

Lead Is a Poison: What You Need to Know

Lead in the body can affect child development and behavior. Lead is a metal that is found in a lot of places. Although you can't usually see lead, you can do things to prevent your child from being exposed to it. No safe level of lead has been identified for children. Children have the most risk factors because they often put their hands and objects into their mouths and their growing bodies tend to easily absorb what they eat. Here is information from the American Academy of Pediatrics to help parents understand how lead can be harmful, where it may be found, and what they can do to keep their children safe.

How Lead Is Harmful

Lead can interfere with typical growth and development and affect almost every system of the body, including the brain.

- Some children show learning and behavior problems. These may be seen first during the preschool years or later.
- Physical symptoms may include stomach pain, headaches, vomiting, and a feeling of weakness. Very high levels of lead in the body may cause seizures, coma, and death.

Note: Because most children with lead in their blood show no symptoms, lead screenings are important.

Where Lead Can Be Found

- **Homes and buildings.** Lead was added to indoor and outdoor paint until 1978. When lead-based paint surfaces rub together (like when a window is opened or a door is closed) or when paint begins to peel or chip, the lead can get into the dust and dirt in and around the home.
- **Hobby materials** (stained glass, paints, solders, fishing weights, and buckshot).
- **Home remedies** (azarcon and greta, which are used for upset stomach or indigestion; pay-loo-ah, which is used for rash or fever).
- **Workplaces** (foundries, smelteries, battery recycling plants, and auto repair shops).
- **Food bowls painted with lead glazes**, especially if made in another country or old.
- **Sometimes in products** like toys, jewelry, or furniture, especially if made in another country.
- **Water that has been in contact with lead pipes, lead solder, or older plumbing fixtures**, especially hot water pipes because hot water absorbs lead more quickly than cold water.

What You Can Do

- **Test your home for lead.** If your home was built before 1978, talk with your local health department about getting your home tested for lead. If you don't know how old your home is, assume there is lead. In the United States, lead is in paint in 87% of homes built before 1940, 69% of homes built from 1940 to 1959, and 24% of homes built from 1960 to 1977. Homes in the Northeast and Midwest are most likely to have lead in paint. Ask the landlord (property owner) about lead before you sign a lease. Before you buy a home, have it inspected for lead.
- **Before any work is done on your home, learn about safe ways to make repairs.** When repairs are being made, seal off the area until the job is done and keep your child away until everything is cleaned up. Be sure to use a certified contractor. Removing lead paint on your own can often make the condition worse. If work is not done safely, you and your child can be harmed by increased exposure to lead in dust.
- **Keep your children away from old windows, old porches, and areas with chipping or peeling paint.** If this paint is in your home, cover it with duct tape or contact paper until it can be completely removed. If you rent

your home, let your landlord know about any peeling or chipping paint. A landlord is legally required to repair lead problems found on their property.

- **Do not allow your child to play in the dirt next to your old home.** Plant grass over bare soil, or use mulch or wood chips.
- **Clean your home regularly.** Wipe down floors and other level surfaces with a damp mop or sponge. Taking shoes off at the door can help reduce tracking in dirt.
- **Teach your children to wash their hands, especially before eating.** Wash pacifiers and toys regularly.
- **Keep clean.** If your work or hobbies involve lead, change your clothes and shoes and shower when finished. Keep your clothes at work, or wash your work clothes as soon as possible.
- **Use cold flushed tap water for mixing baby formula, drinking, or cooking.** If you are in an older home, run the water for several minutes before using it in the morning and start with cold water for drinking or cooking.
- **Eat healthy.** Give your child a well-balanced diet that includes breakfast and food high in calcium and iron. A good diet can help your child absorb less lead.

Treatment of Lead Poisoning

The first action is to identify the source of exposure to lead and prevent further exposure. Some children with high levels of lead in their blood need to take a medicine that helps their body get rid of it faster. If your child's lead level is too high, it can take months to years for it to come down; close follow-up is needed. Children with development or behavior problems should be evaluated and, if needed, receive services to help them improve.

Lead Screening

The only way to know whether your child has been exposed to lead is with a blood test. Screening tests for lead usually include blood taken from the finger, but when doctors suspect lead poisoning, it is more accurate for these tests to include blood taken from a vein in the arm. The test measures the amount of lead in the blood. If you think that your child has been exposed to lead, talk with your child's doctor about getting a blood test to check for lead.

For More Information

- American Academy of Pediatrics
www.aap.org and www.HealthyChildren.org
- Centers for Disease Control and Prevention Childhood Lead Poisoning Prevention Program
www.cdc.gov/nceh/lead
- US Environmental Protection Agency
www.epa.gov/lead
- US Department of Housing and Urban Development
www.hud.gov/lead

The American Academy of Pediatrics (AAP) is an organization of 67,000 primary care pediatricians, pediatric medical subspecialists, and pediatric surgical specialists dedicated to the health, safety, and well-being of all infants, children, adolescents, and young adults.

In all aspects of its publishing program (writing, review, and production), the AAP is committed to promoting principles of equity, diversity, and inclusion.

Any websites, brand names, products, or manufacturers are mentioned for informational and identification purposes only and do not imply an endorsement by the American Academy of Pediatrics (AAP). The AAP is not responsible for the content of external resources. Information was current at the time of publication. The information contained in this publication should not be used as a substitute for the medical care and advice of your pediatrician. There may be variations in treatment that your pediatrician may recommend based on individual facts and circumstances.

American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



 healthychildren.org
Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics

El plomo es una sustancia tóxica: Lo que debe saber

El plomo presente en el cuerpo puede afectar el desarrollo y el comportamiento de un niño. El plomo es un metal que se encuentra en muchos lugares. Aunque en general no puede ver el plomo, puede hacer cosas para evitar que su hijo se exponga a este metal. No se ha identificado un nivel de plomo seguro para los niños. Los niños tienen los mayores factores de riesgo porque con frecuencia se llevan las manos y los objetos a la boca, y sus cuerpos en crecimiento tienden a absorber lo que comen con facilidad. Esta es información de la American Academy of Pediatrics para ayudar a los padres a entender por qué el plomo puede ser nocivo, dónde se puede encontrar y qué pueden hacer para mantener a sus hijos a salvo.

Por qué el plomo es nocivo

El plomo puede interferir en el crecimiento y desarrollo típicos, y afectar casi cualquier sistema del cuerpo, incluido el cerebro.

- Algunos niños presentan problemas de aprendizaje y comportamiento. Estos pueden identificarse por primera vez en los años de preescolar o más adelante.
- Los síntomas físicos pueden incluir dolor de estómago, dolores de cabeza, vómitos y sensación de debilidad. Los niveles muy elevados de plomo en el organismo pueden causar convulsiones, estado de coma y la muerte.

Nota: Como la mayoría de los niños con plomo en la sangre no presenta síntomas, las evaluaciones de detección de plomo son importantes.

Dónde se puede encontrar el plomo

- **Hogares y edificios.** Se agregó plomo a la pintura para interiores y exteriores hasta el año 1978. Cuando las superficies con pintura a base de plomo se rozan (como cuando se abre una ventana o se cierra una puerta) o cuando la pintura comienza a descascararse o desprenderse, el plomo puede meterse en el polvo y la suciedad, y encontrarse por la casa.
- **Materiales de pasatiempos** (vidrio de color, pinturas, soldaduras, pesas de pesca y perdigones).
- **Remedios caseros** (azarcón y greta, que se usan para el malestar estomacal o la indigestión; *pay-loo-ah*, que se usa para los sarpullidos o la fiebre).
- **Lugares de trabajo** (fundiciones, plantas de reciclaje de baterías, talleres de reparación de automóviles).
- **Recipientes para alimentos pintados con barniz de plomo**, especialmente si están hechos en otro país o son viejos.
- **A veces en los productos** como los juguetes, las joyas o los muebles, especialmente si están hechos en otro país.
- **Agua que haya estado en contacto con tuberías de plomo, soldaduras de plomo o accesorios de plomería más viejos**, especialmente las tuberías de agua caliente porque el agua caliente absorbe el plomo más rápido que el agua fría.

Lo que puede hacer

- **Haga una prueba de detección de plomo en su casa.** Si su casa se construyó antes de 1978, hable con su departamento de salud local para hacer una prueba de detección de plomo en su casa. Si no sabe cuántos años tiene su casa, asuma que hay plomo. En Estados Unidos, el plomo se encuentra en la pintura del 87 % de las casas construidas antes de 1940, del 69 % de las casas construidas entre 1940 y 1959, y del 24 % de las casas construidas entre 1960 y 1977. Las casas del noreste y del centro del país tienen mayores probabilidades de tener plomo en la pintura. Consulte con el arrendador (el dueño de la propiedad) antes de firmar un contrato de alquiler. Antes de comprar una casa, haga que la inspeccionen para detectar plomo.
- **Antes de que hagan cualquier trabajo en su casa, infórmese sobre las formas seguras de hacer reparaciones.** Cuando se hagan reparaciones, selle el área hasta que el trabajo esté terminado y mantenga a su hijo alejado hasta que todo esté limpio. Asegúrese de usar a un contratista certificado. Quitar la pintura con plomo por su cuenta en general puede hacer que las condiciones empeoren. Si el trabajo no se hace de forma segura, usted y su hijo pueden verse perjudicados por una mayor exposición al plomo en el polvo.
- **Mantenga a sus hijos alejados de las ventanas viejas, los porches viejos y las áreas con pintura descascarada o desprendida.** Si esta pintura se encuentra en su casa, cúbrala con cinta americana o papel adhesivo hasta que se pueda

retirar por completo. Si alquila la casa, informe a su propietario sobre la pintura descascarada o desprendida. El propietario tiene la obligación legal de solucionar los problemas relacionados con el plomo que haya en su propiedad.

- **No permita que su hijo juegue en la tierra cerca de su casa vieja.** Plante césped sobre el suelo descubierto o use mantillo o virutas de madera.
- **Limpie su casa con regularidad.** Limpie los pisos y otras superficies planas con un trapeador húmedo o una esponja. Quitarse los zapatos antes de entrar puede ayudar a reducir dejar un rastro por la tierra de los zapatos.
- **Enseñe a sus hijos a lavarse las manos, especialmente antes de comer.** Lave los chupetes y los juguetes regularmente.
- **Manténgase limpio.** Si su trabajo o pasatiempos incluye el plomo, cámbiese la ropa y los zapatos y dúchese al terminar. Deje su ropa en el trabajo o lávela lo antes posible.
- **Use agua del grifo fría para mezclar la fórmula de bebés, para beber y para cocinar.** Si tiene una casa más vieja, deje correr el agua durante varios minutos antes de usarla en la mañana y comience con agua fría para beber o cocinar.
- **Comer sano.** Ofrezca a su hijo una dieta bien balanceada que incluya el desayuno y alimentos con un alto contenido de calcio y hierro. Una buena dieta puede ayudar a que su hijo absorba menos plomo.

Tratamiento para la intoxicación por plomo

La primera medida es identificar la fuente de exposición al plomo y evitar que la exposición continúe. Algunos niños con niveles altos de plomo en la sangre pueden necesitar un medicamento que ayude a que el organismo lo elimine más rápido. Si el nivel de plomo de su hijo es demasiado elevado, puede tardar meses o años en disminuir; es necesario hacer un seguimiento minucioso. Los niños con problemas del desarrollo o de comportamiento deben someterse a una evaluación y, si es necesario, recibir servicios para ayudarlos a mejorar.

Prueba de detección de plomo

La única forma de saber si su hijo estuvo expuesto al plomo es con un análisis de sangre. Las pruebas de detección de plomo generalmente implican extraer sangre de un dedo pero, cuando los médicos tienen sospechas de intoxicación por plomo, es necesario extraer sangre de una vena del brazo para que estas pruebas sean más precisas. La prueba mide la cantidad de plomo en la sangre. Si cree que su hijo estuvo expuesto al plomo, hable con el médico de su hijo para hacer un análisis de sangre para detectar el plomo.

Más información

- American Academy of Pediatrics
www.aap.org y www.HealthyChildren.org
- Programa de Prevención de la Intoxicación por Plomo en la Infancia de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
www.cdc.gov/nceh/lead
- Agencia de Protección Ambiental de EE. UU.
www.epa.gov/lead
- Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de EE. UU.
www.hud.gov/lead

Spanish translation of *Lead Is a Poison: What You Need to Know*.

La American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización formada por 67.000 pediatras generales, especialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

En todos los aspectos de su programa de publicación (redacción, revisión y producción), la AAP se compromete a promocionar los principios de equidad, diversidad e inclusión.

Todos los sitios web, las marcas, los productos o los fabricantes se mencionan solamente con fines informativos y de identificación y esto no implica que la American Academy of Pediatrics (AAP) los avale. La AAP no se responsabiliza por el contenido de los recursos externos. Al momento de la publicación, la información estaba vigente. La información que se incluye en esta publicación no se debe usar como reemplazo de la asistencia médica y los consejos de su pediatra. Puede que haya variaciones en el tratamiento que le recomiende su pediatra basándose en los hechos y circunstancias individuales.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



healthychildren.org

Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics