

Top 10 Things You Need To Know About Childhood Lead Poisoning

↳ #10. Lead poisoning can cause a lifetime of harm to your child.

Problems like learning to read, write, hold, or see things, playing, walking, talking, misbehaving, low energy or brain damage. Children age 6 and under may suffer the most damage because their brains are still growing.

↳ #9. The lead in your home can poison your child.

Old, cracked, or peeling lead paint breaks down into dirt or dust. It is tracked into your house from pets, toys, shoes, work clothes or uniforms. Dust from torn down buildings can blow in through windows or doors. If you work with paint, machines, building construction, dirt or soil, leave *work clothes at work*, or change before you touch your child. Wet-clean your home with damp cloths or mops to keep lead dust away from your home.

↳ #8. Lead poisons your child when it enters their body.

Sucking on dirty fingers, toys or pacifiers that have fallen on the floor or ground can poison, or touching dirty/dusty windowsills and ledges with their hands, mouths, or tongues. Wet-wipe or wash their hands often!

↳ #7. How can you tell if your child has lead poisoning?

It is not always easy to tell. A child may have stomachaches, act cranky, irritable, cry a lot, have a loss of energy, walk and talk slowly, or misbehave for no reason. They may have no signs or symptoms. The only way to know is with a blood test!

↳ #6. If you are not sure if your tap water has lead ...

Lead may line the inside of some old pipes. If pipes cannot be replaced, to flush out any lead that may be “sitting” in your pipes **run tap water until it gets cold**. Never cook or make baby formula with hot tap water - *always use cold water when cooking!*

↳ #5. Wipe your feet to keep lead from entering the front door of your home.

To prevent lead from getting on floors and in rugs, wipe your feet or take shoes off when you enter your home.

↳ #4. Washing and Cleaning

Wash your children’s hands, pacifiers, toys, and stuffed animals before eating or napping. Do not let your child put dirty toys, pacifiers or fingers in their mouth. Wash or “wet wipe” hard surfaces like floors and windows at least once a week to remove lead dust. Flush the dirty water down the toilet, not the bath tub or sink. Always wash fresh fruit and vegetables to remove chemicals called “pesticides” which may contain lead.

↳ #3. Some foods can help to keep your child lead-free.

Foods high in calcium, iron, and Vitamin C can help keep your child healthy and lead free! Milk, eggs, cheese and broccoli are high in calcium. Serve foods high in iron like peanut butter, leafy green vegetables, and beans. Feed your child foods high in Vitamin C like fresh fruit and 100% fruit juice - not soda or punch! A healthy diet helps protect your child’s body from lead poisoning!

↳ #2. Even healthy children may have lead poisoning.

Test your child for lead poisoning at 9 months and each year until they are 6 years old, at the closest Philadelphia Health Center, a nursing center, or doctor’s office. Ask your health care provider, nurse practitioner or doctor for more information. The only way to know if your child has lead poisoning is with a blood test!

↳ #1. Lead poisoning is 100% preventable!

If you do some of the things mentioned above you can help prevent your child from getting sick or poisoned.

For more information, contact the Childhood Lead Poisoning Prevention Program, Philadelphia Department of Public Health, at (215) 685-2788.

Las 10 Cosas Que Usted Debe Saber Acerca del Envenenamiento Infantil por Plomo

🔪 #10. El envenenamiento por plomo puede causar daños permanentes a su hijo.

Problemas como aprender a leer, escribir, agarrar, o ver cosas. Caminar, hablar, mal comportamiento o daño cerebral. Los niños de 6 años y menores pueden sufrir daños mas severos, ya que su cerebro aún esta creciendo.

🔪 #9. El plomo en su hogar puede envenenar su hijo.

Pintura vieja o deteriorada que se este cayendo, puede convertirse en polvo o tierra. Es traída a su hogar por medio de mascotas, juguetes, zapatos. Ropa o uniformes de trabajo. Polvo de edificaciones cercanas puede entrar por las ventanas y puertas. Si usted trabaja con pintura, maquinas, construccion, tierra, DEJE SU ROPA DE TRABAJO EN SU TRABAJO, o cambiese antes de tocar a sus hijos. Con un paño húmedo o un trapeador limpie su hogar para mantener el polvo fuera.

🔪 # 8. El plomo envenena a su hijo cuando cuando entra al cuerpo.

Chúparse los dedos sucios, juguetes o chupetes que se caén al piso o a la tierra puede envenenar a su hijo. Tocar superficies con mucho polvo o sucias, marcos de ventanas, manos, boca o lengua. Lave las manos a menudo!

🔪 # 7. Como puede saber si mi hijo esta envenenado con plomo?

No siempre es fácil saberlo. Un niño puede tener dolores de estómago, estar enojado, irritable, llorar mucho, no tener energía, caminar y hablar despacio o comportarse mal sin ningún motivo. PUEDE QUE NO TENGA NINGUNO DE ESTOS SÍNTOMAS. La única manera de saber es por medio de una prueba de sangre.

🔪 # 6. Si no esta seguro si el agua de la llave de su casa tiene plomo.

El plomo puede estar dentro de algunos tubos viejos. Si los tubos no pueden ser reemplazados, para sacar cualquier residuo de plomo en estos tubos usted puede dejar correr el agua de la llave hasta que salga fría. No cocine o haga el biberón de su hijo con agua caliente de la llave, siempre utilice agua fría al cocinar.

🔪 #5. Limpie sus pies antes de entrar a su casa para mantener el plomo fuera.

Para prevenir que el plomo entre al piso o a la alfombra de su casa, siempre limpie los pis o quítese los zapatos cuando entre a su hogar.

🔪 # 4. Lavando y Limpiando.

Lave las manos de sus hijos así como chupetes, juguetes y peluches, antes de comer o de dormir. No permita que su hijo ponga juguetes chupetes o sus dedos sucios en la boca. Con un paño en húmedo limpie el polvo por lo menos una vez por semana (utilize toallas de papel) Bote el agua que usa al limpiar en el baño, no en la bañera o en la lavamanos. Siempre lave la fruta y verdura para remover pesticidas que puedan contener plomo.

🔪 # 3. Alguna comida puede ayudar a mantener a su hijo libre de plomo.

Comida rica en calcio, hierro y vitamina C puede mantener a su hijo sano y libre de plomo. Leche, huevos, queso, brocoli son ricos en calcio. Sirva comida rica en hierro como mantequilla de maní, vegetales verdes y frijoles. Alimente a su hijo con comida rica en vitamina C como fruta fresca y jugo 100% natural, nada de soda o jugo no-natural. Una dieta saludable ayuda a proteger a su hijo del envenenamiento por plomo.

🔪 # 2. Aún niños saludables pueden estar envenenados por plomo.

Haga pruebas de plomo a sus hijos empezando a los 9 meses y cada año hasta que tengan 6 años, en los Centros de Salud de Filadelfia, o en la oficina de su doctor. Pregunte a su doctor, enfermera o representante de salud para mas información. La única manera de saber si su hijo esta envenenado con plomo es por medio de una prueba de sangre.

🔪 # 1. El envenenamiento por plomo es 100% prevenible!

Si usted hace algunas de las cosas mencionadas anteriormente usted puede prevenir que su hijo se enferme o se envenene.

For more information, contact the Childhood Lead Poisoning Prevention Program, Philadelphia Department of Public Health, at (215) 685-2788.