

Cosas que puedo hacer para reducir la exposición al plomo

Quitarme los zapatos al entrar en casa o limpiarlos en el felpudo



Comer alimentos ricos en hierro, calcio y vitamina C



Limpiar el polvo con un paño húmedo. También los juguetes



No utilizar recipientes de barro para cocinar o almacenar comida*



* Salvo que tenga la seguridad de que están exentos de plomo

82
Pb
207,2

Evitar que los niños y las niñas estén expuestos al humo del tabaco



No fumar



Lavarme las manos a menudo



Si tienes dudas, acude a tu centro de salud

