

# Consejos Útiles para Evitar Exponerse al Plomo



## Efectos Dañinos del Plomo



- resultados más bajos en exámenes de Coeficiencia Intelectual y problemas de comportamiento en la niñez
- presión arterial elevada, enfermedades cardiacas y cáncer en los adultos
- reduce el crecimiento prenatal de los infantes

## Como Protegerse



Evite comprar cosméticos, joyería de fantasía, y manteles para las mesas de venta en las tiendas de dólar..



Evite utilizar artículos importados de cerámica o barro incluyendo vajillas para cocinar y guardar alimentos.



En las casas construidas antes de 1978, haga una revisión para pinturas basados en plomo y tubería de plomo.

## En Su Casa

1

Utilice únicamente agua fría para tomar y cocinar.

2

Trapee las áreas polvosas, particularmente los rincones difíciles de alcanzar, con un trapeador mojado.

3

Si un miembro de la familia trabaja con materiales con plomo, se debe cambiar la ropa y los zapatos antes de entrar al hogar. También, debe de lavar su ropa por separado.

4

4. Visite el sitio de la Seguridad del Consumidor (Consumer Products Safety Commission) para los avisos de juguetes retirados. Saque los artículos retirados de su hogar.

<https://www.cpsc.gov/es/SeguridadConsumidor>

