

# Lead Poisoning

*What you can do to protect your children*

Lead poisoning can cause serious health problems. You can't see it or smell it. Here's what you need to know to keep your kids out of danger.

## **Why is it so bad for children?**

Lead is a metal that is poisonous to humans when it gets into our bodies. If lead poisoning is not treated early, it will prevent children from developing properly. Lead poisoning may cause behavior problems. An affected child could be easily excited, upset, or restless and have a short attention span. It may also cause learning and hearing problems and prevent normal growth. If lead poisoning is treated early, much of the damage can be prevented.

## **How does it get into children?**

Lead can be anywhere, even in dust and the air. Lead dust can be found on toys, fingers, and other objects that children put in their mouths. It can be brought home from a job or in the house from hobbies and remodeling projects. Because children grow so quickly, lead gets into their bodies a lot faster and therefore causes severe damage to children's health.

## ***Where to get help?***

Ask your primary care provider for lead testing. If you have any questions about lead poisoning or testing or need help making an appointment, call the AmeriChoice Member Outreach Department at:

**1-800-941-4647** or

**1-800-852-7897** (TTY/TDD)

A Member Service Representative will be happy to help you.



## **What can you do to protect your children?**

- Be sure that your children have been tested for lead poisoning by the time they are one year old and again by the age of two. Even if your children seem healthy, the only way to be sure that they do not have lead poisoning is to have a simple blood lead test.
- Get your child screened for lead poisoning immediately if they are under the age of 6 years and have never been tested.
- Keep your doctor's appointment for tests and checkups.
- Make sure children's hands are washed often, especially after they play and before they eat.
- Wash toys and other things children handle or put in their mouths.
- Wet-mop your floors and keep furniture, windowsills, and other dusty surfaces clean (sweeping and vacuuming don't remove lead dust).
- Run cold water for at least a minute before using it. Never use hot water from the faucet when making baby formula or for cooking.
- Serve foods that are high in iron (meat, fish, greens, chicken, dried beans) and calcium (milk, cheese, yogurt, ice cream).

# El envenenamiento con plomo

## Qué puede hacer usted para proteger a sus hijos

El envenenamiento con plomo puede causar graves problemas de salud. Usted no puede verlo ni olerlo. Esto es lo que usted necesita saber para mantener a sus hijos fuera de peligro.

### ¿Por qué es tan malo para los niños?

Cuando entra en nuestros cuerpos, el plomo se convierte en un metal venenoso para los seres humanos. Es posible que los niños que tienen demasiado plomo no parezcan, actúen o se sientan enfermos. Si el envenenamiento con plomo no se trata a tiempo, puede ocasionar que los niños no se desarrollen adecuadamente. El envenenamiento con plomo puede causar problemas de conducta. Un niño afectado podría excitarse, disgustarse o inquietarse fácilmente y tener poca concentración. También puede causar problemas de aprendizaje y audición e impedir el crecimiento normal. Si el envenenamiento con plomo se trata a tiempo, se puede prevenir gran parte del daño.

### ¿Cómo entra el plomo en el cuerpo de los niños?

El plomo puede estar en cualquier parte, incluso en el polvo y en el aire. Se puede encontrar partículas de plomo en los juguetes, dedos y otros objetos que los niños introducen en su boca. Puede llevarse del trabajo a la casa o puede estar en casa cuando realizamos trabajos de remodelación o actividades de tiempo libre. Debido a que los niños crecen tan rápido, el plomo ingresa en sus cuerpos mucho más rápido, causando daños graves en la salud de los niños.

### ¿Dónde puedo obtener ayuda?

Pídale a su médico de cuidados primarios que le haga un examen para detectar el envenenamiento con plomo. Si tiene alguna pregunta acerca del envenenamiento con plomo o acerca de la prueba o si necesita ayuda para obtener una cita, llame al Departamento de Enlace Comunitario para Miembros de AmeriChoice al **1-888-298-7000** o al **1-800-852-7897** (TTY/TDD, para personas con problemas de audición). Un Representante de Enlace Comunitario para Miembros estará gustoso de ayudarlo.



### ¿Qué puede hacer para proteger a sus hijos?

- Haga que examinen a sus hijos lo más pronto posible para averiguar si padecen de envenenamiento con plomo.
- Vaya a sus citas con el doctor para que le hagan sus chequeos y exámenes.
- Haga que sus hijos se laven las manos frecuentemente, especialmente después de jugar y antes de comer.
- Lave los juguetes y otros artículos que los niños manipulan o introducen en su boca.
- Trapee con un trapo húmedo los pisos y mantenga limpios los muebles, alféizares y otras superficies polvorientas (barrer y aspirar no quita las partículas de plomo).
- Deje correr el agua fría al menos un minuto antes de usarla. Nunca use el agua caliente del grifo para preparar la fórmula del bebé o para cocinar.
- Coma alimentos ricos en hierro (carne de res, pescado, vegetales, pollo y granos secos) y calcio (leche, queso, yogur y helado).
- Asegúrese que a sus hijos los hayan examinado para detectar si padecen de envenenamiento con plomo para cuando tengan un año de edad y nuevamente para cuando tengan dos años de edad. Incluso si sus hijos parecen estar saludables, la única manera de estar seguro de que no padecen de envenenamiento con plomo es hacerles un análisis de sangre sencillo.