



Adult Blood Lead Epidemiology & Surveillance  
Texas Department of State Health Services

# COMO PROTEGER A SU FAMILIA DEL PLOMO

Si trabaja con plomo usted podría llevar polvo de plomo de su trabajo a su hogar en su ropa y zapatos. Este polvo se puede impregnar en su automóvil, muebles, pisos y alfombras. Siga las siguientes instrucciones para protegerse a sí mismo y a su familia:

## En su trabajo

- No vista su ropa de trabajo en su casa – cámbiese de ropa y zapatos antes de salir de trabajar
- Ponga sus zapatos y ropa de trabajo en una bolsa de plástico y séllela bien
- Enjuáguese la cara y manos con agua y jabón antes de comer, tomar, o salir de su trabajo.



## En su hogar

- Cuando llegue a su casa asegúrese que su ropa de trabajo se mantenga fuera del alcance de los niños
- Lave su ropa aparte de la de su familia
- Si es necesario usar su calzado de trabajo en su casa, use tapetes de entrada y mantenga sus zapatos fuera del alcance de los niños
- Lave las manos de sus hijos frecuentemente con agua y jabón
- Lave los juguetes de sus hijos frecuentemente con agua y jabón
- Aspire las áreas alfombradas antes de trapear los pisos
- Cubra las áreas alfombradas con tapetes
- Consulte su doctor para mas información sobre el plomo y se le haga un análisis a su familia

