

## **El envenenamiento por plomo en el adulto**

El plomo es venenoso. A diferencia de otros metales, el plomo no tiene ninguna utilidad para el cuerpo. La mayoría de los adultos con un nivel alto de plomo en el cuerpo, se expusieron en su trabajo. El polvo se produce al cortar, perforar, lijar o hacer explotar materiales que contienen plomo. También se produce polvo al reparar o destruir estructuras o edificios que fueron pintados con pinturas a base de plomo. También se producen gases de plomo cuando se usan sopletes para soldar en material que contiene plomo.

El plomo puede entrar al cuerpo si se:

- Respira
- Traga



- Lo puede tener en sus manos y puede tentarse la boca y de allí tragárselo.
- El polvo de plomo que tenemos en las manos puede entrar a los alimentos, las bebidas, o cigarrillos, y luego a nuestra boca.



El plomo también puede entrar al cuerpo por una herida causada por un balazo. También al tragar o chupar objetos que tienen plomo, como municiones, anzuelos de pesca, algunos productos de vinil o plástico, como la cubierta de un cable.

Cuando uno se expone a una gran cantidad de plomo en corto tiempo, ocurre lo que se llama envenenamiento grave de plomo. Los efectos de esto aparecen muy poco después de que la persona se expone al plomo. Los síntomas, entre otros, pueden ser:

- Gusto metálico en la boca
- Dolor fuerte de estómago y vómitos
- Diarrea
- Excremento de color negro



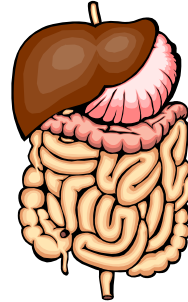
Cuando una persona tiene un nivel alto de plomo en la sangre, puede sufrir desmayos, entrar en coma, y hasta morir.

Si alguien está expuesto al plomo por largo tiempo, tendrá envenenamiento crónico de plomo. **Uno puede llegar a no notar las señales de la enfermedad, y puede no darse cuenta de que se está acumulando plomo en su cuerpo.** Los síntomas de envenenamiento con plomo pueden ser iguales a otros síntomas, y puede ser que uno los ignore. Una vez que el plomo entra al cuerpo, va a la sangre y luego a otras partes del cuerpo. El plomo toma el lugar del calcio en los dientes y huesos, y se puede quedar allí por muchos años. Algunos síntomas del envenenamiento por plomo son:

- Cansancio
- Debilidad en los brazos y piernas
- Problemas para dormir
- Dolor de cabeza
- Olvidarse mucho de las cosas, falta de concentración



- Pérdida o reducción de la vista o el oído
- Falta de apetito, pérdida de peso
- Problemas digestivos, estreñimiento
- Dolor de músculos y coyunturas

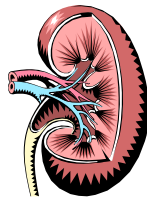


- Problemas de reproducción en el hombre (baja cantidad de espermatozoides, espermatozoides defectuosos, falta de deseo sexual, incapacidad de erección del pene)



- Problemas de reproducción en la mujer (abortos espontáneos, bebés prematuros, o de bajo peso al nacer, bebés que nacen muertos.) Niños con problemas de disciplina o con problemas para aprender.

- Alta presión de la sangre
- Problemas de riñones
- Anemia (sangre con poco hierro)



Cuando las personas envejecen y pierden el calcio de los huesos, el plomo que tienen en los huesos puede volver a entrar en la sangre. Esto le permite al plomo volver a causar daños.

El polvo de plomo se puede llevar de cualquier sitio a su casa, y afectar a los niños, a [las mujeres embarazadas](#) o a mujeres que podrían quedar embarazadas. Las mujeres que están en edad reproductiva deben tener mucho cuidado si trabajan con productos que contienen plomo.

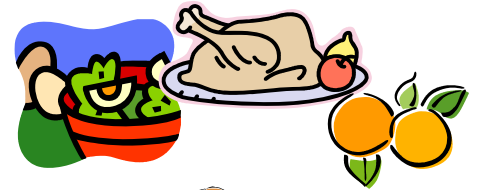


Los trabajadores con alto nivel de plomo en la sangre también deben pedir que se les hagan pruebas de plomo a sus hijos.



Para protegerse contra el plomo en su trabajo debe:

- Obedecer todas las medidas de precaución en su trabajo.
- Usar el equipo personal de protección adecuado que hay
- Usar las técnicas adecuadas de ventilación y de limpieza.
- Cuidar de su higiene personal: lavarse las manos antes de comer, tomar un baño después del trabajo.
- Tener una [dieta](#) con mucho calcio, vitamina C, hierro y poca grasa.
- Decirle a su médico en qué trabaja usted y qué productos usa en el trabajo.
- Ir a todas las citas en las que le analizarán el nivel de plomo en la sangre y a la prueba posterior.
- No dejar de preguntar en su empleo cuál es el resultado de los análisis de aire.
- Averiguar si su empleo entregó la información Material Safety Data Sheets (MSDS) de los productos que usted usa en el trabajo, para ver si algún producto tiene plomo o algún otro material tóxico. (*MSDS es un informe que indica qué tan seguro o no es un producto*).



La Oficina de Salud y Seguridad Laboral – U.S. Department of Labor, Occupational Safety Administration (OSHA por sus siglas en inglés) exige que se analice el nivel de plomo en la sangre del trabajador. Exige esto cuando las pruebas de aire muestran que hay más de 30 microgramos de polvo y vapor de plomo por metro cúbico de aire ([OSHA, 29 CFR 1910.1025](#)). Las reglas de OSHA exigen que se mueva a un trabajador de su lugar de trabajo si hay mucho plomo. Esto se debe hacer si el nivel de plomo en la sangre del trabajador es de más de 50 microgramos por decilitro.

Cuando se mueve a un empleado de su trabajo por causa de alto nivel de plomo en la sangre, se lo debe transferir a un trabajo en el que esté expuesto al nivel de 30 microgramos por metro cúbico o menos. El jefe puede poner al trabajador otra vez en su empleo anterior cuando el nivel de plomo en la sangre de éste baje a menos de 40 decilitros.

Para más información sobre las reglas de OSHA y sobre el plomo en el lugar de trabajo, llame a OSHA de New Mexico al 505-476-8734 o al 1-877-610-8742