

# PLOMO en la TIERRA



*Los patios y huertos urbanos pueden contener tierra contaminada, lo que supone un riesgo para usted y su familia de ingerir o inhalar plomo.*

*La buena noticia es que hay muchas opciones para prevenir que usted y su familia se expongan.*

## **El plomo es perjudicial para todas las personas, pero es más peligroso para los niños y las mujeres embarazadas**

- El plomo puede dañar el cerebro, el sistema nervioso, los riñones y el sistema inmunitario.
- La exposición al plomo puede provocar un retraso en el crecimiento y el desarrollo.
- La exposición al plomo puede causar problemas de aprendizaje y conducta.
- Las mujeres embarazadas expuestas al plomo pueden experimentar un mayor riesgo de aborto, bajo peso del feto al nacer y partos prematuros. La exposición prenatal al plomo puede dañar el cerebro, los riñones y el sistema nervioso del bebé o hacer que los niños tengan problemas de aprendizaje o conducta.

***¡La intoxicación por plomo es prevenible! Protéjase y proteja a su familia. Ningún nivel de plomo es seguro. Manténgase seguro mientras disfruta de los vegetales y las frutas cultivadas en casa.***

## **Fuentes de plomo en la tierra**

- **Pintura a base de plomo** en casas anteriores a 1978: La contaminación en la tierra puede ser producto de la caída de trozos de pintura vieja al suelo o de actividades de renovación anteriores que se mezclen con la tierra cerca de la casa u otras estructuras.
- **La gasolina con plomo** que se utilizaba en los vehículos hasta finales de los años 80 puede filtrarse al suelo.
- **Los equipos antiguos** situados cerca de los huertos pueden filtrar plomo al suelo.
- **Zonas mineras históricas y zonas cercanas a emplazamientos industriales.** Los emplazamientos industriales, como las fundiciones de plomo, las instalaciones de reparación de automóviles y otras pueden emitir plomo al medio ambiente y contaminar la tierra.

## Si le preocupa haber estado expuesto al plomo de la tierra

- Póngase en contacto con su proveedor de atención médica y pida que les hagan a usted y a su familia un análisis sencillo de nivel de plomo en sangre. El Medicaid y la mayoría de los seguros médicos privados cubren los análisis.
- Ningún nivel de plomo en sangre es seguro en el caso de los niños. Se ha demostrado que incluso niveles bajos de plomo afectan la capacidad de aprendizaje del niño, su capacidad de atención y su rendimiento académico. Los efectos de la exposición al plomo pueden ser permanentes. La medida más importante que pueden tomar los padres, los médicos y otras personas es prevenir la exposición al plomo antes de que se produzca.
- Siga prácticas que reducen la exposición suya y de su familia, como las que se indican a continuación.

## Reduzca la exposición

- Use guantes cuando trabaje en el huerto y mantenga los guantes usados fuera del alcance de los niños.
- Lávese las manos inmediatamente después de trabajar en el huerto.
- Si le preocupa la presencia de plomo en la tierra o conoce de la existencia de niveles elevados de plomo en la tierra de su huerto, mantenga a los niños alejados de esas áreas.
- Quítese los zapatos y la ropa antes de entrar en casa: esta ropa debe lavarse por separado del resto.
- Lave todas las verduras y las frutas antes de comerlas.
- Limpie las herramientas antes de llevarlas al interior.
- Mantenga el suelo húmedo para reducir el polvo.



## Limpie para eliminar la tierra que sospeche que contiene plomo

No permita que los niños entren o permanezcan en el área si no puede eliminar la tierra contaminada.

- La tierra puede ser retirada y sustituida por un contratista certificado por la EPA para trabajos con plomo.
- Coloque una tela de jardinería resistente sobre el suelo del área y cúbrala con grava o mantillo o con un material permanente como el hormigón.
- Utilice jardineras o lechos de jardín elevados con tela de jardinería de alta resistencia y de al menos 18 pulgadas de altura y rellénelos con tierra no contaminada.

## Otras prácticas de horticultura seguras

- Plante los huertos a una distancia mínima de 3 metros de los cimientos de los edificios, las carreteras y las vías de acceso para evitar la contaminación por el desconchado de la pintura exterior de los edificios y la gasolina con plomo.
- No utilice en su huerto madera tratada, viejas traviesas de ferrocarril, plásticos desechables u otros materiales similares.

- Lave todas las frutas y verduras del huerto con agua corriente limpia y fría antes de guardarlas y antes de consumirlas. Una solución de vinagre ayudará a eliminar las partículas de tierra y a mantener sus verduras y frutas frescas por más tiempo.
- Contrate a un contratista de plomo certificado por la EPA para que elimine o cubra permanentemente el suelo.

## **Límites de niveles en la tierra recomendados para el cultivo de alimentos en huertos**

La norma de la EPA para el plomo en la tierra descubierta de las áreas de juegos es de 400 partes por millón (ppm) en peso y de 1200 ppm para las áreas que no son de juegos. Es importante tener en cuenta que los resultados de sólo unas pocas muestras recogidas en su huerto pueden no representar los niveles en la tierra de todo su huerto. La tierra puede variar y puede haber concentraciones de plomo muy diferentes en todas partes. Si le preocupa, póngase en contacto con el Programa de Salud Ambiental de Idaho para obtener más información y conocer los siguientes pasos que puede dar.

### **Recursos adicionales:**

CDC:

[www.cdc.gov/nceh/lead/default.htm](http://www.cdc.gov/nceh/lead/default.htm)

ATSDR:

[www.atsdr.cdc.gov/csem/leadtoxicity/safety\\_standards](http://www.atsdr.cdc.gov/csem/leadtoxicity/safety_standards).

[ATSDR - Environmental Health and Medicine Education.](#)

EPA:

[Lead in Soil, August 2020 EPA](#)

### **Para obtener más información, póngase en contacto con:**

Idaho Department of Health and Welfare

Environmental Health Program

[Healthandwelfare.idaho.gov/health-wellness/  
environmental-health](http://Healthandwelfare.idaho.gov/health-wellness/environmental-health)

800-445-8647

[bceh@dhw.idaho.gov](mailto:bceh@dhw.idaho.gov)



