

# Dez dicas para reduzir a exposição da água potável ao chumbo

*O chumbo pode entrar na água potável pelos encanamentos antigos. Siga estas etapas para reduzir a exposição ao chumbo:*

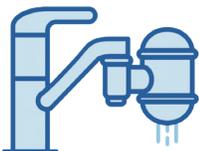
1. Antes de usar a água da torneira para beber ou cozinhar, deixe a água fria correr por um ou dois minutos.



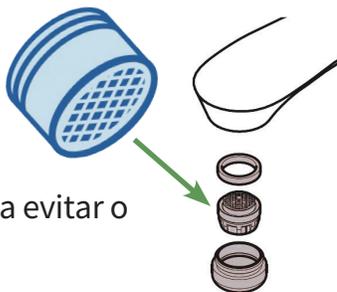
2. Use apenas água fria para beber, cozinhar e preparar fórmulas infantis. Não ferva a água para eliminar o chumbo.



3. Use um filtro de água. Os filtros da National Sanitation Foundation (NSF) são certificados para remover o chumbo, se a embalagem mencionar o padrão NSF/ANSI 53 ou 58. Substitua os filtros internos conforme indicado.



4. Limpe o arejador da torneira. Desparafuse a tela metálica na boca da torneira e limpe-a a cada poucos meses para evitar o acúmulo de chumbo.



5. Ofereça à sua família uma dieta saudável, rica em ferro, cálcio e vitamina C. O estômago cheio retarda a absorção do chumbo.



6. Agende um exame de dosagem de chumbo no sangue para o(a) seu/sua filho(a). Os exames de dosagem de chumbo no sangue são cobertos pelo seguro saúde e, para crianças, são necessários entre os 9 a 12 meses e aos 2, 3 e 4 anos de idade.



7. Ligue para o Departamento de Abastecimento de Água do seu município e peça um teste da água para detectar a presença de chumbo. Chelsea: (617) 466-4209; Malden: (781) 397-7040



8. Ligue para o departamento de abastecimento de água do seu município para saber se você tem uma linha de serviço de chumbo. Caso não tenham certeza, peça que venham até a sua casa para identificar.

9. Se a linha for de chumbo, solicite a substituição completa. Pergunte se o município pode pagar pela substituição completa ou oferecer auxílio financeiro.

10. Descubra se você tem torneiras ou acessórios de latão, latão cromado e bronze em casa. Eles podem conter até 8% de chumbo e devem ser substituídos por um encanador.

Para obter mais informações:

Clean Water Fund

kalventosa@cleanwater.org • 617.388.5765

Saiba mais:

<https://www.mass.gov/orgs/childhood-lead-poisoning-prevention-program>

<https://www.mass.gov/guides/is-there-lead-in-my-tap-water>