

# Nickerson Gardens: Keep Your Child Lead-Free and Healthy

Lead poisoning can make it hard for your child to learn, pay attention, or behave and may cause long-term health problems. Children may not look or act sick, so having your child tested for lead is the only way to know if your child has lead poisoning.

## LEAD IS ALL AROUND US

- **Lead can be:** In the **chipping paint** inside and outside of older homes.
- In the **dirt** in your yard, especially if you live near a busy road, metal recycling facility, or near a lead battery recycling facility or airport.
- In **household items** like toys, dishes, pottery, and spices.
- **Work and hobbies** like construction, painting, hunting & shooting ranges, and fishing.



## GETTING A BLOOD LEAD TEST IS VERY IMPORTANT

- A blood test for lead is **free** when your child gets a check-up if you have Medi-Cal or if you are in CHDP. **No cost and low-cost options** may be available at some community health clinics.

### Near Nickerson Gardens:

- **St. John's Community Health** may offer free or low-cost blood lead tests. Call (323) 541-1411 or go to [www.wellchild.org/](http://www.wellchild.org/) to find a clinic near you.<sup>1</sup>
- **Los Angeles Unified School District** offers services to eligible LAUSD students and their siblings ages 1-18. Call (213) 202-7590 or go to [achieve.lausd.net/Page/12532](http://achieve.lausd.net/Page/12532) for more information.<sup>1</sup>

## WHAT HAPPENS AFTER MY CHILD GETS TESTED?

- If there is too much lead in your child's blood, the local health department will contact you **to help get your child healthy**.
- A nurse or another lead professional may visit your home **to find where the lead is**.
- These services are **free of charge**.



## WHAT CAN I DO TO KEEP MY CHILD HEALTHY?

- Keep your child **away from old, chipped paint**.
- Keep your home free of dust and dirt by **wet washing surfaces** like windowsills and floors often and **removing shoes** before entering your home.
- Use only cold water for baby formula, drinking, and cooking. **Boiling water does not remove lead**.
- **Always wash your child's hands** before eating, sleeping and after play.
- **Feed your child healthy meals and snacks**, like fruits and vegetables, dairy, and protein. Ask your local WIC nutritionist for advice on healthy meals for your child.



For more information visit:  
[www.cdph.ca.gov/programs/clppb](http://www.cdph.ca.gov/programs/clppb)  
or contact your local Childhood Lead Poisoning Prevention Program:



<sup>1</sup> The mention of these clinics does not imply endorsement of their services by CDPH. There may be other clinics that offer such services.

# Nickerson Gardens: Mantenga su Niño libre de plomo y saludable

El envenenamiento por plomo puede dificultar que su hijo aprenda, preste atención o se comporte, y puede causar problemas de salud a largo plazo. Es posible que los niños no se vean o actúen enfermos, por eso hacer que su hijo se haga una prueba de plomo es la única manera de saber si su hijo tiene envenenamiento por plomo.

## EL PLOMO ESTÁ A NUESTRO ALREDEDOR

- **El plomo puede estar:** En la pintura astillada dentro y fuera de las casas antiguas.
- En la **tierra** de su patio, especialmente si vive cerca de una carretera concurrida, una instalación de reciclaje de metales o cerca de una instalación de reciclaje de baterías de plomo o un aeropuerto.
- En **artículos para el hogar** como juguetes, platos, cerámica y especias.
- **Trabajo y pasatiempos** como la construcción, la pintura, los campos de tiro y caza, y la pesca.



## HACERSE UNA PRUEBA DE PLOMO EN LA SANGRE ES MUY IMPORTANTE

- Un análisis de sangre para detectar plomo es **gratis** cuando su hijo recibe un chequeo si tiene Medi-Cal o si está en CHDP. Es posible que algunas clínicas de salud comunitarias **no tengan costo y opciones de bajo costo.**

### Cerca de Nickerson Gardens:

- **St. John's Community Health:** Llame al (323) 541-1411 o vaya a [www.wellchild.org](http://www.wellchild.org)<sup>1</sup>
- **Los Angeles Unified School District:** Llame al (213) 202-7590 o vaya a [achieve.lausd.net/Page/12532](http://achieve.lausd.net/Page/12532)<sup>1</sup>

## ¿QUÉ SUCEDE DESPUÉS DE QUE MI HIJO SE HACE LA PRUEBA?

- Si hay demasiado plomo en la sangre de su hijo, el departamento de salud local se comunicará con usted **para ayudarlo a que su hijo esté sano.**
- Una enfermera u otro profesional de plomo puede visitar su casa **para averiguar dónde está el plomo.**
- Estos servicios son **gratis.**



## ¿QUÉ PUEDO HACER PARA MANTENER A MI HIJO SANO?

- Mantenga a su hijo **alejado de la pintura vieja y astillada.**
- Mantenga su hogar libre de polvo y tierra **lavando superficies húmedas** como alféizares de ventanas y pisos con frecuencia y **quitándose los zapatos** antes de ingresar a su hogar.
- Use solo agua fría para la fórmula de bebés, beber y cocinar. **El agua hirviendo no elimina el plomo.**
- **Siempre lave las manos de su hijo** antes de comer, dormir y después de jugar.
- **Alimente a su hijo con comidas y refrigerios saludables**, como frutas y verduras, productos lácteos y proteínas. Pídale consejo a su nutricionista local de WIC sobre comidas saludables para su hijo.



Para obtener más información, visite: [cdph.ca.gov/programs/clppb](http://cdph.ca.gov/programs/clppb) o comuníquese con su Programa local de Prevención del Envenenamiento Infantil por Plomo:



<sup>1</sup> La mención de estas clínicas no implica la aprobación de sus servicios por parte del CDPH. Puede haber otras clínicas que ofrezcan tales servicios.