San Antonio Childhood Lead Poisoning Prevention Program Educational Materials

1. SA CLPPP's Role (flyer)

English and Spanish

- What is SA CLPPP?
- What if my child has lead poisoning?

2. Did you know there is lead in some candy from Mexico? (flyer)

English and Spanish

- Is this true or are people just picking on Mexico? It is true that lead has been found in some chili and tamarind candy from Mexico.
- What is lead poisoning and how does it hurt children?
- I grew up eating candy made in Mexico and there is nothing wrong with me!
- What is being done about lead in candy?
- What should I do for my children and family?
- How can I get more information about lead?

3. Blood Lead Test Wallet Card

English and Spanish

Designed by SA CLPPP

4. List of safe Mexican Candy per CA Attorney General (excel spreadsheet)

The Candy on this list has been made by companies that have been certified by the Office of the California Attorney General

5. Lead Around the Home (pub # 1-307)

English and Spanish

Designed by TX CLPPP

6. Lead in Your Food and Remedies (pub #1-308)

English and Spanish

Designed by TX CLPPP

7. Lead in the Workplace and at Home (pub # 1-309)

English and Spanish

Designed by TX CLPPP

8. My Child Has a High Lead Level (pub # 1-310)

English and Spanish

Designed by TX CLPPP

9. How Lead Affects Your Child's Health (pub #1-311)

English and Spanish

Designed by TX CLPPP

10. Get the Lead Out with Good Nutrition (pub #13-32)

English and Spanish

Designed by WIC

What is SACLPPP?

The San Antonio Childhood Lead Poisoning Prevention Program (SACLPPP) of the San Antonio Metropolitan Health District supports primary prevention activities and provides case coordination services, education, and referral services in an effort to eliminate childhood lead poisoning in San Antonio and Bexar County.

Every child should have a blood lead test at least once a year until age six.

What if my child has lead poisoning?

If your child has lead poisoning:

- SACLPPP staff will contact and assist you with identifying the possible sources of lead in your child's environment.
- The SACLPPP nursing case coordinator will conduct a nursing home visit to help you identify ways to protect your child from future lead exposure.
- SACLPPP staff will monitor and follow-up with you regarding your child's blood lead level until it falls below the level of concern.
- Notify SACLPPP staff if any of your contact information changes.
- Follow-up with a doctor until your child's blood lead level falls below the level of concern.

SAMHD
Childhood Lead Poisoning Prevention Program
911 Castroville Road
San Antonio, TX 78237

Phone: (210) 434-0077
Fax: (210) 434-1540

METRO HEALTH
SAN ANTONIO'S PUBLIC HEALTH TEAM

¿Que es SACLPPP?

El Programa de la Prevención del Envenenamiento del Plomo en la Ninez de San Antonio (SACLPPP) en el Districto Metropolitana de la Salud de San Antonio apoya actividades primarias de la prevención y proporciona servicios de coordinación del caso, la educación, y servicios de remisión en un esfuerzo para eliminar el envenenamiento del plomo en San Antonio y el condado de Bexar.

Cada niño debe tener una prueba del plomo por lo menos una vez al año hasta los seis años de edad.

¿Qué si mi niño tiene envenenamiento del plomo?

Si su niño tiene envenenamiento de plomo:

- **El personal de SACLPPP se pondra en contacto con usted y asistirá con la identificación de las fuentes posibles de plomo en el ambiente de su nino.**
- **Una enfermera de SACLPPP conducirá una visita casera para ayudarle a identificar maneras de proteger a su niño contra la exposición de plomo futura.**
- **El personal de SACLPPP supervisará y comunicará con usted con respecto al nivel del plomo de su niño hasta que este debajo del nivel de preocupación.**
- **Notifique al personal de SACLPPP si cualquiera de su información de contacto ha cambiado.**
- **Sigua con su doctor hasta que el nivel de plomo de su niño este debajo del nivel de preocupación.**

SAMHD
Childhood Lead Poisoning Prevention Program
911 Castroville Road
San Antonio, TX 78237

Phone: (210) 434-0077
Fax: (210) 434-1540

METRO HEALTH
SAN ANTONIO'S PUBLIC HEALTH TEAM

Did you know there is lead in some candy from Mexico?

Is this true or are people just picking on Mexico? It is true that lead has been found in some chili and tamarind candy from Mexico.

The lead in the candy can come from many places. It can be in the soil where chilies are grown. It can be in the factories where candy is made. It can even be in the ink on the candy wrappers. People selling these candies may not know there is lead in it. **You can't tell if candy has lead in it just by looking at it or tasting it.**

What is lead poisoning and how does it hurt children?

Lead is a dangerous metal found in nature. It can be found in dirt and dust. It can also get into some things we eat. Even very small amounts of lead are not safe for children. **A child can have lead poisoning and not look or act sick.** Lead hurts a child's brain and causes problems that can't be reversed.

I grew up eating candy made in Mexico and there is nothing wrong with me!

It is only in the last 10 years that candy has been tested for lead. No one is sure if lead in candy from Mexico is a new problem or an old problem. What we are sure of is that lead is dangerous for children.

What is being done about lead in candy?

Some candy has been banned and can't be sold in the U.S. Mexican and American companies in Mexico are being visited to make sure their candy is safe. Candy from different countries is being tested for lead.

What should I do for my children and family?

Check the list for safer candy choices at www.leadinmexicancandy.com. The list will have the most recent information about candies and candy companies that are lead-safe. Ask your health care provider to have your child tested for lead. Most children are tested when they have their regular check-up at 1 and 2 years old.

How can I get more information about lead?

- Ask a health care provider and find a Childhood Lead Prevention Program near you. They can give you information about lead and help get your child tested.
- See a list of safe candy at **www.leadinmexicancandy.com**

Funding is provided by the Public Health Trust, a program of the Public Health Institute, through a defendant's settlement of a complaint brought by the State of California.

¿Sabía usted que hay plomo en algunos dulces hechos en México?

¿Es verdad o sólo lo hacen para criticar a México? Sí, es verdad que se ha encontrado plomo en algunos dulces hechos en México.

El plomo en los dulces puede provenir de muchas partes. Puede estar en la tierra donde se cultiva el chile, en las fábricas donde se hacen los dulces o inclusive en la tinta de las envolturas. Los que venden dulces a lo mejor no saben que estos tienen plomo. **No se puede saber si un dulce contiene plomo solo con verlo o probarlo.**

¿Qué es la intoxicación por plomo y cómo perjudica a los niños?

El plomo es un metal peligroso que se encuentra en la naturaleza. Puede estar en la tierra y en el polvo. También puede encontrarse en algunos alimentos que comemos. Aún en cantidades muy pequeñas el plomo es un riesgo para los niños. **Un niño puede estar intoxicado por plomo sin parecer ni actuar como si estuviera enfermo.** El plomo es muy dañoso para el cerebro de los niños y causa problemas que son irreversibles.

De niño yo comí dulces hechos en México ¡y no me pasó nada!

Sólo en los últimos 10 años se han hecho pruebas para detectar el plomo en los dulces. Nadie está seguro si el plomo en los dulces hechos en México es un problema nuevo o uno viejo. De lo que sí estamos seguros es que el plomo es peligroso para los niños.

¿Qué se está haciendo acerca del plomo en los dulces?

Se han prohibido algunos dulces y por eso no se pueden vender en los Estados Unidos. Están visitando las compañías mexicanas y norteamericanas en México para estar seguros que los dulces no representen un riesgo. También se están haciendo pruebas para detectar el plomo en los dulces de otros países.

¿Qué debo hacer por mis hijos y mi familia?

Revise la lista para ver los dulces que son más seguros para comer en www.plomoendulcesmexicanos.com. La lista tendrá la información más reciente acerca de los dulces, y de las compañias de dulces que son más seguros. Pídale al médico que les haga la prueba del plomo a sus hijos. A los niños se les debe hacer la prueba de plomo cuando tengan sus chequeos regulares a la edad de 1 y 2 años.

¿Representan estos dulces un riesgo?

¿Cómo puedo obtener más información acerca del plomo?

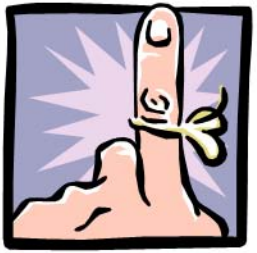
Pregúntele a su médico o encuentre un Programa de Prevención de Plomo Infantíl cerca de usted. Ellos le pueden dar información acerca del plomo y ayudar a que examinen a sus hijos.

Vea una lista de dulces que no representan un riesgo en
www.plomoendulcesmexicanos.com

Con fondos del Public Health Trust, un programa del Public Health Institute gracias a un acuerdo logrado con un demandado tras un reclamo presentado por el Estado de California.
September 16, 2008

Keep this card in your wallet to track your child's lead tests.

Give it to your doctor to make sure they get their lead tested.



BLOOD LEAD TEST WALLET CARD

Child's Name: _____

Child's Date of Birth: _____

Blood Test Date: _____ Lead Level: _____

Blood Test Date: _____ Lead Level: _____

Blood Test Date: _____ Lead Level: _____

Blood Test Date: _____ Lead Level: _____

Blood Test Date: _____ Lead Level: _____

Blood Test Date: _____ Lead Level: _____

METRO HEALTH
SAN ANTONIO'S PUBLIC HEALTH TEAM

San Antonio Childhood Lead Poisoning Prevention Program (SACLPPP)
911 Castroville Road, San Antonio, TX 78237 · Phone: (210) 434-0077 Fax: (210) 434-1540

LEAD POISONING IS PREVENTABLE!

- The ***only*** way to know if your child has lead poisoning is through a blood test.
- If lead is swallowed or breathed in, it can cause permanent damage to the child's body.
- Children younger than 6 years of age are at greater risk of lead poisoning because they put everything in their mouths and their growing bodies absorb lead quickly.
- Blood lead tests and screenings start as early as 6 months and should continue until 6 years.
- Talk to your doctor about having your child tested for lead.

Find out More!

Call Us at (210) 434-0077

The Candy on this List has been Tested for Lead and is Safer to Eat

The Candy on This List has been made by Companies that have been Certified by the Office of the California Attorney General

This list was created on July 30, 2008

Candy Company: Hershey Mexico (used to be called Grupo Lorena)

Pelon Pelo Rico	Picositos
Mini Pelon	Del Puesto
Pelonazo	Pelon 2
Tubox	Pelon bites/Pelonetes
	Peloton

Candy Company: Effem Mexico (used to be called Lucas)

Lucas, Muecas	Lucas Patukas
Lucas Panzon	Lucas Cochinillas
Lucas Pelucas	Lucas Pulpadip
Lucas Bomvaso	Lucas Salsaguetti
Lucas Powder	Lucas Swinkles Sopeados
Lucas Pik	Lucas Swinkles Pelleno
Lucas Gusano Chamoy	Lucas Skwinkles
Lucas Gusano Tamarind	Lucas Pika Pepino
Lucas Gusano Pineapple	

Candy Company: Productos Karla

Gum:	Envuelta Platigomis
Envuelta Gajitos Surtidos	Envuelta Acigomas Granel
Envuelta Gomi Love Rojo	Gajo Surtido Karla Mix
Strokis Mango	
Gum with Chili:	
Gomi Passions	Envuelta Endiablada
Envuelta Jelly Fire Chile	Envuelta Gimichilis
Envuelta Mangomis Chile	Charola Mangomis Chile
Envuelta Chili Sandi-x	Gomi King Mango
Envuelta Piña Piks	Fire Kids Sandia
Chilibolita Chico	Karla Envuelta
Hard Candy:	
Bolikarla Coco Mediana	Tajito Normal
Bolikarla Menta Mediana	Manzana Normal Grande
Bolikarla Ojo de Venado Mediana	Palemaforo Normal
Bolikarla Payaso Mediana	Palemaforo Pintalabios
Bolikarla Roja mediana	Barril Chocolate
Escoba Surtida Mediana	Barril Relleno Sabores
Jilote Normal Grande	Barril Surtido Cristal
Rajatelas Normal	Sandillon Normal
Manzana Normal	Mango Tabasco Normal

Hard Candy Continued:

Milk Pops Napolitano
Milk Pops Surtida
No Paga
Barril Surtido Envuelto
Barril Chocolate Envuelto
Cojin Menta Envuelto
Mazorquin Normal
Crazy Coke
Chevechitas
Passion Love
Escobys Pops
Saluditos
Cojin Yerbabuena Envuelto
Cacahuate Envuelto

Hard Candy with Chili:

Bolikarla Roja Rellena Mediana
Bilikarla Rellena Sabores Grande
Bilikarla Rellena Surtida Grande
Jilote Relleno Grande
Rajatelas Relleno
Manzanita Rellena
Tajitos Relleno
Manzana Rellena Grande
Sandillon Relleno
Mango Tabasco Relleno
Mazorquin Relleno
Mandari-Loca
Tiny Sandis Chile
Manguitoy Chile
Barril Relleno Sabores
Chilibonchas Mango Relleno Chile
Chilibonchas Sandia Relleno Chile
Chilibonchas Piña Relleno Chile
Jilote Chile Grande
Rajatelas Chile
Manzanita Chile
Tajitos chile
Manzana Chile Grande
Sandillon Chile
Mango Tabasco Chile
Mazorquin Chile
Bechitos
Pike Elotix Chile

Candy Company: Dulces Anahuac

Chipileta
Limon 7
Pica Limon
Burbusoda
Pico
Assorted Pica Powders
Jugos de Sabores
Paquete Piñata Buzzy
Saleros Limon 7

Candy Company: Dulces De la Rosa

Candy Family: Chupaletas

Yellow Pulparindo Display
Red Pulparindo Bag
Yellow Pulparindo Bag
Yellow Pulpairindo 3-Pack
Red Pulparindo Display
Value Bag Red Extra Spicy
Yellow Mini Pulpairndo
Red Mini Pulparindo
Pulparindo Hard Candy
Pulparindo Pops Assted Flavors
Jumbo Cherry Pops
Pulpraindo Yellow Display
Mini Pulparindo Red Display

Your Source: http://www.leadinmexicancandy.com/safe_candy.html

Lead Around the Home

If your house or apartment was built before 1978, there is a good chance the paint has lead in it.

Outside the Home...

- Do not try to remove the lead paint yourself.
- Do not paint over the old lead paint.
- Keep your family, especially young children, away from areas where lead paint is peeling or chipping.
- Plant grass, bushes or shrubs in bare dirt areas around your home.
- Call your local health department if you have questions about removing lead paint.

Inside the Home...

- Keep your home very clean. Pay special attention to areas your child can reach.
  - Clean floors, window sills, doorframes and baseboards with soap and water weekly.
  - Use a vacuum with a HEPA filter.
- Do not reuse cleaning rags until washed.
- Wash the cleaning rags separately from other family laundry.
- Do not let your child eat non-food items.
- Wash your child's toys, bottles and pacifiers often.
- Wash your child's hands before meals and at bedtime.

The only way to know if your child has a high blood lead level is to have a blood lead test. Children 6 years old and younger are at a higher risk. Call your doctor or clinic to get your child tested if you think they may have lead poisoning.

Questions about lead? Call your doctor, local health department or the Texas Childhood Lead Poisoning Prevention Program at **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-307 05/05

Plomo alrededor de la casa

Si su casa o departamento fue construido antes de 1978, hay muy buena posibilidad que la pintura tenga plomo.

Fuera de la casa...

- No trate de quitar la pintura con plomo usted mismo(a).
- No pinte sobre la vieja pintura de plomo.
- No deje a su familia, especialmente los niños pequeños, que se acerquen a la pintura que se está cayendo.
- Plante pasto, matas o arbustos en la tierra alrededor de su casa.
- Llame a su departamento de salud local si tiene preguntas sobre cómo quitar la pintura con plomo.

Dentro de la casa...

- Mantenga su casa bien limpia. Limpie todos los lugares que su niño(a) pueda alcanzar.
  - Lave semanalmente con agua y jabón los pisos, las puertas y los marcos de ventanas.
  - Use una aspiradora con un filtro de HEPA.
- No reutilice los trapos de limpieza hasta lavarlos.
- Lave por separado los trapos de limpieza de la ropa de la familia.
- No deje que su niño(a) coma cosas que no son comestibles, como tierra o pedacitos de pintura.
- Lávele las manos a su niño(a) antes de comer y antes de acostarlo(la).
- Lávele los juguetes y chupones de su niño(a) frecuentemente.

La única manera para saber si su niño(a) tiene un alto nivel de plomo es haciéndole un examen de plomo en la sangre. Niños de 6 años o menores están a un riesgo mayor. Llame a su médico o clínica para hacerle un examen a su niño(a) si piensa que pueda tener intoxicación por plomo.

¿Preguntas sobre plomo? Puede llamar a su médico, departamento de salud local o al programa de la prevención de intoxicación por plomo en la niñez de Texas **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-307 05/05

Lead in Your Food and Home Remedies

To keep lead out of your food...

- Store food in plastic, stainless steel or glass containers.
- Do not use glazed pottery to cook, serve or store food unless you know it is lead-free. Some pottery (including Mexican bean pots), ceramics and crystal also contain lead.
- Do not store liquids (especially acidic drinks like orange and tomato juice) in lead crystal.
- Wash hands and countertops before preparing food.
- Wash fruits and vegetables before eating.
- Use water only from the cold tap for drinking, cooking or preparing infant formula.

To keep your child safe from other sources of lead...

- Do not give your child home remedies like:
  - Azarcon — A bright orange powder, about 90% lead.
  - Greta — A yellow powder, almost 100% lead.
- If you have given your child Azarcon or Greta, you should take them to the doctor to have a blood lead test.

The only way to know if your child has a high blood lead level is to have a blood lead test. Children 6 years old and younger are at a higher risk. Call your doctor or clinic to get your child tested if you think they may have lead poisoning.

Questions about lead? Call your doctor, local health department or the Texas Childhood Lead Poisoning Prevention Program at **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-308 05/05

Plomo en su comida y en remedios caseros

Cosas que puede hacer para no contaminar su comida con plomo...

- Guarde los alimentos en contenedores hechos de vidrio, de acero inoxidable o de plástico.
- No cocine, sirva o guarde alimentos en latas, alfarería, cerámica o en cristal con plomo. Cierta alfarería (incluyendo los jarros de barro Mexicanos para los frijoles), la cerámica y el cristal también contienen plomo.
- No guarde bebidas (especialmente bebidas ácidas como jugo de naranja o de tomate) en recipientes de cristal de plomo.
- Lave los mostradores de la cocina y las manos antes de preparar los alimentos.
- Lave las frutas y verduras antes de comerlas.
- Use solamente agua de la llave del agua fría para tomar, cocinar o preparar fórmula para bebés.

Para mantener seguro a su niño(a) de otras fuentes de plomo...

- No le dé remedios caseros a su niño(a) como:
  - Azarcón — Un polvo anaranjado brillante, contiene alrededor de 90% plomo.
  - Greta — Un polvo amarillo, es casi 100% plomo.
- Si usted le ha dado a su niño(a) Azarcón o Greta, debe llevarlo(a) al doctor para hacerle un examen de plomo en la sangre.

La única manera para saber si su niño(a) tiene un alto nivel de plomo es haciéndole un examen de plomo en la sangre. Niños de 6 años o menores están a un riesgo mayor. Llame a su médico o clínica para hacerle un examen a su niño(a) si piensa que pueda tener intoxicación por plomo.

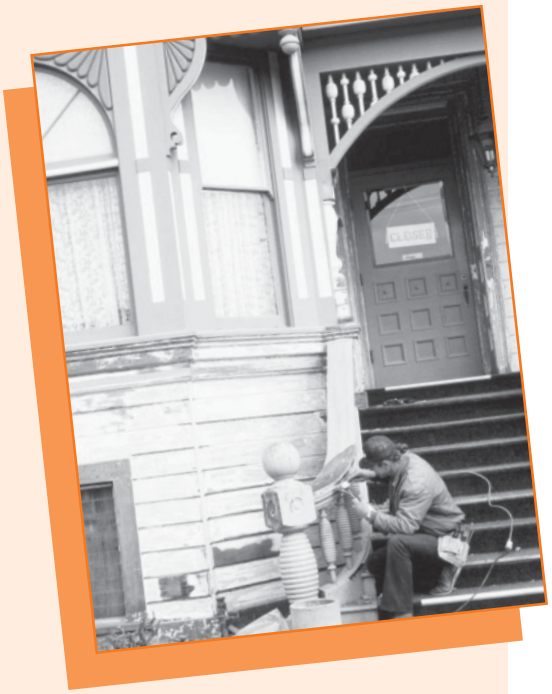
¿Preguntas sobre plomo? Puede llamar a su médico, departamento de salud local o al programa de la prevención de intoxicación por plomo en la niñez de Texas **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-308 05/05



Lead in the Workplace and at Home

Some jobs and hobbies may expose you to lead. You can bring lead home to your family on your clothes and body.

Job activities that may expose you to lead are...

- Soldering radiators, electronics or stained glass
- Sanding, scraping or blasting lead-based paint
- Handling scrap metal
- Manufacturing or recycling lead-acid batteries
- Working in a smelter or foundry
- Cleaning indoor firing ranges
- Renovation and remodeling work
- Welding on lead-painted steel
- Demolition

Other activities that may expose you and your family to lead are...

- Glazing pottery or ceramics
- Reloading bullets
- Casting fishing weights
- Shooting in indoor firing ranges
- Removing lead based paint

To reduce the risk of exposing your family to lead...

- Leave your work clothes and shoes at work.
- Do not wear your work shoes in your car where they can contaminate the vehicle.
- Wash your work clothes separately from the regular family laundry.
- Keep your child away from any hobby or activity that uses lead.

The only way to know if your child has a high blood lead level is to have a blood lead test. Children 6 years old and younger are at a higher risk. Call your doctor or clinic to get your child tested if you think they may have lead poisoning.

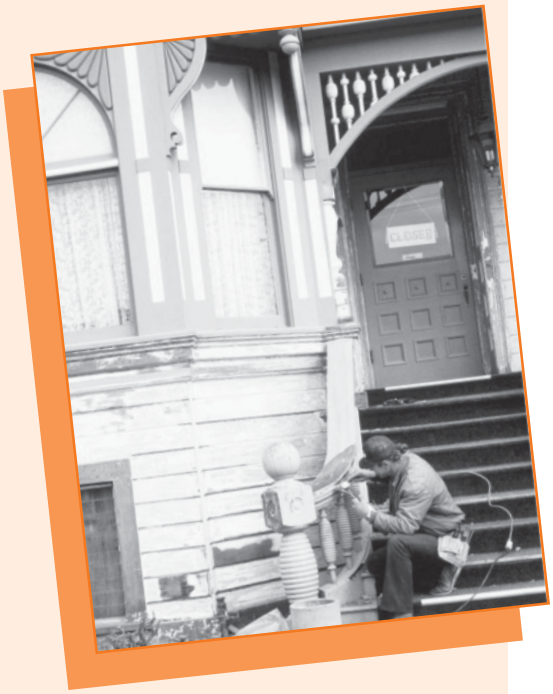
Questions about lead? Call your doctor, local health department or the Texas Childhood Lead Poisoning Prevention Program at **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-309 05/05



Plomo en el trabajo y la casa

Algunos trabajos o pasatiempos podría exponerle al plomo. Usted puede llevar el plomo a casa en su ropa y cuerpo.

TRABAJOS que lo exponen al plomo...

- Soldar radiadores, la electrónica o el cristal manchado
- Lijar, arrancar o raspar pintura que contiene plomo
- Manejar el metal de desecho o fierro viejo
- Fabricación o reciclamiento de baterías de ácido-plomo
- Trabajar en una fundadora o fundición
- Trabajar en un campo de tiro cerrado
- Trabajos de renovación y reparación
- Usar soplete para soldar en acero con pintura que contiene plomo
- Demolición de casas o edificios

Otras actividades podrían exponerle a usted y a su familia al plomo...

- Vidriar cerámica o alfarería (Jarros)
- Recargar balas
- Moldear plomadas (pesas) para la pesca
- Tirar en campos de tiro cerrados
- Quitar la pintura con plomo

Para reducir el riesgo de exponer a su familia al plomo...

- Deje su ropa y zapatos de trabajo en el trabajo.
- No use sus zapatos de trabajo en su coche porque pueden contaminar el vehículo.
- Lave por separado su ropa de trabajo de la ropa de la familia.
- Mantenga a su niño(a) lejos de cualquier actividad donde se utilice el plomo.

La única manera para saber si su niño(a) tiene un alto nivel de plomo es haciéndole un examen de plomo en la sangre. Niños de 6 años o menores están a un riesgo mayor. Llame a su médico o clínica para hacerle un examen a su niño(a) si piensa que pueda tener intoxicación por plomo.

¿Preguntas sobre plomo? Puede llamar a su médico, departamento de salud local o al programa de la prevención de intoxicación por plomo en la niñez de Texas **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-309 05/05

My Child Has A High Lead Level

How can lead poisoning harm my child?

- It can damage the brain and nervous system.
- It can slow growth.
- It can cause learning and behavior problems.
- It can cause hearing problems and headaches.

What can I do?

- Take your child to the doctor for another blood lead test.
- Call your doctor to discuss your child's blood lead level.

What will the doctor or nurse do?

- Ask you some questions about where you live, what your child eats, and where adults in your house work.
- Tell you ways to clean up lead in your house.
- Tell you about foods that can help your child fight lead poisoning.
- Perform tests to see if your child is learning and behaving normally.

It is important to find how your child is getting exposed to lead.

- Someone from the health department may be sent to your house to find the sources of lead.

The only way to know if your child has a high blood lead level is to have a blood lead test. Children 6 years old and younger are at a higher risk. Call your doctor or clinic to get your child tested if you think they may have lead poisoning.

Questions about lead? Call your doctor, local health department or the Texas Childhood Lead Poisoning Prevention Program at **1-800-588-1248**.

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-310 05/05

Mi niño tiene un alto nivel de plomo

La única manera para saber si su niño(a) tiene un alto nivel de plomo es haciéndole un examen de plomo en la sangre. Niños de 6 años o menores están a un riesgo mayor. Llame a su médico o clínica para hacerle un examen a su niño(a) si piensa que pueda tener intoxicación por plomo.

¿Preguntas sobre plomo? Puede llamar a su médico, departamento de salud local o al programa de la prevención de intoxicación por plomo en la niñez de Texas **1-800-588-1248**.

¿Como puede dañar el plomo a mi niño?

- Puede dañar el cerebro y sistema nervioso
- Puede retrasar el desarrollo
- Puede causar problemas de aprendizaje y comportamiento
- Puede causar problemas del audición y dolores de cabeza

¿Que puedo hacer?

- lleve a su niño(a) al médico para otro examen de plomo en la sangre.
- Llame a su médico para informarse del nivel de plomo en la sangre de su niño(a).

¿Que hará el doctor o enfermera?

- Le preguntará sobre donde vive, qué come el (la) niño(a), y donde trabajan los adultos de la casa.
- Le hablará de maneras como eliminar el plomo de su casa.
- Le hablará sobre alimentos que pueden ayudarle a su niño(a) combatir el intoxicación por plomo.
- Hará exámenes para ver si su niño(a) esta aprendiendo y actuando normalmente.

Es muy importante saber como su niño se ha expuesto al plomo.

- Puede que alguien del departamento de salud sea enviado a su casa para encontrar las fuentes de plomo.

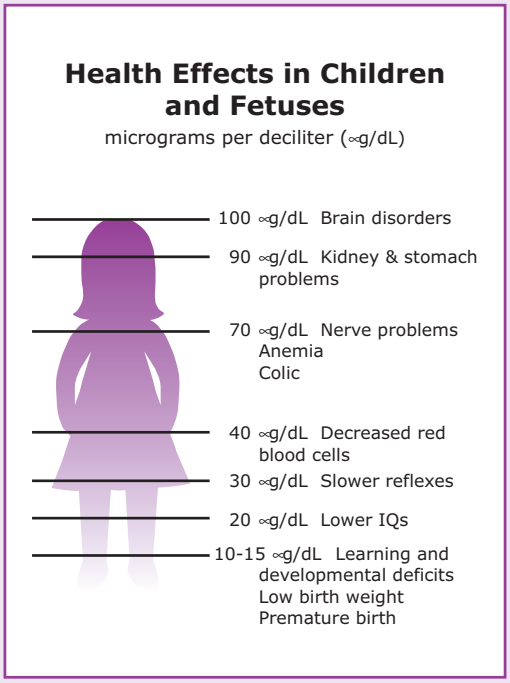
TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-310 05/05

How Lead Affects Your Child's Health



The only way to know if your child has a high blood lead level is to have a blood lead test. Children 6 years old and younger are at a higher risk. Call your doctor or clinic to get your child tested if you think they may have lead poisoning.

Questions about lead? Call your doctor, local health department or the Texas Childhood Lead Poisoning Prevention Program at **1-800-588-1248**.

Lead is poison to your child's body.

Some children who have lead poisoning do not look or act sick. Others feel bad. You might even think that they have the flu or a stomach virus.

When these children go to school, they may have learning problems and do worse than the other students. They may also have behavior problems.

It is very important to go to the appointments that your doctor makes for your child to be screened for lead poisoning. If you think your child has lead poisoning at any time, you need to contact your doctor.

After your child has had a blood lead test, the doctor will tell you the results of the lead test. For example, the doctor may say, "Your child has a blood lead level of 20." Any level over 10 is high. You will need to keep seeing your doctor until your child is completely well.

Children who have high blood lead levels may also:

- be tired or cranky
- not have much appetite
- not be able to pay attention
- have headaches
- vomit
- be constipated
- not be able to sleep
- be clumsy or weak

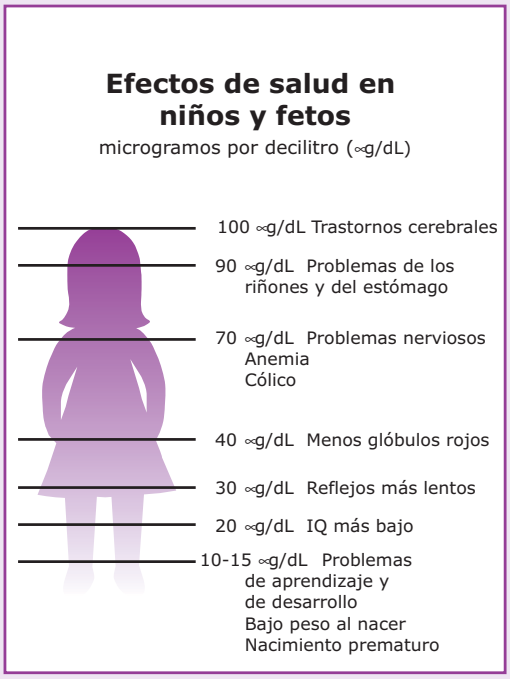
TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-311 05/05

Como daña el plomo a mi niño



La única manera para saber si su niño(a) tiene un alto nivel de plomo es haciéndole un examen de plomo en la sangre. Niños de 6 años o menores están a un riesgo mayor. Llame a su médico o clínica para hacerle un examen a su niño(a) si piensa que pueda tener intoxicación por plomo.

¿Preguntas sobre plomo? Puede llamar a su médico, departamento de salud local o al programa de la prevención de intoxicación por plomo en la niñez de Texas **1-800-588-1248**.

El plomo es veneno para el cuerpo de su niño.

Algunos niños que sufren de intoxicación por plomo no se ven enfermos, y no se portan como si estuvieran enfermos. Otros se sienten mal. Usted hasta quizá pueda pensar que tienen la gripe, o un virus en el estómago.

Cuando estos niños van a la escuela, podría ser que tengan problemas para aprender, y podría irles peor que a los otros estudiantes. También podrían tener problemas de comportamiento.

Es muy importante ir a las citas que programa su doctor para que su niño(a) sea examinado y así ver si está intoxicado(a) por plomo. Si usted en cualquier momento piensa que su niño(a) puede estar intoxicado(a) por plomo, necesita ponerse en contacto con su doctor.

Después de que su niño(a) se haya hecho un examen de plomo en la sangre, el doctor le dirá a usted los resultados de ese examen. Por ejemplo, el doctor podría decirle, "Su niño(a) tiene un nivel de plomo en la sangre de 20." Cualquier nivel sobre 10 es alto. Usted necesitará seguir viendo a su doctor hasta que su niño(a) esté completamente curado(a).

Los niños que tienen niveles de plomo altos en la sangre quizás también:

- estén cansados o irritables
- no tengan mucho apetito
- no puedan prestar atención
- tengan dolores de cabeza
- vomiten
- tengan estreñimiento
- no puedan dormir
- sean torpes o débiles

TEXAS Department of State Health Services

Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street, Austin, Texas 78756

This publication was supported in part by a grant from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

Publication #1-311 05/05

Get the Lead Out with Good Nutrition!

Give Your Child Healthy Foods

Give your child three meals and two or three snacks each day. Your child's stomach absorbs more lead when it is empty.

Give foods high in calcium and iron. Calcium and iron help keep lead out of your child's blood.

Foods High In Calcium:

- milk
- yogurt
- cheese
- foods made with milk, like pudding, oatmeal, pancakes
- turnip greens, collard greens
- spinach and broccoli
- canned salmon and sardines withsoft bones

Foods High In Iron:

- beef, pork, chicken, turkey, fish, liver
- green peas, lima beans
- cooked dried beans or peas
- nuts and seeds
- cereals with iron
- whole grain or enriched bread
- raisins, prunes
- turnip greens, collard greens
- spinach
- winter squash
- tomato juice

Store Foods Safely

Store food in containers made of glass, stainless steel or plastic.

Do not cook or store food in cans, pottery, ceramics or leaded crystal. Some cans have seams made with lead. Some pottery (including Mexican bean pots), ceramics and crystal also contain lead.

Use Cold Water

Do not use water from the hot tap for drinking, cooking, or preparing infant formula. If you boil water to make infant formula, boil it for only five minutes.

Run your water for a few minutes before using it, especially first thing in the morning.

Clean Up

Wash your child's hands and face before he or she eats.

Clean counters before preparing food.

Wash fresh fruits and vegetables before eating or cooking.

Wash your baby's bottle and pacifier if they fall on the floor.

Try to keep your child from eating things other than food, like dirt or paint chips.

WIC GROWING HEALTHY FAMILIES

TEXAS Department of State Health Services

This institution is an equal-opportunity provider.
© 2008. Department of State Health Services.
Bureau of Nutrition Services.
All rights reserved.
stock no. 13-32 rev. 1/08

Manténgase Libre de Plomo con una Buena Nutrición

Provea Alimentos Saludables para su Niño

Dele a su niño tres comidas y dos o tres bocadillos entre comidas diariamente. El estómago de su niño absorbe más plomo cuando está vacío.

Dele a su niño alimentos altos en calcio y hierro. El calcio y el hierro ayudan a mantener el plomo fuera de la sangre de su niño.

Alimentos Altos en Hierro:

- carne de res, de puerco, pollo, pavo, pescado, hígado
- chícharos y habas de lima
- frijoles secos o chícharos cocidos
- nueces y semillas
- cereales con hierro
- grano entero o pan enriquecido
- hojas de nabo, hojas de col
- pasas, ciruelas
- espinacas
- calabaza de invierno
- jugo de tomate

Alimentos Altos en Calcio:

- leche
- yogur
- queso
- alimentos hechos con leche como pudín, atole de avena, panqueques
- hojas de nabo, hojas de col
- espinacas y bróculi
- salmón y tuna enlatados con huesos suaves

Guarde los Alimentos de una Manera Segura

Guarde los alimentos en contenedores hechos de vidrio, de acero inoxidable o plástico.

No cocine o guarde alimentos en latas, alfarería, cerámica o en cristal con plomo. Algunas latas tienen uniones hechas con plomo. Cierta alfarería incluyendo los jarros de barro mexicanos para los frijoles, la cerámica y el cristal también contienen plomo.

Use Agua Fría

Para tomar, cocinar y preparar fórmula para bebés, use el agua de la llave del agua fría. Si usted hierve el agua para hacer la fórmula del bebé, hiérvala solamente por 5 minutos.

Deje correr el agua por unos minutos antes de usarla, especialmente la primera vez en la mañana.

Los Efectos Del Envenenamiento Con El Plomo

- Retraso en el desarollo del cerebro
- Problemas de aprendizaje y comportamiento

Limpie

Lave las manos y la cara de su niño antes de comer.

Limpie los mostradores de la cocina antes de preparar los alimentos.

Lave la fruta y los vegetales frescos antes de comérselos o de cocinarlos.

Lave el biberón y el chupón de su bebé después de que se hayan caído al piso.

Trate de que su niño no coma cosas que no son alimentos, como tierra o pintura que se está despegando.

WIC CRIANDO FAMILIAS SALUDABLES

TEXAS Department of State Health Services

Esta institución ofrece igualdad en las oportunidades de servicios para todos.

© 2008 Departamento Estatal de Servicios de Salud. Sección de Servicios de Nutrición. Todos los derechos reservados. 13-32 Actualizado 1/08