

 Un sitio oficial del Gobierno de Estados Unidos
[Así es como usted puede verificarlo](#)



Menú

Buscar en EPA.gov

Plomo

CONTÁCTENOS <<https://epa.gov/plomo/forms/contactenos-acerca-de-plomo>>

Información sobre el plomo

En esta página, encontrará lo siguiente:

- ¿Qué es el plomo?
- ¿Dónde se encuentra el plomo?
- ¿Quiénes están en riesgo?
- Datos sobre la exposición al plomo
- ¿Cuáles son los efectos del plomo en la salud?
- Disminuya sus posibilidades de exposición al plomo
- ¿Qué hago si sospecho que mi hijo o yo hemos estado expuestos al plomo?

¿Qué es el plomo?

El plomo es un elemento natural que se encuentra en pequeñas cantidades en la corteza terrestre. Si bien tiene algunos usos beneficiosos, puede ser tóxico para los humanos y los animales, lo que causa efectos perjudiciales en la salud.

¿Dónde se encuentra el plomo?

El plomo se puede encontrar en todas partes en el medioambiente: el aire, el suelo, el agua e incluso dentro de nuestras casas. Gran parte de nuestra exposición proviene de actividades humanas, como el uso de combustibles fósiles, incluido el uso que anteriormente se le daba a la gasolina con plomo, algunos tipos de instalaciones

industriales y el uso que anteriormente se le daba a la pintura a base de plomo en los hogares. El plomo y los compuestos de plomo se han utilizado en una amplia variedad de productos que se encuentran en nuestros hogares y sus alrededores, lo que incluye pintura, cerámica, tuberías y materiales de plomería, soldaduras, gasolina, baterías, municiones y cosméticos.

El plomo puede ingresar al medioambiente a partir de estos usos que se le daba en el pasado y en la actualidad. El plomo también se puede emitir al medioambiente a partir de fuentes industriales y sitios contaminados, como antiguas fundiciones de plomo. Si bien los niveles naturales de plomo en el suelo oscilan entre 50 y 400 partes por millón, las actividades de minería, fundición y refinación han producido aumentos considerables en los niveles de plomo en el medioambiente, especialmente cerca de sitios de minería y fundición.

Cuando el plomo se libera al aire desde fuentes industriales o aviones con motor de ignición, puede recorrer largas distancias antes de depositarse en el suelo, donde generalmente se adhiere a las partículas del suelo. El plomo puede pasar del suelo al agua subterránea según el tipo de compuesto de plomo y las características del suelo.

Los estándares reglamentarios federales y estatales han ayudado a reducir la cantidad de plomo en el aire, el agua potable, el suelo, los productos de consumo, los alimentos y los entornos laborales.

Obtenga más información sobre las fuentes de exposición al plomo:

- En viviendas <<https://epa.gov/plomo/proteja-su-familia-contras-las-fuentes-del-plomo#casas>>
- En el suelo <<https://epa.gov/plomo/proteja-su-familia-contras-las-fuentes-del-plomo#suelo>>
- En el polvo <<https://epa.gov/plomo/proteja-su-familia-contras-las-fuentes-del-plomo#polvo>>
- En productos <<https://epa.gov/plomo/proteja-su-familia-contras-las-fuentes-del-plomo#productos>>
- En el agua potable <<https://epa.gov/plomo/proteja-su-familia-contras-las-fuentes-del-plomo#agua>>
- En escuelas e instalaciones de cuidado infantil <<https://epa.gov/node/1799>>
- Lea más sobre el plomo en inglés <<https://www.epa.gov/lead/learn-about-lead>>

¿Quiénes están en riesgo?

Niños

El plomo es particularmente peligroso para los niños porque su cuerpo en desarrollo absorbe más plomo que el de los adultos y la sensibilidad de su cerebro y sistema nervioso a los efectos perjudiciales del plomo es mayor. Los bebés y niños pequeños también pueden estar más expuestos al plomo porque frecuentemente se llevan a la boca las manos y otros objetos que pueden contener plomo del polvo o el suelo. Los niños también pueden estar expuestos al plomo al beber agua o consumir alimentos que contienen plomo, usar platos o vasos que contienen plomo, inhalar polvo de plomo de pintura a base de plomo, estar en contacto con el suelo contaminado con plomo o jugar con juguetes con pintura a base de plomo.

Adultos, incluidas mujeres embarazadas

Los adultos pueden estar expuestos al plomo al beber agua o consumir alimentos que contienen plomo, o al usar platos o vasos que contienen plomo. También pueden respirar polvo de plomo al pasar tiempo en lugares donde la pintura a base de plomo se está deteriorando y durante trabajos de renovación o reparación que alteran las superficies pintadas en casas y edificios antiguos. Realizar un trabajo o participar en pasatiempos donde se usa plomo, tal como fabricar vitrales, puede aumentar la exposición, al igual que consumir ciertos remedios caseros que contienen plomo. La exposición de una mujer embarazada al plomo de estas fuentes es un motivo de especial preocupación ya que, a su vez, puede exponer al bebé en desarrollo.

Datos sobre la exposición al plomo

- La medida más importante que pueden tomar los padres, los médicos y otras personas es **evitar la exposición al plomo antes de que ocurra.**

- Hasta hace poco, si se identificaba que el nivel de plomo en sangre en un niño era de 10 microgramos o más por decilitro, esto era un motivo de preocupación. Ahora, cuando se hace la prueba de plomo en sangre, los expertos utilizan un nuevo nivel basado en una población estadounidense de niños de 1 a 5 años que forman parte del 2,5 % de niños con niveles elevados de plomo en sangre (cuando se los compara con niños que están expuestos a más plomo que la mayoría de los niños). Actualmente ese nivel es de 5 microgramos por decilitro de plomo en sangre. El nuevo valor más bajo significa que probablemente se identificará a más niños con exposición al plomo, lo que permitirá a los padres, médicos, funcionarios de salud pública y comunidades tomar medidas con anticipación para reducir la exposición futura del niño al plomo.
-

¿Cuáles son los efectos del plomo en la salud?

El plomo puede afectar casi todos los órganos y sistemas del cuerpo. Los niños de 6 años o menos son más susceptibles a los efectos del plomo.

Niños

Incluso los bajos niveles de plomo en sangre en los niños pueden causar lo siguiente:

- Problemas de comportamiento y aprendizaje
- Menor coeficiente intelectual e hiperactividad
- Retraso en el crecimiento
- Problemas de audición
- Anemia

En casos excepcionales, la ingestión de plomo puede provocar convulsiones, coma e incluso la muerte.

Embarazadas

El plomo se puede acumular en nuestro cuerpo con el tiempo, se almacena en los huesos junto con el calcio. Durante el embarazo, el plomo se libera de los huesos de la madre junto con el calcio y puede pasar al feto; o en la etapa de lactancia, al lactante. Esto puede causar efectos graves en el feto o el bebé en desarrollo, algunos de los cuales pueden ser:

- Que el bebé nazca prematuramente o con un tamaño demasiado pequeño;
- Que se produzcan daños en el cerebro, los riñones o el sistema nervioso del bebé;
- Que aumente la probabilidad de que se produzcan problemas en el aprendizaje o de comportamiento; y
- Que la madre corra riesgo de sufrir un aborto espontáneo.

Aquí puede obtener más información sobre los efectos del plomo en mujeres embarazadas y lactantes:

- Efectos de los Riesgos Ocupacionales en la Salud Reproductiva de la Mujer <https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/99-104_sp/>, Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional.
- ¿Está usted embarazada? <<https://www.cdc.gov/nceh/lead/docs/esta-embarazada.html>>, Centros para el control de enfermedades.

Otros adultos

El plomo también es nocivo para otros adultos. Los adultos expuestos al plomo pueden sufrir las siguientes consecuencias:

- Problemas cardiovasculares, aumento de la presión arterial y episodios de hipertensión;
- Disminución de la función renal; y
- Problemas reproductivos (tanto en hombres como en mujeres).

Lea más sobre los efectos del plomo en la salud

- ToxFAQs – Plomo (Lead) <https://www.atsdr.cdc.gov/es/toxfaqs/es_tfacts13.html>, Agencia para el Registro de Sustancias Tóxicas y Enfermedades (ATSDR).

Disminuya sus posibilidades de exposición al plomo

Algunas cosas simples, como mantener su casa limpia y en buen estado, ayudarán en gran medida a prevenir la exposición al plomo. Para reducir las posibilidades de exposición al plomo en su hogar, tanto ahora como en el futuro, puede seguir estos pasos:

- Inspeccione todas las superficies y manténgalas pintadas para evitar el deterioro de la pintura.
- Aborde los daños causados por el agua rápida y exhaustivamente.
- Mantenga su hogar limpio y sin polvo.
- Limpie alrededor de áreas pintadas donde la fricción puede generar polvo, como puertas, ventanas y cajones. Limpie estas áreas con una esponja o un trapo húmedo para eliminar los pedazos de pintura o el polvo.
- Use solo agua fría para preparar alimentos y bebidas.
- Enjuague las tuberías que se utilizan para beber agua o preparar alimentos.
- Limpie periódicamente los desechos de las rejillas de salida o los aireadores de los grifos.
- Lave periódicamente las manos de los niños y también los biberones, chupetes y juguetes.
- Enseñe a los niños a quitarse los zapatos y limpiarlos y a lavarse las manos después de jugar al aire libre.
- Asegúrese de que la dieta que consumen los miembros de su familia sea bien balanceada. Los niños cuya dieta es equilibrada absorben menos plomo. Consulte el documento Combata el Envenenamiento con Plomo con una dieta saludable: Consejos para prevenir el envenenamiento con plomo (PDF) <<https://epa.gov/node/1789>>.
- Si va a realizar una renovación, reparación o pintura de la casa, asegúrese de que su contratista está certificado en prácticas seguras con el plomo <<https://epa.gov/node/1809>> y asegúrese de seguir prácticas de trabajo seguras con el plomo (PDF) <<https://epa.gov/node/1787>>.

Para determinar si su familia está en riesgo de envenenamiento por plomo, use el documento Lista de verificación de envenenamiento por plomo en el hogar (PDF) <https://www.epa.gov/sites/production/files/2014-05/documents/checklist_spanish_lores.pdf>.

¿Qué hago si sospecho que mi hijo o yo hemos estado expuestos al plomo?

Hable con su pediatra, médico general o agencia de salud local sobre lo que puede hacer. Con simplemente hacer un análisis de sangre, su médico puede comprobar si usted o su hijo estén expuestos al plomo. Es posible que también deba hacer una prueba en su casa para detectar las fuentes del plomo <<https://epa.gov/node/1785>>.

Plomo <<https://epa.gov/plomo>>

Información sobre el plomo

Proteja a su familia <<https://epa.gov/plomo/proteja-su-familia-contras-las-fuentes-del-plomo>>

Programa de Renovación, Reparación y Pintura de Plomo

<<https://epa.gov/plomo/programa-de-renovacion-reparacion-y-pintura-de-plomo>>

Programa de evaluación y eliminación <<https://epa.gov/plomo/eliminacion-inspeccion-y-evaluacion-de-riesgos-del-plomo>>

In English: Lead <<https://www.epa.gov/lead>>

Contáctenos <<https://epa.gov/plomo/forms/contactenos-acerca-de-plomo>> para realizar preguntas, proporcionar comentarios o informar sobre un problema.



Descubre.

EPA en inglés <<https://www.epa.gov/>>

Accesibilidad <<https://epa.gov/espanol/accesibilidad>>

Presupuesto y rendimiento <<https://www.epa.gov/planandbudget>>

Contratación <<https://www.epa.gov/contracts>>

Subvenciones <<https://www.epa.gov/grants>>

Datos de la Ley Federal "No FEAR" <<https://www.epa.gov/ocr/whistleblower-protections-epa-and-how-they-relate-non-disclosure-agreements-signed-epa-employees>>

Privacidad y seguridad <<https://epa.gov/espanol/aviso-de-privacidad-y-seguridad>>

Some links include English content.

Conéctese.

Data.gov <<https://www.data.gov/>>

Inspector General <<https://www.epa.gov/office-inspector-general/about-epas-office-inspector-general>>

Empleos <<https://www.epa.gov/careers>>

Sala de prensa <<https://epa.gov/espanol/sala-de-prensa>>

Gobierno abierto <<https://www.epa.gov/open>>

Regulations.gov <<https://www.regulations.gov/>>

Suscríbese <<https://www.epa.gov/newsroom/email-subscriptions-epa-news-releases>>

USA.gov <<https://www.usa.gov/>>

White House <<https://www.whitehouse.gov/>>

Pregunte.

Contáctenos <<https://epa.gov/espanol/forms/contactenos-sobre-el-sitio-epa-en-espanol-preocupaciones-ambientales-o-alguna-pregunta>>

Línea de ayuda <<https://www.epa.gov/home/epa-hotlines>>

Solicitudes FOIA <<https://www.epa.gov/foia>>

Preguntas frecuentes <<https://www.epa.gov/home/frequent-questions-specific-epa-programsttopics>>

Síguenos.



ACTUALIZADO EL ABRIL 22, 2021