

Cómo mantener a sus hijos a salvo de los peligros del plomo

Por Teddi Nicolaus

Apreciado por su capacidad para resistir la humedad y la corrosión, así como para iluminar los colores, el plomo se ha abierto camino en muchos productos que usamos en nuestros hogares. Incluyen cosas como techos, baterías de automóviles, cerámica, joyería, tuberías y pintura, pero los beneficios de este metal natural llegan con una desventaja aterradora: el plomo es altamente tóxico para los humanos y es especialmente peligroso para los niños menores de 6 años porque aún se están desarrollando.

Durante sus primeros años, los niños crecen muy rápido. El plomo puede dañar su cerebro y sistema nervioso. Eso puede causar problemas de aprendizaje y comportamiento, así como una serie de otros problemas. Cuanto más pequeño es el niño, más daño puede causar el plomo.

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, alrededor de 500,000 niños estadounidenses tienen niveles elevados de plomo en la sangre. Las tasas más altas se registran en los niños que viven en ciudades y en viviendas construidas antes de 1978.

A nivel mundial, las cifras son aún más altas. Las autoridades estiman que 1 de cada 3 niños, es decir, 800 millones de niños en todo el mundo, se ven afectados por el envenenamiento por plomo.

La exposición al plomo también puede ser peligrosa durante el embarazo, la lactancia y la infancia.

Los niños pequeños absorben de cuatro a cinco veces más plomo en su organismo que los adultos.

“No existe un nivel seguro de exposición para niños o para nadie,” afirma la experta en prevención del envenenamiento por plomo DeeAnn Guo, que trabaja con el

Childhood Lead Action Project (Proyecto de Acción contra el Plomo para la Infancia). “El plomo es una toxina y queremos evitar la exposición a este metal en cualquier nivel.”

El gobierno de los Estados Unidos prohibió los productos a base de plomo, la pintura en 1978 y la gasolina con plomo se eliminó gradualmente en 1996. Pero el plomo sigue persistiendo a nuestro alrededor. Se puede encontrar en productos antiguos, como juguetes, y en cosas nuevas, como la fabricación de baterías y materiales para techos.

Sin embargo, la máxima fuente de envenenamiento por plomo para los niños es la pintura vieja. El plomo tiene un sabor dulce, dice Guo, y los niños pequeños pueden masticar trozos de paredes, carpintería, y alrededor de ventanas y puertas. Los niños también pueden inhalar el polvo creado por el envejecimiento de la pintura a base de plomo, o ingerirlo al tocar superficies y llevarse las manos a la boca.

“Dondequiera que haya pintura con plomo, el polvo de plomo puede ser un problema,” indica Guo. “A veces es visible y a veces es invisible.”

Es importante que los padres sean conscientes de la antigüedad de sus hogares, menciona. Una

casa vieja puede tener pintura pelada y astillada. A los niños también les encanta jugar al aire libre, pero incluso esto puede representar un riesgo. El suelo puede impregnarse del plomo de la pintura exterior vieja de las casas y los edificios, así como de la gasolina con plomo que antes se usaba en los automóviles. Los niños que viven cerca de las carreteras o en las ciudades más antiguas corren un mayor riesgo de exposición a través del suelo.

El plomo también puede entrar a su hogar por medio de tuberías de agua con plomo, y grifos y accesorios de latón o bronce. Se estima que millones de tuberías que llevan agua a hogares, escuelas y otros edificios en las comunidades contienen plomo.

La conclusión es que los niños pueden estar expuestos al plomo dondequiera que vivan, aprendan y jueguen, por lo que es importante hablar con el proveedor de atención médica de su hijo para saber si pudiera estar en riesgo. Un análisis de sangre es la mejor manera de averiguar si su hijo estuvo expuesto al plomo. El médico de su hijo puede recomendar atención de seguimiento en función del nivel de plomo que se detecte en la sangre del niño.



>> Para obtener más consejos de seguridad respecto al plomo, visite www.epa.gov/lead.

Tome medidas preventivas

La buena noticia es que el envenenamiento por plomo se puede prevenir. Hay muchas medidas que puede tomar para proteger a los niños de los peligros del plomo.

Tómese el tiempo para limpiar: la pintura que se pela y cuartea crea polvo de plomo que debe limpiarse con un paño, una esponja, o un trapeador mojado o húmedo. Lo ideal es usar toallas de papel húmedas para limpiar el polvo de plomo alrededor de las ventanas y áreas de juego. Lave las manos y los juguetes de sus hijos con frecuencia con agua y jabón, especialmente antes de que coman y duerman.

Examine su casa: si su casa se construyó antes de 1978, hable con el Departamento de Salud local para conocer cómo hacerle una prueba de plomo. Si no sabe cuántos años tiene su casa, dé por sentado que hay plomo.

Cubra la tierra suelta: el plomo en la tierra puede representar un riesgo a los niños pequeños, por lo que es mejor no permitir que su hijo juegue en la tierra al lado de su casa. Como alternativa, considere plantar césped sobre la tierra suelta, o coloque mantillo o astillas de madera, y deje los zapatos en la puerta para evitar que la tierra contaminada entre a su hogar.

Sea inteligente antes de empezar: no remodele ni renueve hasta que se realice una inspección profesional de su casa en busca de plomo. Las reparaciones en el hogar, como lijar o raspar la pintura, pueden crear polvo de plomo y empeorar el problema.

Aprenda sobre formas seguras de hacer reparaciones y comuníquese con contratistas que tengan certificación de seguridad contra plomo.

Coma saludable: el plomo puede interferir en el crecimiento y desarrollo del niño, y daña casi todos los sistemas de su organismo. Seguir una dieta baja en grasas y comer una variedad de alimentos con alto contenido de calcio, hierro y vitamina C pueden ayudar a su hijo a absorber menos plomo.



Las fotografías son cortesía de iStockphoto: bebé cerca de ventana, Jomkwan; raspado de pintura, Piotr Wytrazek; personas bebiendo jugo, Brothers91; bebé sonriente, Marilyn Nieves; limpieza de piso, Bymuratdeniz.