centro para la Salud Medioambiental:  
[www.ceh.org](http://www.ceh.org)

### Cuidado Infantil Eco-saludable Eco-Healthy Child Care

222 NW Davis Street, Suite 309 | Portland, OR 97209-3900  
tel: 503-222-1963 x119 fax: 503-222-1405