

Cómo trabajar en el jardín de forma segura cuando le preocupa el plomo en el suelo

Es normal que el suelo tenga un poco de plomo, pero puede alcanzar niveles dañinos cuando está contaminado por otras fuentes de plomo. Se debe tener cuidado adicional para evitar el plomo si su casa:

- Fue pintada con **pintura a base de plomo**. Si su casa fue construida antes de 1978, es posible que se haya pintado con pintura que contenía plomo. Es posible que la pintura con plomo se haya despegado y haya caído al suelo junto a la casa.
- Está cerca de una **carretera históricamente transitada**. Hasta mediados de la década de 1980, los escapes de los automóviles liberaban plomo al aire, que se asentaba en el suelo junto a las carreteras con mucho tráfico.
- Está cerca de **fábricas o empresas que utilizan plomo**. El plomo puede liberarse al aire a través de distintas actividades industriales, como la producción de hierro y acero; la fabricación de baterías de plomo-ácido; o la quema de residuos sólidos. Cuando el plomo se libera en el aire, puede recorrer largas distancias antes de asentarse en el suelo.
- Está **construida en un área que anteriormente era un huerto frutal**. Los pesticidas con plomo se utilizaban comúnmente en los huertos para controlar los insectos desde finales de los años 1800 hasta los años de la década de 1950. El plomo puede permanecer en el suelo si el mismo no se ha removido.

Cómo puede entrar en su cuerpo el plomo de la tierra del jardín

- El plomo puede entrar en su cuerpo al respirar o ingerir tierra contaminada con plomo proveniente de fragmentos de pintura, polvo o contaminación del aire.
- Los niños pueden meterse tierra en la boca y tragarla cuando juegan al aire libre.
- Las personas y las mascotas pueden traer a casa tierra contaminada con plomo.
- Las personas también pueden quedar expuestas al plomo del suelo a través de las frutas y vegetales cultivados en suelos contaminados con plomo.
 - Algunas plantas pueden obtener parte del plomo del suelo mientras crecen.
 - A veces es difícil lavar las frutas y verduras lo suficientemente bien como para asegurarse de haber retirado toda la tierra contaminada.



Prácticas de jardinería que pueden ayudar a evitar la exposición al plomo

Puede tomar acciones para protegerse a sí mismo y a los miembros de su hogar del plomo en el suelo.

1.



Sitúe los jardines lejos de calles muy transitadas y de casas pintadas en las que el plomo pueda haberse despegado y caído al suelo.

2.



Utilice mantillo en sus canteros para evitar que el polvo y la tierra caigan sobre las frutas y vegetales.

3.



Cubra los caminos con césped, mantillo, telas para jardinería, piedras o ladrillos para evitar que la tierra se adhiera a sus zapatos a fin de que no traiga tierra accidentalmente a su casa o automóvil.

4.



Construya canteros elevados o jardines en macetas y rellénelos con tierra comprada. Si hace un cantero elevado, utilice un revestimiento para separar la tierra existente de la nueva tierra que ponga en su cantero.

5.



Utilice guantes cuando practique jardinería. Lávese las manos luego de trabajar en el jardín y antes de comer y beber.

6.



Para evitar traer tierra del jardín a casa, quítese los zapatos en la puerta y deje los guantes y las herramientas de jardinería afuera. Guarde la ropa de jardinería sin lavar por separado (por ejemplo, en una bolsa) o lave la ropa de jardinería sola en una carga separada de ropa luego de cada uso.

Elección de cultivos cuando le preocupa el plomo



Es más probable que trague accidentalmente pequeñas cantidades de tierra al comer tubérculos como zanahorias, remolachas y papas.

- Cultive más hortalizas de fruto, como tomates, pimientos, quimbombó y berenjenas.
- Plante verduras que crezcan en enredaderas, como guisantes y frijoles.
- Cultive árboles frutales y bayas que crezcan en arbustos, como arándanos y frambuesas.

Protéjase del Plomo:

- Lavando frutas y vegetales antes de comerlos.
- Retirando las hojas exteriores de las verduras de hoja, como el repollo y la lechuga.
- Pelando tubérculos como zanahorias, papas y remolachas.

Canteros elevados y jardinería en macetas

Si usted desea trabajar en el jardín pero le preocupa el plomo en el suelo, puede construir canteros elevados para reducir el riesgo de que usted y su familia puedan estar expuestos al plomo. Construir un cantero elevado puede resultar costoso, pero puede utilizar materiales de bajo costo en su lugar. Utilice madera sin tratar, piedra, bloques de cemento o ladrillos. Incluso puede utilizar recipientes más pequeños, como macetas de plástico, y hacer un jardín en macetas.



Si tiene preguntas sobre el plomo en el suelo o sobre cómo trabajar en el jardín de forma segura, llame al 800-648-6942 para hablar con un miembro del personal MDHHS.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan (MDHHS) no discrimina a ninguna persona o grupo por motivos de raza, origen nacional, color, sexo, discapacidad, religión, edad, estatura, peso, condición familiar, consideraciones partidistas o información genética. La discriminación por motivos de sexo incluye, pero no se limita a, discriminación por orientación sexual, identidad de género, expresión de género, características sexuales y embarazo.





Preguntas Frecuentes Sobre el Plomo y la Tierra del Jardín

1. ¿Cómo puedo saber si hay plomo en mi tierra?

Toda la tierra contiene algún nivel de plomo, que se denomina nivel de fondo. La única forma de saber si el nivel de plomo está por encima de las cantidades habituales es realizando una prueba. Debido a que toda la tierra contiene algo de plomo, es importante evitar tragarla de forma accidental.

2. ¿Qué podría causar que los niveles de plomo en la tierra sean más altos que el nivel de fondo?

Hay algunas situaciones que podrían causar niveles más altos de plomo en la tierra:

- Si vive en un área cercana a una calle que tenía mucho tráfico cuando la gasolina tenía plomo. A mediados de 1980, la mayoría de las gasolinas ya eran sin plomo.
- Si vive en una zona urbana o industrial. Es más probable que estas áreas tengan niveles de plomo en la tierra que pueden ser un problema para la salud.
- Si vive en una casa antigua construida antes de 1978. Se eliminó el plomo de la pintura en 1978, pero el plomo todavía está presente en la pintura que permanece en muchas casas, aunque pueda estar debajo de varias capas de pintura sin plomo más nueva. Afuera, la preocupación es que la pintura vieja se haya desprendido de la casa y haya caído a la tierra cerca de la casa.
- Si vive en un terreno que antiguamente era un huerto frutal. Los pesticidas que contenían plomo se utilizaron comúnmente en los huertos para controlar los insectos desde finales los años 1800 hasta los años 1950. El plomo puede permanecer en la tierra si no se elimina.

3. Si quiero comprar “tierra limpia” para jardineras elevadas o jardinería en macetas, ¿cómo sé que no contiene plomo?

Para estar seguro, la tierra tendría que ser analizada en un laboratorio. Una organización que realiza pruebas de plomo en la tierra es la Universidad Estatal de Pensilvania. Puede encontrar la lista de tarifas y la información de contacto en el sitio web de [PSU Environmental Soil Testing](http://agsci.psu.edu/aasl/soil-testing/environmental) (URL: agsci.psu.edu/aasl/soil-testing/environmental). (Es posible que haya otros laboratorios que ofrezcan análisis de tierra. MDHHS no respalda este laboratorio ni ningún otro).

4. ¿Debería regar mi jardín con agua que haya dado positivo a plomo?

Irrigar (regar) su jardín con agua contaminada con plomo no aumenta significativamente los niveles de plomo en la tierra. Si le preocupa regar con agua contaminada con plomo, puede comprar un filtro de plomo que se conecta a la manguera de su jardín o comprar un barril de lluvia para hacer un sistema de captación de agua de lluvia.

5. ¿De qué maneras podemos estar expuestos mi familia y yo a través de la jardinería y la tierra alrededor de mi casa?

- Los niños pueden estar expuestos al plomo en la tierra al tragar o respirar tierra contaminada con plomo mientras juegan.
- Las partículas de tierra contaminadas con plomo también pueden entrar como polvo de plomo en los zapatos, en la ropa o en las mascotas.
- Usted puede tragar plomo accidentalmente cuando come frutas y verduras sin lavar cultivadas en o cerca de tierra contaminada con plomo.
- Los grifos de agua exteriores no están diseñados para suministrar agua potable segura. Beber de un grifo o manguera exterior puede tener altas cantidades de plomo u otros contaminantes.

6. ¿Quién corre mayor riesgo de tener plomo en la tierra?

- Personas que vivan en casas construidas antes de 1978, especialmente niños.
- Los niños corren mayor riesgo porque:
 - Comen y beben más en base a su tamaño corporal que en comparación con los adultos.
 - Respiran más rápido que los adultos y, como resultado, respiran más partículas de polvo de plomo que los adultos.
 - Absorben de cuatro a cinco veces más plomo que los adultos.
 - Es posible que les falten nutrientes clave en su cuerpo, como calcio y hierro. El cuerpo confunde el plomo con nutrientes y lo retiene.
 - A menudo se llevan a la boca las manos, que pueden tener plomo de la tierra.
- Los fetos y los bebés lactantes pueden quedar expuestos al plomo durante el embarazo o a través de la leche materna. Consulte esta hoja informativa para obtener más información sobre el plomo, el embarazo y la lactancia: [Protecting You and Your Child From the Harmful Effects of Lead](https://bit.ly/Lead-and-breastfeeding-pregnancy) (URL: bit.ly/Lead-and-breastfeeding-pregnancy).
- Personas con pica. La pica es el deseo de comer artículos no alimenticios como tierra, pedacitos de pintura y arcilla. La pica es más común en niños de 1 y 2 años y generalmente desaparece a medida que crecen. La pica también se ha observado en adultos, especialmente en mujeres embarazadas. A veces, la pica es el resultado de una escasez nutricional, como la anemia por deficiencia de hierro.
- Lea más sobre la salud y el plomo en el sitio web del MDHHS, [Lead and Your Health](https://michigan.gov/mileadsafe/learn/lead-and-your-health) (URL: michigan.gov/mileadsafe/learn/lead-and-your-health).



7. ¿Está bien que mi hijo trabaje conmigo en el jardín?

- Los niños pequeños son más propensos que los niños mayores a tragar tierra accidentalmente. Dependiendo del nivel de plomo en su tierra, es posible que desee esperar hasta que su hijo sea mayor para invitarlo al jardín. Modele prácticas seguras de jardinería, como usar guantes, lavarse las manos después de trabajar en el jardín y quitarse los zapatos antes de entrar a la sala de estar de la casa.
- ## 8. ¿Qué precauciones puedo tomar para evitar que mi mascota introduzca tierra y plomo en la casa?
- Si su tierra está cubierta de pasto o mantillo, es probable que las mascotas no tengan plomo en las patas. Mantener a las mascotas alejadas de la tierra descubierta es una buena manera de asegurarse de que no lo lleven hasta la casa.

? Llámenos si tiene otras preguntas sobre el plomo en la tierra al 800-648-6942.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan no excluirá de la participación, negará beneficios ni discriminará a ningún individuo o grupo por motivos de raza, sexo, religión, edad, origen nacional, color, altura, peso, estado civil o consideraciones partidistas. , o una discapacidad o información genética que no esté relacionada con la elegibilidad de la persona.



Su salud y las Pruebas de Plomo en la Tierra

Esta hoja informativa proporciona información sobre cómo podría estar usted expuesto al plomo en la tierra, las pruebas de plomo en la tierra y qué hacer para limitar su exposición.

Cuando los niveles de plomo en la tierra son más altos, la posibilidad de que usted esté expuesto al plomo también es mayor. Cuando usted trabaja en el jardín, puede tragar tierra accidentalmente. En la mayoría de los casos, esto puede suceder porque accidentalmente ingiere plomo que se encuentra en la tierra que se le va a las manos o está en las frutas y verduras de cosecha propia. En general, cuanto más plomo haya en la tierra o cuanto más a menudo las personas entren en contacto con esa tierra a través de actividades como la jardinería, más plomo pueden tragar y sus niveles de plomo en la sangre pueden aumentar.



¿Por qué son importantes para la salud los niveles de plomo en la tierra?

La ingestión de plomo puede causar problemas de salud y puede ser un problema grave para los niños porque sus cuerpos y sistemas nerviosos aún se están desarrollando. Demasiado plomo puede causar problemas con:

- El Aprendizaje
- El Comportamiento
- El Habla
- La Audición

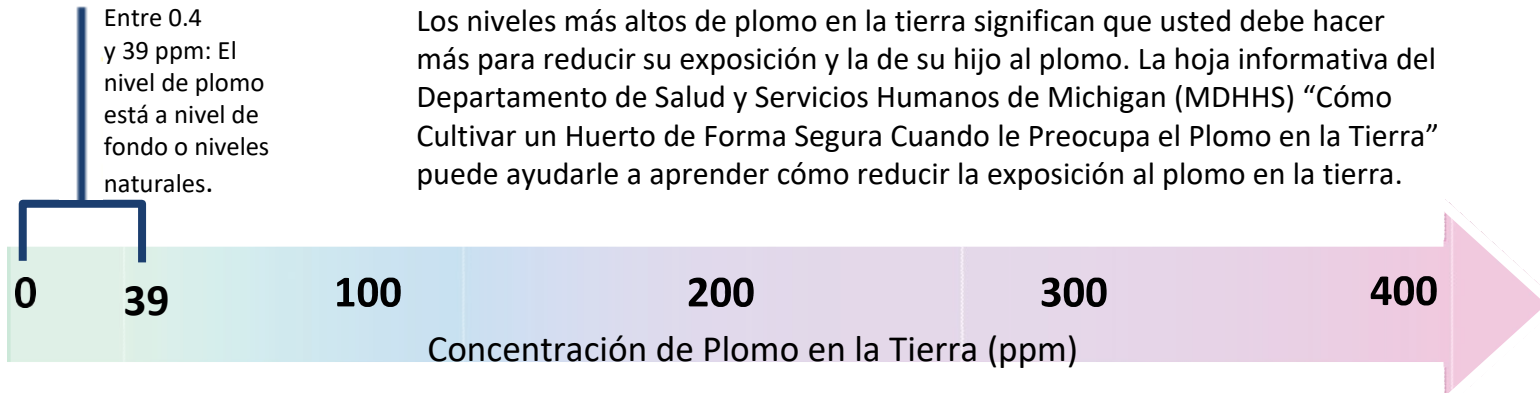
Para obtener una lista más completa sobre posibles efectos sobre la salud de la exposición al plomo, visite el sitio web del MDHHS, "[Lead and Your Health](https://bit.ly/lead-and-health)" (URL: bit.ly/lead-and-health). Para limitar la cantidad de plomo que ingresa a su cuerpo o al de su hijo, **el MDHHS recomienda que siempre utilice prácticas de jardinería que ayuden a limitar el contacto con la tierra.** La hoja informativa del MDHHS, "[Cómo Cultivar un Huerto de Forma Segura Cuando le Preocupa el Plomo en la Tierra](https://bit.ly/Soil-lead-garden)" (URL: bit.ly/Soil-lead-garden) proporciona prácticas sugeridas para mantener el plomo fuera de su cuerpo. Esas prácticas incluyen usar guantes al trabajar en el jardín, aplicar mantillo para reducir la entrada de tierra y polvo a las frutas y verduras, ubicar los jardines lejos de calles muy transitadas y evitar dejar entrar tierra en la casa.



Resultados de pruebas de tierra y exposición al plomo

Aquí hay algunas cosas que debe tener en cuenta sobre el resultado de su prueba de tierra:

- El plomo está presente naturalmente en la tierra. En Michigan, un nivel natural (también llamado nivel de fondo) suele estar entre 0.4 ppm y 39 ppm.
- Un resultado de prueba superior a 39 ppm no significa necesariamente que haya habido contaminación o que exista un riesgo para su salud.
- Podría ver una variedad de resultados para diferentes muestras, o incluso de una muestra, porque las muestras se tomaron de diferentes profundidades. Las cantidades de plomo pueden ser diferentes en la superficie que en las profundidades en la tierra.



Más recursos

Jardinería Urbana

Para obtener más información sobre el plomo en la tierra, visite los siguientes sitios web:

- Agencia de Protección Ambiental. 2011. [Reusing Potentially Contaminated Landscapes: Growing Gardens in Urban Soils](https://www.epa.gov/urban-soils) (URL: bit.ly/EPAUrbanSoils)
- Extensión de la Universidad del Estado de Michigan. 2022. [Lead Concerns for Gardeners: Mitigating Risk](https://www.maes.edu/lead/) (URL: bit.ly/MSULeandandGardening)

La Exposición al Plomo y los Niños

Para obtener más información sobre los niveles de plomo en la sangre, visite la página web del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades en [Blood Levels in Children](https://www.cdc.gov/blood-lead/) (URL: bit.ly/Child-Lead-Blood).

Para obtener más información específica a Michigan sobre pruebas de plomo, exposición al plomo y pruebas de plomo en la sangre, visite estos sitios web del MDHHS:

- Para información sobre [pruebas de plomo en la sangre](https://www.michigan.gov/mileadsafe/learn/blood-lead-testing) (URL: michigan.gov/mileadsafe/learn/blood-lead-testing).
- Para información sobre [exposición al plomo y disminución](https://www.michigan.gov/mileadsafe) (URL: michigan.gov/mileadsafe).

Si tiene alguna pregunta sobre el plomo en la tierra alrededor de su casa, llame a la línea directa de salud ambiental del MDHHS al 800-648-6942.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan no excluirá de la participación, negará beneficios ni discriminará a ningún individuo o grupo por motivos de raza, sexo, religión, edad, origen nacional, color, altura, peso, estado civil o consideraciones partidistas o una discapacidad o información genética que no esté relacionada con la elegibilidad de la persona.

