



# Acciones Saludables

para remover la tierra  
contaminada en su hogar



**QUÍTESE LOS ZAPATOS**  
en la puerta



**LAVE TODAS LAS  
FRUTAS Y VERDURAS**  
antes de comer



**LÁVESE LAS MANOS**  
con agua y jabón



**LAVE LOS JUGUETES  
Y CHUPETES**  
de los niños y niñas  
con frecuencia



**TRAPEE Y ASPIRE**  
una vez a la semana



**LIMPIE SUS  
MASCOTAS**  
antes de que entren  
a su casa

## ¿Por qué es importante hacer estas acciones saludables?

Existen muchas cosas que no son saludables en la tierra como químicos peligrosos que pueden dañar su cuerpo. Algunas áreas en el sur de King County están contaminadas con niveles más altos de arsénico y plomo. Estos químicos permanecen en la tierra y seguirán siendo un riesgo a la salud durante los próximos años.

**Estas acciones saludables son pasos sencillos que usted y su familia pueden tomar para reducir el contacto con el arsénico y el plomo en la tierra.**

Formatos alternos  
disponibles

Para más información acerca de nuestro programa y servicios, favor de contactar a:

**King County Dirt Alert**  
Public Health – Seattle & King County  
206.477.DIRT • dirtalert@kingcounty.gov

**Tacoma Smelter Plume Project**  
Washington Department of Ecology  
360.407.7688 • preguntas@ecy.wa.gov



**Salud Pública**  
Seattle y el condado de King

[www.kingcounty.gov/health/tsp](http://www.kingcounty.gov/health/tsp)

Impreso en papel reciclado





# Healthy Actions

## to remove dirt from your home



**TAKE OFF YOUR SHOES**  
at the door



**WASH ALL FRUITS & VEGETABLES**  
before eating



**WASH YOUR HANDS**  
with soap and water



**WASH CHILDREN'S TOYS & PACIFIERS**  
frequently



**MOP AND VACUUM**  
once a week



**CLEAN YOUR PETS**  
before they enter  
your home

### Why is it important to do these healthy actions?

There are many unhealthy things in dirt, including harmful chemicals that can hurt your body. Some areas in South King County are contaminated with higher levels of arsenic and lead. These chemicals remain in the soil and will continue to be a health risk for years to come.

**These healthy actions are simple steps you and your family can take to reduce contact with arsenic and lead in the dirt.**

Alternate formats  
available upon request

For more information about our program and services, please contact:

**King County Dirt Alert**  
Public Health – Seattle & King County  
206.477.DIRT • dirtalert@kingcounty.gov

**Tacoma Smelter Plume Project**  
Washington Department of Ecology  
360.407.7688 • www.ecy.wa.gov



**Public Health**  
Seattle & King County

[www.kingcounty.gov/health/tsp](http://www.kingcounty.gov/health/tsp)

Printed on recycled material