



Search for safety, tips, illness, etc.



Ages & Stages

Healthy Living

Safety & Prevention

Family Life

Health Issues

News

Tips & Tools

Our Mission



Healthy Children > Safety & Prevention > All Around > Lead Exposure: Steps to Protect Your Family

Safety & Prevention

SAFETY & PREVENTION

Immunizations

LISTEN



Español

Text Size - +

EMAIL | PRINT | SHARE



● All Around

At Home

At Play

On The Go

Lead Exposure: Steps to Protect Your Family

The most important step parents, doctors, and others can take is to prevent lead exposure before it occurs.



- **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 1940–1959, and 24% of homes built from 1960–1977. Homes in the Northeast and Midwest are most likely to have lead in paint. Ask the landlord 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 done, 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 the safe way, you and your child can be harmed by increased exposure to lead in dust. *See the EPA's Renovation, Repair, and Painting rule Web page for more information.*
- **Keep your children away from old windows, old porches, and areas with chipping or peeling paint.** If it 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. Landlords are 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 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.

To learn more about preventing lead exposure,

visit <http://www.cdc.gov/nceh/lead/>.

Should my child be screened for lead?

The only way to know for sure if your child has been exposed to lead is with a blood test. Lead screening tests sometimes take blood from the finger, but it is better and more accurate to take the blood 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 pediatrician about getting a blood test to check for lead. See [Where We Stand: Lead Screening](#) for more information.

Additional Information:

- [Blood Lead Levels in Children: What Parents Need to Know](#)
- [Environmental Hazards](#)
- [Where We Stand: Lead Screening](#)
- [Lead Safety for Teens Involved in Rifle & Shooting Sports](#)
- [Pediatric Environmental Health Specialty Units \(PEHSUs\)](#)

Last Updated 1/20/2016

Source Lead is a Poison: What You Need to Know (Copyright © 2009 American Academy of Pediatrics)

The information contained on this Web site 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.

[EMAIL](#) | [PRINT](#) | [SHARE](#)



en
ESPAÑOL

[Contact Us](#) [About Us](#) [Privacy Policy](#) [Terms of Use](#) [Editorial Policy](#)

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



This site complies with the HONcode standard for trustworthy health information: [verify here.](#)

© Copyright 2017 American Academy of Pediatrics. All rights reserved.



Ingrese su búsqueda

[Edades y Etapas](#) [Vida sana](#) [Seguridad y Prevención](#) [Vida familiar](#) [Problemas de salud](#) [Noticias](#) [Consejos y Herramientas](#) [Nuestra misión](#)

Seguridad y Prevención

[Inmunizaciones](#)[En el hogar](#)[Durante el juego](#)[En marcha](#)[● En todas partes](#)[Healthy Children](#) > [Seguridad y Prevención](#) > [En todas partes](#) > Exposición al plomo: medidas para proteger a su familia

SEGURIDAD Y PREVENCIÓN

ESCUCHAR

English

Tamaño del texto - +

[EMAIL](#) | [IMPRIMIR](#) | [COMPARTIR](#)

Exposición al plomo: medidas para proteger a su familia

El paso más importante que los padres, médicos y otros pueden tomar es evitar la exposición al plomo antes de que ocurra.



- **Mande a inspeccionar su casa.** Si su casa fue construida antes de 1978, hable con el departamento de salud de su localidad para que le hagan una inspección de plomo. Si no sabe cuántos años tiene su casa, asuma que tiene plomo. En los Estados Unidos, el plomo está presente en un 87% de las casas construidas antes de 1940, en un 69% de las casas construidas de 1940 a 1959, y en un 24% de las casas construidas de 1960 a 1977. Las casas ubicadas en el noreste y en el medio oeste de la nación tienen más probabilidades de contener plomo. Antes de firmar un contrato de renta, indague con el casero si se ha detectado plomo. Antes de comprar una casa, mándele a hacer una inspección de plomo.
- **Antes de realizar cualquier trabajo en su casa, averigüe el modo indicado de hacerlo.** Al hacer una reparación, selle el área hasta que el trabajo termine y mantenga a su niño alejado hasta que todo quede limpio. Asegúrese de emplear a un contratista certificado. Si usted mismo trata de retirar la pintura de plomo, es probable que empeore la condición. Si el trabajo no se hace de un modo seguro, usted y su hijo pueden sufrir por una exposición más intensa al polvo que contiene plomo. Vea la página de la [Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos](#) (EPA, por sus siglas en inglés) [para más información](#)
- **Mantenga a su niño alejado de ventanas viejas, verandas viejas y áreas con pinturas que se están pelando o descascarando.** Si estas áreas hacen parte de su casa, cúbralas con cinta aislante o papel pegante hasta que puedan ser retiradas por completo. Si su casa es de alquiler, infórmele al casero sobre la pintura que se está descascarando o pelando. Por ley, los caseros deben reparar los problemas relacionados con plomo que se hallan en su propiedad.
- **No le permita a su hijo jugar en la tierra al lado de su casa si está es vieja.** Siembre grama sobre el terreno pelado o cúbralo con mantillo o astillas de madera.
- **Limpie su casa con regularidad.** Limpie los pisos y otras superficies con un trapeador o esponja húmeda. El quitarse los zapatos en la puerta de entrada puede evitar que se entre la tierra a la casa.
- **Enséñele a sus hijos a lavarse las manos, especialmente antes de comer.** Lave los chupones y juguetes con regularidad.
- **Cámbiese y dúchese.** Si su trabajo o sus pasatiempos comprenden el **uso de plomo**, cámbiese la ropa y los zapatos y dese una ducha al terminar la labor. Mantenga la ropa con la que trabaja en el sitio de trabajo o lávela tan pronto como sea posible.
- **Use agua fría del grifo para mezclar la leche de fórmula, para preparar las bebidas**

y para cocinar. Si vive en una casa vieja, deje el agua del grifo correr por varios minutos en la mañana antes de usarla. No use agua caliente del grifo para beber ni cocinar.

- **Alimente bien a su familia.** Proporcione a su niño una dieta balanceada que incluya un buen **desayuno**. Dele alimentos ricos en hierro y calcio. Una buena alimentación puede ayudarle a su niño a absorber menos plomo.

¿Debo hacerle un examen para detectar plomo a mi hijo?

El único modo de saber con certeza si su hijo ha estado expuesto al plomo, es mediante un examen de sangre. Los exámenes para detectar el plomo a veces se hacen tomando sangre mediante un pinchazo en el dedo, pero es mejor y más acertado tomar sangre de una vena del brazo. El examen mide la cantidad de plomo en la sangre. Si usted cree que su hijo ha estado expuesto a sustancias con plomo, hable con el pediatra para que le realicen al niño un examen de sangre que detecte la presencia de plomo. Vea el artículo [Nuestra posición frente a las pruebas de detección del plomo](#) para más información.

Para más información sobre la intoxicación por plomo, visite la página de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, [aquí](#).

Información adicional

- [Nivel del plomo en la sangre de los niños: lo que los padres deben saber](#)
- [Peligros medioambientales](#)
- [Nuestra posición frente a las pruebas de detección del plomo](#)
- [Los peligros del plomo para los adolescentes que participan en tiro deportivo con rifles](#)

Última actualización 1/26/2016

Fuente Lead is a Poison: What You Need to Know (Copyright © 2009 American Academy of Pediatrics)

La información contenida en este sitio web no debe usarse como sustituto al consejo y cuidado médico de su pediatra. Puede haber muchas variaciones en el tratamiento que su pediatra podría recomendar basado en hechos y circunstancias individuales.

[EMAIL](#) | [IMPRIMIR](#) | [COMPARTIR](#)    

In
ENGLISH

[Contáctenos](#) [¿Quiénes somos?](#) [Política de privacidad](#) [Términos de uso](#) [Política editorial](#)

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



This site complies with the HONcode standard for trustworthy health information: [verify here](#).

© derechos de autor 2017 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.