

Envenenamiento Por Plomo

¿Qué es el Envenenamiento por Plomo?

El envenenamiento por plomo sucede cuando una persona traga, absorbe, o inhala plomo. Incluso una pequeña cantidad puede hacer daño. Los niños corren un riesgo más alto.

Consejos útiles para la Prevención

Enseñe a sus hijos a lavarse las manos después de jugar afuera y antes de las comidas.

Evite que coman cosas que se han caído al suelo y que se pongan productos que no sean alimenticios en la boca.

Lave botellas, juguetes, y chupones regularmente.

No guarde comidas o líquidos en cerámica vieja o importada, utensilios de cerámica, o de cristal de plomo.

No permita que sus niños coman pedazos sueltos de pintura o que coman sobre superficies pintadas.

Para reducir la absorción de plomo, dele algo saludable de comer a su niño cada 2 a 3 horas.

- Una dieta saludable es alta en hierro, vitamina C, y calcio; además es baja en grasas y aceites.

¿Está su niño en riesgo?

¿Pasa su niño mucho tiempo dentro de una casa:

- ¿Construida antes de 1987?
- ¿Con pintura pelándose o descascarándose?
- ¿Qué haya sido remodelada recientemente o que estén planeando remodelarla?
- ¿Que tenga mini persianas compradas antes de 1997?

¿Esta su niño frecuentemente en contacto con un adulto que trabaja con plomo?

¿Han sido quemados artículos no-vegetales afuera o cerca de su casa?

¿Juega su niño con llaves, cables eléctricos, o plomadas de pesca?

¿Alguno de los hermanitos o amigos de juegos de su hijo han tenido envenenamiento por plomo?

¿Consuma su hijo agua de un pozo?

Síntomas y Señales de Envenenamiento por Plomo

Irritabilidad

Cansancio frecuente

Problemas de comportamiento

Retraso en el crecimiento

Problemas de aprendizaje

Hiperactividad

Falta de apetito

Retrasos del desarrollo

Pérdida de la audición

Si usted sospecha que su niño está a riesgo de envenenamiento por plomo, por favor discuta con su proveedor sobre el diagnóstico y posibles tratamientos para el envenenamiento con plomo

Para más información acerca de Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo y Casas Saludables, por favor contáctenos en el 601-576-7619 o visite: <http://www.HealthyMS.com>

CONSEJOS PARA UNA CASA SALUDABLE

¿Qué es Una Casa Saludable?

Una Casa Saludable es aquella que ha sido diseñada y mantenida para mantener la salud sus residentes. ! Siga los 7 Principios de una Casa Saludable para conservar a su familia saludable y segura!

Manténgala Seca

Revise las cañerías, techos, y sistema de drenaje para verificar si hay fugas para evitar el moho y la humedad.

Manténgala Limpia

Remueva el polvo y el desorden para reducir los alérgenos.

Manténgala Ventilada

Airee su casa para reducir químicos que puedan estar dentro de la casa. Abra ventanas o use abanicos extractores mientras se baña o cocina para reducir la humedad.

Manténgala Libre de Insectos

Selle huecos y aperturas para evitar que insectos y roedores entren en su casa.

Manténgala Segura

Para prevenir lesiones personales instale detectores de humo y de monóxido de carbón, extinguidores de incendios, cerraduras en sus gabinetes, y cubra tomacorrientes

Manténgala Libre de Contaminantes

Reduzca la exposición al plomo, humo de tabaco, y otros contaminantes en su casa.

Manténgala en Buenas Condiciones

Inspeccione, limpie, y haga reparaciones a su casa regularmente.

¿Qué es Limpieza “Verde”?

Limpieza “verde” es una manera de usar productos seguros para reducir contaminantes en su casa. Trate algunas de nuestras recetas para hacer Limpiadores “Verdes”:

Ambientador

Coloque unas tajadas de fruta cítrica, clavos de olor, o canela en una olla con agua suficiente para hervir a fuego lento de 1 a 2 horas.

Limpiador de Muebles

Disuelva 1 cucharadita de aceite de limón en 1 taza de aceite vegetal. Aplíquelo con una toalla limpia y seca.

Desinfectante

Mezcle ½ taza de boráx en un galón de agua caliente y limpie con esta solución.

Limpiador del Piso con Hierbas Aromáticas

Combine en una cubeta: 1/8 taza jabón líquido o detergente, ¼ a ½ taza de vinagre blanco destilado o jugo de limón, ½ taza té de hierbas aromáticas (la menta tiene propiedades antibacterianas). Revuelva el agua hasta que este espumosa. Limpie el piso con un trapeador.

Antes de usar cualquiera de estas recetas, pruébelas en áreas menos visibles.

Para obtener más ideas y recetas “verdes”, visítenos en: <http://www.HealthyMS.com>

Para obtener más información sobre el Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo y Casas Saludables, por favor contáctenos al 601-576-7619 o visite: <http://www.HealthyMS.com>.

Catalog #5002 Spanish