



HOSPITAL DE PEDIATRÍA  
"PROF. DR. JUAN P. GARRAHAN"

INFORMACIÓN PARA PADRES, FAMILIARES Y PACIENTES

*De qué manera*  
**EL PLOMO**  
*puede afectar la salud*  
*y cómo cuidarnos*



Combate de los Pozos 1881 - CP: AAM 1245 - Tel: 4308-4300  
[www.garrahan.gov.ar](http://www.garrahan.gov.ar)

# ¿Qué es el **PLOMO?**

El plomo es un metal tóxico que se encuentra en forma natural en el ambiente. En los últimos años, el creciente uso del plomo en la industria ha generado un aumento importante de su concentración en el ambiente. Puede producir daños en el organismo, sobre todo de los niños, si se produce una exposición sostenida.

**Desechos industriales**

**Cercanía a talleres de mecánica automotor donde se trabaja con baterías o aceites con plomo**

**Aguas y suelos contaminados**

*Alimentos cultivados en dichos suelos*

**Maquillaje**

**Revestimientos de cables**

**Artículos de plomería, tuberías, grifos.**

*El plomo se puede encontrar en el agua potable en las casas cuyos tubos hayan sido conectados con soldaduras de plomo*

**Fundiciones y recuperadoras de plomo**

**Juguetes**

**Pinturas, barnices y plastilinas que contengan plomo en sus pigmentos**

**Naftas que usen plomo como antidetonante**

**Perdigones de plomo, plomadas de pesca y pesos de cortina**

**Esmaltes de cerámicas**

## ¿Cómo puede ingresar al organismo?

### Aire

Al respirar el polvo contaminado con plomo, éste llega a los pulmones y de ahí por la sangre al resto del cuerpo.

### Vía oral

Por el consumo de alimentos contaminados y por el hábito de llevarse a la boca elementos que contengan este metal, como por ejemplo: tierra, reboques, juguetes pintados, etc.

### A través de la Placenta

La presencia de plomo en la sangre de la mujer embarazada pasa al feto y puede afectar el desarrollo neurológico de este.

### Piel

Al jugar o estar en contacto con objetos que contengan plomo.

## ¿Qué puede producir?

Anemia

Trastornos de conducta

Hiperactividad, irritabilidad, trastornos de aprendizaje, mal rendimiento escolar, debilidad muscular

Dolor abdominal y constipación

Trastornos neurológicos



**Para disminuir la exposición debemos cumplir con algunas medidas muy sencillas**

# NO QUE NO HACER

1. Evitar que los niños se lleven a la boca todo tipo de elementos que no sean alimentos
2. Evitar la exposición al plomo en la mujer embarazada ya que puede, a través de la placenta pasar al feto y afectarlo neurológicamente
3. Evitar que los niños estén en contacto con metales, como chatarra, baterías, desechos industriales, etc.
4. Evitar llevar la ropa de trabajo al hogar, si se trabaja con elementos que contengan plomo



# SÍ QUE HACER

1. Limpiar con una esponja o un paño humedecida los pisos, los marcos de las ventanas y puertas para disminuir el polvo del hogar
2. Tener el habito de lavarse las manos con frecuencia, sobre todo antes de comer y dormir
3. Dejar correr el agua de las canillas un rato antes de tomarla o de usarla para cocinar
4. Limpiar los zapatos antes de entrar en casa para no trasladar tierra que contenga plomo
5. Limpiar el área de juegos, las mamaderas, los chupetes, los juguetes, etc.
6. Recibir una dieta adecuada en calcio y hierro es importante para disminuir la absorción de plomo en el organismo

