

# Los resultados del examen de plomo de mi hijo

Un examen de plomo en sangre detecta cuanto plomo está en la sangre de su hijo. Plomo puede dañar el crecimiento, comportamiento y capacidad para aprender del niño. Mientras más bajo sea el nivel, mejor. La mayoría de envenenamiento por plomo ocurre a través de comer o ingerir polvo de pintura vieja con plomo. Si piensa que su hijo ha estado expuesto al plomo, debería hacerle un examen de plomo.

## Resultado del exam      ¿Qué significa?

---

### **0-4**      **El resultado del nivel de plomo de su hijo es casi lo mismo de la mayoría de niños en los Estados Unidos.**

- Siga protegiendo su hijo del plomo. Vea los consejos al dorso de la página.
- 

### **5-14**      **El resultado del nivel de plomo de su hijo está alto. ¡Actúe con rapidez!**

- Hable con su médico sobre las maneras de proteger a su hijo de plomo y pregúntele sobre la dieta, crecimiento y desarrollo de su hijo.
  - Busque las posibles fuentes de plomo por la casa. Es posible que le contacte una persona que trabaja en salud pública para darle información o para planear una visita a su hogar para ayudar en la búsqueda de fuentes de plomo.
  - Haga exámenes de detección de plomo a todos los otros niños que viven en la misma casa.
  - Haga otro examen de plomo para su hijo en uno a tres meses. Si el primer examen de sangre fue por el dedo, entonces examínese de inmediato a través de una vena.
- 

### **15-44**      **El resultado del nivel de plomo de su hijo está muy alto. ¡Busque ayuda!**

- Hable con su médico sobre las maneras de proteger a su hijo de plomo y pregúntele sobre la dieta, crecimiento y desarrollo de su hijo.
  - Revise su casa para posibles fuentes de plomo. Un trabajador de salud pública puede contactarle para proporcionar información o para ofrecer ayuda en la búsqueda de posibles fuentes de plomo.
  - Haga exámenes de detección de plomo a todos los otros niños que viven en la misma casa.
  - Haga otro examen de plomo para su hijo en una a cuatro semanas.
  - Consulte a su médico si a su hijo le deberían hacer una radiografía del estómago o una descontaminación.
- 

### **44 y más alto**      **¡Su hijo necesita atención médica urgente!**

- Saque todas las fuentes de plomo antes de que su hijo vuelva a casa. Un trabajador de salud pública puede contactarle para proporcionar información o para ofrecer ayuda en la búsqueda de posibles fuentes de plomo.
  - Consulte al médico si su hijo debería acudir al hospital.
  - Consulte a su médico si a su hijo le deberían hacer una radiografía del estómago o una descontaminación.
  - Hable con su médico sobre las maneras de proteger a su hijo de plomo y pregúntele sobre la dieta, crecimiento y desarrollo de su hijo.
  - Haga otro examen de plomo para su hijo dentro de dos días.
- 

Nombre del niño: \_\_\_\_\_ Resultado el exam: \_\_\_\_\_ mcg/dL      Fecha: \_\_\_\_\_

Si el resultado del examen no está escrito aquí, pida el resultado a su doctor o enfermera, apúntelo y guardar para sus archivos.

# Proteja a su hijo del envenenamiento por plomo

## Limpié manos, juguetes, y suelos

- Lave con frecuencia las manos de su hijo, especialmente antes de comer y dormir y después de jugar afuera.
- Limpie con jabón y agua los juguetes, peluches, chupetes, y biberones con frecuencia .
- Limpie con un trapeador mojado suelos, alfeizares, y otras superficies con regularidad.

## Coma alimentos saludables

- Niños con dietas buenas absorben menos plomo. Sirva comidas con calcio, hierro, y vitamina C.
- Alimentos con calcio incluyen leche, queso, yogur, tofu, y verduras verdes con hojas.
- Alimentos con hierro incluyen carne de vaca magra, pescado, pollo, frejol, algunos cereales, y fruta seca como pasas or prunas.
- Alimentos altas en vitamina C incluyen fresas, naranjas, y pimientos verdes, brócoli, kiwi, guayaba, papaya, pomelo, mango, melón, repollo, tomates y patatas.

## Cosméticos, medicina, y otros productos

- Si su hijo tiene un alto nivel de plomo en la sangre, evite usar medicinas y cosméticos importados porque pueden tener plomo.
- Los cosméticos del Oriente Medio y Asia que podrían tener plomo incluyen kohl, kajal, kohal, y suma. Medicinas caseras que podrían tener plomo y que se usan a veces en la comunidad Hispana incluyen azarcon, greta, maria luisa, alarcon, coral, liga, rueda, and albayalde. Medicinas de Asia que pueden tener plomo incluyen daw tway, paylooah, ghasard, bali goli, y kandu.
- No utilice cerámica o vajilla importada y cerámica para comida y bebidas si no sabe si contiene plomo o no.
- Juguetes, joyería y caramelos importados a veces contienen plomo. Vea [www.recalls.gov/cpsc.html](http://www.recalls.gov/cpsc.html) (en ingles), seleccione “product search” y escriba “lead” para encontrar la retirada de productos y alertas de seguridad.



## Pintura con plomo en casas viejas

- Casas más viejas, construidas antes de 1978, pueden tener pintura con plomo. Cuando pintura vieja está descascarando o tiene grietas, puede crear polvo de plomo peligroso, que se puede inhalar o ingerir.
- Mantenga su hogar limpio y libre de polvo. Como rutina, limpie superficies con un trapo mojado para quitar trocitos de pintura y polvo, especialmente alrededor de puertas y ventanas.
- Lijar y raspar pintura con plomo puede crear polvo con plomo. Si hay reparaciones que alteran pintura vieja, mantenga a los niños y mujeres embarazadas lejos hasta que haya limpiado la zona con un trapo mojado.

## No traiga el plomo a su casa

- Trabajos y pasatiempos que pueden exponerse a plomo incluyen pintar, plomería, construcción, reparación de autos, reciclaje de pilas y metales, y trabajando con armas de fuego y municiones, plomadas de pesca, vidrieras, cerámica y joyería.
- Si trabaja con plomo, separe ropa y zapatos de trabajo con los de casa. Dúchese antes de ir a casa o justo al llegar. Separe la ropa de trabajo en una bolsa de plástico, para lavar por separado de la ropa de los demás.

---

## Aprenda más sobre le plomo

- Línea de información sobre plomo: 1-800-909-9898
- Departamento de Salud del Estado de Washington: [www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov) (busque “lead” en ingles)
- Departamentos de Salud Locales: [www.doh.wa.gov/localhealth](http://www.doh.wa.gov/localhealth) (en ingles)

