

INTOXICACIÓN POR PLOMO

New Hampshire
HEALTHY HOMES
& Lead Poisoning Prevention Program



EL PLOMO Y LOS ADULTOS

Efectos sobre la salud de la exposición al plomo en adultos

Intoxicación con plomo en adultos

- El plomo puede ingresar al organismo al respirar o tragar polvo, humo, o vapores de plomo.
- Aún si se siente bien, el plomo puede dañar su organismo y provocarle diversos síntomas.
- El plomo se absorbe en el torrente sanguíneo, y puede acumularse en los tejidos blandos y los huesos. Con el paso del tiempo, el plomo acumulado en los huesos vuelve a liberarse al organismo.
- No existen concentraciones seguras de plomo en la sangre. Los expertos coinciden en que una concentración de plomo en sangre de un adulto > 25 µg//dL es motivo de preocupación.

Síntomas asociados a concentraciones de plomo en sangre

BLL	Síntomas
15 µg/dL	Aumento de la presión arterial, perjudicial para el feto
20 µg/dL	Dolores de cabeza
30 µg/dL	Daño a los espermatozoides, reflejos más lentos, cansancio, problemas reproductivos, daños en los riñones
40 µg/dL	Dolores musculares y en las articulaciones, dolor de estómago, estreñimiento
50 µg/dL	Diarrea, pérdida de apetito, anemia, problemas para dormir
60 µg/dL	Problemas de memoria, cambios de humor, problemas para concentrarse
80 µg/dL	Dolor intenso de estómago
100 µg/dL	Daño cerebral grave

Análisis para detectar plomo en sangre en adultos

- Un análisis de sangre es la única manera de conocer la concentración de plomo en su sangre. Hable con su médico sobre hacerse el análisis para detectar plomo.
- Si trabaja con plomo y vive con niños pequeños o mujeres embarazadas, hable con su médico para saber si se tienen que hacer el análisis.

Medidas de acción

Control de plomo en sangre

En un entorno donde el trabajador está expuesto al nivel de acción de la OSHA (independientemente del BLL):

- Determine el plomo en sangre antes de la exposición
- Analice el plomo en sangre todos los meses, durante los 3 primeros meses
- Analice el plomo en sangre cada 6 meses y en un examen anual

Trabajador con una concentración de plomo en sangre > 40 µg/dL en los últimos 12 meses, o con una concentración que requiera eliminación médica:

- Evaluación médica anualmente
- Controlar cada 2 meses hasta que dos análisis consecutivos sean < 40 µg/dL

Trabajadores con plomo en sangre > 50 µg/dL:

- Puede indicar la eliminación médica
- Analizar el plomo en sangre mensualmente

Cualquier síntoma de intoxicación con plomo, o trabajador con dificultad para respirar al usar una máscara respiratoria

- Evaluar el plomo en sangre inmediatamente

Recursos disponibles – Llame o envíe un correo electrónico si tiene preguntas

Programa de vigilancia de plomo en sangre para adultos	800-897-LEAD (5323) en NH 603-271-4507	http://www.dhhs.state.nh.us/dphs/bchs/clpp http://www.dhhs.nh.gov/dphs/hsdm/ohs
Centro de toxicología de Northern New England	800-222-1222	http://www.nnepc.org
Workwise NH	603-358-2465	http://www.keene.edu/academics/conted/safety/workwise
Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH)	800-CDC-INFO (800-232-4636)	http://www.cdc.gov/niosh/topics/ABLES/ables.html
Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA)	603-225-1629	http://www.osha.gov/SLTC/lead
Centro de Información Nacional sobre Plomo (NLIC)	800-424-LEAD (5323)	http://www.epa.gov/lead/forms/lead-hotline-national-lead-information-center
Coalición para la Salud y Seguridad Ocupacional de NH (NH COSH)	603-232-4406	http://www.nhcosh.org

Departamento de Salud y Servicios Humanos de NH, División de Servicios de Salud Pública

1-800-897-LEAD





EL PLOMO Y LOS ADULTOS

Guía para trabajar con plomo en la industria

Medidas que puede tomar en el trabajo

Aquí hay algunas sugerencias para disminuir el riesgo de intoxicación con plomo "que se lleva a su casa":

- Lávese las manos y el rostro antes de comer, beber, o fumar.
- Coma, beba y fume únicamente en zonas sin humos ni polvo de plomo.
- Si se utiliza un sistema de ventilación en el trabajo, asegúrese de que esté encendido y funcionando correctamente.
- Use un respirador purificador de aire limpio, ajustado adecuadamente, equipado con filtros P100 de color púrpura (a un nivel mínimo de protección) en todas las zonas de trabajo que tengan humos o polvo de plomo. Su empleador debe capacitarlo sobre cómo usar el respirador.
- Póngase la ropa y los zapatos de trabajo antes de trabajar con plomo. Guarde la ropa de calle en un lugar limpio.
- De ser posible, tome una ducha en el trabajo antes de volver a casa.
- Lave la ropa del trabajo por separado de su lavado de ropa habitual. Si es posible, ejecute un ciclo vacío en la lavadora.
- Asegúrese de que las llaves y teléfonos celulares que utilice en el trabajo se mantengan lejos del alcance de los niños.
- Para limpiar, use métodos de limpieza húmeda y use una aspiradora especial de *Alta Eficiencia para Partículas Suspendidas* (HEPA)
- Evite morder plomadas, hilos y cables para pesca que puedan contener plomo.

NORMA DE PLOMO DE LA OSHA

La Norma de plomo especifica el límite de plomo en el lugar de trabajo y las responsabilidades del empleador

Para las personas expuestas a plomo en el aire al Nivel de acción de la OSHA de 30 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ o por encima, durante más de 30 días al año, la OSHA exige:

- Examen médico y análisis de plomo en sangre
- Protección de remoción médica (remoción temporal de la tarea laboral debido a una concentración alta de plomo en sangre)

Para las personas expuestas a plomo en el aire al Límite de exposición admisible (Permissible Exposure Limit, PEL) de 50 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ o por encima, los empleadores deben:

- Colocar una señal de advertencia
- Instalar ventilación
- Proporcionar duchas y vestuarios
- Ofrecer exámenes médicos y análisis de plomo en sangre
- Ofrecer protección de remoción médica

Para obtener más detalles, consulte la Norma de plomo de la OSHA en: www.gpoaccess.gov/cfr/index.html

ANÁLISIS DE PLOMO EN SANGRE

La única manera de enterarse de un BLL alto es mediante un análisis

Un empleador debe poner a disposición un análisis de plomo en sangre al menos:

- Cada 6 meses para empleados con una exposición de plomo en el aire por encima del Nivel de acción durante más de 30 días al año.
- Cada 2 meses para cualquier persona con la última concentración de plomo en sangre > 40 $\mu\text{g}/\text{dL}$.
- Mensualmente para un empleado durante la remoción médica temporal, debido a una concentración alta de plomo en sangre.

No se asuste si su concentración de plomo en sangre es alta

- Su concentración de plomo en sangre se puede bajar. Su médico elaborará un plan de salud en función de la cantidad de plomo en su organismo. Consulte a su médico regularmente hasta que su concentración de plomo en sangre ya no sea un problema.

