

# Guía para limpiar el plomo de forma segura



**División de Vigilancia de la Concentración  
de Plomo en la Sangre.**



# Índice

Limpieza del plomo de forma segura .....	4
Antes de comenzar la limpieza: Lo que usted debe saber .....	5
Limpieza del plomo: Paredes y superficies .....	6
Limpieza del plomo de forma segura: Pisos no alfombrados .....	7
Limpieza del plomo de forma segura: Pisos alfombrados .....	8
Limpieza del plomo de forma segura: Los niños y el lavado de la ropa.....	9
Limpieza del plomo de forma segura: Después de la limpieza .....	11
Recursos del DSHS y la HHSC .....	12

## Limpeza del plomo de forma segura



Si usted vive en una casa construida antes de 1978 o vive con alguien que trabaja con plomo, tiene un mayor riesgo de respirar polvo de plomo. Los niños menores de 6 años tienen un mayor riesgo de respirar e ingerir polvo de plomo. El plomo afecta el desarrollo del cerebro y el crecimiento normal de los niños pequeños. Es importante reducir su contacto con el polvo de plomo, y una manera de lograrlo es hacer una limpieza periódica. La limpieza es un componente importante para reducir el riesgo de exposición al plomo en el hogar.

## Antes de comenzar la limpieza: Lo que usted debe saber

- De ser posible, use siempre guantes de hule. De este modo evitará que el polvo de plomo se pase a sus manos mientras limpia.
- Si hay trozos de pintura que están despegándose, humedezca la zona con una botella rociadora. Los trozos despegados de pintura seca desprenden polvo de plomo. Al mantener estas zonas húmedas, minimizará el desprendimiento de polvo de plomo mientras limpia. Si han caído al suelo trozos de pintura, recójalos con un trapo o una toalla de papel.
- Tenga a la mano una bolsa de plástico para la basura mientras limpia. Eche en ella los trapos y toallas de papel usados o los trozos de pintura desprendidos.
- Si está limpiando paredes, superficies y suelos sin alfombras, necesitará tres cubetas:
  - Una cubeta que contenga un limpiador multiusos,
  - Una cubeta con agua limpia y
  - Una cubeta vacía

### Artículos que necesitará

Bolsas de plástico para la basura

Guantes de hule

Trapeadores  
(de hilo, esponja, o toalla desechable)

Aspiradora con filtro HEPA

Trapos/toallas de papel

Botella rociadora

Limpiador multiusos

Tres cubetas

## Consejos

Nunca use limpiadores abrasivos para limpiar paredes y superficies que contengan plomo. Estos limpiadores hacen que la pintura se disuelva y emita gases que podrían contener plomo.

Nunca se deben usar artículos de limpieza como la lana de acero o los estropajos. Estos causan que se desprenda más polvo de plomo de las superficies.

No olvide enjuagar el trapo o la toalla de papel a menudo. Enjuagarlos evita que el polvo de plomo se extienda a otras superficies.

Cambie con frecuencia el agua de la cubeta para el agua limpia. Arroje el agua sucia al inodoro.

Al limpiar semanalmente las paredes y superficies, evitará el polvo y otros residuos de plomo peligrosos.

## Limpieza del plomo de forma segura: Paredes y superficies

1. Moje el trapo, toalla de papel o esponja en la cubeta con limpiador multiusos. Exprímalo.
2. Rocíe la pared o la superficie al limpiar para minimizar la propagación del polvo. De ser posible, limpie con movimientos en una sola dirección. Limpie con movimientos de arriba abajo, avanzando hacia el piso.
3. Cuando tenga que mojar el trapo de nuevo, exprímalo en la cubeta vacía. Enjuague el trapo en la cubeta con agua limpia. Luego, exprímalo en la cubeta vacía. Moje el trapo en la cubeta con el limpiador multiusos y repita.

### Otras superficies que debe limpiar

- Persianas de vinilo
- Repisas de ventanas
- Molduras
- Mesas
- Otras superficies con polvo
- Mostradores
- Puertas

## Limpeza del plomo de forma segura: Pisos no alfombrados

1. Antes de trapear, asegúrese de que no haya trozos de pintura sueltos u otros residuos en el suelo. Si los hay, use una toalla de papel para recogerlos. Tire la toalla de papel y los pedazos de pintura en una bolsa de basura.
2. Remoje el trapeador en la cubeta con el limpiador multiusos. Exprima el exceso de líquido antes de trapear.
3. Trapee pequeñas zonas del piso a la vez. Empiece en la parte más alejada de la puerta y trapee hacia la puerta.
4. Cuando tenga que remojar el trapeador de nuevo, exprímalo en la cubeta vacía. Enjuague el trapeador en la cubeta con agua limpia y exprímalo en la cubeta vacía. Remoje el trapeador en la cubeta con el limpiador multiusos y repita.

### Consejos

Nunca use trapeadores que tengan un estropajo o cepillo adheridos. Los estropajos esparcen el polvo de plomo al aire cuando se frotran contra el suelo.

Evite golpear los zócalos o las paredes, ya que de este modo el polvo de plomo se esparce en el aire.

No olvide enjuagar el trapeador a menudo. El trapeador húmedo evita que se extienda el polvo de plomo mientras usted trapea.

Cambie con frecuencia el agua de la cubeta para el agua limpia. Arroje el agua sucia al inodoro.

Al limpiar semanalmente los pisos, evitará que se extienda el polvo y otros residuos de plomo peligrosos.

## Recuerde

Nunca use una aspiradora doméstica para recoger el polvo o los trozos de pintura de las paredes y los pisos. Las aspiradoras domésticas no están diseñadas para atrapar el polvo de plomo y pueden arrojar el polvo de nuevo al aire. Use solo una aspiradora con filtro HEPA. Los filtros HEPA impiden que el polvo de plomo vuelva a flotar en el aire.

Nunca use una escoba para barrer alfombras o tapetes. Nunca sacuda ni agite los tapetes. Al hacerlo, podría soltar e incluso extender el polvo de plomo por el aire.

Al limpiar semanalmente los pisos, evitará que se extienda el polvo y otros residuos de plomo peligrosos.

## Limpieza del plomo de forma segura: Pisos alfombrados

### Pisos alfombrados

1. Empiece en la parte más alejada de la puerta y aspire avanzando hacia la puerta.
2. Aspire en pequeñas zonas a la vez (2 pies x 5 pies)
3. Use una esponja o trapo mojados para remover las manchas.

### Tapetes

1. Aspire la parte superior del tapete. Dóblelo a la mitad.
2. Aspire la mitad de atrás del tapete. Haga lo mismo con la otra mitad del tapete.
3. Use una esponja o trapo mojado para remover las manchas.
4. Cambie a menudo el agua de la cubeta para el agua limpia. Vierta el agua en el inodoro.



## Limpeza del plomo de forma segura: Los niños y el lavado de la ropa



### Juguetes y cobijas

Lave o limpie siempre los juguetes, cobijas y otros artículos que su hijo use o con los que juegue. Los niños pequeños se llevan a la boca los objetos, y si estos están cubiertos de polvo de plomo, corren el riesgo de ingerirlo. Limpie estos artículos a diario si han estado en el suelo; si no han estado en el suelo, límpiélos cada semana.

### El lavado de las manos

Asegúrese de que su hijo se lave las manos antes de comer o dormir. Quitar el polvo de plomo de las manos reduce el riesgo de ingerirlo.

## El lavado de la ropa

Si usted, o alguien con quien vive, trabaja en contacto con plomo, lave su ropa de trabajo separada del resto de la ropa de uso diario. Esto evitará que el polvo de plomo se extienda al lavar la ropa. Al terminar de lavar la ropa de trabajo, prenda de nuevo la lavadora y haga que funcione vacía para asegurarse de que el plomo restante se elimine.

## No deje que el plomo entre en casa

Si usted, o alguien con quien vive, trabaja en contacto con plomo, no olvide quitarse toda la ropa de trabajo antes de entrar en casa. De no hacerlo, podría introducir el polvo de plomo del trabajo en su hogar. Quítese los zapatos de trabajo antes de entrar y manténgalos alejados de los niños pequeños. De ser posible, dúchese inmediatamente después de llegar a casa para quitarse el polvo de plomo del cabello o la piel.



## Limpeza del plomo de forma segura: Después de la limpieza



El agua utilizada para la limpieza debe vaciarse en el inodoro. No eche esta agua en los fregaderos o zonas donde se prepara la comida.

Deseche los guantes, los trapos y las toallas de papel usados en una bolsa de plástico para la basura. Amarre las bolsas y tírelas. Si va a volver a usar las esponjas, los trapos o los guantes, no los enjuague en el fregadero ni las demás partes donde usted prepara los alimentos. Es importante lavar estos artículos en un lugar aparte.

Si tiene planeado lavar estos artículos en la lavadora, lávelos separados de la ropa de uso normal. Prenda la lavadora y póngala a funcionar vacía para eliminar el plomo restante.

## Recursos del DSHS y la HHSC

Puede encontrar este folleto y otros materiales educativos en el sitio web de la División de Vigilancia de la Concentración de Plomo en la Sangre en ***dshs.texas.gov/lead***.

La Comisión de Salud y Servicios Humanos (HHSC) de Texas administra el programa 2-1-1. El programa 2-1-1 proporciona información sobre la salud y los servicios médicos en el estado de Texas.

Usted puede llamar al 2-1-1 o al 877-541-7905, o visitar [211texas.org](http://211texas.org)



**TEXAS**  
Health and Human Services

**Texas Department of State  
Health Services**

## Información de contacto

### **Blood Lead Surveillance Branch**

Texas Department of State Health Services  
PO Box 149347  
MC 1964  
Austin, Texas 78756

Teléfono: 512-776-7151  
Fax: 512-776-7699

[TexasBloodLead@dshs.texas.gov](mailto:TexasBloodLead@dshs.texas.gov)

***dshs.texas.gov/lead***



División de Vigilancia de la Concentración de  
Plomo en la Sangre

***[dshs.texas.gov/lead](https://dshs.texas.gov/lead)***