

## Como posso proteger minha família do chumbo?

O chumbo é natural em nosso ambiente. Ele tem sido usado em muitos produtos há centenas de anos. A má notícia é que o chumbo é perigoso para os seres humanos, se entrar em nosso corpo. Ele pode ser inalado, engolido e ingerido de várias fontes diferentes. Em Nova Jersey, as crianças têm maior probabilidade de serem expostas ao chumbo por tintas à base de chumbo, que se decompõem com o tempo, geralmente através das lascas e poeira de tinta.

**Não existe um nível seguro de chumbo no corpo humano.**

Ele simplesmente não deve estar presente. Mesmo em níveis muito baixos, o chumbo pode causar danos sérios a crianças e adultos. As crianças têm maior probabilidade de sofrer doenças graves devido a baixos níveis de chumbo do que os adultos. Nova Jersey exige que **crianças com menos de 6 anos de idade sejam submetidas a testes para detectar a presença de chumbo aos 1 e 2 anos de idade, ou assim que possível antes dos 6 anos.** Alguns dos perigos para a saúde de uma criança podem incluir danos ao cérebro, aos rins e ao sistema nervoso. A boa notícia é que existem medidas que você pode tomar para proteger sua família do chumbo. Converse com seu médico ou com o departamento de saúde local para saber mais sobre como fazer um teste de chumbo no sangue.

## Para obter mais informações sobre a prevenção de envenenamento por chumbo:

[Inserir informações do departamento de saúde local]

Centro de Controle de Envenenamento de Nova Jersey (New Jersey Poison Control Center) também conhecido como Sistema de Informação e Educação sobre Venenos de Nova Jersey (New Jersey Poison Information and Education System, NJPIES)  
1-800-222-1222



# VIVA SEM CHUMBO

## TESTE DUAS VEZES ANTES DOS 3

Conheça os fatos sobre o chumbo e saiba como manter sua família segura.





## O que é chumbo?

O chumbo é um metal macio que pode facilmente se decompor em uma poeira fina. A poeira de chumbo da tinta danificada é a causa mais comum de envenenamento infantil por chumbo em Nova Jersey. É muito fácil de inalar ou engolir. Se a sua casa foi construída antes de 1978 e houver descascamento ou rachaduras em qualquer superfície pintada, entre em contato com o seu médico ou com o departamento de saúde local para fazer um teste de chumbo no sangue.



## Onde mais o chumbo pode ser encontrado?

O chumbo pode entrar no corpo por meio de:

- Ingestão de itens não alimentícios que contenham chumbo
- Suprimentos de pesca e caça
- Cerâmica e banheiras esmaltadas
- Chumbo no encanamento
- Lanches
- Alguns tratamentos de saúde/médicos
- Especiarias

## Como posso proteger minha família?

**Lavar as mãos** ajuda a manter as mãos limpas de germes e chumbo.

**Limpeza úmida** é quando um pano ou esfregão úmido é usado para limpar as superfícies rígidas da casa. Essas superfícies rígidas podem ser peitoris de janelas, saídas de ar, molduras de portas e outras.

**Os aspiradores com filtro HEPA** são úteis para a limpeza de superfícies macias, como cortinas, carpetes e sofás. *NÃO* esvazie o saco ou filtro do aspirador em ambientes fechados.

**Uma dieta saudável e equilibrada**, rica em vitamina C, ferro e cálcio, pode ajudar a evitar que o chumbo permaneça no corpo.

Pratique **hábitos seguros de hobby e trabalho**. Se você ou alguém em sua casa, trabalho, ou alguém que tem um hobby que o expõe a perigos de chumbo, converse com seu médico sobre maneiras de manusear esses materiais com segurança.

Faça uma **inspeção profissional em sua residência** se suspeitar que possa haver tinta ou encanamento com chumbo. Isso é muito importante em residências construídas antes de 1978.