

# La pica Y el envenenamiento por plomo

La pica es la ingestión compulsiva de sustancias que pueden ser alimentos o no. Estas sustancias se consumen a menudo en grandes cantidades sin tener en cuenta las consecuencias nutricionales.

## ¿Quién está en riesgo?

La mayoría de los casos de pica se producen en niños y mujeres embarazadas. La pica se produce en aproximadamente el **25-30% de los niños** y es aún menos frecuente en las mujeres embarazadas.



## ¿Qué causa la pica?

**Se desconoce la causa de los antojos de pica en las mujeres embarazadas y en los niños.** Llevarse objetos a la boca es un comportamiento de aprendizaje normal en los niños, pero puede convertirse en pica. En algunos casos, puede estar relacionado con el desarrollo, la salud mental, la desnutrición, el hambre o el estrés.

Según la Revista de la Asociación Dietética Estadounidense, puede haber una conexión con las deficiencias de hierro durante el embarazo. Puede ser el intento del cuerpo de obtener ciertas vitaminas y minerales que faltan en el consumo regular de alimentos.



## El envenenamiento por plomo

**La ingestión de ciertas sustancias, como las partículas de pintura o la tierra, que contienen plomo, puede causar envenenamiento por plomo.**

Los niños menores de 6 años corren un mayor riesgo de sufrir los efectos de la exposición al plomo en la salud porque sus cerebros y cuerpos aún se están desarrollando y creciendo.

**El envenenamiento por plomo durante el embarazo puede tener efectos graves en la salud del feto.** Los niveles altos pueden causar aborto espontáneo, parto prematuro o lesiones en los riñones y el sistema nervioso del bebé, lo que hará que el bebé tenga problemas de aprendizaje o de comportamiento en el futuro.



## Diagnóstico, tratamiento y remediación

**No existen pruebas de laboratorio para la pica.** El diagnóstico se realiza a partir de la historia clínica del paciente. El diagnóstico de la pica suele incluir pruebas para detectar la anemia, diversos trastornos intestinales o toxicidades obtenidas como resultado de los comportamientos relacionadas con la pica.

**Un análisis de sangre es la mejor manera de saber si ha estado expuesto al plomo.** Según el nivel de exposición, los médicos le recomendarán encontrar y eliminar el plomo de su entorno. Se recomienda una vigilancia continua y un seguimiento de los análisis de plomo en sangre.

**Es importante remediar los peligros del plomo en el hogar.** Se pueden crear barreras temporales mientras se adoptan métodos permanentes de remediación. Algunas sugerencias incluyen: utilizar papel de contacto o cinta adhesiva para cubrir la pintura descascarada y los agujeros, o mover los muebles frente a ese tipo de superficies.

