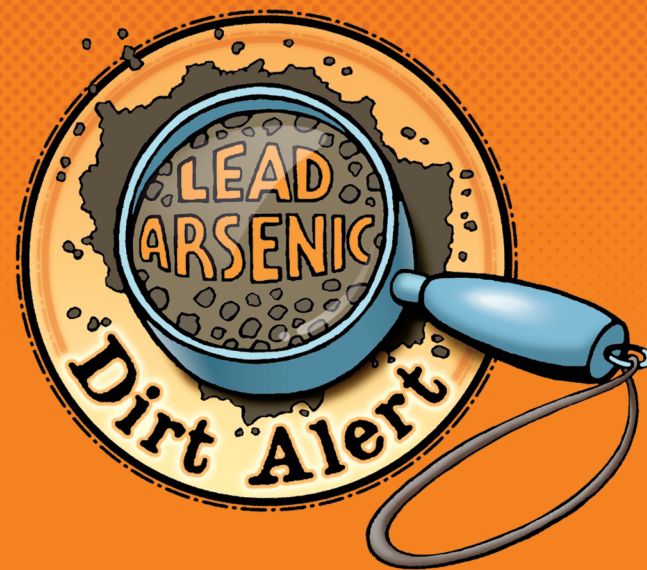




Tacoma-Pierce County
Health Department
Environmental
Health Program

dirtalert@tpchd.org
www.tpchd.org/dirtalert
253 798-6492

3629 South D St. • Tacoma, WA 98418



PLOMO y ARSENICO En el Polvo

¡PROTEJA A SU FAMILIA!

www.tpchd.org/dirtalert • 253 798-6492

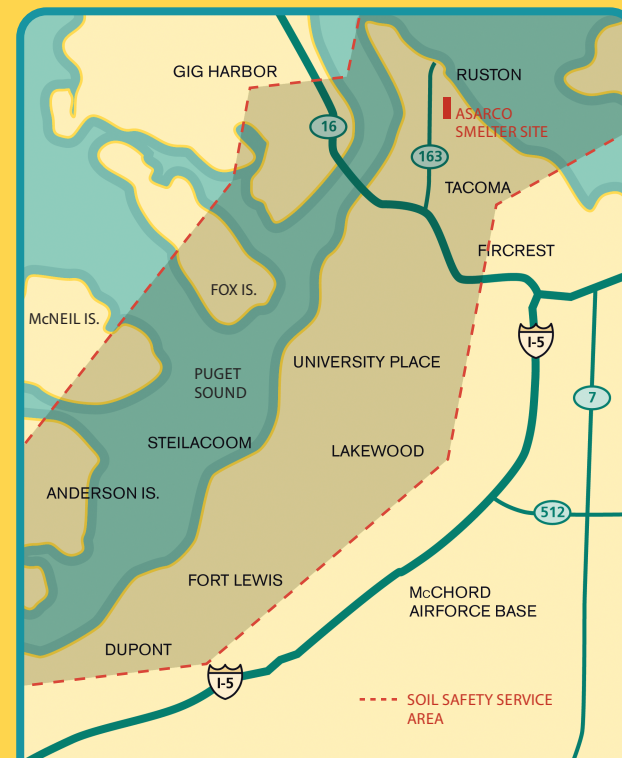


Arsénico y Plomo en Pierce County

Por casi 100 años, el arsénico y el plomo eran evacuados por los conductos de humo de la planta de fundición de cobre ASARCO (en Ruston, Washington) a través de los Condados Pierce y King. Arsénico y plomo son metales presentes en la naturaleza, como sea, el proceso de hacer cobre causa niveles mucho más altos que los que son encontrados en la naturaleza en la tierra. Estos altos niveles pueden causar problemas de salud. A pesar de que la planta serro en 1986, el arsénico y el plomo permanecen en el polvo y continuarán siendo riesgos de salud por años.

Las comunidades de Pierce County más afectadas son:

- Norte de Tacoma
- Noroeste de Tacoma
- Oeste de Tacoma
- University Place
- Fircrest
- Lakewood
- Steilacoom
- Partes de Gig Harbor, Fox Island, Anderson Island, Fort Lewis y Dupont.



Para mayor informacion, contacte al Tacoma-Pierce County Health Department en dirtalert@tpchd.org or **253 798-6492**, o visite la página www.tpchd.org/dirtalert.

El Riesgo a la Salud Humana

Arsénico y plomo no son absorbidos a través de la piel. El riesgo a la salud viene de comer y respirar polvo que contenga arsénico y plomo.

- Los niños menores de la edad de 6 años son los que se encuentran a mayor riesgo porque se ponen las cosas en la boca. El polvo puede ser inhalado y se come cuando cae sobre la comida o cualquier cosa que se hechan a la boca.
- El plomo puede contribuir a una mala salud, especialmente en niños, y está asociado a incapacidades de desarrollo y puede afectar el cociente intelectual.
- El plomo puede estarse almacenado en los huesos por muchos años y después transmitido dentro de la sangre con el transcurso de la vida. Esto puede pasar durante el embarazo y causar daño para el feto.
- El arsénico puede causar cancer más tarde en la vida y puede también contribuir a la enfermedad del corazón.

Contacte a su Medico

Si usted está preocupado sobre la exposicion al arsénico, plomo u otros contaminantes, contacte a su medico para más informacion.

Los efectos de salud por exponerse al plomo son difíciles para reconocer. Tu tienes el derecho de preguntar a tu medico que le hagan a tu hijo el examen de exposicion de plomo. Los Centros del Control de Desordenes y Prevencion recomienda que tu hijo tenga un examen de plomo a los 12 y 24 meses de edad, o a los 36 y 72 meses de edad, si no se hace a más temprana edad. Esto es buena idea para mujeres que están embarazadas, o que planean estar embarazadas, devén de hacerse la prueba de exposicion de plomo.

Acciones Saludables

Recomendaciones Importantes de Seguridad

Las Acciones Saludables son cosas sencillas que usted y su familia pueden aún hacer cambios pequeños pueden ayudar a reducir el riesgo de contacto con el arsénico, plomo y otros químicos dañinos. ¡Recuerda, donde quiera hay tierra y polvo, ahí puede haber arsénico y plomo!

☞ **Quítese Los Zapatos**

El polvo y la tierra entra a casa en los zapatos.

Deje sus zapatos en la puerta o use un tapete o cepillo de "limpieza" para reducir la tierra y el polvo a su casa.

Use un contenedor para poner los zapatos o separe una área para los zapatos, en su entrada.

Use calcetines, pantuflas o sandalias para invitados.

☞ **Use Bastante Jabon y Agua**

La tierra se encuentra en las manos, juguetes, zapatos, ropa y mascotas. Quitarse la tierra al lavarse es algo saludable que puede hacer. Los desinfectantes de manos no quitan el arsénico y el plomo.

Lávese bien las manos antes de comer y después de trabajar o jugar en el polvo. Use un cepillo de uñas para limpiarse la tierra debajo de las uñas.

Lave la ropa bien sucia separada de la otra ropa.

Lave los juguetes de los niños, su ropa de cama y los chupones frecuentemente.

☞ **Coma una Dieta Saludable**

El hierro, calcio y la vitamina C ayudan a disminuir la absorción de plomo.

Coma una dieta saludable con comidas ricas en hierro y calcio.

Buenas decisiones son productos lácteos, frijoles, chicharos, brocoli, espinacas y chiles. Escoja frutas como naranjas, kiwis y jitomates, para tener más vitamina C.

☞ **Trapee, Sacuda y Aspire**

Las personas y mascotas traen el polvo, o el polvo puede entrar a su casa por las ventanas y puertas. El polvo y la tierra se queda en la alfombra, cortinas, y muebles tapizados, los umbrales de las ventanas y los estantes de libros.

Sacudiendo con un trapo húmedo y aspirando por lo menos una vez por semana disminuye la cantidad de polvo y tierra en su casa.

Siempre use un trapeador húmedo o trapo húmedo cuando sacude.

Use una aspiradora con un filtro HEPA. Pregunte en tu tienda.

Limpie toda la tierra y el exceso de lodo antes de meter a su mascota a su casa.

☞ **Mantenga Su Casa y Patio**

Cuando cubra partes descubiertas y cuando hace por mantener bien su casa, eso ayuda a mantener el polvo dañino alejado de su familia.

Cubra partes descubiertas en su patio con césped, grava, producto de madera o pajote o plantas nativas – estas requieren menos agua y mantenimiento.

Mantenga las superficies pintadas de su casa. Las casas construidas antes del 1978 pueden haber sido pintadas con pintura que contiene plomo. Cuando la pintura se astilla o se desgasta, se vuelve una fuente mayor de plomo, ambos adentro y afuera de la casa.

Ordene pruebas de laboratorio de su tierra.

☞ **Lave las Frutas y Verduras**

El arsénico y el plomo pueden estar en el polvo y la tierra que se encuentra en la superficie de frutas y verduras. Tiendas compran productos que también pueden contener contaminantes. Existe una posibilidad pequeña de que las verduras con muchas hojas como lechuga o cilantro, que hayan sido plantadas en el polvo contaminado puedan haber absorbido cantidades muy pequeñas de contaminantes.

Lave frutas y verduras para asegurar que haya removido la tierra. Use un cepillo para limpiar las papas, calabazas, etc.

Siempre use zapatos y guantes cuando trabaja en el jardín o cuando trabaja con el polvo y quiteselos antes de entrar en su casa.

Plante sus plantas o hierbas en partes de tierra elevadas o contenedores preparados con tierra sin arsénico.

Use compuestos de tierra para mantener la tierra saludable y balanceada.

Más Información

Otras posibilidades fuentes de exposición al plomo son remedios de casa, cerámica y dulces importados de México. Juguetes para niños y joyería, hechos en muchos países diferentes, también han encontrado contener plomo.

Para información en español, vaya a www.epa.gov/plomo/pubs/leadinfoesp.htm

Para información acerca de los dulces y los juguetes que han sido llamadas por contener plomo, visite www.cdc.gov/NCEH/plomo

PARA MAYORES INFORMES, FAVOR DE CONTACTAR A:

Dirt Alert

Environmental Health Program
Tacoma-Pierce County Health Dept.
253 798-6492 • dirtalert@tpchd.org
www.tpchd.org/dirtalert



Tacoma Smelter Plume Project

Washington Department of Ecology
360 407-6257 • www.ecy.wa.gov



Sally Jabonosa



Mira más de cerca

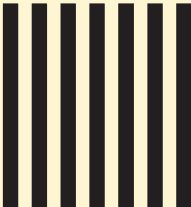
Dirt Alert

Visita www.tpchd.org/dirtalert para Acciones Saludables y más información acerca del arsénico, plomo y otros químicos dañinos en la tierra.

Tomas el Jardinero

Despega la tarjeta y envía la para más información gratis!

NO POSTAGE
NECESSARY
IF MAILED
IN THE
UNITED STATES



BUSINESS REPLY MAIL
FIRST-CLASS MAIL PERMIT NO. 254 TACOMA WA

POSTAGE WILL BE PAID BY ADDRESSEE

ENVIRONMENTAL HEALTH PROGRAM
TACOMA-PIERCE COUNTY HEALTH DEPARTMENT
MS 308
3629 S D ST
TACOMA WA 98418-9906



DIRT ALERT ofrece gratis...

- 🐾 Paquetes de Dirt Alert*
- 🐾 Prueba de arsénico y plomo a la tierra
- 🐾 Visitas ambientales a las casas*
- 🐾 Materiales educativos y divertidos

*Los paquetes pueden incluir cosas como cepillo para unas, paquete de actividades y una toalla para el polvo.

*Si eres dueño de casa o rentas, firma para una Visita Ambiental gratis en tu casa. Nosotros prepararemos la visita a tu casa y haremos recomendaciones acerca de las diferentes formas de hacer tu casa un lugar más saludable.

*Aspiradoras limpiadoras HEPA están disponibles para prestárselas después de la visita.



Despega la tarjeta y envía la para más información gratis!

¡Padres de familia, cuidadores de niños, jardineros y maestros!

- Por favor, mándame un paquete de DIRT ALERT, gratis.
- Por favor llámame acerca de la prueba gratis de tierra.
- Por favor llámame acerca de la visita ambiental gratis.
- Por favor llámame acerca de la presentación gratis de Dirt Alert en mi:
 - Escuela Cuidado de niños Pre-escolar
 - Otro (por favor especifica) _____
- Por favor marca si necesitas a alguien que hable Español para llamarte.

NOMBRE*

DIRECCION*

CIUDAD*

ESTADO

C.P.

TELEFONO* ()

CORREO ELECTRONICO*