

27 de octubre de 2015



Estimado Padre,

Como ayuda para asegurar que los niños de Flint estén protegidos de la exposición al plomo, El Genesee County Health Department y el Michigan Department of Health and Human Services le brindan respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿De dónde viene el plomo?
- ¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?
- ¿Debo hacer que mi hijo sea examinado?
- ¿Adónde puedo encontrar más información sobre el plomo?

### **¿De dónde viene el plomo?**

Fueron encontrados niveles elevados de plomo en el agua potable de tuberías de plomo en la Ciudad de Flint. Los niños también pueden estar expuestos al plomo de pintura vieja, tierra, cerámica, cosméticos y juguetes y algunos remedios caseros. Los trabajos y pasatiempos de los adultos tales como reparación del auto, vitrales, fabricación de joyas y manejo de municiones también pueden poner a los niños en riesgo, si tocan prendas o juegan en áreas donde hay plomo. El plomo presenta un riesgo grave para la salud, especialmente en los niños pequeños quienes se envenenan al comer, beber o respirar plomo.

**¿Se le debe hacer a mi hijo un examen de plomo en la sangre?** Los niños que viven en la Ciudad de Flint, que viven en un hogar donde se usa agua de la Ciudad de Flint, o que asisten a la escuela, reciben cuidado de niños o con frecuencia pasan tiempo con un cuidador en la Ciudad de Flint deberán acceder a un examen de envenenamiento con plomo.

*Esto se deberá realizar lo antes posible.*

### **¿Adónde debo ir para que se le haga un examen de plomo en la sangre a mi hijo?**

El mejor lugar para realizar el examen de plomo en la sangre a su hijo es el consultorio de su médico. Los exámenes son cubiertos por la mayoría de los planes de salud. Su médico hará con usted el seguimiento de los exámenes médicos y le brindará información sobre qué hacer a continuación. Su hijo también puede acceder a un examen de plomo gratuito en el Genesee County Health Department. Si necesita transporte, comuníquese al 2-1-1 para solicitar ayuda.

### **Entendiendo el resultado del examen de plomo de su hijo.**

**Un nivel de plomo debajo de 5** significa que hay poco plomo en la sangre de su hijo. Use los siguientes consejos para ayudar a que su hijo se mantenga seguro. Su médico podrá sugerir un nuevo examen para su hijo dentro de los siguientes 12 meses, para asegurar que el nivel no haya subido.

**Un nivel de plomo de 5 a 44** significa que su hijo tuvo cierta exposición al plomo. Trabaje con su médico y con el departamento de salud local para acceder a mayor orientación sobre cómo limitar su exposición al plomo. Su médico podrá volver a examinar a su hijo entre 1 y 3 meses después, para asegurar que el nivel no haya subido.

Los niños con niveles de plomo muy altos (**más de 44**) podrán requerir un tratamiento en el hospital.

### **¿Qué puedo hacer para mantener segura a mi familia?**

Se deberán seguir estos pasos de inmediato para protegerse usted y a su hijo.

### **Cómo proteger a su familia del plomo en el agua:**

- Solicite un examen de plomo en su agua. Es gratuito. Para más información, comuníquese al (810) 787-6537.
- Use un filtro de agua en su hogar. Llame al 2-1-1 para acceder a información sobre filtros de agua gratuitos Certificados por NSF.
- Sólo deje correr agua fría a través del filtro.
- Si no cuenta con un filtro de agua, consuma agua de botella o fórmula mezclada.
- Use agua filtrada o agua en botella para beber (incluyendo la preparación de café, mezclas de bebidas, jugo y fórmula de bebé), y la cocina (incluso aunque hierva el agua, el plomo permanecerá en el agua y la comida).
- Usted puede usar agua del grifo no filtrada para lavarse las manos y lavar los platos.
- Si deberá usar agua no filtrada para beber o cocinar, deje correr agua por el grifo durante cinco minutos antes de usar la misma.

### **Limpieza segura:**

Una limpieza segura es importante. Mantener su casa limpia y segura de riesgos de plomo le ayudará a proteger a su familia.

- Es posible que las edificaciones construidas antes de 1978 posean pintura con plomo. Use toallas de papel húmedas para limpiar pedazos de pintura y polvo en estas edificaciones antiguas. Asegúrese de limpiar alrededor de las ventanas, áreas de juegos y pisos.
- Lávese las manos y lave los juguetes de forma frecuente con agua y jabón.
- Puede usar agua del grifo no filtrada para limpiar mesadas, fregar pisos y lavar ropa.

### **Buena nutrición:**

Algunas comidas le ayudarán a evitar que el plomo se acumule en el cuerpo de un niño. Éstas son comidas con gran cantidad de calcio, hierro y vitamina C. Estas comidas incluyen:

<b>Comidas Ricas en Calcio</b>	<b>Comidas Ricas en Hierro</b>	<b>Comidas con Vitamina C</b>
➤ Leche	➤ Habas	➤ Naranjas
➤ Queso	➤ Carnes magras como pescado y pollo	➤ Jugo de naranja
➤ Yogurt	➤ Cereales integrales	➤ Pomelos
➤ Tofu	➤ Mantequilla de maní	➤ Tomates
➤ Espinaca		➤ Pimienta verde

Siempre lave la fruta con agua filtrada. Si está preocupado por la dieta de su hijo, hable con su médico, quien le podrá recomendar un multivitamínico diario.

WIC y SNAP brindan asistencia a los padres y niños que necesitan comidas frescas y saludables. Para más información, comuníquese a la **oficina del WIC del Condado de Genesee al (810) 237-4537**. SNAP también ofrece un programa de Double Bucks para adquirir incluso comidas más saludables sin costo adicional.

**¿Adónde puedo encontrar más información sobre el plomo?**

- Genesee County Health Department Lead Program  
(810) 257-3833  
[www.gchd.us](http://www.gchd.us)
- Michigan Department of Health and Human Services  
Childhood Lead Poisoning Prevention Program  
(Programa de Prevención del Envenenamiento Infantil con Plomo)  
(888) 322-4453  
[www.michigan.gov/lead](http://www.michigan.gov/lead)
- United States Environmental Protection Agency  
[www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead)
- U.S. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) Sitio web  
[www.cdc.gov/nceh/lead](http://www.cdc.gov/nceh/lead)

Estas recomendaciones tendrán efecto hasta que el Genesee County Health Department levante las restricciones sobre el uso del agua.

Atentamente,



Eden V. Wells, MD, MPH, FACPM  
Director Médico Ejecutivo  
Michigan Department of Health and Human Services



Gary K. Johnson, MD, MPH  
Director Médico  
Genesee County Health Department