

Ramona 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 Ramona Gardens:

- **AltaMed Health Services** offers culturally sensitive services. Call (888) 499-9303 or go to www.altamed.org.¹
- **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 for more information.¹

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
or contact your local Childhood Lead Poisoning Prevention Program:



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

Ramona 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 Ramona Gardens:

- **AltaMed Health Services:** Llame al (888) 499-9303 o vaya a www.altamed.org.¹
- **Los Angeles Unified School District:** Llame al (213) 202-7590 o vaya a achieve.lausd.net/Page/12532.¹

¿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 o comuníquese con su Programa local de Prevención del Envenenamiento Infantil por Plomo:



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

