

# Plomo en su comida y en remedios caseros



La única manera para saber si su niño(a) tiene un alto nivel de plomo es haciéndole un examen de plomo en la sangre. Niños de 6 años o menores están a un riesgo mayor.

Llame a su médico o clínica para hacerle un examen a su niño(a) si piensa que pueda tener intoxicación por plomo.

## ¿Preguntas sobre plomo?

Puede llamar a su médico, departamento de salud local o al programa de la prevención de intoxicación por plomo en la niñez de Texas  
**1-800-588-1248.**

## Cosas que puede hacer para no contaminar su comida con plomo...

- ▶ Guarde los alimentos en contenedores hechos de vidrio, de acero inoxidable o de plástico.
- ▶ No cocine, sirva o guarde alimentos en latas, alfarería, cerámica o en cristal con plomo. Cierta alfarería (incluyendo los jarros de barro Mexicanos para los frijoles), la cerámica y el cristal también contienen plomo.
- ▶ No guarde bebidas (especialmente bebidas ácidas como jugo de naranja o de tomate) en recipientes de cristal de plomo.
- ▶ Lave los mostradores de la cocina y las manos antes de preparar los alimentos.
- ▶ Lave las frutas y verduras antes de comerlas.
- ▶ Use solamente agua de la llave del agua fría para tomar, cocinar o preparar fórmula para bebés.

## Para mantener seguro a su niño(a) de otras fuentes de plomo...

- ▶ No le dé remedios caseros a su niño(a) como:
  - Azarcón — Un polvo anaranjado brillante, contiene alrededor de 90% plomo.
  - Greta — Un polvo amarillo, es casi 100% plomo.
- ▶ Si usted le ha dado a su niño(a) Azarcón o Greta, debe llevarlo(a) al doctor para hacerle un examen de plomo en la sangre.