

## QUAIS SÃO OS SINAIS DE ENVENENAMENTO POR CHUMBO?

Envenenamento por chumbo tem muitos sinais e sintomas, alguns deles estão listados abaixo. No entanto, os sinais e sintomas do envenenamento por chumbo pode não aparecer até danos permanentes à sua saúde já ocorrerem, se aparecerem em tudo. Se você trabalha ao redor do chumbo, você deve informar o seu médico e médico de seus filhos. O seu médico pode querer fazer exames de sangue periódicos para verificar se há envenenamento por chumbo. Se você suspeitar que você pode ter envenenamento por chumbo, se você tem ou não qualquer um dos seguintes sinais e sintomas, você deve consultar o seu médico o mais rápido possível ou ligue para o registro de chumbo para obter assistência.

### Sinais Precoces e Sintomas de Envenenamento por Chumbo

- Cansaço
- Dor de cabeça
- Estômago inquieto
- Insônia
- Irritabilidade ou nervosismo
- Gosto metálico
- Problemas reprodutivos
- Falta de apetite

### Sinais e Sintomas Posteriores

- Dores ou Dores no Estômago
- Náuseas
- Problemas de Memória
- Perda de Peso
- Prisão de Ventre
- Dores Musculares e Articulares
- Pulsos Fracos ou Tornozelos
- Problemas nos rins

## COMO POSSO SABER SE EU TENHO MUITO CHUMBO NO MEU CORPO?

Você vai precisar de um teste de chumbo no sangue para mostrar se o seu corpo absorveu quantidades perigosas de chumbo. O chumbo alta de sangue é uma indicação de que você está absorvendo chumbo mais rápido do que o seu corpo pode eliminá-lo. Isso pode ocorrer se você está exposto a chumbo regularmente ao longo do tempo, e pode levar a danos muito graves, permanentes para a sua saúde.



**Comunidade de Massachusetts**  
**Departamento de**  
**Normas Trabalhistas (DLS)**  
**Programa de Registro**  
**de Chumbo no Trabalho**

**Para más Informació:**

**Departamento de Estándares**  
**Laborales (DLS, por sus**  
**siglas en inglés)**  
**Programa de Registro**  
**Ocupacional de Plomo**

Wall Experiment Station  
37 Shattuck Street  
Lawrence, MA 01843

**Sitio internet:** [www.mass.gov/dols](http://www.mass.gov/dols)

# Chumbo no Trabalho

## Um Guia para os Funcionários



**Comunidade de Massachusetts**  
**Departamento de**  
**Normas Trabalhistas (DLS)**  
**Programa de Registro de Chumbo**  
**no Trabalho**

### INTRODUÇÃO

Envenenamento por chumbo tem sido um sério problema de saúde ao longo dos séculos. Mesmo que se sabe muito sobre chumbo e como isso pode afetar a sua saúde, o envenenamento por chumbo ainda é muito comum hoje em dia.

Envenenamento por chumbo é um problema para pintores de casa, pintores da ponte, trabalhadores da construção reformando casas mais antigas, reparação de vitrais, e pessoas que operam e mantêm campos de tiro esportivos. O chumbo pode causar problemas de saúde graves, permanentes se não for devidamente tratada.

### COMO O CHUMBO AFETA O CORPO?

Os sintomas dificilmente podem ser notada no início, mas o envenenamento por chumbo ao longo do tempo pode danificar o cérebro, as células do sangue, nervos, rins e órgãos reprodutivos. Este dano pode causar incapacidade grave: perda de memória, cansaço extremo, problemas emocionais, insuficiência renal, coma e até morte.

O chumbo pode entrar em seu corpo, se você respirar pó de chumbo ou vapores de atividades de trabalho. Também pode entrar em seu corpo, se você comer, beber ou fumar nas zonas de trabalho.

Se suas mãos, roupas ou sapatos são contaminado, você pode acidentalmente comer pó de chumbo ou trazer a substância perigosa para a sua família. Pó de



chumbo em sua roupa ou sapatos podem contaminar o seu carro e casa, expondo as crianças que são especialmente vulneráveis a chumbo.

### COMO EVITAR O ENVENENAMENTO POR CHUMBO

- Não use ar comprimido para remover o pó de chumbo. Seu empregador deve fornecer um vácuo industrial HEPA ou o uso de um método de limpeza molhado.
- Não comer, beber ou fumar nas zonas de trabalho.
- Usar respirador com filtros HEPA durante raspagem, moagem, ou lixar pintura.
- Sempre lave as mãos E O rosto antes de comer, beber ou fumar.
- Duche, lavar o cabelo, e mude para roupas limpas o mais rápido possível.
- Armazena roupas comuns separadamente de suas roupas de trabalho e evita trazer roupas de trabalho para casa.
- Comer uma dieta bem equilibrada. A nutrição adequada pode ajudar a reduzir os níveis de chumbo, enquanto que o jejum pode aumentar os níveis de chumbo.
- Se você tiver preocupações entre em contato com o registro de chumbo.



**Para obter mais assistência ou informações sobre o registro de chumbo, por favor, ligue ou escreva:**

**Departamento de Estándares Laborales de Massachusetts (Massachusetts Department of Labor Standards)**

**Programa de Registro Ocupacional de Plomo (Occupational Lead Registry Program)**

Wall Experiment Station  
37 Shattuck Street  
Lawrence, MA 01843  
617-626-6502

O Registro Ocupacional de Chumbo (Occupational Lead Registry) recolhe informações sobre todos os adultos que são encontrados para ter um nível de chumbo no sangue elevada. O Registro reúne essas informações dos laboratórios ao longo de Massachusetts e os usam para informar o paciente e seu / sua médico sobre os perigos do chumbo, como evitar a exposição futuro e qual o tratamento opções estão disponíveis.

O conteúdo desta brochura foram adaptados a partir do Departamento de Saúde do Texas e do Departamento de Serviços de Saúde da Califórnia.

