



Estimado Padre o Tutor:

**Desde el nacimiento hasta la edad de tres años, los bebés tienen MUCHO que aprender.**

El ayudar a su niño(a) a estar sano y listo para aprender es una parte importante del trabajo de usted como padre/madre o tutor. Dando buenos alimentos a su niño(a), manteniendo a su niño(a) activo, compartiendo libros y música, acurrucándole, y jugando con él/ella son maneras en que usted puede ayudar a su niño(a) a aprender y crecer.

Altos niveles de plomo en la sangre pueden perjudicar la capacidad de un niño(a) para aprender. Su niño(a) tiene un nivel en la sangre que puede dañar el cerebro de su niño(a) y afectar el éxito de su niño(a) más tarde en la escuela. Usted necesita tomar medidas para mantener a su niño(a) seguro y saludable:

- **Encuentre las fuentes del plomo** que se ha introducido en la sangre de su niño(a).  
Estas fuentes podrían ser:
  - Pintura de plomo en su hogar
  - Plomo en juguetes
  - Plomo en la tierra afuera de su hogar o de la guardería de su niño(a).
  - Plomo en algunos suplementos de salud (incluso aquellos rotulados “orgánicos”) aparte de aquellos recetados por un proveedor médico
  - Tubería de plomo suministrando agua que se use para beber o cocinar
  - Plomo en su lugar de trabajo que usted pudiese llevar a casa accidentalmenteUna vez que usted encuentre una fuente, averigüe cómo **¡deshacerse de ella!**
- **Motive a su niño(a) a comer alimentos que podrían reducir la cantidad de plomo que su niño(a) absorbe.**
  - Dele a su niño(a) alimentos que contengan **calcio**. Estos alimentos incluyen la leche, queso, yogur, brócoli, sardinas, y salmón enlatado.
  - Dele a su niño(a) alimentos que contengan **hierro**. Estos alimentos incluyen carne roja magra, pollo, pavo, sardinas, y atún.
  - Alimentos con **vitamina C** (tales como chinás/naranjas, fresas, pimientos verdes, y papas) ayudan a su niño(a) a absorber el hierro.
- **Vigile la manera en que su niño(a) está aprendiendo.**
  - ¿Hace su niño muchas de las cosas esperadas para su edad, o le faltan algunas destrezas importantes (vea el folleto adjunto “*Your Baby Deserves a Good start in Life!*” - “¡Su bebé merece un buen comienzo en la vida!”)? Hable con el médico de su niño(a), lea un buen libro sobre el desarrollo infantil, o vaya al Internet para aprender cuáles cosas se espera que un niño pueda hacer a cada edad.
  - Si usted cree que su niño(a) *no* está desarrollándose y aprendiendo nuevas destrezas como otros niños de la misma edad, llame a la Línea “Infoline” del Desarrollo Infantil al 1-800-505-7000 y hable con ellos respecto a sus preocupaciones.
  - Si su niño(a) es menor de tres años y no se está desarrollando bien, usted puede pedir una evaluación gratis del desarrollo del Sistema para Infantes a Tres Años de Connecticut.
  - Help Me Grow (*Ayúdame a Crecer*) es otro programa que puede ayudarle a encontrar apoyos comunitarios y monitorear el desarrollo de su niño(a) hasta e incluyendo la edad de cinco años.
  - Si su niño(a) está en la escuela, hable con su distrito escolar local para una evaluación.

Para más información acerca del plomo, hable con el médico de su niño(a) o vaya al [www.ct.gov/dph](http://www.ct.gov/dph)

Para más información acerca del Sistema para Infantes a Tres Años, vaya al [www.birth23.org](http://www.birth23.org)

Para más información acerca del desarrollo infantil, llame a la Línea “Infoline” del Desarrollo de los Niños al 1-800-505-7000