

# No lleve a su casa POLVO DE PLOMO del trabajo



El polvo de plomo puede ser traído a su casa desde su trabajo y afectar la salud de cualquier persona que tenga contacto con estas partículas de plomo. Rastros de polvo de plomo puede quedar en artículos personales como la ropa, los zapatos, el cabello y la piel y desde allí pueden pasar a los vehículos, alfombras, pisos, los muebles y permanecer en artículos domésticos de uso común, como botellas de agua, teléfonos, loncheras y bolsas.



La exposición al plomo es peligrosa tanto para los niños como para las personas adultas, pero el riesgo es más elevado para los niños ya que puede causar daño cerebral permanente, daño a los riñones, anemia y bajo peso al nacer. Es importante tomar precauciones para evitar exponer a su familia y a usted al polvo de plomo.



## Efectos del plomo en la salud:

El plomo afecta a los riñones y al aparato reproductivo de hombres y mujeres, también aumenta el riesgo de sufrir tensión arterial en las **personas adultas**.

El plomo causa daño al cerebro y al sistema nervioso, puede causar dificultades de aprendizaje, problemas de comportamiento, y retrasar el crecimiento y desarrollo en los **niños**.

## Trabajos de riesgo con exposición al plomo:

- Construcción, demolición, renovación
- Esmerilado, cortado, taladrado, lijado, raspado abrasivo de superficies con pinturas con plomo
- Soldadura, fundido y trabajos de fundería
- Reciclaje de chatarra
- Trabajos en puentes, torres o estructuras de acero con antorchas de corte, lanzas térmicas, soldaduras, destructores de remaches, esmerilado, chorreado abrasivo
- Reparación de automóviles
- Joyería, acabado de antigüedades y muebles, cerámica, elaboración de vidrieras
- Campo de tiro al blanco (polvo de plomo de balas)
- Elaboración de aparejos de pesca y baterías
- Reciclaje de productos electrónicos



# Medidas a tomar en el **trabajo**

- Lavesé las manos y la cara antes de comer, beber o fumar.
- Comer, beber y fumar solo en las zonas libres de polvo de plomo y humo.
- Si usted fuma, visite: [njquitline.org/](http://njquitline.org/) para obtener información sobre cómo abandonar el tabaquismo, o dejar de fumar.
- Mantenga artículos personales limpios y alejados de su zona de trabajo.
- Participe en programas de detección de plomo en la sangre.
- Mantenga limpia su área de trabajo mediante el uso de limpieza con toallas húmedas o utilizar una aspiradora con filtro HEPA (filtro de alta eficacia de partículas); no limpiar con escoba ni quitar el polvo de plomo soplando con chorros de aire.
- Asegurarse que el sistema de ventilación funcione correctamente
- Utilizar un equipo de purificación de aire que esté limpio y que se ajuste correctamente a su cara para evitar la respiración de polvo de plomo; se recomiendan filtros P100 (color magenta o morado) como protección mínima en las zonas de trabajo donde exista polvo o partículas de plomo.
- Participe en programas de capacitación y orientación sobre los riesgos de exposición al plomo.



**NEW JERSEY  
QUITLINE**  
1-866-NJ-STOPS

## No permita que el polvo de plomo entre a su **casa**

- Es aconsejable bañarse o ducharse, de ser posible, antes de salir del trabajo.
- La ropa de calle debe mantenerla en un lugar limpio y debe ponérsela después de ducharse, si es que hay una ducha disponible.
- Si no puede ducharse, se recomienda quitarse la ropa y los zapatos de trabajo antes de regresar a casa o subir a su automóvil.
- Si lleva la ropa de trabajo a casa, debe lavarla y secarla por separado y **no mezclarla** con la ropa de los otros miembros de la familia.



## Pruebas de detección de plomo para la familia

- El Departamento de Salud de Nueva Jersey recomienda consultar con su médico para realizarse una prueba de detección de plomo lo más antes posible, especialmente si hay niños o mujeres embarazadas en casa.
- Para más información sobre dónde llevar a sus hijos a realizarse una prueba de detección de plomo en la sangre, puede visitar: [state.nj.us/health/childhoodlead/testing.shtml](https://state.nj.us/health/childhoodlead/testing.shtml)



### Para obtener más información:

Division of Epidemiology, Environmental and Occupational Health  
Consumer, Environmental and Occupational Health Service  
Environmental and Occupational Health Surveillance Program

<https://www.nj.gov/health/workplacehealthandsafety/occupational-health-surveillance/heavy-metals/>

