

CHILDHOOD LEAD POISONING PREVENTION

Fact Sheet

1. Lead is harmful to children.

Lead can damage a child's brain and nervous system. Lead poisoning is especially dangerous for children under the age of six because their rapidly growing and developing bodies absorb more lead. It can cause permanent learning and behavioral problems that make it difficult for children to succeed in school.

2. A blood lead test is the only way to know if a child has lead poisoning.

Most children with lead poisoning do not look or act sick. Children at highest risk for lead exposure are those in government assisted health programs and those who live or spend time in older housing. **Old housing may have deteriorating or disturbed lead-based paint and lead-contaminated soil and dust.**

Children at risk of lead exposure should be tested at both one and two years of age. Additionally, children three to six years old, at risk, who were not tested at ages one and two years old, should have a blood lead test. Parents can talk to their child's doctor about getting tested for lead.

3. Most children get lead poisoned from deteriorating lead paint in homes built before 1978 or from soil containing lead from gasoline residue when the following occurs:

- Lead-based paint chips or peels;
- Lead-based paint is disturbed during repairs or renovations;
- Lead contaminates soil along roadways, near buildings, and homes;
- Lead dust from paint and soil accumulates in and around homes;
- Lead dust settles on bare soil around the home where children play; or
- Lead dust settles on toys, fingers, and other things children put in their mouths.

4. Other sources of childhood lead poisoning include:

- Handmade ceramic tableware, especially imported ceramics decorated with lead-based glaze or paint;
- Some toys, jewelry and other painted objects;
- Traditional home remedies including Azarcon, Greta, and Pay-loo-ah;
- Traditional cosmetics including Kohl and Surma;
- Some imported candies and food products; and
- Work clothes, shoes, and workers exposed to lead on the job. A few of the jobs with exposure to lead are lead smelting, making or recycling batteries, and repairing radiators.

5. Good nutrition helps children's bodies resist lead poisoning.

Serve three meals and two healthy snacks to children each day including:

- Calcium-rich foods (milk, cheese, yogurt, and tofu),

- Iron-rich foods (lean meats, beans, iron-fortified cereals and grains, dried fruit, and dark green vegetables), and
- Vitamin C rich foods (fresh, canned, or frozen fruits and vegetables).

6. Parents and caregivers can also prevent childhood lead poisoning by:

- Wiping clean or taking off shoes before entering the home
- Washing children's hands and toys often
- If lead based paint is on any surface inside or outside of the home,
 - Wet mop and wash surfaces often;
 - When painting or remodeling, always follow "lead-safe" work practices:
 - Use plastic sheeting on the ground and furniture while working;
 - Wet surfaces before sanding and scraping;
 - Wet mop the area with an all-purpose cleaner at the end of the day.

7. Don't take lead home from your job.

- Change into clean clothes and shoes before getting into your car or going home. Bag dirty clothes and shoes.
- Wash your face and hands with soap and water before leaving work.
- Take a shower and wash your hair as soon as you get home. It is better to shower at work if you can.
- Wash work clothes separately from all other clothes. Run the empty washing machine again after the work clothes to rinse the lead out.

8. Free blood lead testing is available for most children.

Children who receive services from Medi-Cal, Child Health and Disability Prevention (CHDP), or Healthy Families are eligible for free testing. Private health insurance plans also usually pay for the test.

To find out about eligibility for Medi-Cal and Healthy Families, call: 1(800) 880-5305.

9. Visit the Marin Childhood Lead Poisoning Prevention Program for more information.

<http://www.marinhhs.org/marin-county-lead-poisoning-prevention-program>

PREVENCION DEL ENVENENAMIENTO CON PLOMO EN LOS NIÑOS

Página informativa

1. El plomo causa daño a los niños.

El plomo puede dañar el cerebro y el sistema nervioso de los niños. El envenenamiento con plomo es más peligroso en los niños menores de seis años porque sus cuerpos que están en rápido crecimiento y desarrollo absorben más el plomo. El plomo puede causarles problemas permanentes de aprendizaje y comportamiento, y hacerlo más difícil que tengan éxito en la escuela.

2. La única manera de saber si su hijo está envenenado con plomo es hacerle un análisis de contenido de plomo en la sangre.

La mayoría de los niños envenenados con plomo no aparentan estar enfermos.

Los niños con más riesgo de envenenamiento con plomo son los que están en programas de asistencia del gobierno y los que viven o pasan tiempo en casas viejas. **Casas viejas pueden contener pintura a base de plomo que esta deteriorada o alterada y también pueden estar rodeadas de tierra y polvo contaminado con plomo.**

Los niños con riesgo de envenenarse con plomo deben hacerse un análisis de sangre al año y a los dos años de edad. También deben hacérselo a los niños de tres a seis años que están en riesgo y a quienes nunca se les haya hecho un análisis de sangre de plomo. Hable con su médico para ordenarle un análisis de plomo en el sangre de sus niños.

3. La mayoría de los niños se envenenan con plomo de pintura deteriorada en casas construidas antes de 1978 o de tierra que es contaminada con residuos de gasolina con plomo cuando ocurra lo siguiente:

- La pintura a base de plomo se escarapela o astilla;
- Algunos juguetes, joyas y otros objetos pintados
- La pintura a base de plomo se altera durante reparaciones o renovaciones en la casa;
- El plomo contamina la tierra en el suelo a lo largo de los caminos, y cerca de edificios y casas;
- El polvo con pintura de plomo se acumula en las casas y sus cercanías;
- El polvo con plomo se asienta en el suelo alrededor de la casa donde juegan los niños; o
- El polvo de plomo se pega a los dedos, juguetes, y otros objetos que los niños se meten en la boca.

4. Los niños también se pueden envenenar con:

- Vajillas hechas a mano, especialmente de cerámica importada, decorada con pintura o barniz a base de plomo;
- Remedios tradicionales caseros como Azarcón, Greta, y Pay-loo-ah;
- Cosméticos tradicionales tales como Kohl y Surma;
- Algunos dulces y alimentos importados; y
- Trabajadores expuestos al plomo y sus zapatos y ropa. Algunos de los trabajos que pueden exponerle uno al plomo son: reparación de radiadores, hacer baterías y reciclaje de baterías, y fundir plomo.

5. Una buena nutrición puede ayudar a los niños a absorber menos plomo.

Sus hijos deben comer tres comidas y bocadillos saludables al día que incluyan:

- Alimentos ricos en calcio (como leche, queso, yogur y tofu),
- Alimentos ricos en hierro (como carne baja en grasa, frijoles, cereales y granos fortificados con hierro, fruta seca, verduras de color verde oscuro), y
- Alimentos ricos en vitamina C (como frutas frescas, congeladas o enlatadas y vegetales).

6. Los padres o personas encargadas de los niños pueden ayudar a prevenir que ellos no se envenenen con plomo tomando las siguientes medidas:

- Sacudiendo o quitando los zapatos antes de entrar en la casa
- Lavando frecuentemente las manos y los juguetes de los niños
- Si hay pintura de plomo sobre la superficie adentro o afuera de la casa,
 - Mantenga limpias las superficies lavándolas y trapeándolas frecuentemente, para eliminar el polvo.
 - Cuando pinte o remodele la casa, siempre siga las reglas y prácticas de seguridad para evitar envenenamiento por plomo:
 - Use plástico para cubrir los muebles y suelos mientras trabaja;
 - Use una botella de rociar para mojar la superficie de trabajo antes de raspar o lijar;
 - Al final del día, cuando termine el trabajo, trapeé el área y los pisos con limpiador y agua.

7. No lleve plomo de su trabajo a la casa.

- Cámbiese la ropa y zapatos de trabajo antes de entrar en su auto o regresar a su casa. Ponga la ropa y zapatos sucios dentro de una bolsa de plástico.
- Lávese la cara y las manos con jabón y agua antes de salir del trabajo.
- Báñese y lavase el cabello en cuanto llegue a la casa. Si es posible, es mejor bañarse en el trabajo.
- Lave la ropa de trabajo por separado del resto de la ropa. Vacíe la lavadora y póngala a trabajar de nuevo para enjuagar el plomo.

8. Hay análisis de sangre gratuitos disponibles para la mayoría de los niños.

En la mayoría de los casos un análisis de plomo en la sangre es gratuito. Generalmente los planes de seguro médico particulares pagan por el análisis de sangre. Los niños que no tienen seguro

médico particular podrían calificar para un análisis gratuito a través de CHDP, Medi-Cal, o Healthy Families (Familias Saludables).

Para saber si usted califica llame al: 1(800) 880-5305 para Medi-Cal y Familias Saludables.

9. El Marin Departamento de Salud, Programa de Prevención de Envenenamiento con más información.

<http://www.marinhhs.org/marin-county-lead-poisoning-prevention-program>