

**Actividades recreativas
sin peligro de
envenenamiento
por plomo:**

Plomo en los campos de tiro cubiertos

¿Quiénes corren riesgo?

- Mujeres embarazadas
- Niños
- Trabajadores del campo de tiro
- Tiradores de tiro deportivo o aficionados
- Fuerzas policiales
- Familias de los usuarios del campo de tiro, especialmente los niños

El envenenamiento por plomo se puede prevenir. Protéjase a usted mismo y proteja a su familia. No existe un nivel seguro de plomo.



Conozca las fuentes de plomo en su campo de tiro

- Las personas que disparan, limpian el campo de tiro, recogen los casquillos y manipulan balas gastadas pueden estar expuestas al plomo.
- La exposición al plomo se produce por:
 - Respirar partículas de plomo o polvo luego de disparar un arma.
 - Tocar el plomo y las partículas de plomo de las balas
 - Comer, beber o fumar con las manos contaminadas

Prevenga la exposición al plomo en el campo de tiro

- Utilice balas encamisadas o sin plomo y iniciadores sin plomo.
- Asegúrese de que el campo de tiro tenga una buena ventilación para alejar el humo de las armas del tirador y eliminar el plomo en el aire en la línea de tiro. Compruebe que el aire se extraiga, se filtre y se descargue directamente en el campo de tiro.
- No coma, beba o fume en un campo de tiro.
- Utilice guantes y protección para los ojos cuando limpie las armas de fuego o las superficies del campo de tiro.
- Lávese las manos y la cara con agua y jabón o límpiense con toallitas descontaminantes de plomo después de disparar, manipular casquillos usados o limpiar armas; especialmente antes de comer, beber, fumar o entrar en contacto con otras personas.
- Cámbiese y coloque la ropa, sombreros y zapatos en una bolsa antes de salir de un campo de tiro, y lave estos artículos por separado del resto de la ropa de la familia.

Su familia también puede estar en riesgo

- Los tiradores y los trabajadores pueden llevarse el plomo a casa en la ropa y la piel y exponer a sus familias al plomo. **El plomo en el hogar es particularmente peligroso para los niños y las mujeres embarazadas.**
- Los niveles de plomo en sangre de los niños deben ser analizados por su pediatra. No existe un nivel de plomo en sangre seguro para los niños. Sin embargo, un nivel de plomo en sangre superior a 3.5 microgramos por decilitro (mcg/dL) indica un mayor riesgo de efectos sobre la salud.
- Los niños expuestos al plomo pueden desarrollar un coeficiente intelectual más bajo, problemas de aprendizaje, retraso en el crecimiento, daños renales y comportamientos relacionados con la atención, como el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).
- Las mujeres embarazadas expuestas al plomo pueden tener bebés con bajo peso al nacer, nacimientos prematuros, abortos y nacimientos de bebé muerto.

Analice sus niveles de plomo en sangre

- Los adultos expuestos al plomo pueden desarrollar dificultades en su memoria, atención, aprendizaje, pérdida de audición, infertilidad e hipertensión.
- Póngase en contacto con su proveedor de atención médica y pídale que les hagan una prueba sencilla del nivel de plomo en sangre a usted y a su familia. Estas pruebas están cubiertas por Medicaid y la mayoría de los seguros médicos privados.

Recursos

Sitio web del Programa de Salud Ambiental de Idaho sobre el plomo. healthandwelfare.idaho.gov/Health/EnvironmentalHealth/HealthyHomes/Lead/tabid/941/Default.aspx

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Campos de tiro cubiertos. www.cdc.gov/niosh/topics/ranges/default.html

Manipulación del plomo y OSHA: Normativa para campos de tiro cubiertos. www.usashooting.org/library/Youth Development/HSand College Programs/Lead Management NSSF.pdf

Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA): Protección de los trabajadores contra los riesgos del plomo en los campos de tiro cubiertos. www.osha.gov/Publications/OSHA3772.pdf

Contacto

*Departamento de Salud y Bienestar de Idaho
Programa de Salud Ambiental*

www.environmentalhealth.dhw.idaho.gov

BCEH@dhw.idaho.gov

(800) 445-8647



Los niños y las mujeres embarazadas son quienes corren mayor riesgo de exposición al plomo



Nunca coma, beba o fume mientras esté disparando



Recuerde mantenerse a salvo mientras disfruta de su pasatiempo.



IDAHO DEPARTMENT OF
HEALTH & WELFARE

Junio de 2020