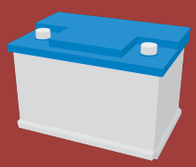
Lead and Your Health

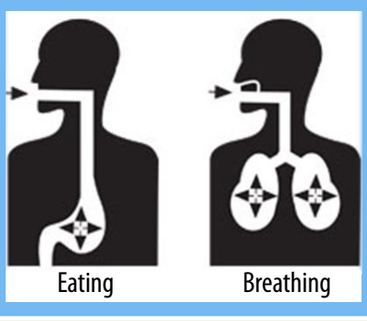
Office of Environmental Health Hazard Assessment
www.OEHHA.ca.gov
@OEHHA

What is Lead used for?

Lead is used to make ammunition and batteries. It was also used in pipes, paint and gasoline.



How Are We Exposed?



Sources of Lead

Imported Products
Candies
Foods and Beverages
Jewelry
Cosmetics
Toys

Home and Environment
Soil
Peeling Lead Paint
Lead Water Pipes
Dust

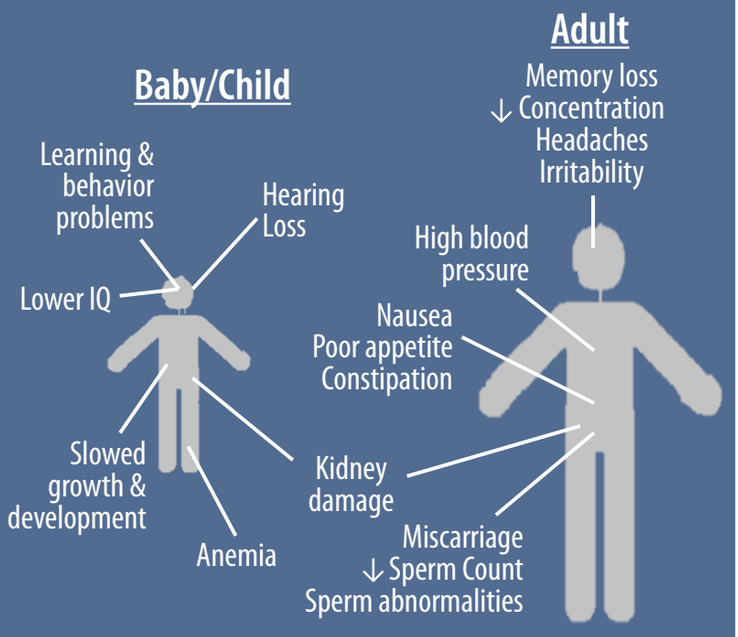
Jobs & Industry
Battery Facilities
Lead Smelting
Steel Welding
Mechanics
Mining

Hobbies and Activities
Home Renovation
Glazed Pottery Work
Stained Glass Work
Fishing Sinkers
Smoking

Cultural Sources
Home Remedies
Lead-Glazed Pottery

Populations At-Risk

Health Effects



How to Reduce Risk

- Keep floors, windows and surfaces dust free. Use a wet rag or HEPA vacuum.
- Wash hands often, especially kids.
- Cover dirt where kids play with bark, grass, concrete, plants, stones

- Wash children's toys often.

- Change clothes after working with lead to keep lead dust away from your car and home.
- Use store-bought soil to grow food.

- Wash fruits and vegetables. Peel root vegetables like carrots and potatoes.
- Have iron, vitamin C, calcium in your diet.
- Use a washable rug at the door to catch dirt. Better yet, remove shoes at the door.

Get blood lead tested if you are concerned about being exposed, especially your kids.

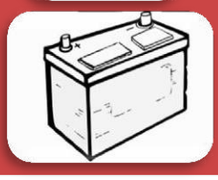
El Plomo y tu Salud

Oficina de Análisis de Riesgos de Salud Ambiental

www.OEHHA.ca.gov

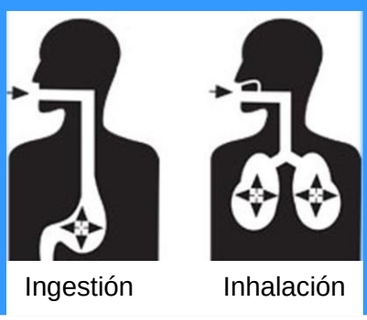
@OEHHA

¿Para qué se utiliza el Plomo?



El Plomo se utiliza para hacer municiones y baterías. Antiguamente se utilizaba en tuberías, pintura y gasolina.

¿Cómo Estamos Expuestos?



Ingestión Inhalación

Fuentes de Plomo

Productos Importados
Dulces
Alimentos y Bebidas
Joyería
Cosméticos

Hogar y Medio Ambiente
Suelo
Peladura de Pintura de Plomo
Tuberías para Agua de Plomo
Polvo

Oficios e Industria
Instalaciones para Baterías
Fundición de Plomo
Soldadura de Acero
Mecánica
Incineradores
Minería

Pasatiempos y Actividades
Remodelación del Hogar
Trabajos de Cerámica Vidriada
Trabajos en Vitrales
Plomadas de Pesca
Fumar

Fuentes Culturales
Remedios Caseros
Cerámica Vidriada

Poblaciones en Riesgo

Niños Adultos Mujeres Embarazadas → Bebés

Efectos en la Salud

Bebés / Niños

Problemas de aprendizaje y conducta
Pérdida de audición
Bajo C.I.
Lento crecimiento y desarrollo
Anemia
Daño en riñones
Nausea
Falta de apetito
Estreñimiento
Conteo de esperma
Anormalidades de esperma
Abortos

Adultos

Pérdida de memoria
Concentración
Jaquecas
Irritabilidad
Hipertensión

Cómo Reducir el Riesgo

- Mantener pisos, ventanas y superficies libres de polvo. Use un trapo húmedo o aspiradora con filtros HEPA.
- Lávese las manos continuamente, especialmente a los niños.
- Cubra la tierra donde juegan los niños con corteza, pasto, concreto, plantas, piedras.
- Lave continuamente los juguetes de los niños.
- Cambie su ropa después de trabajar con plomo para mantener el polvo de plomo fuera de su auto y de su hogar.
- Utilice tierra comprada en tiendas para cultivar alimentos.
- Lave frutas y verduras. Pele las verduras de raíz como zanahorias y papas.
- Incluya hierro, vitamina C y calcio en su dieta.
- Utilice un trapo lavable en la puesta para atrapar la suciedad. Mejor que eso, quítese los zapatos en la puerta.

Hágase un análisis de sangre en busca de plomo si sospecha haber estado expuesto. Especialmente a sus hijos.