

# PROTEJA A SUS NIÑOS DEL PLOMO EN EL POLVO



---

INQUILINOS A FAVOR DE UNA VIVIENDA SALUDABLE - OBSERVADOR DE LA SALUD AMBIENTAL Y ORGANIZACIÓN DE INQUILINOS DE CLEVELAND

---

## EL PLOMO QUE SE ENCUENTRA EN EL POLVO PUEDE INTOXICAR A SUS NIÑOS PEQUEÑOS.

- El polvo con plomo puede ingresar a la casa mediante los zapatos.
- El polvo con plomo puede entrar por puertas y ventanas, acarreado por el viento.
- El polvo con plomo entra en contacto con las manos y juguetes de sus niños cuando ellos juegan en el suelo.
- El plomo ingresa al organismo de los niños cuando se meten dedos y juguetes a la boca.

## MANTENGA LIMPIOS BORDES Y HUECOS DE VENTANAS.

- Lave bordes y huecos de ventanas cada semana.
- Use agua jabonosa, trapos viejos o toallas de papel, y descártelos al terminar de limpiar.
- Para facilitar el limpiado, cubra las superficies rugosas con papel autoadhesivo.
- De ser posible, abra las ventanas desde arriba.

## MANTENGA LOS PISOS LIMPIOS.

- Pase aspiradora sobre los tapetes de la casa semanalmente.
- Lave los pisos de la casa semanalmente.

## EVITE QUE LA TIERRA ENTRE POR LA PUERTA.

- Coloque tapetes en cada puerta de entrada y lávelos con frecuencia.
- Quítese los zapatos en la puerta de entrada para evitar que entre a la casa el polvo con plomo.

## EVITE QUE LOS NIÑOS INGIERAN PLOMO Y POLVO QUE PODRÍA CONTENER PLOMO.

- Lave con frecuencia manos, juguetes, biberones y chupones de sus niños.

## LA BUENA NUTRICIÓN AYUDA A PROTEGER DEL PLOMO A LOS NIÑOS.

- Sirva diariamente a los niños de 4 a 6 comidas pequeñas.
- Incluya alimentos ricos en hierro, como carnes magras y cereales.
- Incluya alimentos ricos en calcio, como leche, yogurt, queso y verduras de hojas verdes.
- Incluya alimentos ricos en vitamina C, como naranjas, tomates y jugo de naranja.

## SOMETA A SUS NIÑOS PEQUEÑOS A PRUEBAS DE DETECCIÓN DE INTOXICACIÓN POR PLOMO.

- Verifique las concentraciones de plomo en la sangre de niños con edades de 1, 2, 3 y 4 años.

## CUBRA LAS ÁREAS CON PINTURA SUELTA O IMPIDA EL ACCESO A ELLAS.

- Cubra la pintura suelta con papel autoadhesivo o cinta aislante plateada.
- Coloque muebles frente a las paredes que tengan pintura suelta para evitar que los niños se acerquen a ellas.
- Aprenda técnicas seguras para volver a pintar.
- Si su vivienda es rentada, hable con el dueño o casero sobre la necesidad de reparaciones, o entre en contacto con la Cleveland Tenants Organization (Organización de Inquilinos de Cleveland), al (216) 432-0617.

**Mantenga la tierra fuera...**  
Quítese los zapatos al entrar.



**Lave manos y juguetes con frecuencia**  
para que los niños estén menos expuestos al plomo.



**Gracias por limpiarse los pies**  
y así evitar la entrada de plomo.



(216) 961-4646  
www.ehw.org  
e-h-w@ehw.org

MEMBER OF  
**COMMUNITY SHARES**



Cleveland Tenants Organization  
(216) 432-0617  
www.clevelandtenants.org  
mail@clevelandtenants.org