Converse con su médico sobre hacerse un análisis de detección de plomo si usted:

- usa especias importadas y medicamentos ayurvédicos;
- se mudó hace poco a Estados Unidos desde otro país;
- alguna persona que vive con usted trabaja con plomo;
- renovó o remodeló una casa construida antes de 1978, o lijaron o rasparon la pintura;
- sabe que el agua potable que bebe contiene plomo;
- siente ganas de comer tierra, tiza, cerámica, yeso o pedazos de pintura;
- practica pasatiempos con riesgo de exposición al plomo, como tiro al blanco, manipulación de plomos de pesca o balas, fabricación de vidrieras o cerámica;
- vive cerca de minas de plomo, fundiciones, instalaciones de reciclaje de baterías u otros tipos de instalaciones donde se use plomo;
- tiene antecedentes de niveles de plomo de 5 microgramos por decilitro o superiores.

¿Tiene preguntas?
health.ny.gov/Lead

NEW YORK STATE | Department of Health

#6680 (Spanish) 5/18

¿Está embarazada?

Consejos para proteger a su bebé del plomo

Lo que debe saber:

El plomo es un metal que puede causar daño a las mujeres embarazadas y a sus fetos en desarrollo. Puede dañar el cerebro, los riñones, los nervios y otras partes del cuerpo. Puede causar aborto espontáneo, muerte fetal o dificultad para quedar embarazada. El plomo puede afectar al comportamiento de los niños y dificultarles el aprendizaje.

Puede acumularse en el cuerpo de una mujer durante años y luego pasar de la madre al bebé.

Un producto puede contener plomo, incluso si no se lo menciona como ingrediente.

Algunas mujeres embarazadas tienen la necesidad de ingerir productos no alimenticios. Esta conducta se llama pica.

¿Qué puede hacer?

Si está embarazada o planea quedar embarazada, pida a su médico que le ordene hacerse un análisis de detección de plomo en sangre.

Si alguna vez le hicieron este tipo de análisis y el resultado fue de 5 microgramos por decilitro o superior, deberá hacerle a su bebé un estudio de plomo antes de salir del hospital.

Resístase a la necesidad de ingerir productos no alimenticios. Estos elementos pueden contener plomo:

Tiza

Tierra

Cerámica

Evite los productos importados de Medio Oriente, Latinoamérica, el sur de Asia y China, que pueden contener plomo:

Especias, incluida la cúrcuma.

Muchos tipos de **golosinas.**

Cremas para la piel, incluidas Yisaoguang Yaogua, Hondan y Thanaka.

Los cosméticos como el kohl (también conocido como surma o kajal).

Cerámica vidriada con plomo. No use estos productos para preparar ni servir comidas.

La bisutería, incluida la chapada con oro o plata.

Medicamentos de hierbas y **ayurvédicos.**

Imágenes selectas cortesía del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York