

PLOMO: PRÁCTICAS SEGURAS DE JARDINERÍA

Promoción de la Salud Ambiental de los Niños,
Departamento de Salud Pública
de San Francisco

La jardinería es una actividad saludable para los niños, pero gran parte de la tierra de San Francisco está contaminada con plomo, que es perjudicial para la salud. Conozca cómo evitar la exposición al plomo cuando realiza actividades de jardinería, o cuando entra en contacto con la tierra, pintura, polvo y arenilla que se encuentran alrededor del jardín.

¿Cómo puede ingresar **PLOMO** en el CUERPO de un niño que *realiza* ACTIVIDADES DE JARDINERÍA?

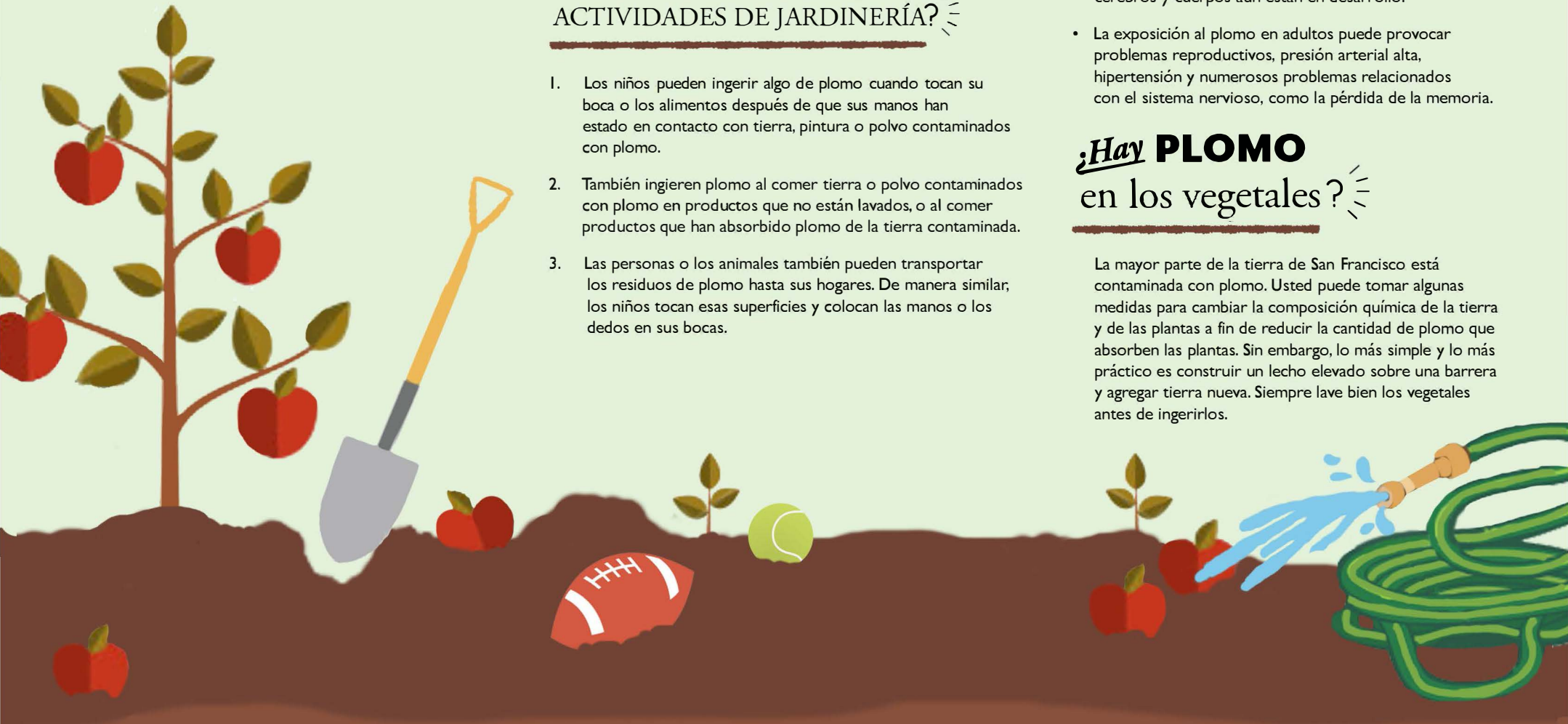
1. Los niños pueden ingerir algo de plomo cuando tocan su boca o los alimentos después de que sus manos han estado en contacto con tierra, pintura o polvo contaminados con plomo.
2. También ingieren plomo al comer tierra o polvo contaminados con plomo en productos que no están lavados, o al comer productos que han absorbido plomo de la tierra contaminada.
3. Las personas o los animales también pueden transportar los residuos de plomo hasta sus hogares. De manera similar, los niños tocan esas superficies y colocan las manos o los dedos en sus bocas.

¿Por qué el **PLOMO** es perjudicial?

- El plomo proveniente de la gasolina o emisiones industriales y de la pintura de viviendas antiguas se ha asentado en la tierra de nuestros jardines y no desaparece con el tiempo. Cuando las familias realizan tareas de jardinería, se puede producir una exposición repetida al plomo, el cual puede acumularse en el cuerpo.
- La exposición al plomo puede contribuir a problemas de conducta y aprendizaje en los niños ya que sus cerebros y cuerpos aún están en desarrollo.
- La exposición al plomo en adultos puede provocar problemas reproductivos, presión arterial alta, hipertensión y numerosos problemas relacionados con el sistema nervioso, como la pérdida de la memoria.

¿Hay **PLOMO** en los vegetales?

La mayor parte de la tierra de San Francisco está contaminada con plomo. Usted puede tomar algunas medidas para cambiar la composición química de la tierra y de las plantas a fin de reducir la cantidad de plomo que absorben las plantas. Sin embargo, lo más simple y lo más práctico es construir un lecho elevado sobre una barrera y agregar tierra nueva. Siempre lave bien los vegetales antes de ingerirlos.



Más información sobre el **PLOMO**

Para obtener más información sobre el plomo y la guía sobre peligros provocados por el plomo destinada a los jardineros urbanos, consulte las siguientes páginas:

- www.sfdph.org/dph/EH/CEHP/Lead/default.asp
- www.sfdph.org/dph/EH/CEHP/Lead/InfoGardeners.asp

Para desechar correctamente tierra o plantas contaminadas con plomo, comuníquese con Recology en la siguiente dirección:

- www.recology.com/recology-san-francisco/hazardous-waste

Para contactarse con un distribuidor certificado por el OMRI, visite esta página:

- www.omri.org/omri-lists

Elija productos que tengan la certificación OMRI:

Evite los productos que tengan esta advertencia:



The lead level of this product exceeds 90ppm.” (“El nivel de plomo de este producto supera las 90 ppm”.

Use los laboratorios acreditados por la EPA para pruebas de plomo:

- www.epa.gov/lead/national-lead-laboratory-accreditation-program-nllap

Para ver una lista de los supervisores certificados en plomo del CDPH, visite esta página:

- www.cdph.ca.gov/Programs/CCDC/DEOD/CLPPB/Pages/find_lead_prof.aspx

Para obtener información sobre otras posibles sustancias contaminantes en la tierra y sobre cómo construir lechos elevados (Extensión de la Universidad de Minnesota), visite la siguiente dirección:

- www.extension.umn.edu/garden/yard-garden/landscaping/raised-bed-gardens

Promoción de la salud ambiental de los niños
Centro de atención al cliente de SF • 311
las 24 horas del día, los 7 días de la semana

MEJORES PRÁCTICAS para reducir la **EXPOSICIÓN AL PLOMO** mientras se realizan ACTIVIDADES DE JARDINERÍA

1. Tenga en cuenta los posibles peligros asociados con el plomo cuando elija un sector para realizar tareas de jardinería. Revise el espacio alrededor para detectar pintura dañada o cascarillas de pintura. Evite colocar jardines cerca de carreteras ocupadas. No utilice materiales reciclados que hayan sido pintados o tratados con conservantes para construir lechos elevados. También debe evitar usar tinas o llantas viejas como macetas.
2. Realice las tareas de jardinería en tierra nueva siempre que sea posible, como plantar en una maceta o agregar de 12 a 18 pulgadas de tierra nueva encima de una barrera colocada sobre la tierra existente. Si es posible, compre tierra nueva que haya sido certificada como orgánica por el Departamento de Alimentos y Agricultura de CA (CDFA) y por el Instituto de Revisión de Materiales Orgánicos (OMRI). Busque en el paquete la certificación del OMRI que no incluye una “advertencia”, como la que se muestra a la izquierda.
3. Puede mandar a analizar la tierra nueva para asegurarse de que tenga menos de 80 partes por millón (ppm) de plomo. Para obtener más información, consulte la guía sobre los peligros del plomo que se menciona a la izquierda.
4. Use guantes.
5. Lávese las manos:
 - antes de comer cualquier cosa o colocarse algo en la boca;
 - antes de tomar un descanso;
 - después de realizar tareas de jardinería.
6. Lave todos los productos cosechados en el jardín antes de ingerirlos.
7. Evite la contaminación futura de la tierra: si encuentra cascarillas o pintura vieja de las viviendas contiguas, contrate a un supervisor certificado en plomo del CDPH para que realice las reparaciones correspondientes.

Jardinería en LECHOS ELEVADOS

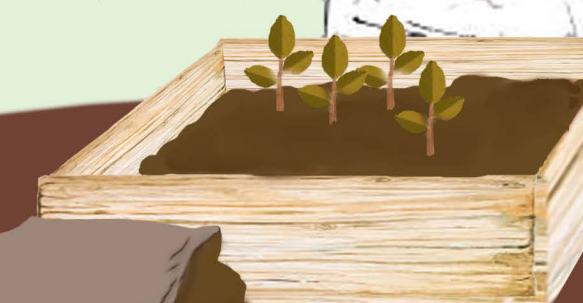
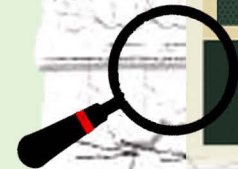
Aunque se analice la tierra, recuerde que los resultados pueden variar según el lugar e, incluso, dentro de la misma yarda. Es más seguro asumir que la tierra está contaminada y colocar tierra limpia o construir un lecho elevado.

Busque los posibles peligros asociados con el plomo.

Tenga en cuenta las fuentes históricas de plomo.

Use un lecho elevado o cree una barrera.

Coloque tierra limpia.



POPULATION HEALTH DIVISION
SAN FRANCISCO DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH