

EPA Intoxicação por chumbo e seus filhos



Conhecimento sobre chumbo e seus filhos

Há aproximadamente meio milhão de crianças nos EUA com idades entre 1 e 5 anos com níveis de chumbo no sangue acima de 3,5 microgramas por decilitro ($\mu\text{g}/\text{dL}$). Esse é o nível de referência de chumbo no sangue a partir do qual o CDC recomenda que ações de saúde pública sejam iniciadas. Você pode ter levado chumbo para seu prédio sem saber, porque não consegue ver, provar ou cheirar chumbo. Pode ter chumbo na poeira, tinta ou sujeira dentro e ao redor de sua casa, ou na água potável e nos alimentos. Como não se decompõe naturalmente, o chumbo continua a ser um problema até que seja removido.

Antes de sabermos o quão prejudicial poderia ser, o chumbo era usado em tintas, gasolina, canos de água e muitos outros produtos. Agora que conhecemos os perigos do chumbo, a pintura das casas é quase isenta de chumbo, a gasolina com chumbo foi gradualmente eliminada e a canalização doméstica já não é feita com materiais de chumbo nos Estados Unidos.

Como o chumbo afeta a saúde do seu filho

Os efeitos a longo prazo do chumbo em uma criança podem ser graves. Eles incluem dificuldades de aprendizagem, diminuição do crescimento, hiperatividade, deficiência auditiva e até danos cerebrais. Se detectados precocemente, esses efeitos podem ser limitados pela redução da exposição ao chumbo e/ou por tratamento médico. Se estiver grávida, evite se expor ao chumbo. O chumbo pode passar do seu corpo para o seu bebê. A boa notícia é que existem coisas simples que você pode fazer para ajudar a proteger sua família.

1. Teste seu filho.

Mesmo as crianças que pareçam saudáveis podem ter níveis elevados de chumbo. Você não pode dizer se uma criança tem intoxicação por chumbo a menos que ela seja testada. Um exame de sangue leva apenas 10 minutos e os resultados ficam prontos em uma semana.



- A lei federal exige que os empreiteiros que trabalham com superfícies pintadas em casas, creches e escolas construídas antes de 1978 sejam certificados e sigam práticas de trabalho específicas. Eles também são obrigados a fornecer aos proprietários ou inquilinos de casas construídas antes de 1978 uma cópia do folheto da EPA "The Lead-Safe Certified Guide to Renovate Right" antes de 1. renovar mais de seis pés quadrados de superfícies pintadas em espaços internos; 2. renovar mais de 20 pés quadrados de superfícies pintadas em exteriores; 3. substituição ou demolição de janelas.

Todos os ocupantes, especialmente crianças e mulheres grávidas, devem sair do edifício até que todo o trabalho esteja concluído e uma limpeza completa tenha sido feita.

5. Não leve poeira de chumbo para sua casa.

Se você trabalha na construção, demolição ou pintura, com baterias, ou em uma oficina de conserto de radiadores ou fábrica de chumbo, ou se seu hobby envolve chumbo, você pode, sem saber, trazer chumbo para sua casa nas mãos ou nas roupas. Você também pode estar trazendo chumbo de solo contaminado ao entrar em sua casa. O solo muito próximo das casas pode estar contaminado com tinta à base de chumbo na parte externa do edifício. O solo próximo a estradas ou rodovias pode ser contaminado por anos de fumaça de escapamento de carros e caminhões que usaram gasolina com chumbo.

- Se você trabalha com chumbo em seu trabalho ou hobby, troque de roupa e tome banho antes de voltar para casa.
- Incentive seus filhos a brincar na areia ou em áreas gramadas, em vez da sujeira que gruda nos dedos e nos brinquedos. Tente evitar que seus filhos comam sujeira e certifique-se de que lavem as mãos ao entrar.



Os exames de sangue são geralmente recomendados para:

- Crianças entre um e dois anos de idade.
- Crianças ou outros membros da família que tenham sido expostos a níveis elevados de chumbo.
- Crianças que devem ser testadas de acordo com seu plano de triagem estadual ou local.

Para saber onde fazer o teste do seu filho, ligue para o seu médico ou clínica de saúde local. Eles podem explicar o que significam os resultados dos testes e se serão necessários mais exames.

2. Mantenha tudo limpo.

Poeira e sujeira comuns podem conter chumbo. As crianças podem engolir chumbo ou respirar poeira contaminada com chumbo se brincarem em locais contaminados e depois colocarem os dedos ou brinquedos na boca, ou se comerem sem antes lavar as mãos.

- Mantenha as áreas onde seus filhos brincam limpas e livres de poeira o máximo possível.
- Lave chupetas e mamadeiras depois que caírem no chão e tenha sempre extras para reposição.
- Limpe pisos, caixilhos de janelas, peitoris e outras superfícies semanalmente. Use um esfregão, uma esponja ou uma toalha de papel com água morna e um limpador multiuso geral. LEMBRE-SE: NUNCA MISTURE AMÔNIA E PRODUTOS COM ÁGUA SANITÁRIA, POIS PODEM FORMAR UM GÁS PERIGOSO.
- Enxágue bem as esponjas e os esfregões depois de limpar as áreas sujas e empoeiradas.
- Lave brinquedos e bichos de pelúcia regularmente.
- Certifique-se de que seus filhos lavem as mãos antes das refeições, na hora da soneca e na hora de dormir.

3. Reduza o risco da tinta à base de chumbo.

A maioria das casas construídas antes de 1978 contém tinta à base de chumbo. Essa tinta pode estar presente em caixilhos de janelas, paredes, na parte externa de sua casa ou em outras superfícies. Pequenos pedaços de tinta descascada ou lascada são perigosos se ingeridos. Tintas à base de chumbo em boas condições geralmente não são um problema, exceto em locais onde as superfícies pintadas roçam umas nas outras e criam poeira. (Por exemplo, quando você abre uma janela, as superfícies pintadas esfregam umas nas outras.)

6. Saiba mais sobre o chumbo na água potável.

As fontes mais comuns de chumbo na água potável são canos, torneiras e acessórios de chumbo. É mais provável que tubulações de chumbo sejam encontrados em cidades mais antigas e em casas construídas antes de 1986. Você não pode sentir cheiro ou gosto de chumbo na água potável. Para ter certeza de que a água potável da sua residência não contém chumbo, faça o teste da água. Lembre-se de que casas antigas com poço particular também podem ter materiais de encanamento que contenham chumbo.

Passos importantes que você pode tomar para reduzir o chumbo na água potável

- Use apenas água fria para beber, cozinhar e preparar fórmulas infantis. Ferver a água não removerá a contaminação por chumbo.
- Lave os canos da sua casa antes de beber a água. As maneiras de limpar os canos de sua casa incluem abrir a torneira, tomar banho, lavar roupa ou lavar a louça.
- Limpe regularmente a tela da sua torneira (também conhecida como arejador).
- Se você usa um filtro certificado para remoção de chumbo, não se esqueça de ler as instruções para saber quando trocá-lo. Usar um filtro depois da data indicada pode torná-lo menos eficaz na remoção de chumbo.

Entre em contato com sua empresa fornecedora de água para determinar se o cano que conecta sua casa à rede de água (chamado de linha de serviço) é feito de chumbo. A empresa fornecedora de água da sua região também pode fornecer informações sobre os níveis de chumbo na água potável do seu sistema.

Para obter mais informações sobre o chumbo na água potável, entre em contato com a EPA pelo canal de atendimento sobre Água Potável Segura através do telefone 1-800-426-4791. Se você tiver outras dúvidas sobre prevenção a intoxicação por chumbo, ligue para 1-800-424-5323.

Ligue para o departamento de saúde local ou para a empresa responsável pelo abastecimento de água da sua região para saber como testar sua água ou visite o site epa.gov/safewater para obter informações da EPA sobre o chumbo na água potável. Alguns estados ou empresas de serviços públicos oferecem programas para financiar testes de água para residentes. Entre em contato com sua empresa fornecedora de água estadual ou local para saber mais.

7. Dicas de alimentação segura.

Faça uma dieta balanceada com alimentos ricos em cálcio, ferro e vitamina C.

- Não armazene alimentos ou líquidos por longos períodos em copos de cristal de chumbo ou cerâmicas antigas ou importadas.

- Certifique-se de que seu filho não mastigue nada coberto com tinta à base de chumbo, como peitoris de janelas, berços ou cercadinhos pintados.
- Não queime madeira pintada. Ela pode conter chumbo.

4. Não remova tinta à base de chumbo sozinho.

Famílias podem ser intoxicados ao raspar ou lixar tintas à base de chumbo, porque essas atividades geram grandes quantidades de poeira contaminada por chumbo. A poeira de chumbo proveniente de reparos ou reformas em edifícios antigos pode permanecer no local muito tempo depois da obra ter sido concluída. O aquecimento da tinta pode liberar chumbo no ar. Quando reformas e reparos forem feitos em sua casa, certifique-se de que a empresa seja certificada e que os trabalhadores sejam treinados para seguir práticas de trabalho seguras com chumbo. Não tente remover a tinta à base de chumbo sozinho.

Se sua casa foi construída antes de 1978, faça um teste de chumbo e aprenda sobre os possíveis perigos do chumbo. Previna-se de quaisquer perigos que você possa estar exposto. Você pode verificar a presença de chumbo em sua casa de uma ou ambas as seguintes maneiras:

- Uma inspeção de pintura – uma inspeção informa o teor de chumbo de cada tipo de superfície pintada em sua casa, mas não informa se a tinta é perigosa ou como lidar com ela. Isso é mais apropriado quando você está comprando uma casa ou assinando um contrato de aluguel, antes de reformar, e para ajudá-lo a determinar como manter sua casa segura do chumbo.
- Uma avaliação de risco – uma investigação no local que determina a presença, tipo, gravidade e localização de tintas à base de chumbo (incluindo perigos de chumbo em tinta, poeira e solo) e fornece sugestões de formas de controlar e reduzir os perigos.

Intoxicação por chumbo e seus filhos

A intoxicação por chumbo é um problema grave para crianças – quanto menor a criança, maior o risco.

7 etapas para proteger seus filhos do intoxicação por chumbo:

1



Faça um teste de intoxicação por chumbo em seu filho, mesmo que ele pareça saudável.

2



Limpe pisos, caixilhos de janelas, peitoris e outras superfícies semanalmente. Use um esfregão, uma esponja ou uma toalha de papel com água morna e um limpador multiuso geral.

3



Certifique-se de que seu filho não mastigue nada que possa estar coberto com tinta à base de chumbo.

4



Não tente remover tinta à base de chumbo sozinho. Contrate uma empresa certificada em segurança contra a contaminação por chumbo.

5



Não leve poeira de chumbo do trabalho ou de um hobby para sua casa.

6



Lave os canos da sua casa antes de beber a água. As maneiras de limpar os canos de sua casa incluem abrir a torneira, tomar banho, lavar roupa ou lavar a louça.

7



Tenha uma dieta balanceada com alimentos ricos em cálcio, ferro e vitamina C. Não armazene alimentos ou líquidos por longos períodos em copos de cristal de chumbo ou cerâmica antiga ou importada.



1-800-424-5323
epa.gov/lead