

Teens speak out about life, love and living in a Supersize world. It's all about choices

# ...Fast Food High School at Alisal

## Volume II ~ Get the lead out!

Jasmin Diaz  
Diego Quintero  
Karina Hernández  
Brittney Dominguez  
Lorenzo Hernandez  
Ericka Juarez  
Valerie Martinez  
William Ramirez  
Cynthia Rodriguez  
Celeste Hall, R.N.  
J. Veronica Aragon  
Cesar Lazaro  
Nate Voigtschild

Brought to you by  
University of  
California  
Cooperative  
Extension,  
Monterey County

Funded by a grant  
from the  
Public Health Trust  
and by  
Cornelsen Verlag,  
Berlin .

© Regents of the  
University of  
California  
UCCE 2009



Los estudiantes de Alisal tienen mucho de que pensar esta primavera. La vida es más complicada de lo que ellos pensaban, hace solo 3 años. En aquellos días, estaban trabajando para mejorar la comida en la escuela.

Ahora hay asuntos más serios en la mente de los Alisal Trojans - asuntos reales de la salud. ¿Es demasiado esperar que adolescentes acepten los retos de los riesgos ambientales a la comunidad?

¿Están bien informados? ¿Tomarán las decisiones correctas?  
A ver...

The University of California, in accordance with applicable Federal and State law and University policy, does not discriminate on the basis of race, color, national origin, religion, sex, disability, age, medical condition (cancer-related), ancestry, marital status, citizenship, sexual orientation, or status as a Vietnam-war veteran or special disabled veteran. The University also prohibits sexual harassment. Inquiries regarding the University's nondiscrimination policies may be directed to Affirmative Action Director, University of California, Agriculture and Natural Resources, 300 Lakeside Drive, 6<sup>th</sup> Floor, Oakland, CA 94612-3550, (510) 987-0096.

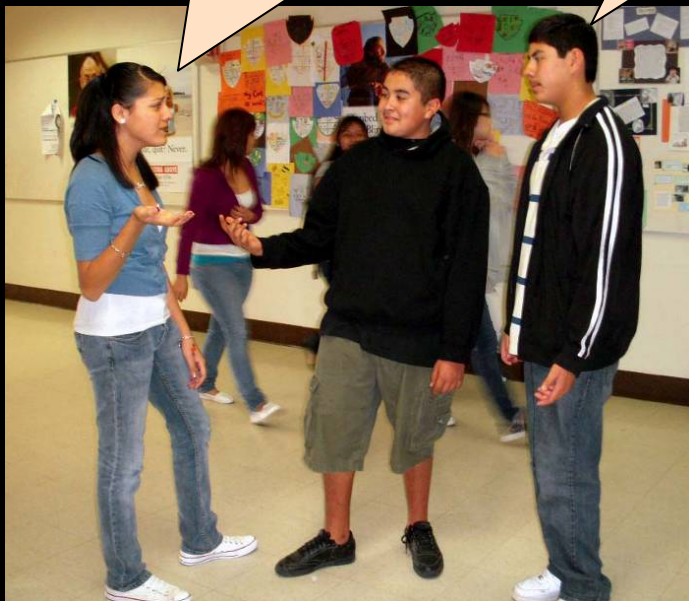
La campana suena - Sr. V. está por la puerta.

OK - ¡Quite el plomo!



*¡Yo entiendo todo sobre el plomo! Mi tía es enfermera del departamento de salud y ella me dijo que el plomo puede causar retrasos en el desarrollo de los niños - ellos andan o hablan más tarde - ellos tienen problemas de aprendizaje - y ser hiperactivos o agresivos - y los adultos puede tener esperma débil, ser infértiles, bla, bla, bla*

Bostezo



El quiere decir 'apúrate'



Yo pensé que el quiso decir 'plomo' - *tu* sabes - plomo el metal

*Y, el plomo se puede encontrarse en pintura vieja, en mangueras de jardines, mini persianas de vinilo, en el agua en edificios muy viejos, en algunos dulces y bocadillos importados, algunos remedios caseros, alguna alfarería vidriada, algunas bolsas de lonche de vinilo importadas, juguetes importados o joyería importada para niños. Bla bla bla.....*

¡Qué aburrido! Creo que hemos escuchado suficiente.



Ellos andan por el pasillo...

¡Vamos a buscar algo de comer!



Larry y Bartholemew se detienen - Larry tiene algo personal que decirle a Bart...

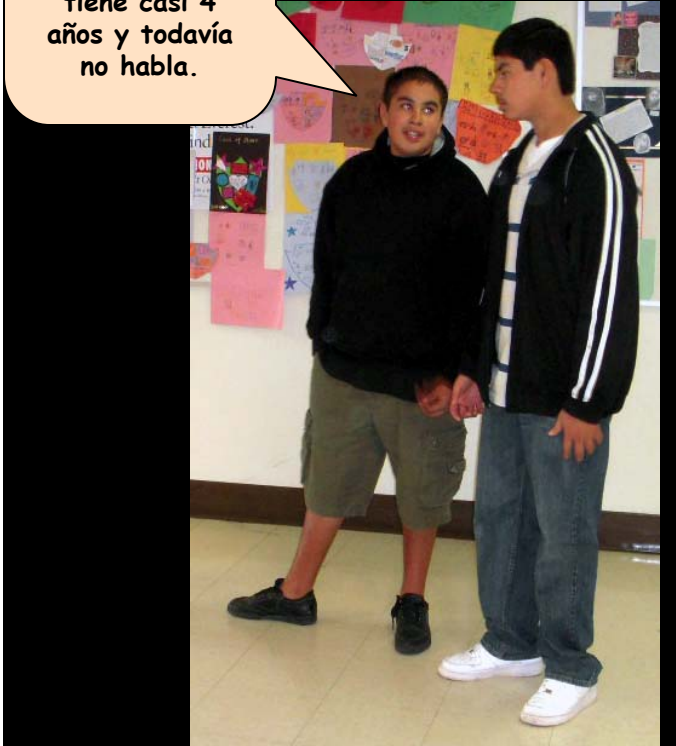


¿El plomo? Si, sé que es un poco aburrido, pero es algo que le preocupa a mi familia por casi dos años...

¡Qué mala onda!

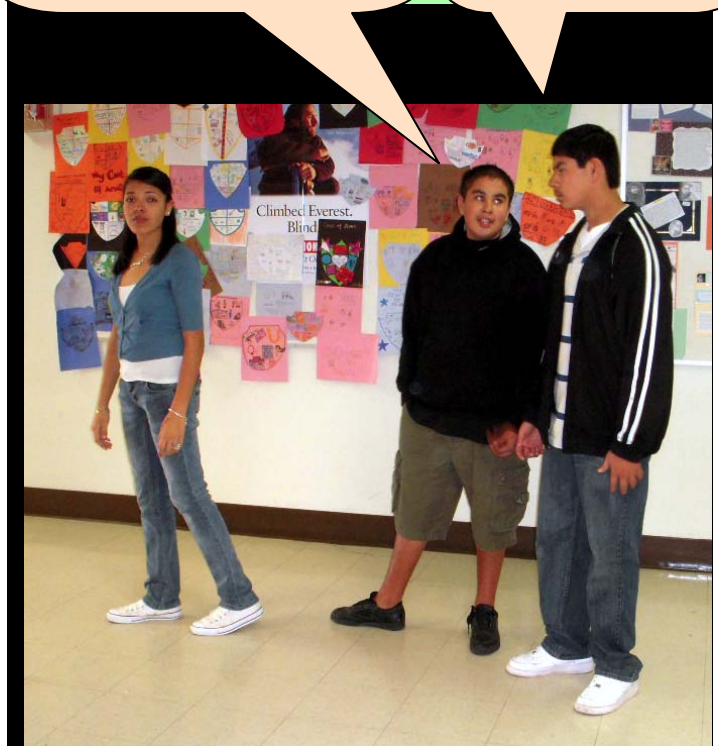
¿Qué puede decir un amigo?

...Es mi hermana más chica. Tiene problemas .... tiene casi 4 años y todavía no habla.



Recuerdo que ella parecía OK hasta que nos cambiamos al apartamento. Ya - lo que pasa es que - ella no está bien.

¿Sabes? Yo oí que Einstein no habló ni una palabra antes de la edad de 3?



Así pues, ¿qué vas hacer?

No sé .. mi madre está hablando con el doctor..



Allyson todavía sigue pensando acerca del plomo en los dulces...

Marie, ¿Qué con ese dulce? ¿Qué no está en la lista que vimos en la clase?



¡Eso fue lo peor que pudo decir!

¡Me encanta este dulce! No lo voy a dejar. Ellos nomás están odiando en comida Mexicana.

¿Odiando a la comida Mexicana? ¡Que ...!



Eso es lo que me dijo mi Mami. Ella me dijo "No les hagas caso - esas personas están en contra la cultura Mexicana".

Bueno pues, esto es fabuloso. Si la gente piensa que no tienen respeto, no van a escuchar nada.

Pero, ya sabemos que hay cosas horribles que pasan en familias como un resultado del plomo...



y ahora nadie está escuchando. Necesitamos hacer algo sobre esto...

La siguiente semana ...

Marie- ¿Sigues tu mamá todavía en contra de escuchar nuestras opiniones?

¡Ella está enojada! Y sigue sin escuchar, yo ya no le hablo acerca de eso



Y no me digas ni una sola palabra acerca de este dulce- ino está en la lista!

Allyson persistió..

OK, pues esa lista tiene más que dulces de México

Si la mama de Marie supiera esto, no se enojaría



Hay dulces de China, Malasia y también North Carolina. Hay todas las joyerías que se encuentran en la tienda de dólar. Y mini persianas de vinilo ... y ...bla bla bla

¿Te sientes como si estuvieras rodeado de tóxicos?

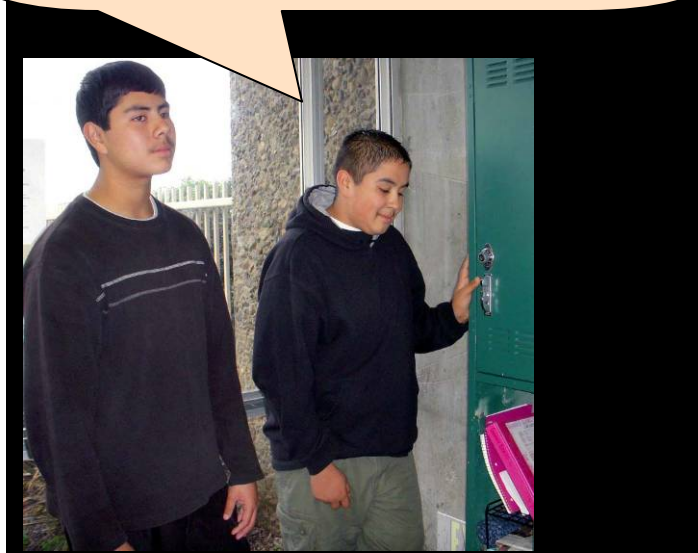
Y eso es de miedo...

Tienes razón Dora - es mala onda. ¿Has oído algo sobre la hermana de Larry?



Noticias de miedo sobre la hermana de Larry...

Nos enteramos que tiene un alto nivel de plomo en la sangre. El doctor nos dijo que tenemos que alejarla de cosas que tienen plomo - ¡pero no sabemos que es lo que lo está causando!



Ellos son solos estudiantes de la escuela secundaria- ¿que pueden hacer?

¡Que preciosa es Lupita!

Queremos ayudarles.

Podemos hacer detectives - ¡detectives del plomo!



¡No se olvide-la familia de Larry recibe comida de Oaxaca. Si somos detectives del plomo probablemente comeremos algunos chapulines!

¡No saltamontes!



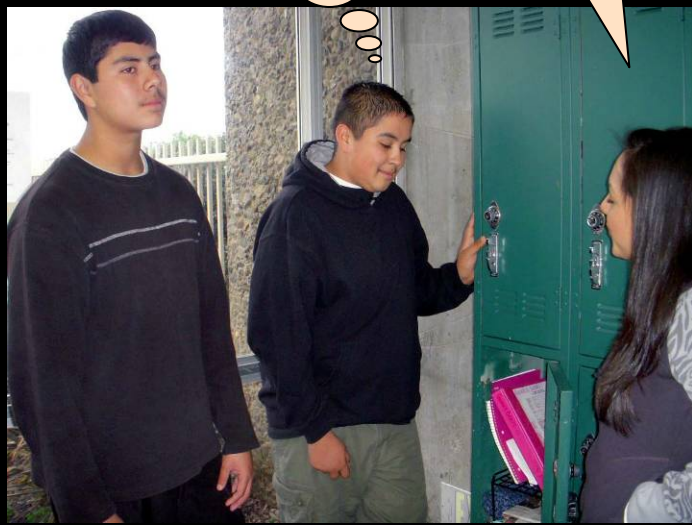
¿No saben las estudiantes de Alisal que los chapulines sabrosos son buenas fuentes de proteína?

Yo puedo ser el que prueba las cosas diferentes con los hisopos.

Ellos se organizan.

OK Larry. ¿Debemos hacerlo? ¿Debemos hacer una lista para chequear?

Supongo que si...



Lista para chequear de los Detectives del Plomo de Lupita:

1. ¿Es cierto que la familia de Larry recibe alimentos de Oaxaca?
2. ¿ Usa la mama una chimolera?
3. ¿Comen chapulines hechos en casa?
4. ¿Come Lupita los Jovy Tamarind lollipops? o ¿Hawthorn candy? o ¿'Aussie-style Black Licorice'?
5. El apartamento es viejo - ¿tiene pintura con plomo?
6. ¿Tiene ella la joyería que vimos?
7. ¿Tiene ella una de esas bolsas para lonche de vinilo?

¿Dónde está Marie?

La semana seguida, después de clase

Ella no está aquí - está enferma.. ¿ qué pasa, Larry?

No le gusta tu lista

A veces es difícil entender los modos de diferentes personas, pero estos Alisal troyanos son amigos y hacen bien hablar de estas cosas.

Si - obtenemos comidas de Oaxaca - ¿y que es tu punto?

¿Porqué estás odiando en comida Oaxaqueña?

Pues, comida de Oaxaca fue #1 en la lista

???

Pero, ¿qué pasa con ...?

¿Y la gente no tiene plomo en la forma en que cocinan allí?

Mi familia nos envía solamente las cosas buenas

¿ Una chimolera?

¿No usan una chimolera?

No queremos decir que odiamos en tu familia tampoco, Larry...

Si, pero es el tipo bueno - si, hay una diferencia.



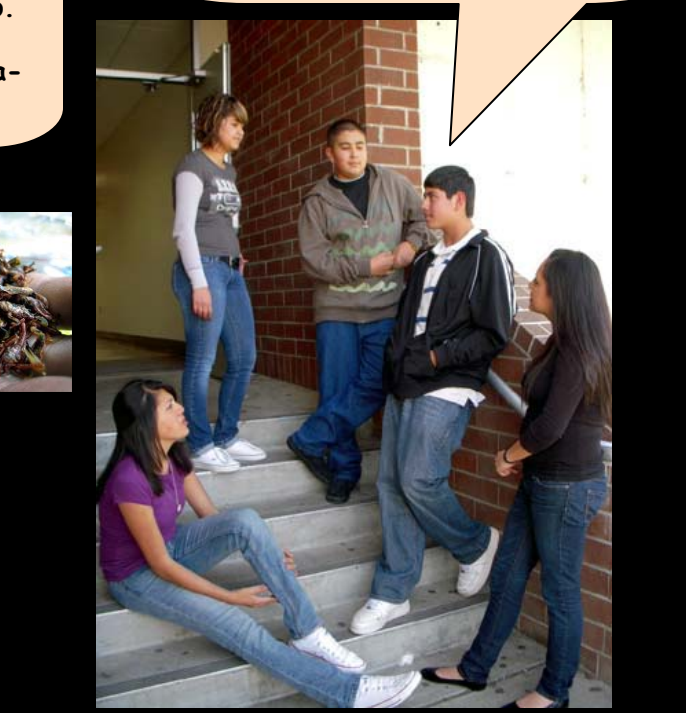
¿Tu familia no prepara chapulines para ti?

Sí, pero son sanos. Son cocidos en una olla de metal, no en una cazuela de barro. Y - que son deliciosos. Tengo algunas en mi gaveta- ¿quisieras probar uno?



No gracias - acabo de comer una manzana

¿No fue tu papá a algunas clases en el departamento de salud cuando todavía vivías en Seaside?



Sí, eso fue cuando era un bebé Lupita .. Recuerdo que hace 3 años Papi fue a...



...la clínica en Seaside. La enfermera Verónica dijo a Papi que deberíamos utilizar un chimolera con un "vidriado de alimentos seguros" en lugar de la que había estado utilizando, y respondió a sus otras preguntas acerca del plomo ...

¿Como afecta plomo el cerebro?

He escuchado que mujeres embarazadas se le "sube el plomo" - ¿Por qué?



El plomo afecta al cerebro en niños y adultos en diferentes formas. En los niños los efectos son incapacidad de aprendizaje, falta de atención, inteligencia disminuida, problemas de habla y comportamiento. Hay también varios otros efectos al desarrollo. A un adulto, el plomo puede causar problemas de memoria y concentración, al igual que otros problemas en el cuerpo.

Puede ser que a las mujeres le encuentran el plomo porque no es hasta que se embarazan que reciben cuidado medico. Es posible que en algún tiempo de su vida fueron expuestas al plomo o son expuestas al momento; por medio de comida contaminada o en el medio ambiente. Es preocupante si la mujer embarazada tiene altos niveles de plomo en la sangre porque le puede causar daño al feto, incluyendo daño al cerebro o hasta muerte. Y por igual le hace daño a la madre del feto.



¡Uf! Gran cantidad de información - ya lo entiendo!

2009 - Y ahora, cuando las estudiantes de Alisal están tachando puntos en la lista para chequear. Ya es la hora para probar por el plomo....



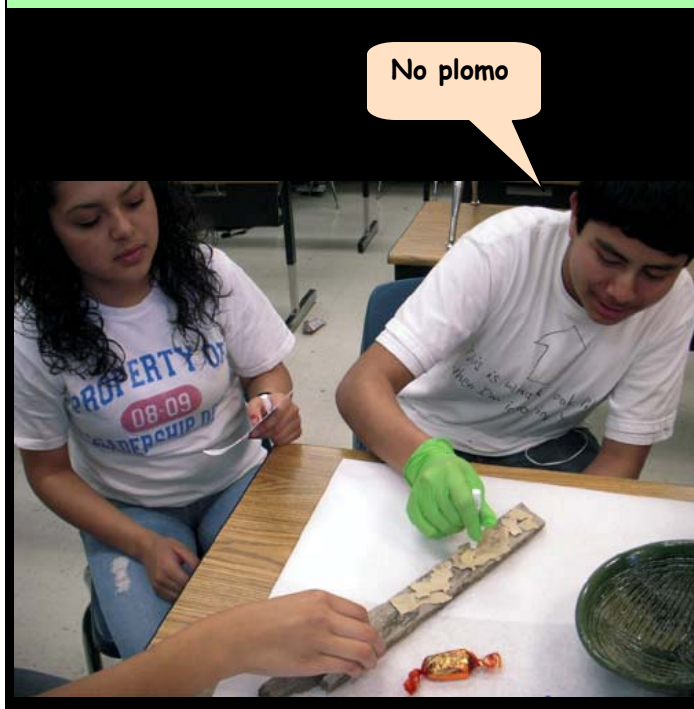
Allyson llama a la mamá de Larry, para preguntarle sobre algunos dulces que Lupita come, o joyerías que usa..

Según las instrucciones, la punta cambiará al color rojo o rosado si hay plomo



Ellos chequean por plomo en la pintura de una tabla que se desprendió del apartamento de Larry...

No plomo



Bartholemew prueba la bolsa de lonches- sí, había plomo - pero Lupita no tiene una bolsa como esta

¿Una lonchera?  
Eso es loco...



Allyson pregunta a la mama de Larry acerca de joyerías..

Sra. Santiago, soy Allyson, de los detectives de plomo de Alisal. Por favor dígame ¿si su hija Lupita está usando alguna joyería?



Marie entra. Ella ha vuelto del hospital, en donde recibió tratamiento para envenenamiento de plomo, y ahora ella totalmente ha renunciado las dulces

¡Espero que tu has aprendido tu lección!

O -Maria está aquí - ¡qué bueno!



Pues, hemos probado todo, y menos la bolsa de lonche, no había plomo en cualquier parte.

¡Eso es las buena noticia!

Pero, todavía no entendemos la causa de su envenenamiento



El día seguido, los estudiantes se juntan al muro de murales por planear su paso seguido .

¿Que podemos hacer ahora?

¿Podemos ...?

¡eh! Aquí está Marie ...

¡ODM! ¡Yo tengo la solución!

Algo como esto ~ y eso es porque el plomero dijo al padre de Marie a correr el agua fría por un tiempo antes de beberla

Si- este puede ser la solución, Marie ~ ¡que llamada de atención!

Deja que le ayudemos a Larry escribir una carta a su dueño de la casa ...

Aquí hay un poco de agua - por ahora...

Este plomero fue en mi casa ayer, y él le dijo a mi papi que casas viejas pueden tener plomo en los tubos de agua. ¡Esto puede contaminar el agua del grifo!!

Así, ¿como cada vez que Lupita tomaba un vaso de agua, tenía una copa de plomo también?

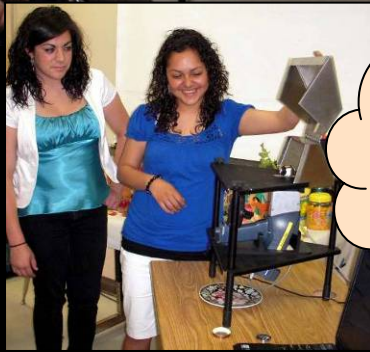
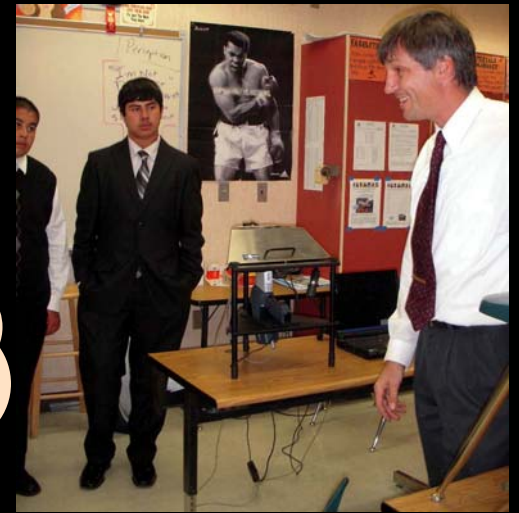
Dora llama a Allyson en seguida con las buenas noticias ~ Allyson va a llevar algo de agua potable a Lupita...

Los estudiantes de Alisal están satisfechos con un trabajo bien hecho. Ellos están contentos ~ especialmente Larry ~ y han aprendido *mucho* sobre el plomo.



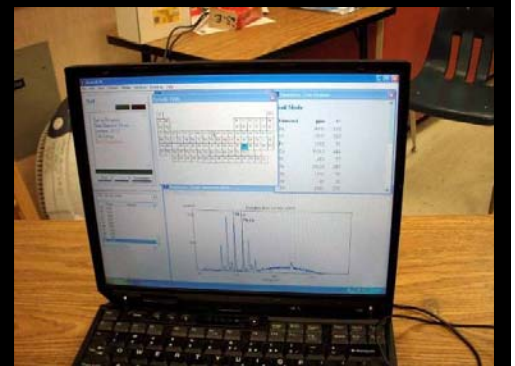
Más tarde en la primavera, las estudiantes de Alisal tienen la oportunidad de reunirse con el profesor Palmer del Departamento de Química en la Universidad California de San Francisco. Palmer estará aquí para demostrar la XRF, un dispositivo de detección de plomo. Él viene al Sr. V de la sala donde se amontona un cuadro con elementos sospechosos de contener plomo. El suspenso aumenta...

¿Se tiene la Sra. N. que dar ese mantel de vinilo que ha estado en la cocina desde hace años? ¿Se tiene Lennis que devolver esa bolsa de vinilo - caro y diseñador? ¿Se tiene Shanna que tirar todas las joyas y juguetes que compró para su hija? A ver....



Parece que él se divierte mucho al ser un químico analítico

Cynthia tiene una vuelta en la prueba. Si uno mira de cerca en la pantalla de la computadora, puede ver que la taza de K es muy alta en las pruebas de plomo (ver la altura picos en la pantalla)



# Gracias a



Nate Voigtschild, Health/Psychology Teacher  
Human Services Academy Co-Coordinator,  
Health Department Chair, Alisal High School

Brittney Dominguez  
Lorenzo Hernandez  
Ericka Juarez  
Valerie Martinez  
William Ramirez  
Cynthia Rodriguez  
Celeste Hall, R.N.  
Juana Veronica Aragon  
Cesar Lazaro Santiago  
Margaret Handly, PhD, MPH, Assistant  
Professor, Department of Epidemiology &  
Biostatistics, Division of Preventive Medicine &  
Public Health, University of California  
San Francisco

James Grieshop, C.E. Specialist Emeritus  
Pete Palmer, PhD, Professor, Department of  
Chemistry & Biochemistry, San Francisco State  
University

You can contact this group with questions about lead exposure, or to find out the phone number of a branch close to you.

<http://www.cdph.ca.gov/programs/CLPPB/Pages/Contact-CLPPB.aspx>

**Childhood Lead Poisoning Prevention  
Branch**  
850 Marina Bay Parkway  
Building P, Third Floor  
Richmond, CA 94804-6403

(510) 620-5600  
Fax: (510) 620-5656

This group provides a lot of great consumer information about lead. They also provide free lead testing for toys - in the S.F. Bay Area

[http://cehca.nonprofitsoapbox.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=36&Itemid=51](http://cehca.nonprofitsoapbox.com/index.php?option=com_content&task=view&id=36&Itemid=51)

**Center For Environmental Health**  
2201 Broadway, Suite 302  
Oakland, CA 94612

Tel: (510) 655-3900  
Fax: (510) 655-9100

# Mis medidas de acción

1. Hable con mi proveedor de servicios de salud
2. Encuentre un Programa de Prevención de Plomo en Niños, cerca de aquí

***El envenenamiento con plomo puede evitarse con exámenes rutinarios y educación.***



## Evite el envenenamiento con plomo

Los niños pequeños corren mayor peligro de envenenarse con plomo. Los niños que se han envenenado con plomo quizás no den muestras de estar enfermos, pero pueden tener problemas de aprendizaje y de concentración. El plomo puede retardar el crecimiento infantil y causar daños cerebrales. Si se les trata a tiempo, su desarrollo será menos afectado.

Cuando alguien sufre de envenenamiento con plomo tal vez no tenga señales de tener un problema o puede desarrollar anemia, fuertes dolores de estómago y de cabeza, estreñimiento, sensación de cansancio e irritabilidad, posible falta de apetito, y dificultad para dormir.

### Cómo reducir el peligro de envenenamiento

- ▶ Haga que los niños se laven las manos antes de comer, y después de haber jugado fuera de la casa.
  - ▶ Evite que su niño coma pintura que pueda contener plomo. No ponga cunas, corralitos infantiles, camas, o sillitas altas para niños cerca de áreas donde la pintura se esté pelando.
  - ▶ Proteja a su niño, no use remedios caseros, como greta o azarcón.
  - ▶ Dé a sus niños comidas balanceadas, a horas regulares. Sus comidas deben incluir una variedad de alimentos, tales como: frutas y vegetales, leche, queso, yogur, carne, pollo, cereales fortalecidos con hierro, pasas y frutas secas.
  - ▶ No use platos importados o hechos a mano para servir o guardar alimentos, como vasijas de barro o cerámica italiana.
- Mantenga su casa limpia y libre de polvo.
- ▶ Si sospecha que su casa tiene pintura a base de plomo, mande muestras de la pintura al Departamento de Servicios de Salud local para que la analicen.
  - ▶ Nunca lije, queme o raspe pintura si no está seguro que no contiene plomo.
  - ▶ Cámbiese de ropa y dése una ducha si usa plomo en su trabajo.
  - ▶ Deje correr el agua del grifo (de la pluma) por 30 ó 60 segundos antes de beberla o usarla para cocinar. No use agua que sale caliente del grifo para cocinar o beber. Tome agua fría y caliéntela.

**Martha L. López**, Asesora de nutrición y asuntos de la familia y del consumidor, Extensión Cooperativa de la Universidad de California, en colaboración con el Servicio de Información en Español de la UC.

Los programas educativos de Extensión Cooperativa están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, origen étnico, ciudadanía, religión, sexo, edad, estado civil, preferencia sexual o incapacidad física o mental. Otras publicaciones de Extensión Cooperativa en: <http://extensionespanol.net>

Me enteré que la buena nutrición es una forma de reducir los altos niveles de plomo en la sangre

¡Yo no sabía que la forma en que un niño come puede afectar a la cantidad de plomo que tiene en su cuerpo!

Gracias, Martha López, por esta información

Sí, los niveles de plomo en la sangre puede aumentar si ...

**Su hijo no come bastante - o come demasiada**

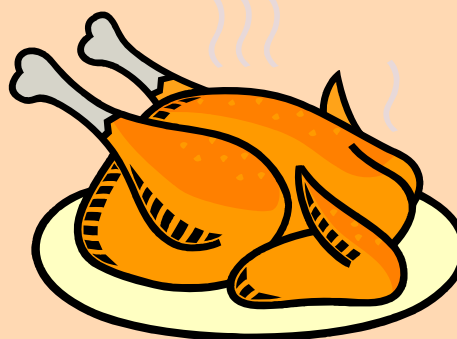
**proteína.** Sirva 2 porciones de alimentos ricos en proteína cada día: pescado, frijoles, lentejas, pollo y crema de cacahuete



**Su niño no recibe suficiente hierro.** Sirva las carnes, pollo, legumbres, frutos secos, verduras de hoja verde y cereales enriquecidos con hierro.



**Su niño come demasiada grasa.** ¿Mayores de 2 años? Sirva de los productos lácteos sin grasa o 1%.



**Ni su hijo, no recibe suficiente zinc.** Sirva la carne, pollo y cereales de granos integrales.

**Su niño no recibe suficiente calcio.**

Sirva 2-3 porciones de leche, tofu, queso, yogur, brócoli y verduras de hoja verde oscuro cada día



Un estómago vacío puede aumentar las posibilidades de mayores niveles de plomo. Bocadillos son una parte importante del plan de comidas diario para su hijo. Algunos niños no pueden comer mucho en una comida. Ellos pueden tener hambre antes de servir la siguiente comida. Regularmente sirva las comidas y los bocadillos a sus niños. Esto puede ayudar a reducir sus probabilidades de tener altos niveles de plomo en sangre.