



Seguridad y Salud en el Ámbito Laboral para los Trabajadores Agrícolas

**Riesgo de Pesticidas, Sanidad en el
Campo y Enfermedades Causadas
por el Calor**

UN CURRÍCULO DE CAPACITACIÓN PARA PROMOTORES DE SALUD

Seguridad y salud de los trabajadores agrícolas: pesticidas, sanidad en el campo, y enfermedades causadas por el calor fue creado por el Proyecto *Institutionalizing Capacity to Improve Occupational Safety and Health of Farmworker Communities Nationwide*, con el apoyo de la subvención no. SH20847SH0 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés), bajo el Departamento de Trabajo de EE.UU. El currículo y los materiales fueron desarrollados por *Farmworker Justice*. Los contenidos son responsabilidad exclusiva de sus autores y no representan necesariamente la opinión oficial de OSHA. El material no refleja la perspectiva ni las políticas del Departamento de Trabajo y, al mencionar ciertas marcas registradas, productos comerciales y organizaciones, no implica respaldo por parte del gobierno de EE.UU.

Agradecemos a los participantes de nuestras capacitaciones, cuyos comentarios y sugerencias han influido y dado forma a nuestro currículo.

Seguridad y Salud en el Ámbito Laboral para los Trabajadores Agrícolas: Riesgo de Pesticidas, Sanidad en el Campo y Enfermedades Causadas por el Calor: Un currículo de capacitación para promotores de salud

© 2014 Farmworker Justice





**Seguridad y Salud en el Ámbito Laboral
para los Trabajadores Agrícolas:
Riesgo de Pesticidas, Sanidad en el Campo y
Enfermedades Causadas por el Calor**

**Un Currículo de Capacitación
para Promotores de Salud**

CONTENIDOS

Información preliminar	3
Unidad 1: Introducción y resumen	7
Actividad para romper el hielo	8
Reglas del taller	9
Objetivos del taller	10
¿Qué significa ser promotor/a?	12
Encuesta inicial	14
Unidad 2: Resumen general sobre los pesticidas	15
¿Qué son los pesticidas?	16
¿En dónde se encuentran los pesticidas?	17
Rutas de exposición	19
Los pesticidas y el cuerpo humano	20
Enfermedades y pesticidas: síntomas agudos	22
Enfermedades y pesticidas: síntomas crónicos	24
Unidad 3: Los pesticidas y los niños	29
Los niños y su exposición a pesticidas	30
Riesgos de salud en los niños	32
Unidad 4: Protegiéndonos y a nuestras familias	35
Los pesticidas en el lugar de trabajo	36
Disminución de la exposición a pesticidas en el trabajo	39
Protegiéndonos de la exposición a pesticidas	44
Protegiendo a nuestras familias	46
Barreras para reducir la exposición a los pesticidas	47
Qué hacer en caso de exposición a pesticidas	49
Unidad 5: Los pesticidas y la ley	51
Normas de Protección al Trabajador	52
Unidad 6: Revisión de conceptos clave	55
Actividad de repaso- Repollo caliente	56
Unidad 7: Los trabajadores agrícolas y la sanidad en el campo	59
¿Qué es la sanidad en el campo y por qué es importante?	60
La sanidad en el campo y la ley	62

Unidad 8: Enfermedades relacionadas con el calor	65
Golpe de calor o insolación	66
Estudio de caso	68
Prevención de la insolación	69
Las enfermedades relacionadas con el calor y la ley	70
Entendiendo los derechos en el trabajo	72
Unidad 9: Técnicas efectivas de capacitación	75
¿De qué se trata una capacitación interactiva?	76
Enseñando a su comunidad	78
Ejercicio de exposición	79
Unidad 10: Conclusión	81
Encuesta final	82
Evaluación del taller	83
Material del facilitador/a	85
• Lista de material de apoyo • Objetivos de los talleres • Encuesta inicial • Tarjetas de síntomas de pesticidas • Dibujos ejemplificativos de la exposición a pesticidas • Estudios de casos de insolación: Víctor y Catalina • Encuesta final	
Material impreso para participantes	99
• Folleto 1: Exposición a pesticidas • Folleto 2: Síntomas a corto plazo • Folleto 3: Síntomas graves • Folleto 4: Efectos crónicos en la salud • Folleto 5: Los pesticidas y los niños • Folleto 6: ¿Cómo leer la etiqueta de los pesticidas? • Folleto 7: ¿Cómo disminuir el contacto con pesticidas en el campo? • Folleto 8: Ropa de trabajo • Folleto 9: ¿Cómo proteger a su familiar de la exposición a pesticidas? • Folleto 10: ¿Qué hacer en el caso de exposición a pesticidas? • Folleto 11: Normas de Protección al Trabajador • Folleto 12: Sanidad en el campo • Folleto 13: Controlando la insolación	

INFORMACIÓN PRELIMINAR

Este programa de capacitación está dirigido a organizaciones que quieren capacitar a promotores de salud sobre la importancia del uso seguro de pesticidas, el saneamiento del campo, las enfermedades relacionadas con el calor y los derechos laborales.

También se ofrece una breve descripción de lo que significa ser un promotor de salud y cómo ser un instructor eficaz en la comunidad. El currículo repasa conceptos básicos relacionados con los efectos de los pesticidas en la salud y la prevención de la exposición a los mismos, la sanidad en el campo, el efecto del calor en los seres humanos, así como los derechos de los trabajadores agrícolas a un ambiente de trabajo seguro.

META

El objetivo del currículo de entrenamiento *Seguridad y salud de los trabajadores agrícolas: pesticidas, sanidad en el campo y enfermedades causadas por el calor* es proporcionar a las organizaciones comUnitadarias de base que trabajan con trabajadores agrícolas un plan de estudios para capacitar a sus promotores de salud, con el fin de difundir información importante a los trabajadores sobre los riesgos laborales y sus derechos básicos relacionados al trabajo en el campo.

HORARIO SUGERIDO

Se recomienda que esta capacitación sea cubierta en un período de dos días. La capacitación tendrá un horario aproximado de las 8:30 am hasta las 5:00 pm, ambos días. Asimismo, existe una importante preparación previa a la capacitación.

PARTICIPANTES

Esta capacitación funciona mejor con al menos 4 o 5 promotores de salud con experiencia capacitando. Puede realizarse con una sola organización o con participantes de diferentes organizaciones. El currículo se puede utilizar para capacitar promotores de salud de cualquier raza, etnia, cultura o país de origen.

MATERIALES

Los materiales requeridos para este curso se especifican en las indicaciones de cada unidad. También se proporciona una lista completa de material impreso en el apéndice de este manual.

ADAPTACIÓN

Este manual es altamente adaptable y se puede utilizar con los trabajadores agrícolas en todo el país. Las actividades de este manual deben adecuarse a las necesidades y características de la comunidad, tomando en consideración los cultivos, pesticidas, climas, y nivel de apoyo para los derechos laborales; los cuales varían según las regiones, culturas y experiencias de los integrantes de la comunidad.

FACILITADORES

Las personas mejor calificadas para dirigir *Seguridad y salud de los trabajadores agrícolas: pesticidas, sanidad en el campo y enfermedades causadas por el calor* son instructores con experiencia en salud ocupacional y capacitación de trabajadores agrícolas.

Si se trabaja con personas que no hablan inglés, lo mejor es tener un facilitador familiarizado con el idioma de los participantes o un intérprete que pueda ayudar durante la capacitación.

AGENDA DE CAPACITACIÓN SUGERIDA (DOS DÍAS)

Día 1

Hora	Duración	Unidad y módulos	No. Pag
8:30	30 minutos	Llegada, inscripción y bienvenida	
9:00	65 minutos	Unidad 1: Introducción y resumen • Actividad para romper el hielo • Reglas del taller • Objetivos del taller • ¿Qué significa ser promotor/a? • Encuesta inicial	7
10:05	15 minutos	Receso	
10:20	85 minutos	Unidad 2: Resumen general sobre los pesticidas y la salud • ¿Qué son los pesticidas? • ¿En dónde se encuentran los pesticidas? • Rutas de exposición • Los pesticidas y el cuerpo humano • Enfermedades y pesticidas: síntomas agudos • Enfermedades y pesticidas: síntomas crónicos	15
12:10	60 minutos	Almuerzo	
1:10	35 minutos	Unidad 3: Los pesticidas y los niños • Los niños y su exposición a pesticidas • Riesgos de salud en los niños	29
1:45	85 minutos	Unidad 4: Protegiéndonos y a nuestras familias • Los pesticidas en el lugar de trabajo • Disminución de la exposición a pesticidas en el trabajo • Protegiéndonos de la exposición a pesticidas • Protegiendo a nuestras familias	35
3:20	15 minutos	Receso	
3:35	60 minutos	Continuación de la unidad 4 • Barreras para reducir la exposición a los pesticidas • ¿Qué hacer en caso de exposición a pesticidas?	47
4:35	45 minutos	Unidad 5: Los pesticidas y la ley • Normas de Protección al Trabajador	51
5:20		Cierre	

Día 2

Hora	Duración	Unidad y módulos	No. Pag
8:30	30 minutos	Llegada y bienvenida	
9:00	15 minutos	Unidad 6: Revisión de conceptos clave Actividad de repaso – Repollo caliente	55
9:15	35 minutos	Unidad 7: Los trabajadores agrícolas y la sanidad en el campo ¿Qué es la sanidad en el campo y por qué es importante? - La sanidad en el campo y la ley	59
9:50	30 minutos	Unidad 8: Enfermedades relacionadas con el calor - Golpe de calor o insolación - Estudio de caso	65
10:20	15 minutos	Receso	
10:35	80 minutos	Continuación de la unidad 8 - Prevención de la insolación - Las enfermedades relacionadas con el calor y la ley - Entendiendo sus derechos en el trabajo	69
11:55	25 minutos	Unidad 9: Técnicas efectivas de capacitación ¿De qué se trata una capacitación interactiva?	75
12:20	60 minutos	Almuerzo	
1:20	80 minutos	Continuación de la unidad 9 - Enseñando a su comunidad - Ejercicio de exposición	78
2:40	15 minutos	Receso	
2:55	60 minutos	Ejercicio de exposición (continuación)	79
3:55	35 minutos	Unidad 10: Conclusión - Encuesta final - Evaluación del taller	81
4:30		Cierre	

Introducción y resumen

- Actividad para romper el hielo
- Reglas del taller
- Objetivos del taller
- ¿Qué significa ser promotor/a?
- Encuesta inicial



ACTIVIDAD PARA ROMPER EL HIELO

OBJETIVO

- Crear un ambiente persuasivo para colaborar y compartir experiencias, así como para conocer las vivencias de nuestros compañeros.

MÉTODO

- 1 Dé una breve bienvenida a los participantes y preséntese. Haga esto en español y en inglés. Explique que el taller se impartirá frecuentemente en ambos idiomas, por lo que los participantes pueden sentirse cómodos hablando en el idioma con el que se expresen fácilmente.
- 2 Pregunte al grupo en qué idioma(s) se siente más cómodo hablando. Indique que, si en algún momento no entienden algo de lo que se habla, se realizarán aclaraciones.
- 3 Elija una dinámica para romper el hielo. Una actividad que permita que las personas se paren y muevan por unos minutos.
- 4 En un rotafolio, escriba la información que desea que cada persona comparta. Por ejemplo:
 - Nombre
 - Lugar de nacimiento
 - Cualquier experiencia que él o ella (o algún miembro de su familia) ha tenido como trabajador agrícola.
 - ¿Por qué está interesado (a) en participar en este proyecto?

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

20 minutos



REGLAS DEL TALLER

OBJETIVO

- Generar una lista de sugerencias que promuevan un ambiente de aprendizaje positivo.

MÉTODO

- 1 Explique que le gustaría generar un ambiente de aprendizaje agradable y positivo para todos en el taller. El grupo debería de sentirse cómodo al participar activamente en el proceso de aprendizaje.
- 2 Explique que es útil si todo el grupo está de acuerdo acerca de cómo debería ser ese ambiente de aprendizaje.
- 3 Solicite a los participantes crear una lluvia de ideas en las que propongan normas y reglas para el taller.
- 4 El grupo debe llegar por consenso a escribir en el rotafolio cada idea que surja. Promueva algunas de las siguientes respuestas:
 - La responsabilidad de aprender debe ser compartida por todos los participantes.
 - Todas las personas deben participar activamente en cada una de las actividades de las sesiones.
 - Las sesiones deben comenzar y terminar a tiempo.
 - Respetar el punto de vista de los demás.
 - Aprender de las experiencias de cada uno.
 - Mantener la confidencialidad sobre cualquier información personal compartida por los asistentes.
 - No usar teléfonos celulares ni computadores personales.
 - Permitir que otros hablen, si es que ya se ha participado.
- 5 Recuérdele al grupo que la única manera en la que el taller será exitoso es con la participación activa de todos (as) los/las presentes. “Enseñar” a los participantes no es el trabajo del facilitador. En lugar de eso, todos y todas deben compartir la responsabilidad del aprendizaje.
- 6 Coloque el rotafolio en la pared una vez finalizado el ejercicio.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

5 minutos



OBJETIVOS DEL TALLER

OBJETIVO

- Entender las expectativas de los participantes con respecto a lo que aprenderán, así como la utilidad que puede representar en su vida.

MÉTODO

- 1 Con anterioridad escriba en el rotafolio los objetivos del taller enumerados en la página siguiente Cuelgue la hoja de papel y solicite voluntarios para que lean en voz alta los objetivos.
- 2 Pregunte si hay dudas u objetivos adicionales que les gustaría cubrir, y que no están incluidos en la lista (y explique que estos comentarios e ideas serán discutidos más adelante).
- 3 Indique a los participantes que pueden hacer preguntas cuando surja alguna duda a lo largo del taller.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Objetivos del Taller (Folleto)



TIEMPO RECOMENDADO

5 minutos



Objetivos

- 1) Aprender acerca de pesticidas, riesgos para la salud, síntomas, y maneras de reducir o minimizar la exposición a pesticidas en el hogar o en el área de trabajo.
- 2) Aprender sobre la salud en el campo y las medidas prácticas que pueden llevar a cabo los trabajadores agrícolas para reducir su exposición a situaciones de riesgo.
- 3) Aprender acerca de las enfermedades relacionadas con el calor, sus causas, síntomas, peligros y medidas preventivas.
- 4) Aprender sobre los derechos de los trabajadores y las medidas de protección establecidas en la legislación a nivel local, estatal y federal.
- 5) Aprender acerca de los recursos locales disponibles que proporcionan ayuda y demás información sobre salud y seguridad en el trabajo.



¿QUÉ SIGNIFICA SER PROMOTOR/A?

OBJETIVO

- Esta es una actividad importante que debe hacerse al principio de la capacitación para brindar un conocimiento general de lo que significa ser un *promotor*, medir las expectativas de los participantes, y obtener una visión realista de lo que los promotores pueden esperar, una vez que inicien su trabajo voluntario de alcance para la salud.

MÉTODO

MATERIALES	
☐	Rotafolio
☐	Marcadores

	TIEMPO RECOMENDADO 20 minutos
---	---

- 1 Prepare cuatro hojas del rotafolio con diferentes temas cada una. Por ejemplo:
 1. "Las metas de un promotor/a"
 2. "Los retos del promotor/a"
 3. "Características de un promotor/a exitoso"
- 2 Coloque los temas en diferentes lugares del salón. Solicite a los promotores que caminen y anoten ideas y comentarios sobre cada tema en las hojas.
- 3 Una vez que los promotores hayan tenido tiempo de escribir sus ideas, reúnalos en un grupo más grande. Pregunte si hay participantes que ya son promotores. Si los hay, pregunte si hay 3 o 4 voluntarios a quienes les gustaría participar en un panel para hablar de sus experiencias. Si no los hay, el facilitador y los nuevos promotores pueden tener una discusión sobre los temas que se encontraron en las hojas.
- 4 Solicite a los nuevos promotores que se coloquen en un círculo alrededor de los promotores con experiencia. Mientras que avance con cada tema en el rotafolio, solicite ideas, tanto de los promotores nuevos como de los experimentados. Este es un buen momento para establecer las bases de tutoría entre los dos grupos.
- 5 Escriba ideas adicionales dentro del área temática apropiada. Es una oportunidad ideal para comunicar a los promotor/as la importancia de su papel en la comunidad, haciendo hincapié en el cambio social que generan dentro de su comunidad, a través de su trabajo. Asegúrese de obtener ideas acerca del voluntariado en la comunidad (¿por qué es importante y qué es lo que esto significa?).



1

Las metas de un promotor/a

Ejemplos:

- “Quiero aprender más sobre la salud y compartir lo que aprendo”
- “Quiero evitar más enfermedades en mi familia y amigos”

2

Los retos del promotor/a

Ejemplos:

- “Trabajo mucho y mucho tiempo libre ”
- “Nunca he hecho hablar en público”
- “Puede que no sea capaz de comunicar bien los mensajes clave”

3

Características de un promotor/a exitoso

Ejemplos:

- “Se preocupa por las personas de la comunidad”
- “Interesado en aprender cosas nuevas”
- “Capaz de ganarse la confianza de la gente”



ENCUESTA INICIAL

OBJETIVO

- Evaluar los conocimientos previos de los participantes antes de comenzar el entrenamiento.

MÉTODO

- 1 Proporcione la encuesta a los participantes antes de que empiecen el taller.
- 2 Explique que dicha evaluación es un cuestionario para asegurar que el facilitador efectivamente esté presentando la información y haciendo un buen trabajo.
- 3 Solicite a los participantes que respondan a las preguntas sin consultarlas con nadie.
- 4 Si alguien tiene dudas o necesita ayuda para responder alguna pregunta, que se dirija al facilitador.
- 5 Cuando todos hayan terminado, reúna las encuestas.

MATERIALES

- Copias de la encuesta inicial (una por participante)



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

Resumen general sobre los pesticidas y la salud

- ¿Qué son los pesticidas?
- ¿En dónde se encuentran los pesticidas?
- Rutas de exposición
- Los pesticidas y el cuerpo humano
- Enfermedades y pesticidas: síntomas agudos
- Enfermedades y pesticidas: síntomas crónicos



¿QUÉ SON LOS PESTICIDAS?

OBJETIVO

- Entender claramente el significado de la palabra “pesticida” y generar una lista de ejemplos.

MÉTODO

- 1 Pida al grupo que nombre todos los tipos de plagas que conoce. Apunte sus respuestas en el rotafolio.
- 2 Posteriormente, solicite al grupo que señale los tipos de pesticidas (insecticida, herbicida, fungicida, microbicida), y que apunte sus respuestas sobre otra hoja de rotafolio. Péguela al lado de la primera hoja.
- 3 Pregunte si han nombrado plagas que pueden ser controladas por los pesticidas que señalaron (normalmente faltan por mencionar los hongos, las bacterias, los virus o la mala hierba).
- 4 Pida que desarrollen una definición de “pesticida”, basada en sus experiencias y conocimiento. Escriba dicha definición en una hoja de rotafolio. Las frases o palabras siguientes se pueden incluir en su definición (sugiera estos ejemplos si hay dificultades):
 - prevenir
 - destruir
 - repeler
 - mitigar
 - controlar
 - matar

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos



¿EN DÓNDE SE ENCUENTRAN LOS PESTICIDAS?

OBJETIVO

- Entender por qué puede ser difícil conocer si un pesticida está siendo utilizado.

MÉTODO

- 1 Pregunte a los participantes de qué forma se aplican los pesticidas:
 - Líquidos o en spray
 - Polvos o gránulos
 - Gases
- 2 Pregunte a los participantes las razones por las cuales creen que se usan pesticidas en el campo:
 - Ayudan a controlar la mala hierba
 - Permiten producir más comida en menos tierra
 - Matan insectos y hongos en la tierra o en las plantas
- 3 Pregunte a los participantes si ellos SIEMPRE pueden ver, sentir, oler o probar un pesticida.
 - Muchos pesticidas son transparentes y pueden permanecer en las plantas de forma invisible. A esto se le conoce como residuos. A menudo, los químicos no se pueden ver, oler, probar o sentir; sin embargo, pueden seguir representando una amenaza para la salud.
- 4 Indique a los participantes que demostrará cómo los químicos son invisibles y pueden no ser detectados. Saque las tres botellas correspondientes a los materiales de esta sección.
 - Agite las tres botellas de manera que nadie sepa qué ingredientes hay dentro de cada una.
 - Solicite a un voluntario que pase al frente del salón e identifique cuál botella contiene el blanqueador (simplemente al mirarla, sin olerla).
 - Solicite a otro voluntario que identifique cuál botella tiene el químico sin olor, simplemente oliendo cada botella.
 - Si el voluntario está seguro, pregúntele si estaría dispuesto a beber el agua (¡pero asegúrese de que no lo haga!)

MATERIALES

- Tres botellas: 1) una llena con agua; 2) una llena con agua + 1/3 taza de blanqueador; y 3) una llena con agua + líquido o polvo sin olor (por ejemplo, un poco de repelente o endulzante artificial).



TIEMPO RECOMENDADO

25 minutos

5

Repase la actividad y explique que la mayoría de las veces es imposible saber si hay pesticidas presentes, por lo cual se debe tener precaución todo el tiempo.

6

Responda a cualquier comentario o pregunta que surja, y explique que durante el curso se estudiarán con mayor profundidad algunos de esos temas. Utilice la siguiente guía de discusión:

Pregunta: *¿Cómo puedes saber si un pesticida es más peligroso que otro?*

- ¿Por el color? **NO**. ¿Por el olor? **NO**.
- Algunas personas piensan que los pesticidas más dañinos tienen un mal olor. Explique que no se puede saber cuán peligroso es un pesticida por su olor o color.
- A veces el olor del pesticida se debe al solvente con el cual está mezclado. Por esa razón, pesticidas de diferentes niveles de peligrosidad pueden oler de la misma manera.

Explique qué son los “residuos de pesticidas”:

- Residuos de pesticidas son las sustancias que permanecen en las plantas, las hojas, los frutos y la tierra, después de fumigación. Los residuos no siempre se pueden oler o ver, sin embargo, sí pueden afectar la salud.
- Algunas veces los residuos sí se pueden ver o sentir, otras no.
- Los residuos permanecen en las plantas aún después de que un campo se declara seguro para trabajar después de la fumigación.
- Los trabajadores agrícolas están en contacto frecuente con los residuos, por lo que deben protegerse de la exposición diaria antes de entrar al campo, y tomar precauciones para no arriesgar a su familia al llegar a casa.

Responda cualquier comentario o pregunta, y explique que durante el curso se estudiarán con mayor profundidad algunos de esos temas.



RUTAS DE EXPOSICIÓN

OBJETIVO

- Reconocer cómo los trabajadores agrícolas pueden estar expuestos a los pesticidas y a sus residuos mientras trabajan.

MÉTODO

- Divida a los participantes en cuatro grupos, y a cada uno entregue una de las cuatro imágenes que representan las rutas de exposición.
- Pregunte a cada grupo qué piensa que está sucediendo en la fotografía. Discutan los siguientes puntos:
 - ¿Por qué es vulnerable esta parte del cuerpo?
 - ¿Cómo se está exponiendo esta persona a los pesticidas?
 - ¿Qué pueden hacer para protegerse mejor?
 - ¿Son vulnerables los miembros de tu comunidad a este tipo de exposición? Describa algunas de las experiencias que usted o miembros de su comunidad hayan vivido.
- Una vez que los participantes hayan discutido cada una de las fotos, pregunte si saben cuáles son las cuatro maneras en las que el cuerpo de una persona es expuesto a los pesticidas. Si no saben, dígales que es por medio de la piel, la espiración por la nariz, los ojos y la boca. Luego pregunte si saben cuál es la manera más común (a través de su piel).

MATERIALES

- Imágenes de las rutas de exposición. Éstas enseñan las cuatro maneras en que los pesticidas entran el cuerpo (estas incluyen los ojos, la nariz, la boca y la piel).



TIEMPO RECOMENDADO

10 minutos



LOS PESTICIDAS Y EL CUERPO HUMANO

OBJETIVO

- Entender los peligros de la exposición a los pesticidas y cómo los pesticidas pueden afectar el cuerpo humano.

MÉTODO

- 1 Una con la cinta cuatro hojas de rotafolio, de manera que se pueda dibujar un cuerpo humano a escala. Pida que un voluntario dibuje el contorno de un cuerpo humano. Pegue el dibujo en la pared.
- 2 Distribuya las notas adhesivas (post-its) a los participantes, y pida a cada uno que ponga su post-it en un área del cuerpo donde los pesticidas podrían introducirse.
- 3 Recapitule las cuatro rutas de exposición (ojos, boca, nariz, piel). Pregunte a los participantes cuál es la ruta de exposición más común (piel).
- 4 Pida a los participantes que piensen en cómo podrían prevenir la exposición de pesticidas en las áreas de cuerpo indicadas. Esto se discutirá en la siguiente actividad.

MATERIALES

- Rotafolio / papel para hacer un diagrama del cuerpo humano
- Marcadores
- Notas adhesivas de diferentes colores (Post-Its)
- Fotos (revise el paso 6)
- Folleto 1: Exposición a pesticidas.



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

Otros factores que influyen en la toxicidad o nocividad

- 5 Explique a los participantes que los pesticidas no afectan a todos de la misma manera. Existen factores que influyen sobre qué tan dañina puede ser una sustancia en cada persona.
- 6 Circule las siguientes fotos (con pie de foto) a varios de los participantes:
 - Los niños y las personas de la tercera edad pueden ser más vulnerables.
 - Una mujer embarazada puede ser más vulnerable, y el feto puede ser expuesto a pesticidas por medio de la placenta.
 - Las personas que viven con una enfermedad crónica pueden ser más vulnerables.
 - Las personas que están desnutridas pueden ser más vulnerables.

- Los pesticidas son químicos que no deben mezclarse con otras sustancias en el cuerpo, por ejemplo con los medicamentos controlados y alcohol.

7

Pida, entre quienes tienen las fotografías, voluntarios que describan los perfiles de las personas que son más vulnerables ante los efectos de las pesticidas, y que compartan por qué piensan que es así.

Otros factores que pueden determinar el daño que puede causar un pesticida son: la **cantidad** de la sustancia a la que una persona está expuesta, el **período de tiempo** de exposición, y la posibilidad de que las **exposiciones se repitan**.

8

Distribuya el **folleto 1: exposición a pesticidas**. Puede hacer preguntas adicionales a los participantes, tales como:

- ¿Cómo se siente al ver esta folleto?
- ¿Cree que en algún momento ha sido expuesto a pesticidas? ¿Por qué?



ENFERMEDADES Y PESTICIDAS: SÍNTOMAS AGUDOS

OBJETIVO

- Reconocer los síntomas agudos de la exposición a pesticidas.

MÉTODO

- 1 Defina cuál es el significado del término “síntomas agudos” (síntomas causados por la exposición a pesticidas, y que se presentan inmediatamente o poco después del evento).
- 2 Distribuya el **folleto 2: síntomas a corto plazo**, y el **folleto 3: síntomas graves**.

Intoxicación aguda

- 3 Imprima los siguientes síntomas en pedacitos de papel. Distribuya los papelitos entre los participantes:
 - Náusea y vómito
 - Dolor de cabeza
 - Mareos
 - Vista borrosa o irritación de los ojos
 - Irritación de la nariz y la garganta
 - Sarpullido
 - Insomnio
 - Fatiga
 - Calambres estomacales
 - Sudor excesivo
 - Debilidad, confusión, dificultad para concentrarse
- 4 Pida a los participantes que coloquen los papeles con los síntomas al dibujo del cuerpo pegado a la pared. Cada síntoma se debe colocar sobre el área del cuerpo afectada.
- 5 Al terminar, solicite que algunos voluntarios nombren los síntomas que ven pegados al dibujo del cuerpo. Pida a otros participantes que nombren algunos de los demás síntomas que se encuentran pegados.

MATERIALES

- Hojas de papel pequeñas en las que se haya escrito la frase: “Síntomas agudos de pesticidas”; haciendo una separación entre los síntomas “agudo” y “agudo severo”
- Cinta
- Folleto 2: Síntomas a corto plazo
- Folleto 3: Síntomas graves



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

- 6 Pregunte por qué es importante saber los síntomas causados por la intoxicación con pesticidas.
- 7 Pregunte si alguien del grupo ha experimentado algunos de los síntomas o los ha observado en otras personas. ¿Cuáles son los más comunes?
- 8 Comente al grupo que estos síntomas son comunes en muchas enfermedades, como la gripe o la influenza. Puede ser que ni el médico ni ellos mismos sepan si los síntomas son efectos de la exposición a pesticidas o de otra enfermedad.

En caso de que estos síntomas sean resultado de la exposición a pesticidas, normalmente se presentarán entre 2 a 12 horas después de la exposición. Generalmente, la exposición a pesticidas causa dos o más síntomas.

Explique a los participantes que si ellos o un compañero de trabajo comienzan a experimentar varios síntomas dentro de las 12 horas después del uso o exposición a pesticidas, puede ser intoxicación (más adelante se discutirá qué hacer en casos de intoxicación).

Síntomas severos agudos

- 9 Recuerde a los participantes que estamos platicando sobre los síntomas de la intoxicación aguda, haciendo énfasis en el significado de “agudo” (síntomas causados por la exposición a pesticidas, y que se presentan inmediatamente o poco después del evento).
- 10 Explique que se discutirá sobre algunos de los síntomas más severos de la intoxicación por pesticidas. Distribuya en papelitos impresos las siguientes condiciones asociadas con la intoxicación severa por pesticidas:
 - Dificultad al respirar
 - Desmayo
 - Saliva o espuma saliendo de la boca o nariz
 - Convulsiones/ataque epiléptico
 - Muerte
- 11 Solicite a quienes tienen alguna hoja con esos síntomas que compartan con el grupo lo que está escrito en su hoja, y luego pídale que la peguen al dibujo del cuerpo.
- 12 Cuando todos los síntomas hayan sido pegados al dibujo del cuerpo, pregunte por qué es importante que los trabajadores agrícolas conozcan los síntomas de intoxicación por pesticidas.
- 13 El **folleto 3, “Síntomas graves”**, incluye algunos de los síntomas agudos severos. Si una persona tiene uno de los síntomas y no recibe atención médica inmediatamente, puede ser fatal. Explique al grupo que si alguien experimenta cualquiera de los síntomas, necesita ser atendido de manera urgente, hablando inmediatamente al 911 o llevando a la persona al hospital (a continuación se hablará sobre qué hacer cuando alguien ha estado expuesto a pesticidas).



ENFERMEDADES Y PESTICIDAS: SÍNTOMAS CRÓNICOS

OBJETIVO

- Identificar enfermedades crónicas relacionadas con la exposición a pesticidas.

MÉTODO

1 Pregunte quién sabe qué quiere decir “**crónico**.” Los efectos crónicos en la salud son problemas de salud que se desarrollan en cierto periodo de tiempo debido a bajos niveles de exposición a pesticidas. Algunos efectos aparecen en el transcurso de varias semanas, meses o incluso años después del evento de exposición. Las condiciones crónicas son persistentes y difíciles de curar.

2 Pida que los participantes revisen el **folleto 4, “Efectos crónicos en la salud”**, y que lean la lista de padecimientos asociados con la exposición a pesticidas a largo-plazo.

- | | |
|--|--|
| • Cáncer (leucemia, cerebral, vesicular, uterino) | facultades mentales, cambios en estado de ánimo) |
| • Infertilidad | |
| • Aborto espontáneo | • Enfermedad de Parkinson |
| • Defectos de nacimiento (hendiduras bucales y faciales, extremidades deformes o no desarrolladas) | • Retraso mental/dificultades de desarrollo |
| | • Asma |
| • Nervios, pérdida de la memoria, pérdida de | • Alergias |

3 Pregunte a los participantes por qué es importante que los trabajadores agrícolas sepan sobre los efectos crónicos que la exposición a pesticidas causa en la salud (es importante porque los trabajadores agrícolas SIEMPRE deben tomar decisiones preventivas trabajando en el campo. Esto minimizará la exposición de largo-plazo a los pesticidas).

4 Coloque sobre la pared “La cronología de Daniel, el trabajador agrícola.” Repase la información en la cronología, agregando otra información interesante para que los participantes se puedan relacionar con Daniel. Aquí hay unos ejemplos:

- Daniel se mudó de México a EE.UU. a los 19 años.

MATERIALES

- “La cronología de Daniel, el trabajador agrícola (vea el ejemplo en la paquina 26)
- Folleto 4: Efectos crónicos en la salud



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

- Decidió irse a Florida porque su primo vivía allá, y le dijo a Daniel que había trabajado en el cultivo de naranjas.
- Después de dos años trabajando en el huerto de naranjas supo, por medio de un amigo de su comunidad de origen, que el trabajo estaba mejor en California. Entonces decidió mudarse allá, donde encontró trabajo en el cultivo de uvas.
- Agregue información sobre cuándo se casó y tuvo hijos. Relate su trabajo con tres o cinco tipos de productos agrícolas, durante el transcurso de 25 años.

Al final, pregunte a los participantes si piensan que la historia de Daniel es creíble. ¿Conocen a alguien como Daniel?

5

Haga hincapié en los siguientes puntos:

- Muchas personas trabajan en la agricultura por mucho tiempo sin pensar en las posibles exposiciones, mínimas o fuertes, a las cuales se pueden estar sometiendo.
- Puede ser que se enfrenten a varios tipos de pesticidas cuando cambian de cosecha.
- Cuando se habla de los “efectos crónicos en la salud”, causados por los pesticidas, se hace referencia a las condiciones de salud que se pueden desarrollar debido a la exposición a largo plazo.

LA CRONOLOGÍA DE DANIEL, EL TRABAJADOR AGRÍCOLA

1988



4 años
Fresas
California

1992



5 años
Uvas
California

1996



3 años
Manzanas
Washington

2000



2004

**2 años
Naranjas
Florida**



2008

**11 años
Manzanas
Washington**



2014

Los pesticidas y los niños

- Los niños y su exposición a pesticidas
- Riesgos de salud en los niños



LOS NIÑOS Y SU EXPOSICIÓN A PESTICIDAS

OBJETIVO

- Entender por qué los niños son especialmente vulnerables ante los efectos dañinos de los pesticidas.

MÉTODO

- 1 Escriba las siguientes preguntas sobre hojas de rotafolio y pida que tres voluntarios llenen una respuesta del grupo por cada pregunta. Respondan una pregunta a la vez.
 - ¿Cuáles son algunas actividades que les gustan a los niños? (solicite respuestas como: jugar, correr, gatear)
 - ¿Dónde suelen jugar los niños? (solicite respuestas como: afuera, en la tierra)
 - ¿Cuáles son algunos comportamientos de los niños con los cuales se pueden exponer a los pesticidas? (solicite respuestas como: meterse los dedos en la boca, curiosidad, exploración de nuevos sabores y actividades)
- 2 Discusión: ¿Puede pensar en algunas situaciones específicas en las cuales los niños estén expuestos a pesticidas? (ejemplos: abrazando a sus padres cuando llegan a la casa después del trabajo, jugando en el carro que sus padres se llevan al trabajo, probándose las botas que usan los padres mientras trabajan)
- 3 Tome la muñeca y pregunte cuál es la diferencia obvia entre usted y un bebé. Permita que realicen varias respuestas.
 - Tamaño pequeño
 - Sensibilidad de la piel
 - Conductas (como jugando en la tierra)
 - Hábitos (como metiendo los dedos a la boca)
- 4 Explique que, debido a estos factores mencionados, los niños pueden tener mayor exposición a los pesticidas que los adultos.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Muñeca
- Folleto 5: Los pesticidas y los niños



TIEMPO RECOMENDADO
20 minutos



Guía de discusión:

¿Existen otras razones por las que los niños son más afectados por las toxinas que los adultos?

- Los niños se ven más afectados por los venenos que los adultos porque sus cuerpos aún están en desarrollo.
- Hay momentos cruciales del desarrollo del niño en los que la exposición a una sustancia tóxica podría causar un daño permanente.

¿En qué etapa de la vida las personas son más susceptibles a los efectos nocivos de los productos químicos?

- Por lo general, un feto en el vientre de la madre es más susceptible.
- Para un feto, el desarrollo inicial de las extremidades y el sistema de órganos internos ocurre durante los primeros tres meses y, como resultado, es más vulnerable durante este periodo de tiempo.

¿Cómo podría el feto en desarrollo estar expuesto a venenos?

- Si la madre está expuesta a los pesticidas, plomo u otras sustancias químicas nocivas durante el embarazo, el producto químico puede entrar al flujo sanguíneo de la madre y ser pasado al feto a través de la placenta.

Algunos órganos y sistemas clave del organismo se siguen desarrollando después de nacer.

- El **cerebro** sigue desarrollándose hasta que el niño tiene aproximadamente ocho años.
- El hígado desempeña un papel importante en la desintoxicación de químicos que entran al cuerpo. Si un bebé está expuesto a venenos antes de que su hígado madure, no podrá desintoxicarse de sustancias ni evitar los efectos nocivos, como puede hacerlo el sistema inmunológico de un adulto.
- El **sistema inmunológico** ayuda al cuerpo a combatir las sustancias dañinas (gérmenes y químicos tóxicos) a las que se expone. Cuando un bebé nace, su sistema inmunológico es inmaduro y no puede defenderse ante la exposición de toxinas de manera efectiva, como lo hace un adulto.

Distribuya el **folleto 5: Los pesticidas y los niños**.



RIESGOS DE SALUD EN LOS NIÑOS

OBJETIVO

- Entender los riesgos de salud que corren los niños ante la exposición a pesticidas a largo plazo.

MÉTODO

- 1 Explique que ahora se hablará sobre los efectos a largo plazo que los pesticidas causan en los niños.
- 2 Recuerde a los participantes por qué los niños pueden ser más vulnerables que los adultos ante la exposición a pesticidas (porque son más pequeños que los adultos y sus cuerpos se siguen desarrollando).
 - Se desconoce mucho acerca de los efectos a largo plazo que causan los pesticidas en los humanos, por lo que se siguen llevando a cabo estudios en la materia.
 - Una razón por la cual es tan difícil demostrar que la exposición a pesticidas a largo plazo causa un efecto directo sobre la salud, es que la ciencia no ha descubierto cómo esta relación se traduce en enfermedades crónicas.
 - Diversos científicos han realizado estudios comparativos con cientos de niños que han sido expuestos a pesticidas, y con niños que no han sufrido ninguna exposición.
 - De acuerdo con los resultados de estas investigaciones, se observa que los niños expuestos a los pesticidas sufrieron diversos problemas de salud, contrario a los que no fueron expuestos.
 - En virtud de lo anterior, puede afirmarse que la exposición a pesticidas está asociada con los problemas de salud que sufrieron los niños expuestos.
- 3 Describe el estudio "CHAMACOS" en Salinas, California (<http://cerch.org/research-programs/chamacos/>).
 - Desde el año 2002, un grupo de investigadores ha estudiado a niños cuyas madres y/o padres son trabajadores agrícolas en Salinas, California.
 - Comenzaron preguntando a más de 300 mujeres embarazadas si les gustaría participar en el estudio.
 - Realizaron pruebas médicas e hicieron expedientes sobre los embarazos de las mujeres.
 - Cuando los niños nacieron, continuaron la investigación con los niños. Actualmente, hay 600 niños que forman parte del estudio.
 - Los niños ya están cumpliendo [...] años (haga la suma hasta la fecha, considerando que nacieron en 2002) y se siguen reuniendo con los investigadores para realizar pruebas.

MATERIALES

- Folleto 5: Los pesticidas y los niños



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

4

Comparte lo que han aprendido los investigadores hasta la fecha:

- En promedio, las madres expuestas a pesticidas durante su embarazo tuvieron embarazos más cortos, lo cual indica que los bebés fueron prematuros.
- Los hijos de madres expuestas a pesticidas fueron más propensos a tener los siguientes problemas:
 - Bajo coeficiente intelectual (IQ por sus siglas en inglés) y problemas asociados con funciones cognitivas (percepción, pensamiento, razonamiento, memoria);
 - Problemas de atención;
 - Desarrollo psicomotor lento (habilidades físicas como movimiento, coordinación, manipulación, destreza, fuerza y velocidad);
 - Desarrollo intelectual lento (crecimiento del cerebro, columna vertebral y nervios).

Protegiéndonos y a nuestras familias

- Los pesticidas en el lugar de trabajo
- Disminución de la exposición a pesticidas en el trabajo
- Protegiéndonos de la exposición a pesticidas
- Protegiendo a nuestras familias



LOS PESTICIDAS EN EL LUGAR DE TRABAJO

OBJETIVO

- Comprender mejor la información de las etiquetas de pesticidas.

MÉTODO

- 1 Pregunte: ¿Cómo pueden saber los trabajadores agrícolas sobre la nocividad (o toxicidad) de los pesticidas a los que están expuestos en el trabajo?
 - Si no lo mencionan, explique que la peligrosidad se encuentra en la etiqueta del pesticida.

- 2 Pida a los participantes que encuentren la información listada en el **folleto 6: Cómo leer la etiqueta de pesticidas**, y que trabajen en pares para completar la hoja.

- 3 Cuando los participantes hayan completado la hoja con la información de las etiquetas de pesticidas, pregunte si encontraron todo. Si no encontraron todo, asegúreles que está bien. Las etiquetas de pesticidas son difíciles de leer.

- 4 Ahora es momento de explicar algunos términos. Primero pregunte a cada participante qué fue lo que encontró, y luego explique la siguiente información:

Palabra de advertencia (por ejemplo, peligro, advertencia, precaución)

- Peligro (“Danger” en inglés):** Si el pesticida contiene un ingrediente activo que es muy venenoso, la etiqueta dirá: “Peligro”. Los productos que son altamente tóxicos y de efecto inmediato también tendrán en la etiqueta una calavera y dos huesos cruzados.
- Advertencia (“Warning” en inglés):** En los productos moderadamente tóxicos, la etiqueta del pesticida indicará “Advertencia”.
- Precaución (“Caution” en inglés):** En los productos menos nocivos, la etiqueta indicará “Precaución”.

Síntomas de intoxicación aguda: La etiqueta contendrá también información sobre algunos de los efectos inmediatos de la sobreexposición.

Marca y nombre común: El nombre de la marca es elegida por la compañía que la vende (por ejemplo, “Raid” es el nombre de la marca de un insecticida doméstico popular). El nombre químico o común es el nombre dado a un ingrediente activo específico, que es utilizado por todas las empresas que incluyen este ingrediente en sus productos.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- De 2 a 4 etiquetas de pesticidas
- Folleto 6: Cómo leer la etiqueta de los pesticidas



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

5

Solicite a los participantes que digan el tipo de información que se puede encontrar en la etiqueta del pesticida, además de la información relacionada con la salud. Escriba las sugerencias en el papel del rotafolio. Si no lo sugieren, mencione los siguientes elementos:

Intervalo de entrada restringida (“REI”, por sus siglas en inglés): La cantidad de tiempo (horas o días) que debe transcurrir entre la aplicación del pesticida y el momento en que los trabajadores pueden volver a entrar a un campo para realizar sus actividades laborales; tales como manuales de poda, raleo o cosecha.

Equipo de protección personal (“PPE”, por sus siglas en inglés): La ropa o equipo que el empleador debe proveer y mantener para los mezcladores, cargadores o aplicadores de pesticidas. El PPE incluye guantes, respiradores, sistemas cerrados de mezcla y carga, cabinas de tractores cerradas, etc.

Primeros auxilios: ¿Qué medidas se deben tomar en caso de sospecha de intoxicación?

Instrucciones de uso: Los cultivos sobre los cuales el producto puede ser utilizado, la cantidad a utilizar, cuándo usarlo, si es necesario evitar su pulverización o su escurrimiento hacia masas de agua, etc. Los trabajadores que mezclan, cargan y aplican los pesticidas deben entender detalladamente estas instrucciones para su aplicación. Si no siguen las instrucciones de la etiqueta pueden causar lesiones a las personas o contaminación del medio ambiente.

6

Pregúntele a los participantes qué información les gustaría saber acerca de los pesticidas. Escriba sus sugerencias en el papel para rotafolio. Si no lo mencionan, sugerimos lo siguiente:

Efectos crónicos en la salud: Las etiquetas de los pesticidas raramente proporcionan información sobre los efectos a largo plazo que pueden producirse por la exposición al producto. De hecho, muchos pesticidas que a largo plazo causan graves efectos en la salud, como el cáncer, son los menos dañinos de forma inmediata. Como tal, la ausencia del cráneo y de los huesos en cruz no significa que el producto sea seguro.

Ingredientes inertes: Los pesticidas también contienen ingredientes que fueron creados para que fueran más fáciles de aplicar o para permanecer más tiempo en los cultivos. Estas sustancias, que no están destinadas a matar a la plaga, son llamadas “inertes” u “otros ingredientes”. Estos ingredientes pueden causar daños a las personas, ya sea de forma inmediata o a largo plazo (por ejemplo, el benceno es un disolvente que puede causar cáncer).

UNA ETIQUETA DEL PESTICIDA - EJEMPLO (EPA)

1. Restricted use pesticide statement (if applicable)

RESTRICTED USE PESTICIDE

Due to (insert reason)

For retail sale to and use only by Certified Applicators or persons under their direct supervision and only for those uses covered by the Certified Applicator's certification.

2. Product name, brand, or trademark

PRODUCT NAME

3. Ingredient statement (may appear on back panel if packaging does not provide adequate space on front panel)

ACTIVE INGREDIENT(S):.....90.00%

OTHER INGREDIENT(S).....10.00%

TOTAL:.....100.00%

This product contains ____ lbs of [a.i.] per gallon.

4. Child hazard warning statement (if applicable)

Product information: (what is product used for)
KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN

5. Signal word (if applicable)

SIGNAL WORD

(ENGLISH\SPANISH)

"Si usted no entiende la etiqueta, busque a alguien para que se la explique a usted en detalle. (If you do not understand the label, find someone to explain it to you in detail.)"

6. First aid statement (may appear on back panel if there is a note indicating this on front panel)

First Aid

If Swallowed

If Inhaled

If on Skin

If in Eyes

Reminder to have label with you when calling emergency phone number or going for treatment. Emergency phone number.

Note to Physician:

7. Skull and crossbones symbol and the word "Poison" (if applicable)

**SEE OTHER PANEL FOR
PRECAUTIONARY STATEMENTS**

Poison



8. Net contents/net weight

Net Contents _____



DISMINUCIÓN DE LA EXPOSICIÓN A PESTICIDAS EN EL TRABAJO

OBJETIVO

- Identificar las diferentes formas en las que una persona puede exponerse a pesticidas en el ámbito laboral.

MÉTODO

- 1 Divida el grupo en cuatro grupos.
- 2 Entregue a cada grupo una fotografía en la que se plantee un escenario de exposición a pesticidas.
- 3 Explique al grupo que tienen 10 minutos para examinar la imagen que se les dio y para formular respuestas a las siguientes preguntas:
 - ¿Están los trabajadores agrícolas expuestos a los pesticidas?
 - ¿Cómo podría un(a) trabajador(a) agrícola protegerse a partir de la exposición?
 - ¿Cuáles son los derechos del trabajador en esta situación?
- 4 Pida a cada grupo que elija a un representante para exponer las respuestas del grupo a los demás participantes.
- 5 Indique a cada grupo que presente su fotografía a los otros participantes, dando un resumen de la imagen y respondiendo las preguntas que surjan.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Cuatro imágenes ejemplificativas de la exposición a pesticidas (incluidas en el material del facilitador)
- Folleto 7: ¿Cómo disminuir el contacto con pesticidas en el campo?



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos



Imagen 1: Los trabajadores que entran en un campo donde está la señal “no entrar, pesticidas, peligro”



Los puntos clave que se deben presentar junto con la fotografía son:

- Los trabajadores tienen derecho a ser notificados cuando un intervalo de entrada restringida (REI) está activado en cualquier campo en donde vayan a trabajar o caminar.
- Un aviso de peligro de pesticidas se debe utilizar cuando pesticidas dañinos se usen. Una regla que deben seguir los trabajadores es: si ven una aviso de advertencia, se les debe comunicar – o deben preguntar – si el REI está activado.
- Si el IER está activado, los trabajadores deben permanecer fuera del campo – o usar el equipo de protección personal (PPE) – para evitar el riesgo de lesiones debido al contacto con residuos de pesticidas en la planta, el suelo o el follaje.
- Si un trabajador debe realizar tareas rutinarias de mano de obra (por ejemplo, la plantación, la poda o cosecha) en un campo donde ha sido colocada una señal de peligro, se debe preguntar si el REI está activado. Si es así, el trabajador debe solicitar recibir el PPE. Si el PPE no es proporcionado, el trabajador no debe trabajar en ese campo durante ese día.
- Si a un trabajador se le solicita recoger las cosechas en un campo mientras el REI esté activado, y no cuenta con la protección del PPE, el trabajador puede presentar una queja por medio del *Worker Protection Standard* (*Normas de Protección al Trabajador*). Encuentre qué agencia maneja estas reclamaciones en su estado.

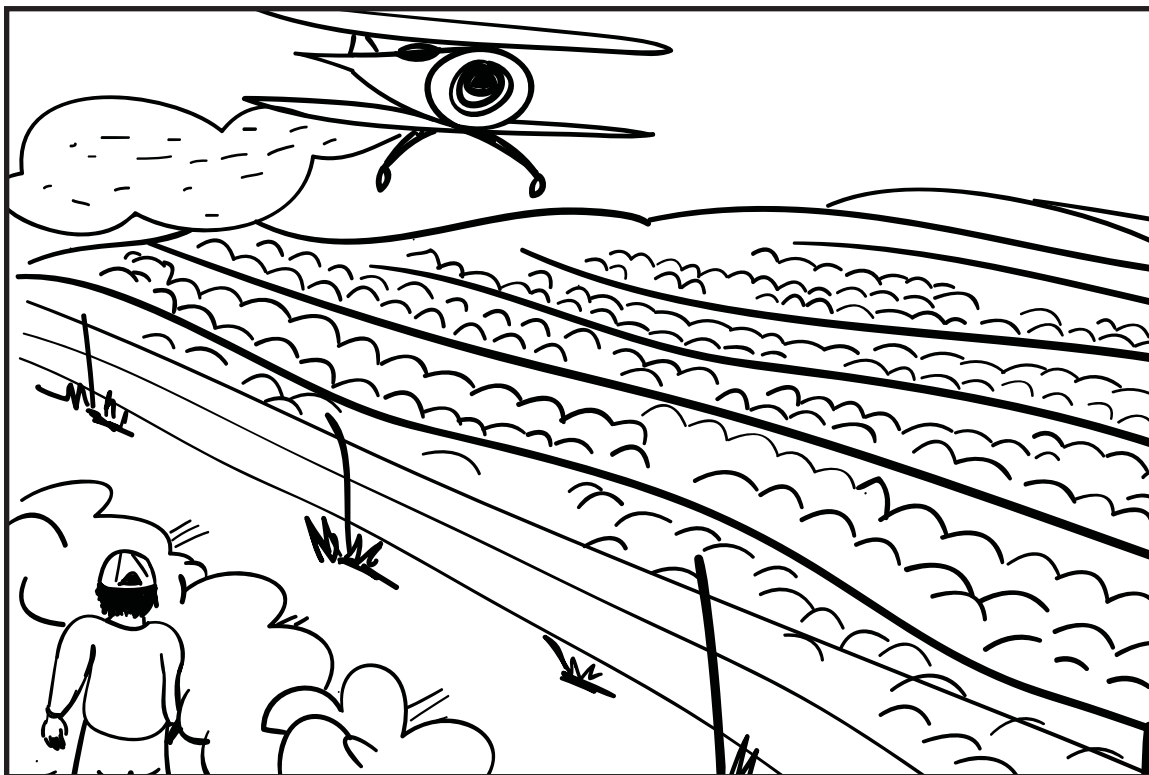
Imagen 2: Un trabajador recogiendo fresas, con sudor en su rostro



Los puntos clave que se deben presentar junto con el dibujo son:

- El trabajador puede estar expuesto a residuos de pesticidas en los cultivos, el suelo, u otras superficies tratadas. Incluso, si el REI ha expirado, el trabajador aún puede resultar lesionado.
- Cuando la piel está húmeda (por ejemplo, debido al sudor), los residuos de pesticidas entran al cuerpo más fácilmente.
- El trabajador debe tomar medidas adecuadas para reducir el riesgo de exposición:
 - Camisa de manga larga
 - Pantalón largo
 - Zapatos y calcetines
 - Lavar las manos antes de comer o fumar, y antes y después de usar el baño
 - Comer fuera del lugar de tratamiento
- Los trabajadores tienen derecho a recibir capacitación básica de seguridad una vez cada cinco años.
- Los trabajadores tienen derecho a disponer de agua para lavarse las manos, con el fin de lavar los residuos que los pesticidas dejan en sus cuerpos.
- Los trabajadores tienen el derecho de ser notificados cuando se va a trabajar (o exista esa probabilidad) en un área que ha sido tratada con pesticidas y esté cubierta por un REI.

Imagen 3. Trabajadores expuestos a pesticidas por desviación



Los puntos clave que se deben presentar junto con el dibujo son:

- Los pesticidas pueden desviarse al área de trabajo cuando se están aplicando en un campo vecino. A veces, la aplicación de pesticidas puede haber ocurrido cuando los trabajadores no estaban presentes.
- La desviación se puede producir cuando los pesticidas se aplican en el campo del empleador o en algún campo ajeno.
- Cuando ocurre la desviación de pesticidas durante o después de la aplicación, los pesticidas aún no se han degradado y siguen siendo tóxicos.
- Es contra la ley aplicar cualquier pesticida de manera que se disperse a las personas cercanas que no lleven equipo de protección personal.
- Si el trabajador percibe la aplicación de algún pesticida, y puede sentir u oler el rocío, debe:
 - Abandonar el campo inmediatamente.
 - Lavarse y cambiarse de ropa tan pronto como sea posible.
- Si el trabajador se siente enfermo, debe obtener atención médica.
- Si la aplicación de un pesticida realizada por el patrón del trabajador causó una desviación, el trabajador o su proveedor de atención médica pueden solicitar información sobre el incidente.
- Si el pesticida fue aplicado por un empleador diferente, sólo el proveedor de salud puede solicitar información sobre el tipo de pesticida.

Imagen 4: Un trabajador lleva a casa un envase vacío de pesticida para usar en el hogar



Los puntos clave que se deben presentar junto con el dibujo son:

- Es probable que los residuos de pesticidas permanezcan en el envase. Pueden contaminar cualquier cosa colocada en el recipiente – y a cualquiera que toque el interior del recipiente.
- En general, las etiquetas de los pesticidas requieren que los envases sean lavados tres veces, y luego enterrados o incinerados. Los contenedores no se deben reusar.
- Los usuarios de pesticidas están obligados por ley a disponer adecuadamente de los envases usados.
 - Si un patrón deja un recipiente de pesticida vacío por ahí, el trabajador puede presentar una queja sobre los pesticidas.
 - Si se encuentra una violación a la ley, el patrón puede recibir una multa.
- Los trabajadores nunca deben llevar a casa recipientes de pesticidas vacíos o volver a utilizarlos para cualquier propósito.
- Los trabajadores nunca deben llevar a casa pesticidas agrícolas para uso doméstico.
- Los trabajadores tienen derecho a recibir información sobre su seguridad y el uso correcto de los pesticidas. Asimismo, tienen derecho a un ambiente laboral seguro, incluyendo información relacionada con no llevar pesticidas o sus contenedores a casa para fines de uso doméstico.



PROTEGIÉNDONOS DE LA EXPOSICIÓN A PESTICIDAS

OBJETIVO

- Entender cómo el uso de ropa adecuada puede reducir la exposición a pesticidas.

MÉTODO

1 Repase cuál es la ropa de trabajo adecuada:

- Pida al grupo nombrar cada prenda de ropa que un trabajador agrícola debe de llevar puesta en el campo para protegerse ante la exposición a pesticidas.
- Escriba sus respuestas sobre una hoja del rotafolio.
- Al terminar, pregunte a los participantes si falta algún detalle.
- Explique que, incluso la ropa adecuada no puede evitar por completo la exposición, pero que la ropa limpia que cubra la piel reducirá la exposición.
- Explique que la ropa de algodón es la más cómoda de llevar, ya que permite que el sudor se evapore y mantiene la piel más fresca.
- Repase el **folleto 8, “Vestimenta de trabajo”**, recapitulando las diferentes prendas de ropa que son adecuadas para el trabajo en el campo.

2 Repase las conductas de protección

- Distribuya el **folleto 7: ¿Cómo disminuir el contacto con pesticidas en el campo?**
- Definan las conductas que protegen al trabajador ante la exposición a pesticidas:
 - Lavar las manos antes de comer o fumar, y antes y después de usar el baño
 - No comer en el campo
 - No entrar al campo si ha sido fumigado con pesticidas. Entrar hasta que sea seguro.
 - Salir del campo si están fumigando el campo o hay desviación de pesticidas de otro campo cercano.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Folleto 7: ¿Cómo disminuir el contacto con pesticidas en el campo?
- Folleto 8: Ropa de trabajo



TIEMPO RECOMENDADO

20 minutos

- Hable del siguiente mito:
 - Algunas personas piensan que lavarse manos con agua fría, mientras que su cuerpo está caliente, da artritis. Esto no es cierto.
 - Lavarse con agua y jabón es la mejor manera de eliminar de su piel los residuos de los pesticidas.
 - ¿Hay otros mitos similares en su comunidad?





PROTEGIENDO A NUESTRAS FAMILIAS

OBJETIVO

- Identificar la forma en que involuntariamente podrían exponer a sus familias ante los pesticidas.

MÉTODO

- 1 Distribuya el folleto 9: ¿Cómo proteger su familiar de la exposición a pesticidas?
- 2 Repase las conductas que pueden llevar a cabo los trabajadores agrícolas para proteger a sus familias ante la exposición a pesticidas. Pida a los participantes que nombren algunas cosas que pueden hacer los trabajadores agrícolas para proteger a sus familias.
 - Cambiar su ropa antes de salir del trabajo (o antes de entrar a la casa).
 - Cubrir el asiento del carro si no ha cambiado su ropa antes de manejar a casa.
 - Evitar abrazar o jugar con niños u otros familiares hasta bañarse y cambiar su ropa.
 - Bañarse con jabón, champú y agua, llegando a la casa.
 - Dejar las botas del trabajo afuera del hogar.
 - Lavar la ropa de trabajo por separado (no junto con la ropa de los demás familiares).
 - Nunca llevar pesticidas del trabajo al hogar.
 - Nunca llevar o reusar los contenedores de pesticidas.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Folleto 9: ¿Cómo proteger a su familia de la exposición a pesticidas?



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos



BARRERAS PARA REDUCIR LA EXPOSICIÓN A LOS PESTICIDAS

OBJETIVO

- Identificar las barreras para reducir la exposición a pesticidas, entender porque existen dichas barreras, y desarrollar estrategias para vencerlas.

MÉTODO

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos

1 Defina las “barreras a la salud.”

- Pida al grupo definir el término “barrera.” ¿Qué queremos decir cuando decimos “barreras a la salud”?
- Aunque sabemos cómo proteger nuestra salud, no siempre hacemos lo correcto.
- Presente algunos ejemplos:
 - “Sé que debería comer más verduras pero siempre quiero comer pizza.”
 - “Sé que debería hacer ejercicio después del trabajo pero siempre me siento demasiado cansado llegando a casa.”
- Pregunte a los participantes si tienen ejemplos parecidos. No tienen que ser ejemplos personales.
- Las razones por las que no siempre hacemos lo correcto para nuestra salud son muy complicadas, y cada persona puede tener razones que quizás los demás no comprenden.

2 Guíe la discusión: ¿Por qué es tan difícil hablar sobre las barreras?

- A veces las personas se sienten avergonzadas al decir que no hacen lo correcto para su salud. Pregunte a los participantes por qué algunas personas pueden sentirse avergonzadas al hablar sobre el tema (por ejemplo, no les gusta decir que no comen verduras o que no hacen ejercicio). Pueden tener otro inconveniente que no les permite cuidar su salud, como la falta de recursos económicos o familiares enfermos.
- Es importante que nos acerquemos a las personas con la intención de escucharlos y no juzgar.
- Un promotor es la persona perfecta para apoyar a los trabajadores agrícolas a superar las barreras que enfrentan para protegerse de la exposición a pesticidas

Discusión: ¿De qué manera puede ayudar un promotor?

- Después de que un trabajador agrícola ha aprendido sobre pesticidas y seguridad ¿cuáles son algunas de las razones por las que no siempre hará lo correcto?
 - ¿Cuáles son algunas de las razones por las que un trabajador agrícola no siempre lleva puesta la ropa de protección adecuada?
 - ¿Cuáles son algunas de las razones por las que un trabajador agrícola no siempre cambia su ropa llegando a casa?
 - ¿Cuáles son algunas de las razones por las que un trabajador agrícola sigue trabajando en el campo cuando hay una desviación de pesticidas desde otro campo cercano?
 - ¿Por qué no todos los trabajadores agrícolas presentan una queja formal cuando están expuestos a pesticidas y se enferman?
- Pregunte a los participantes qué pueden hacer para ayudar a que los trabajadores agrícolas se protejan.
 - Primero, proporcionar información. Cuando una persona escucha cierta información, presentada de diferentes formas y por varias personas, es más probable que haga un cambio.
 - Pregunte a los trabajadores agrícolas qué cambios pueden hacer ellos mismos. Aunque no pueden cambiar todo de una vez ¿con cuáles cambios pueden empezar?
 - Pregunte a los trabajadores agrícolas qué necesitan para hacer estos cambios. Algunos ejemplos son:
 - Más información sobre pesticidas.
 - Más información sobre cómo proteger a los niños.
 - Ropa de protección.
 - Información sobre cómo presentar una queja formal.
 - Garantía de que no perderán su trabajo.
 - Información en un idioma que pueden entender fácilmente.



¿QUÉ HACER EN CASO DE EXPOSICIÓN A PESTICIDAS?

OBJETIVO

- Aprender qué hacer ante la exposición a pesticidas.

MÉTODO

- 1 Pida que unos voluntarios lean el **folleto 10: ¿Qué hacer en el caso de exposición a pesticidas?** (una sección a la vez). Después de cada sección, pregunte al grupo:

- ¿Qué opinan sobre esta información?
- ¿Cuáles son las barreras que impiden hacer lo que está escrito en el folleto?

- 2 Be sure to discuss the following questions.

¿Qué deberían hacer los trabajadores del campo en cuanto empiezan a sentirse mal por la exposición a pesticidas?

- Lavarse la piel con jabón y agua mientras que están aún en el campo.
- Abandonar el área contaminada lo antes posible.
- Tomar un baño o ducha con jabón, agua y champú.
- Cambiarse de ropa tan pronto como sea posible.
- Buscar atención médica (ver más abajo).

¿Qué debe hacer un trabajador que recibe pesticidas en sus ojos?

- Lavar inmediatamente los ojos con agua durante al menos 15 minutos.
- Salir del área contaminada.

¿Debe el trabajador agrícola recibir atención médica?

- Sí. Un trabajador agrícola debe consultar a un profesional de la salud cada vez que ha sido expuesto a pesticidas en el trabajo, ya sea que tenga síntomas inmediatos o no. Al ir al médico y documentar la exposición, puede obtener beneficios de compensación laboral por problemas de salud relacionados con los pesticidas que se pueden desarrollar a futuro (por ejemplo, infertilidad, nerviosismo, pérdida de la memoria).

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Folleto 10: ¿Qué hacer en caso de exposición a pesticidas?



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos

¿Qué información debe proporcionar el trabajador agrícola al médico o la enfermera?

- Su sospecha de la exposición a pesticidas y las circunstancias en que ocurrió la exposición (por ejemplo: exposición directa, desvío, residuos de pesticidas en los cultivos).
- Los síntomas que se produjeron.
- Qué tan pronto empezaron los síntomas después de la exposición, y si continúan.
- Si alguien más fue expuesto y presenta síntomas similares.
- Si es posible, el nombre del pesticida.

¿Cuándo es SIEMPRE necesario obtener atención médica INMEDIATAMENTE?

- Cuando alguien sufre uno de los efectos graves de salud inmediatos discutidos anteriormente (por ejemplo, pérdida de la conciencia o echar espuma por la boca o la nariz), siempre debe recibir asistencia médica inmediata.

3

Cuando terminen de repasar el folleto 10, pregunte al grupo:

- ¿Por qué es tan importante esta información?
- ¿Los trabajadores agrícolas ya conocen esta información?
- ¿Qué información compartirán con los trabajadores?



Los pesticidas y la ley

● Normas de Protección al Trabajador



NORMAS DE PROTECCIÓN AL TRABAJADOR (*WORKER PROTECTION STANDARD*)

OBJETIVO

- Entender las Normas de Protección al Trabajador.

MÉTODO

- 1 Explique que los empleadores deben tomar las precauciones adecuadas para proteger a los trabajadores de los riesgos potenciales de los pesticidas, aún después de que los pesticidas se han degradado y el intervalo de restricción ha pasado. Estos requisitos están establecidos en el conjunto de normas de protección llamadas Normas de Protección al Trabajador (*Worker Protection Standard*, WPS, por sus siglas en inglés).
- 2 Distribuya el **folleto 11: Normas de protección al trabajador**, para guiar la discusión. Explique que hay cinco secciones de la WPS, y enseñe al grupo que cada una de las cinco secciones se explica en el folleto.
- 3 Sobre una hoja de rotafolio escriba “Normas de Protección al Trabajador”. Pida que un voluntario lea la primera sección de la WPS. Mientras lee, escriba “1. Capacitación” sobre la hoja de rotafolio.

Mientras señale “1. Capacitación”, repita en voz alta un resumen de la información escrita en el folleto (por ejemplo: “los empleadores deben proporcionar capacitación y los trabajadores tienen el derecho de capacitarse”).
- 4 Repita este ejercicio con cada sección de la WPS. Al terminar, el rotafolio debe incluir la palabra clave para cada una de las 5 secciones de la WPS.
 1. Capacitación (training)
 2. Proteger (to protect)
 3. Notificar (to notify)
 4. Ayudar (to help)
 5. Represalias (retaliation)

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- 5 pedazos de papel con una palabra clave escrita en cada uno, representando las 5 secciones de la WPS (revise el paso 5)
- Folleto 11: Normas de Protección al Trabajador



TIEMPO RECOMENDADO

45 minutos

5

Al seguir, coordine la siguiente dinámica:

- Separe el grupo en cinco grupos pequeños.
- Indique a cada grupo que seleccione hojitas de papel de una bolsa, con las palabras clave representando a cada sección de la WPS
 - Capacitación (training)
 - Proteger (to protect)
 - Notificar (to notify)
 - Ayudar (to help)
 - Represalias (retaliation)
- Permita que cada grupo tome unos minutos para elegir una historia, verdadera o falsa, sobre la sección de la WPS que escogieron de la bolsa.
- Pida que el primer grupo comparta con el resto de los participantes qué sección de la WPS eligieron, y permítales compartir su historia.
- Después de que cada grupo haya terminado, recuerde a los participantes las cinco secciones de la WPS, repitiendo cada sección y señalando al grupo que le corresponde. Por ejemplo, podría decir “hemos aprendido sobre el derecho de los trabajadores a la capacitación. Ahora, el siguiente grupo nos platicará sobre el derecho a la protección”. Y luego, “hemos escuchado historias acerca de la capacitación y la protección. Ahora vamos a escuchar una historia sobre la notificación”. Posteriormente, “ya que hemos aprendido sobre los derechos a la capacitación, la protección, y notificación, escucharemos una historia sobre...”
- Puede ser difícil acordarse de las cinco secciones, así que fomente que los participantes nombren las secciones mientras se presentan. Por ejemplo, pregunte “¿qué derechos hemos aprendido en estas historias?”, y señale a los grupos que corresponden para que tengan un recordatorio visual mientras los repasan en voz alta.

6

Solicite también a cada grupo que, al terminar su historia, la relacione con el derecho correspondiente de la WPS (¿se respetaron los derechos del trabajador en la historia? Si no, ¿qué debería de pasar y que no pasó?)

7

Al terminar, pida que los participantes repitan en voz alta las cinco secciones de la WPS.



Guía para el facilitador

Para los trabajadores de campo, las disposiciones clave de las Normas de Protección al Trabajador (WPS) son:

Capacitación

- **Capacitación:** Todos los trabajadores tienen derecho de recibir información básica de seguridad sobre pesticidas una vez cada 5 años. La capacitación inicial deber darse antes del sexto día de trabajo, en un área que haya sido tratada con pesticidas (o declarada IER) dentro de los últimos 30 días. La capacitación debe proporcionarse en un idioma que el trabajador comprenda.

Protección

- **Prohibición del contacto directo con el aerosol o por desvío:** Los pesticidas no se pueden aplicar cuando personas no protegidas se encuentran en el campo, o cuando pueden ser expuestas a través un desvío.

- **Intervalos de Entrada Restringida:** Los trabajadores tienen derecho a ser mantenidos fuera de los campos hasta que el pesticida ya no cause un daño inmediato. Esto se conoce como el intervalo de entrada restringida (REI). Existen algunas excepciones (por ejemplo, los trabajadores que tienen contacto mínimo o nulo con las superficies tratadas, o que iban a trabajar en la zona tratada durante 1 hora o menos). Los REI se basan en la inmediatez en la que se produce el daño causado por el producto (también conocido como toxicidad aguda). Cuanto mayor es el REI, mayores son los efectos nocivos de los pesticidas de manera inmediata. Por lo general, para los pesticidas muy tóxicos, el REI es de dos días en EE.UU., al este de Kansas, y tres días al oeste de Kansas. Si el pesticida es moderadamente nocivo, el REI es de 24 horas; y si la toxicidad inmediata del pesticida es baja, el REI será de 12 horas. Para los pesticidas que son de bajo riesgo, el REI es de 4 horas. Los trabajadores sin protección siempre deben mantenerse fuera de un campo tratado, por lo menos por las primeras 4 horas después de que un pesticida se ha aplicado.
- **Protección ante el ingreso anticipado al campo por parte de los trabajadores:** Cuando a un trabajador se le pide que trabaje en una zona tratada antes de que el REI ha terminado, debe tener el equipo de protección personal (PPE) necesario para pesticidas, tal y como se indica en la etiqueta del pesticida. Se le debe permitir al trabajador que lea la etiqueta del pesticida o se le debe informar sobre lo que contiene la etiqueta. En general, no está permitido el ingreso al campo durante las primeras 4 horas después de la aplicación de los pesticidas (o hasta que los requisitos especificados por inhalación en la etiqueta del pesticida hayan sido cumplidos).
- **Descontaminación:** Dentro de un área de un cuarto de milla en donde se ubican los trabajadores, deben estar disponibles toallas de uso personal, jabón y agua para el lavado o para lavar los ojos.

Notificación

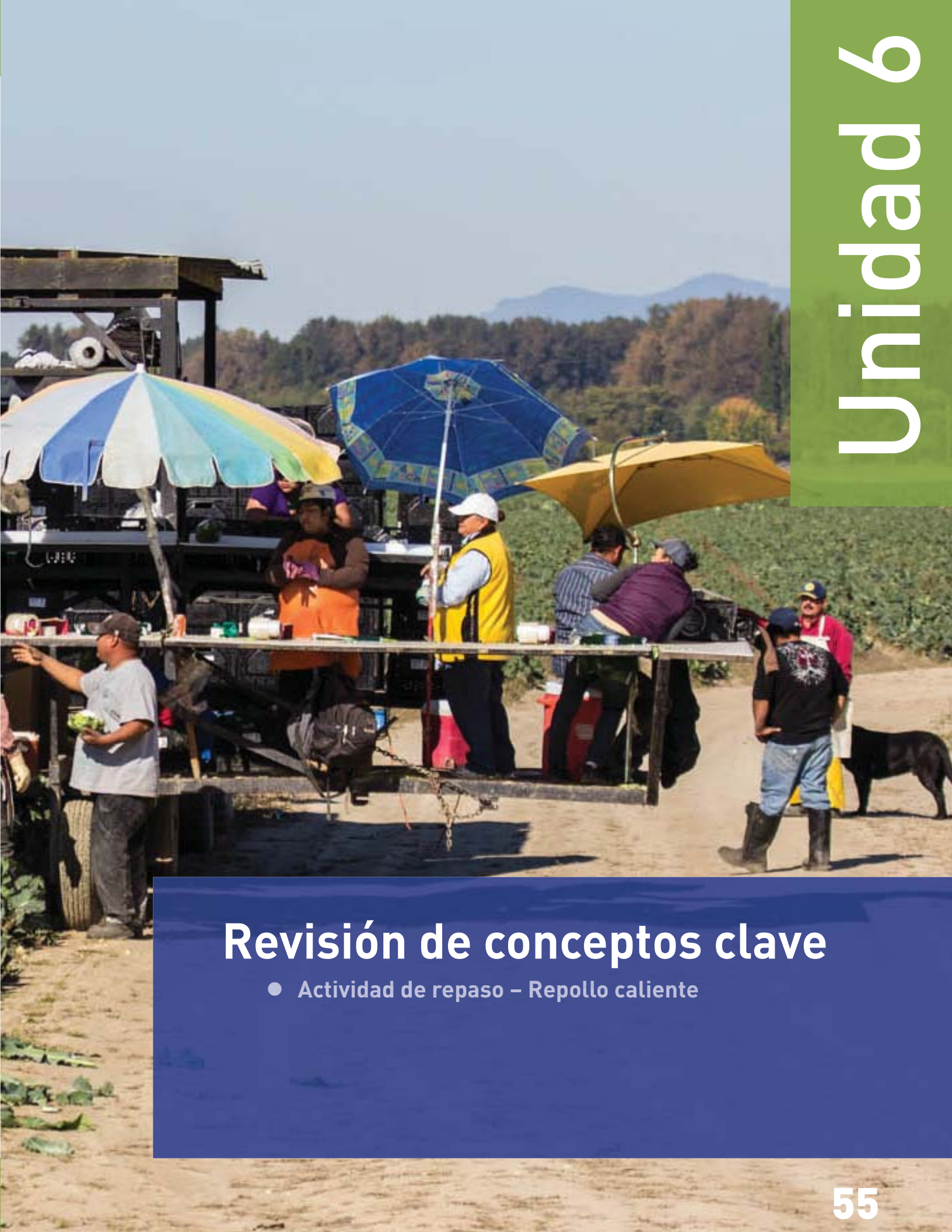
- **Advertencias:** Los trabajadores deben recibir advertencias orales o escritas que indiquen el momento seguro para volver a entrar a un campo.
- **Publicación en los campos:** Cuando ciertos pesticidas altamente tóxicos se aplican, se deben colocar en los campos letreros de "No Entrar/Peligro/Pesticidas". Estos letreros debe colocarse no más de 24 horas antes de la aplicación, y deben ser retirados 2 días después del vencimiento del REI. Los letreros deben ser en inglés y español (u otra lengua hablada por la mayoría de los trabajadores que no hablan inglés).
- **Publicación de una lista de pesticidas:** En un lugar central accesible a los trabajadores (o al amparo de un REI), el productor o patrón debe publicar una lista de los pesticidas que se aplican durante los últimos 30 días. La ubicación de los campos tratados, la hora y la fecha de la aplicación del pesticida, y el REI también debe ser declarado.
- **Publicación de un anuncio de seguridad sobre pesticidas:** En un lugar central, los productores deben colocar un anuncio de seguridad sobre los pesticidas, que indique consejos básicos de seguridad, así como el nombre y la dirección de un centro médico cercano en donde los trabajadores pueden recibir tratamiento, en caso de exposición.

Ayuda

- **Asistencia de emergencia:** Si un trabajador cree que se ha enfermado debido a la exposición a pesticidas en el trabajo, el productor/empleador debe transportar al trabajador del lugar o campo de trabajo a un centro de salud cercano. Si se solicita, el productor/empleador debe darle al trabajador o a un profesional de la salud el nombre del pesticida (o los pesticidas), la información de la etiqueta del pesticida, y describir cómo ocurrió la exposición.

Represalias

- **Protección contra las represalias:** Los trabajadores no pueden ser despedidos ni sancionados por ejercer sus derechos bajo la WPS.



Revisión de conceptos clave

- Actividad de repaso – Repollo caliente



ACTIVIDAD DE REPASO – REPOLLO CALIENTE

OBJETIVO

- Revisar nueva información.

MÉTODO

- 1 Escriba ocho preguntas de revisión acerca de la capacitación de seguridad de los pesticidas sobre hojas individuales. Incluya dos hojas de papel con la palabra “premio” escrita sobre ellas.
- 2 Haga un repollo (o col) comprimiendo y juntando las hojas de papel por capas; una encima de la otra para que parezca un repollo.
- 3 Pida que todos se paren y formen un círculo. Toque música. Pase el repollo de persona a persona hasta parar la música. En cuanto se pare la música, la persona que tenga el repollo en las manos se presenta, quita la primera capa (hoja) del repollo, lee la pregunta y la responde. Asegure que el grupo pueda escuchar la respuesta.
- 4 Vuelva a tocar la música y siga pasando el repollo por el círculo. Cuando la hoja que tiene la palabra “premio” escrita sobre ella se abra, la persona que lo abra se gana un pequeño premio (como un dulce o una pluma).
- 5 Continúe el ejercicio hasta que se responden todas las preguntas.

Algunas preguntas pueden ser:

- ¿Qué información NO se encuentra en la etiqueta del pesticida?
- Verdadero o falso: Usted puede diferenciar qué tan peligroso es el pesticida por el olor.
- Si hace mucho calor afuera, ¿sería bueno para los trabajadores usar pantalones cortos en el campo?
- Premio
- ¿De qué manera puede un trabajador proteger a su familia al ser expuesto por un pesticida?
- ¿Cuál es la manera más común en que los pesticidas pueden entrar al cuerpo de una persona?

MATERIALES

- 10 hojas de papel verde con las preguntas de revisión escritas sobre ellas (preguntas sugeridas abajo)
- Dos “premios”
- Una radio o tocadiscos



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

- Nombre un derecho que un trabajador tiene bajo las Normas de Protección al Trabajador.
- Premio
- ¿Qué debe decir un trabajador a su doctor si desarrolla síntomas de haber estado sobre expuesto a un pesticida?
- ¿Cuáles son las cuatro maneras en que se puede evitar la insolación?

Los trabajadores agrícolas y la sanidad en el campo

- ¿Qué es la sanidad en el campo y por qué es importante?
- La sanidad en el campo y la ley



¿QUÉ ES LA SANIDAD EN EL CAMPO Y POR QUÉ ES IMPORTANTE?

OBJETIVO

- Que los participantes tengan un entendimiento común de lo que significa la sanidad en el campo, y que puedan identificar las implicaciones de esto en su salud.

MÉTODO

MATERIALES
○ Rotafolio ○ Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO
20 minutos

- 1 Pídale a los participantes que mencionen palabras o ideas que ejemplifiquen lo que ellos entienden por “sanidad en el campo.”
- 2 Utilizando las palabras o ideas que indicaron, pida a los participantes que generen una definición de “sanidad en el campo”. Asegúrese de que esta definición incluye algunos ejemplos como la disponibilidad de baños cerca de su área de trabajo, agua potable para lavarse las manos, jabón, y toallas desechables.
- 3 Genere una discusión sobre la sanidad en el campo, utilizando las siguientes preguntas:
 - ¿Habían baños disponibles para usted cuando trabajó en un campo, vivero o invernadero de helechos?
 - ¿A qué distancia estaban los baños del lugar donde usted trabajó?
 - ¿Habían baños limpios?
 - ¿Habían lavamanos, jabón y toallas disponibles al lado de los baños?
 - ¿Había agua fresca para beber y vasos individuales disponibles?
 - ¿Los trabajadores utilizan regularmente estas instalaciones? Si no, ¿por qué no?
- 4 Pregunte si los participantes han recibido previamente capacitación o información sobre la sanidad en el campo. Si es así, ¿dónde? ¿cuándo?
- 5 Explique los tres derechos de los trabajadores relacionados a la “sanidad del campo” y pida a los participantes que expliquen por qué los trabajadores deben de tener acceso a estos recursos (para su propia salud y la salud de los consumidores).
 - **Baños (con papel higiénico):** Cuando no hay baños disponibles, los trabajadores agrícolas pueden padecer de malestar. Especialmente con las mujeres, existe el riesgo de infecciones del tracto urinario. Adicionalmente, la propagación de enfermedades transmisibles puede ocurrir.

- **Lavamanos (agua, jabón, toallas desechables):** Como en el ejemplo previo, la propagación de enfermedades contagiosas es posible. Hay una mayor exposición a los residuos de los pesticidas cuando no hay agua, así como problemas gastrointestinales a causa de la contaminación del agua.
- **Agua potable y vasos desechables:** La falta de disponibilidad de agua (lo cual incluye tener que compartir vasos o que el agua no esté limpia), puede poner a los trabajadores agrícolas en riesgo de enfermedades transmisibles. Adicionalmente, las altas temperaturas obligan a que haya una mayor cantidad de agua debido a que los trabajadores necesitan beberla más seguido.



LA SANIDAD EN EL CAMPO Y LA LEY

OBJETIVO

- Entender las normas federales y estatales que obligan al acceso al agua y a sanitarios en los campos.

MÉTODO

- 1 Explique que existen normas federales (nacionales) y estatales sobre la sanidad del campo. **La Norma de Sanidad en el Campo (Field Sanitation Standard)** es una norma federal que establece el acceso mínimo al agua y a sanitarios, que un empleador tiene que proporcionar para sus trabajadores.

- 2 Pregunte a los participantes si saben cuáles son los requisitos mínimos para el agua y la sanidad en el campo.

Ley federal (se aplica en la Florida y en otros estados que no tienen una ley estatal)

En granjas / viveros que emplean **11 o más** trabajadores, los empleadores deben proporcionar:

- Un sanitario y papel higiénico dentro de ¼ de milla de su área de trabajo, 1 sanitario por cada 20 empleados.
- Instalaciones para el lavado de manos y toallas de papel desechables dentro de ¼ de milla de su área de trabajo.
- Agua fresca y limpia para beber, y vasos individuales.

Arizona

Cualquier empleador con **cinco o más** trabajadores debe proporcionar

- Un sanitario y papel higiénico dentro de ¼ de milla de su área de trabajo, 1 inodoro por cada 20 empleados.
- Instalaciones para el lavado de las manos y toallas desechables dentro a ¼ de milla de su área de trabajo.
- Agua potable fresca, por lo menos dos litros por empleado y con una temperatura mayor a 80 grados F; así como vasos desechables.

California

Los empleadores de cualquier lugar de trabajo donde los trabajadores agrícolas se dedican a operaciones de trabajo a mano, **sin importar el número de empleados**, deben proporcionar:

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Folleto 12: Sanidad en el campo



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

- Un sanitario con papel higiénico dentro de $\frac{1}{4}$ de milla de su área de trabajo, 1 sanitario correspondiente a cada sexo, por cada 20 empleados.
- Instalaciones de lavado de manos y toallas de papel desechables dentro de $\frac{1}{4}$ de milla de su área de trabajo.
- Agua potable fresca y vasos limpios para uso individual.

3

Revise el **folleto 12: Sanidad en el campo**.

4

Pregúntele a los participantes si han tenido experiencias semejantes o si han reportado violaciones con respecto a las leyes de sanidad del campo.

Enfermedades relacionadas con el calor

- Golpe de calor o insolación
- Estudio de caso
- Prevención de la insolación
- Las enfermedades relacionadas con el calor y la ley
- Entendiendo sus derechos en el trabajo



GOLPE DE CALOR O INSOLACIÓN

OBJETIVO

- Reconocer los síntomas de la insolación.

MÉTODO

- 1 Pregunte a los participantes qué palabras utilizarían para describir las enfermedades relacionadas con el calor (insolación, golpe de calor, enfermedad del calor).

Existen varios tipos de enfermedades relacionadas con el calor, incluyendo la insolación y el sarpullido. La enfermedad más severa es un golpe de calor o insolación. Cada año hay trabajadores agrícolas que se mueren a causa de un golpe de calor. Incluso los trabajadores más jóvenes y saludables pueden padecerla si trabajan en condiciones de calor y humedad.

- 2 Pregunte a los participantes si han experimentado los siguientes síntomas trabajando en los campos.

Los síntomas de insolación incluyen:

- Dolor de cabeza, mareos, desmayos
- Irritabilidad o confusión
- Sed extrema
- Nauseas o vómitos
- Sudor extremo
- Fatiga

- 3 Explique que un golpe de calor es más grave, y repase los síntomas:

Los síntomas del golpe de calor incluyen:

- Confusión, dificultad para pensar con claridad
- Desmayos, desvanecimientos, ataques epilépticos
- Falta de sudor

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos

4

Discute las maneras de prevenir la insolación:

- Tomar suficiente agua
- Tomar descansos frecuentes en la sombra
- Llevar puesta ropa de algodón
- Evitar la exposición al sol durante las horas más fuertes (cuando sea posible)
- Llevar puesta una gorra

5

Explique al grupo que, aunque muchos de los síntomas de intoxicación por pesticidas son parecidos a los de la insolación, existen algunas diferencias:

- En el caso de intoxicación por pesticidas, el trabajador no sentirá sed intensa
- Con la insolación, el trabajador no tendrá las pupilas contraídas

Dada la similitud entre los síntomas de la insolación y de la intoxicación por pesticidas, los trabajadores deben suponer que las dos condiciones están presentes y tomar suficiente líquido en cuanto se presentan los síntomas, salir del campo, bañarse y cambiar su ropa.

Si los síntomas no desaparecen rápidamente después de tomar líquidos, y descansando en un lugar con sombra, el trabajador debe buscar atención médica.

6

Pregunte a los participantes qué poblaciones creen que son más vulnerables ante las enfermedades relacionadas con el calor, y por qué. Los trabajadores más vulnerables son:

- Personas de la tercera edad
- Mujeres embarazadas
- Personas que tienen sobrepeso
- Personas que tiene la presión alta
- Personas no acostumbrados a las condiciones ambientales, o personas que están trabajando durante las horas más calurosas del día



ESTUDIO DE CASO

OBJETIVO

- Cómo reconocer y reaccionar ante la insolación.

MÉTODO

- 1 Elija alguno de los siguientes estudios de caso sobre enfermedades relacionadas con el calor, y pida que un voluntario lo lea en voz alta. Una vez que lo han leído, pregunte a los participantes si escucharon algunos síntomas de las enfermedades causadas por el calor.
- 2 A continuación, pida al voluntario que lea el caso otra vez. Mientras leen el estudio de caso en voz alta, escriba los síntomas en la hoja de rotafolio.
- 3 Pida al voluntario leer en voz alta las preguntas al final del estudio de caso, y ayude al grupo a contestar las preguntas utilizando la información escrita sobre la hoja del rotafolio.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Estudios de caso de insolación: Victor, Catalina



TIEMPO RECOMENDADO
25 minutos



PREVENCIÓN DE LA INSOLACIÓN

OBJETIVO

- Que los participantes identifiquen medidas prácticas que pueden tomar para reducir la posibilidad de sufrir una enfermedad relacionada con el calor.

MÉTODO

- 1 Divida al grupo en grupos pequeños.
- 2 Dé a cada grupo una tarjeta con un tema de prevención. Pida a cada grupo que organice una dramatización de 3 minutos para demostrar su tema de prevención.
- 3 Al final de cada presentación, pregunte a los otros participantes si hubieran hecho algo diferente y por qué.
- 4 Pida a los participantes que se reúnan con sus grupos para que hagan una lista en la que señalen las barreras que enfrentan los trabajadores agrícolas en el campo para prevenir la insolación o un golpe de calor. Algunos ejemplos son:
 - Falta de información
 - Falta de agua potable
 - Falta de disponibilidad de sombra en los campos
 - Temperaturas extremas
 - Largas jornadas de trabajo que incluyan las horas más calurosas del día
 - Miedo de perder el trabajo
- 5 Revise el **folleto 13: Controlando la insolación**.

MATERIALES

- Caja con ropa (pantalones de colores claros y largos, camisa de algodón de manga larga, gorra de béisbol, pañuelo, sombrero, lentes del sol, pantalones cortos, sandalias, botas de trabajo, camiseta)
- Rotafolio
- Marcadores
- Tarjetas de prevención temáticas (agua, sombra, descanso, ropa)-revise el paso 2
- Folleto 13: Controlando la insolación



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos



LAS ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR Y LA LEY

OBJETIVO

- Que los participantes entiendan los derechos que tienen los trabajadores en torno a la protección de las enfermedades causadas por el calor.

MÉTODO

1

Pregunte a los participantes si conocen las leyes que proporcionan protección contra algunas de las enfermedades relacionadas con el calor en el campo.

Pregunte a los participantes si conocen las leyes que proporcionan protección contra algunas de las enfermedades relacionadas con el calor en el campo.

California

California tiene leyes como las Normas de Prevención de Enfermedades por Calor. Bajo esta ley, los empleadores deben tomar las siguientes medidas para evitar enfermedades causadas por el calor:

1. **Capacitación.** Todos los supervisores y los empleados deben recibir capacitación en la prevención de enfermedades causadas por el calor antes de trabajar al aire libre. Los trabajadores deben recibir pago por el tiempo que participan en la capacitación.
2. **Agua.** Proporcionar suficiente agua fresca y potable para que cada empleado pueda tomar, por lo menos, un cuarto de galón por hora, durante todo el día de trabajo. El agua debe ser siempre de fácil acceso y estar al alcance de los trabajadores para que puedan disponer de ella cómodamente durante su jornada.
3. **Sombra.** Los empleadores deben tener zonas de sombra y estar listas para cuando la temperatura alcanza los 85 °F. Se debe proporcionar suficiente sombra para el 25% de los trabajadores. Los empleadores deben proporcionar acceso a la sombra durante, al menos, 5 minutos de descanso, cuando un trabajador pide descansar en la sombra.
4. **Planificación.** Desarrollar e implementar protocolos escritos para el cumplimiento de la ley.

Washington

La Norma de Exposición al Calor del estado de Washington aplica desde el 1 de mayo hasta el 30 de septiembre, cuando la temperatura es más alta. Los empleadores en el sector agrícola tienen la responsabilidad de proporcionar:

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

20 minutos

1. **Capacitación.** Todos los supervisores y los empleados deben recibir capacitación en la prevención de enfermedades causadas por el calor antes de trabajar al aire libre. Los trabajadores deben recibir pago por el tiempo que participan en la capacitación.
2. **Agua.** Proporcionar suficiente agua fresca y potable, de manera que cada empleado pueda tomar, por lo menos, un cuarto de galón por hora, durante todo el día de trabajo. El agua debe ser siempre de fácil acceso y estar al alcance de los trabajadores para que puedan disponer de ella cómodamente durante su jornada.
3. **Planificación.** Desarrollar e implementar protocolos escritos para el cumplimiento de la ley.

Otros estados

- En el ámbito laboral, no existe una ley federal que se aplique directamente en los casos de insolación u otras enfermedades relacionadas con el calor.
- Sin embargo, bajo la **Ley Federal de Seguridad y Salud Ocupacional, (Occupational Safety and Health Act)** el empleador debe proporcionar un lugar de trabajo seguro y libre de riesgos reconocidos que puedan causar la muerte o lesiones corporales graves a un trabajador.
- Si las temperaturas son extremadamente altas, el empleador debe tomar las precauciones necesarias para garantizar que los trabajadores no estén en riesgo de sufrir daños físicos graves.

2

Pídale a los participantes que compartan sus experiencias relacionadas con la insolación y otras enfermedades relacionadas con el calor.



ENTENDIENDO LOS DERECHOS EN EL TRABAJO

OBJETIVO

- Que los participantes identifiquen violaciones a la ley relacionadas con las enfermedades causadas por el calor en el lugar de trabajo, y que elaboren estrategias para ser más eficaces en la defensa de sus derechos.

MÉTODO

MATERIALES
○ Rotafolio ○ Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

30 minutos

- 1 Introduzca la sección diciendo que ahora que hemos revisado varias leyes de seguridad en el trabajo, vamos a hablar acerca de qué hacer cuando la ley no se cumple.
- 2 Mencione algunas de las violaciones que los participantes expresaron por experiencia propia, en la última sección.
- 3 Pida a los participantes que describan algunas violaciones a la ley de seguridad laboral que han visto o vivido. ¿Alguien se ha quejado de estas violaciones? ¿Alguien ha hecho algo cuando no había agua disponible?
- 4 Pregunte a los participantes qué puede hacer un trabajador si sus derechos han sido violados. ¿En dónde puede él o ella presentar una queja por violación a la ley?

Los trabajadores (o sus representantes) tienen el derecho de presentar una queja formal y solicitar una inspección del lugar de trabajo, si las condiciones son inseguras o insalubres. Los trabajadores también tienen el derecho de negarse a cumplir con cualquier trabajo que viole la ley o que podría ser dañino para ellos o para sus compañeros de trabajo.

¿En dónde se puede presentar una queja de violación de las normas de seguridad en el ámbito laboral?

- **California:** Cal-OSHA hace cumplir las normas de higiene en el campo y las relacionadas a las enfermedades causadas por el calor. Los comisionados agrícolas del condado hacen cumplir esas normas.
- **Arizona:** La División de Seguridad Ocupacional y Salud de Arizona (ADOSH por sus siglas en inglés) hace cumplir las normas de sanidad en el campo. El Departamento de Agricultura de Arizona hace cumplir las Normas de Protección al Trabajador (WPS).
- **Florida:** El Departamento de Agricultura de Florida hace cumplir las WPS, mientras que el Departamento de Trabajo de EE.UU. es el encargado de hacer cumplir las normas de sanidad en el campo.

- Para los estados que no se presentan aquí, si no se sabe cuál es agencia estatal responsable de la implementación de las normas, contacte a las oficinas locales de la Agencia de Protección Ambiental de EE.UU. (EPA por sus siglas en inglés), para preguntar sobre la WPS, o a la Administración de Seguridad y Salud Laboral (OSHA por sus siglas en inglés), para preguntar sobre otras normas de seguridad laboral. Marque 1-800-321-OSHA para localizar una oficina de OSHA cercana.

5 Pregunte a los participantes qué agencias están disponibles para ayudar a un trabajador si cree que se le negó una o más de las protecciones disponibles bajo las Normas de Protección al Trabajador, respecto a la norma de sanidad en el campo.

- Los trabajadores pueden consultar la agencia de servicios legales más cercana, un sindicato, un centro de atención a la salud de un abogado privado, u otros proveedores de servicios para trabajadores agrícolas.

6 Explique al grupo que, en general, los trabajadores que temen represalias deben buscar ayuda para presentar una queja.

- Si se presenta una queja, la agencia estatal llevará a cabo una investigación.
- Por lo general, el investigador hablará con el productor, la persona que presenta la queja y los demás trabajadores, el proveedor de atención de salud (si lo hay) y otros testigos disponibles.
- El trabajador y sus testigos pueden solicitar una oportunidad de hablar con el investigador de la granja. Los trabajadores también pueden solicitar que sus nombres se mantengan confidenciales y que la queja sea presentada anónimamente. (Si un caso va a una audiencia, el trabajador tendrá que decidir si permite o no la agencia dar a conocer su nombre. Si el trabajador exige confidencialidad en ese momento, la queja podrá ser rechazada).
- Si se determina una violación a la norma, el productor o el aplicador puede ser penalizado. Esto podría ser una advertencia, una multa, o en casos raros, una sanción penal.

7 Los trabajadores no pueden ser despedidos o castigados por presentar una queja sobre condiciones laborales inseguras o insalubres, ni por exigir sus derechos bajo la ley. Los trabajadores que son víctimas de represalias pueden presentar una queja contactando a las oficinas locales del Departamento de Trabajo de EE.UU., a la Administración de Seguridad y Salud Laboral (US OSHA). Bajo la ley de Seguridad y Salud Laboral de EE.UU., los trabajadores tienen 30 días para reportar represalias, y pueden llamar al 1-800-321-OSHA para encontrar una oficina local.

Acción colectiva

8 Pregunte al grupo por qué algunos trabajadores se resisten a quejarse a agencias externas cuando no reciben la protección a la que tienen derecho conforme a la ley. Trate de obtener algunas respuestas como las siguientes:

- no conocen sus derechos
- pueden ser indocumentados
- tienen miedo de perder sus puestos de trabajo
- no saben cómo presentar quejas
- no confían en las agencias del gobierno para mantener su identidad confidencial
- no confían en las agencias del gobierno para investigar sus quejas

Pregunte al grupo qué medidas se pueden tomar para hacer frente a estas preocupaciones. Intente obtener algunas de las siguientes respuestas:

- Educar a los trabajadores sobre su derecho a presentar una queja confidencial.
- Educar a los trabajadores sobre cómo y ante quién denunciar.
- Vincular a los trabajadores con los sindicatos, las oficinas de asistencia jurídica y los grupos de trabajadores agrícolas que puedan ayudarles a presentar quejas y que les apoyen, en caso de sufrir represalias.

Pídale al grupo que identifique algunos grupos o agencias en su área, donde los trabajadores agrícolas pueden acudir en busca de ayuda para presentar quejas o donde pueden tratar de mejorar las condiciones de seguridad en el trabajo.

Técnicas efectivas de capacitación

- ¿De qué se trata una capacitación interactiva?
- Enseñando a su comunidad
- Ejercicio de exposición



¿DE QUÉ SE TRATA UNA CAPACITACIÓN INTERACTIVA?

OBJETIVO

- Que los participantes reconozcan una variedad de técnicas de capacitación interactiva, y que aprendan a preparar presentaciones de manera divertida y eficaz.

MÉTODO

MATERIALES	
☐	Rotafolio
☐	Marcadores
	TIEMPO RECOMENDADO 25 minutos

- 1 Pida a los participantes que nombren algunas características de una buena capacitación. Una capacitación eficaz podría incluir:

 - Involucrar a los participantes por medio de preguntas
 - Presentar ejemplos
 - Actuación y sketch
 - Solicitar voluntarios
 - Humor y risa
 - Música, cantando, bailando
 - Cambio de asientos y trabajo en grupo
 - Folletos con información clave
 - Premios
- 2 Pida a los participantes que nombren características de un/a buen facilitador/a. Escriba sus respuestas sobre una hoja de rotafolio, asegurando que los siguientes puntos se cubran:

 - Expresa entusiasmo sobre el tema
 - Ve a los participantes a los ojos
 - Es organizado/a y preparado
 - Tiene un buen sentido de humor y no le da pena si la presentación no es perfecta
- 3 Pregunta a los participantes por qué es importante ser un buen facilitador. En vez de escribir sus respuestas sobre la hoja de rotafolio, procure que sea un diálogo. Asegure que las siguientes ideas estén incluidas:

 - Para compartir sus ideas
 - Para demostrar confianza en sí mismo
 - Para demostrar su conocimiento sobre el tema
 - Recuerde que es importante practicar y preparar lo suficiente para ser un buen facilitador

4

Pida a los participantes que nombren características de alguien que sepa escuchar. Escriba sus respuestas sobre la hoja de rotafolio. Asegúrese de que incluye lo siguiente:

- Ver al facilitador a los ojos
- No distraer al facilitador
- Saber cómo y cuándo hacer preguntas sin interrumpir
- Tomar apuntes, si es necesario

5

Pregunte a los participantes: ¿cuál es la diferencia entre oír y escuchar? En vez de escribir sus respuestas sobre la hoja de rotafolio, procure que sea un diálogo.

- **Oír:** Se refiere a escuchar las palabras sin prestar atención al mensaje.
- **Escuchar:** Se refiere a intentar entender el mensaje y pensar sobre que significa.

6

Pida que los participantes piensen sobre qué pueden hacer para que sus propias presentaciones sean divertidas y eficaces.



ENSEÑANDO A SU COMUNIDAD

OBJETIVO

- Aprender habilidades de alcance a la comunidad y de presentación.

MÉTODO

- 1 Divida a los participantes en tres grupos. Si es posible, asegure que cada grupo tenga una combinación de promotores nuevos y veteranos.
- 2 Proporcione un guía para cada participante. Asigne una sección a cada grupo. Las secciones son:
 1. Pesticidas (pp. 1-34)
 2. Derechos de los trabajadores y sanidad en el lugar de trabajo (pp. 35-68)
 3. La fatiga causada por el calor (pp. 69-110)
- 3 Explique que cada grupo tendrá 20 minutos para planear una presentación de entre 5 y 10 minutos (dependiendo del tiempo disponible). Los promotores con más experiencia ayudarán a que los promotores nuevos planeen la presentación, y los nuevos promotores la impartirán (para fomentar que los principiantes obtengan experiencia en hablar frente a un público).
- 4 Asegúrese de que los participantes sepan que el rotafolio es una guía. La guía tiene un formato excelente para seguir, pero ellos también pueden crear sus propias actividades en torno a cada uno de los temas.
- 5 Camine por la sala y pregunte a los participantes si tienen dudas.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- La presentación de rotafolio titulada: *¿Cómo podemos proteger a nuestras familias de los peligros en los campos?: una guía para la seguridad en el manejo de los pesticidas, enfermedades causadas por el calor, sanidad en el lugar de trabajo, y derechos de los trabajadores.*

Esta presentación se puede bajar de la página web de Farmworker Justice:
<http://www.farmworkerjustice.org/resources/health-and-safety-resources>



TIEMPO RECOMENDADO

20 minutos



EJERCICIO DE EXPOSICIÓN

OBJETIVO

- Practicar las habilidades como facilitador, y discutir las pautas para impartir una buena presentación.

MÉTODO

- 1 Pídale al grupo que presentará sobre pesticidas que sea el primero en exponer. ¡Anímelos!
- 2 Recuerde a los miembros de la audiencia que deben participar, si los presentadores solicitan su involucramiento.
- 3 Ya que el primer grupo haya terminado, otorgue de 5 a 10 minutos para responder dudas o comentarios. Pregunte a los presentadores qué piensan acerca de sus exposiciones. ¿Qué fue lo más difícil? ¿Qué fue lo que más disfrutaron?
- 4 Solicite al grupo que expondrá sobre los derechos de los trabajadores y la sanidad en el lugar de trabajo que sean los siguientes en presentar. Siga los mismos procedimientos.
- 5 Termine con el grupo cuyo tema son las enfermedades causadas por el calor.
- 6 Después de que cada grupo haya pasado, mencione que la primera presentación siempre es la más difícil y que se mejora con la práctica.

Comente que hay muchas formas de impartir presentaciones, y que cada uno tiene su estilo personal. Distintas maneras funcionan para diferentes personas.

MATERIALES

- Rotafolio
- Marcadores
- Cualquier otro material que necesiten los participantes



TIEMPO RECOMENDADO

120 minutos

Unidad 10

Conclusión

- Encuesta final
- Evaluación del taller



ENCUESTA FINAL

OBJETIVO

- Evaluar el aprendizaje de los participantes durante el entrenamiento.

MÉTODO

- 1 Recuerde a los participantes que estarán llenando la misma encuesta que llenaron al principio del taller.
- 2 Recuerde a los participantes que esta evaluación es una forma de asegurar que los facilitadores estén cumpliendo con su trabajo y presentando la información de manera eficaz. También ayudará mejorar el taller.
- 3 Pida a los participantes que respondan a las preguntas sin consultar a nadie más.
- 4 Proporcione la encuesta y pídale a los participantes que la resuelvan.
- 5 Camine por la sala para asegurarse de responder si alguien tiene preguntas.
- 6 Después de que todos terminen, repase las respuestas correctas.

MATERIALES

- Copias de la encuesta final - una por participante (Material por la facilitador/a)



TIEMPO RECOMENDADO

15 minutos



EVALUACIÓN DEL TALLER

OBJETIVO

- Averiguar qué es lo que los participantes aprendieron del entrenamiento, que es lo más les gustó, qué les gustaría cambiar, y qué faltó.

MÉTODO

Elija uno de los siguientes métodos de evaluación.

Evaluación 1: Pétalos, Caras, e Insectos

- 1 Explique que realizará algunas preguntas sobre lo que opinan de la capacitación, y que sus repuestas ayudarán a mejorar futuras capacitaciones.
- 2 Sobre una hoja de rotafolio, dibuje un escenario de la naturaleza con el tallo y el pistilo de una flor, pasto sobre la tierra y nubes en el cielo.
- 3 Distribuya entre los participantes los recortes de pétalos, caras sonrientes e insectos.
- 4 Explique que:
 - Los pétalos representan las cosas que han aprendido este fin de semana.
 - Las caras sonrientes representan lo que les gusto de la capacitación.
 - Los insectos representan lo que cambiarían de la capacitación o lo que hizo falta.
- 5 Proporcione a los participantes tiempo suficiente para pensar en lo que les gustaría poner en su pétalo, unos 10 o 15 minutos. Camine por el cuarto respondiendo preguntas y ayudando a los participantes que tengan dificultad con la escritura.
- 6 Posteriormente, pida a cada participante que pase al frente y presente su pétalo, cara sonriente e insecto.
- 7 Al final, pregunte a los participantes si tienen comentarios adicionales sobre lo que aprendieron, les gustó, no les gustó, y sobre lo que faltó presentar en el curso.
- 8 Pregunte a los participantes si tienen algún otro comentario que agregar.

MATERIALES

- Recortes de pétalos de flores, caras sonrientes e insectos
- Cinta adhesiva
- Bola de estambre
- Bolígrafo
- Hojas de papel / rotafolio
- Marcadores



TIEMPO RECOMENDADO

20 minutos

- 9 Agradezca su participación y sus contribuciones a la capacitación.

Guarde la hoja para que la actividad de evaluación se pueda documentar y reportar.

Evaluación 2: Wrap Up Web

- 1 Pida al grupo que forme un círculo con el facilitador que sostiene la bola de estambre.

- 1 Explique que usted va a hacerle a cada persona una serie de preguntas, y que estará escribiendo sus respuestas para acordarse de lo que digan. Explique que sus respuestas ayudarán a mejorar futuras capacitaciones.

Las preguntas son las siguientes:

- ¿Cuáles son dos cosas que aprendió durante esta capacitación?
- ¿Qué le gustó más?
- ¿Qué es lo que va cambiar de su comportamiento, como resultado de esta capacitación?
- ¿Qué es lo que hizo falta presentar en la capacitación?

- 2 Pida que al primer participante que responda las preguntas y apunte su respuesta. Cuando haya terminado de contestar las preguntas, tome la parte final de la bola de estambre y láncela a otro participante.

- 3 Haga las mismas preguntas al participante que ahora tiene la bola de estambre. Después que haya respondido a todas las preguntas, el participante debe tirarla a otro dentro del círculo (la idea es que se está creando una red).

- 4 Cuando todos hayan respondido, pregunte si alguien tiene alguna cosa adicional para añadir al grupo.

- 5 Dé las gracias a todos por su participación y contribución a los entrenamientos.

- 6 Terminando la capacitación, utilice las notas para crear un documento en el que se especifiquen las respuestas obtenidas en el ejercicio.

Material del facilitador



LISTA DEL MATERIAL DE APOYO

Unidad 1: Introducción y resumen

- Marcadores
- Rotafolio
- Objetivos del taller (folletos para los participantes)
- Copias de la encuesta inicial - una por participante (material del facilitador)

Unidad 2: Resumen general sobre los pesticidas

- Rotafolio
- Marcadores
- Tres botellas: 1) una llena con agua; 2) una llena con agua + 1/3 taza de blanqueador; y 3) una llena con agua + líquido o polvo sin olor (por ejemplo, un poco de repelente o endulzante artificial)
- Notas adhesivas de diferentes colores (Post-Its)
- Tarjetas de síntomas de pesticidas (material del facilitador)
- La cronología de Daniel, el trabajador agrícola (revise ejemplo pp. 26-27)
- Imágenes de las rutas de exposición (fotografías de los ojos, la nariz, la boca, y la piel)
- Fotos de los trabajadores agrícolas y sus familias en contacto con residuos de pesticidas
- Folleto 1: Exposición a pesticidas
- Folleto 2: Síntomas a corto plazo
- Folleto 3: Síntomas graves
- Folleto 4: Efectos crónicos en la salud

Unidad 3: Los pesticidas y los niños

- Rotafolio
- Marcadores
- Muñeca
- Folleto 5: Los pesticidas y los niños

Unidad 4: Protegiéndonos y a nuestras familias

- Rotafolio
- Marcadores
- 2 a 4 etiquetas de pesticidas
- Cuatro imágenes ejemplificativas “reduciendo la exposición a pesticidas” (incluidos en el material del facilitador). (material del facilitador)
- Folleto 6: ¿Cómo leer la etiqueta de los pesticidas?
- Folleto 7: ¿Cómo disminuir el contacto con pesticidas en el campo?
- Folleto 8: Ropa de trabajo
- Folleto 9: ¿Cómo proteger a su familiar de la exposición a pesticidas?
- Folleto 10: ¿Qué hacer en el caso de exposición a pesticidas?

Unidad 5: Los pesticidas y la ley

- Rotafolio
- Marcadores
- 5 pedazos de papel
- Folleto 11: Normas de Protección al Trabajador

Unidad 6: Revisión de conceptos clave

- 10 hojas de papel verde
- Dos “premios”
- Una radio o tocadiscos

Unidad 7: Los trabajadores agrícolas y la sanidad en el campo

- Rotafolio
- Marcadores
- Folleto 12: Sanidad en el campo

LISTA DEL MATERIAL DE APOYO

Unidad 8: Enfermedades relacionadas con el calor

- Rotafolio
- Estudios de casos de insolación: Víctor y Catalina (material del facilitador)
- Caja con ropa (pantalones de colores claros y largos, camisa de algodón de manga larga, gorra de béisbol, pañuelo, sombrero, lentes del sol, pantalones cortos, sandalias, botas de trabajo, camiseta)
- Tarjetas de prevención temáticas (agua, sombra, descanso, ropa)
- Folleto 13: Controlando la insolación

Unidad 9: Técnicas efectivas de capacitación

- Rotafolio
- Marcadores
- Material de apoyo para las presentaciones
- La presentación de rotafolio titulada: *¿Cómo podemos proteger a nuestras familias de los peligros en los campos?: una guía para la seguridad en el manejo de los pesticidas, enfermedades causadas por el calor, sanidad en el lugar de trabajo, y derechos de los trabajadores*

Esta presentación se puede bajar de la página web de Farmworker Justice con el nombre de "Health & Safety Training Materials":
<http://www.farmworkerjustice.org/resources/health-and-safety-resources>

Unidad 10: Conclusión

- Rotafolio
- Marcadores
- Copias de la encuesta final - una por participante (material del facilitador)
- Recortes de: pétalos de flores, caras sonrientes y insectos
- Cinta adhesiva
- Bola de estambre
- Bolígrafo
- Hojas de papel

OBJETIVOS DEL TALLER

- * Aprender acerca de pesticidas, riesgos para la salud, síntomas, y maneras de reducir o minimizar la exposición a pesticidas en el hogar o en el área de trabajo.
- * Aprender sobre la salud en el campo y las medidas prácticas que pueden llevar a cabo los trabajadores agrícolas para reducir su exposición a situaciones de riesgo.
- * Aprender acerca de las enfermedades relacionadas con el calor, sus causas, síntomas, peligros y medidas preventivas.
- * Aprender sobre los derechos de los trabajadores y las medidas de protección establecidas en la legislación a nivel local, estatal y federal.
- * Aprender acerca de los recursos locales disponibles que proporcionan ayuda y demás información sobre salud y seguridad en el trabajo.
- * Devertirse!!!

PRUEBA DE EVALUACIÓN PARA PROMOTORES DE SALUD

Su Nombre: _____ Fecha: _____ Ubicación: _____

Nombre de Instructor: _____ Firma de Instructor: _____

Contesta las siguientes preguntas escogiendo no más una respuesta.

- 1) ¿Cuál es la forma más común en que los pesticidas entran al cuerpo de un trabajador agrícola?
 - a) A través de la piel
 - b) Por la boca
 - c) Respirando
 - d) Por los ojos
- 2) ¿Qué ropa debería usar para protegerse de los pesticidas mientras trabaja en el campo?
 - a) Pantalones
 - b) Botas
 - c) Camisa de manga larga
 - d) Todas las respuestas anteriores
- 3) Si está trabajando en un campo tratado con pesticidas y comienza a sentir náuseas, ¿qué debe hacer?
 - a) Descansar a lado del campo por 15 minutos
 - b) Seguir trabajando hasta que termine el día
 - c) Salir del campo y pide al mayordomo que le lleve a un médico
 - d) Trabajar más despacio
- 4) ¿Qué tipo de ropa ayuda a prevenir las enfermedades causadas por el calor?
 - a) Pantalones cortos y camiseta
 - b) Ropa resistente al agua y de color oscuro
 - c) Ropa de colores claros y holgada
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores
- 5) ¿Cuáles son algunos de los síntomas de las enfermedades causadas por el calor?
 - a) La sed
 - b) Dolor de cabeza
 - c) Mareo
 - d) Todas las respuestas anteriores
- 6) ¿Qué debe hacer si empieza a sentir síntomas de la insolación?
 - a) Tratar de terminar su trabajo a lo más rápido posible para que pueda irse a casa y descansar
 - b) Avisar a su mayordomo, buscar sombra y descansar
 - c) Ir a su carro o camión para tomar un descanso del sol
 - d) Tomar una bebida energética para ayudar a recuperarse
- 7) Los empleadores están obligados a proporcionar cuál de los siguientes alimentos o bebidas a los trabajadores en el campo:
 - a) Acceso a comida nutritiva
 - b) Soda o jugo
 - c) Agua limpia y refresca
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores
- 8) ¿Qué es una consecuencia relacionada con la salud de no tener un baño limpio disponible?
 - a) Ronchas
 - b) Propagación de enfermedades
 - c) Infertilidad
 - d) Tuberculosis
- 9) Los empleadores están obligados a proporcionar cuál de los siguientes a los trabajadores agrícolas para proteger su salud:
 - a) Descanso pagado para recuperar de la gripe
 - b) Seguro médico para los trabajadores y sus familias
 - c) Traslado a un centro médico si se enferman en el trabajo mientras trabajan alrededor de los pesticidas
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores

TARJETAS DE SÍNTOMAS DE PESTICIDAS



nausea

vómito

diarrea

dolor estomacal

sarpullido

molestia en la garganta

mareos

escalofríos

dolores musculares

dolor de cabeza

dificultad al respirar

TARJETAS DE SÍNTOMAS DE PESTICIDAS

vista borrosa

irritación de los ojos

pupilas dilatadas o muy pequeños

Irritación de la garganta

debilidad

confusión

dificultad para concentrarse

sudor excesivo

convulsiones

coma

muerte

IMAGEN 1 - EXPOSICIÓN A PESTICIDAS



IMAGEN 2 - EXPOSICIÓN A PESTICIDAS



IMAGEN 3 - EXPOSICIÓN A PESTICIDAS

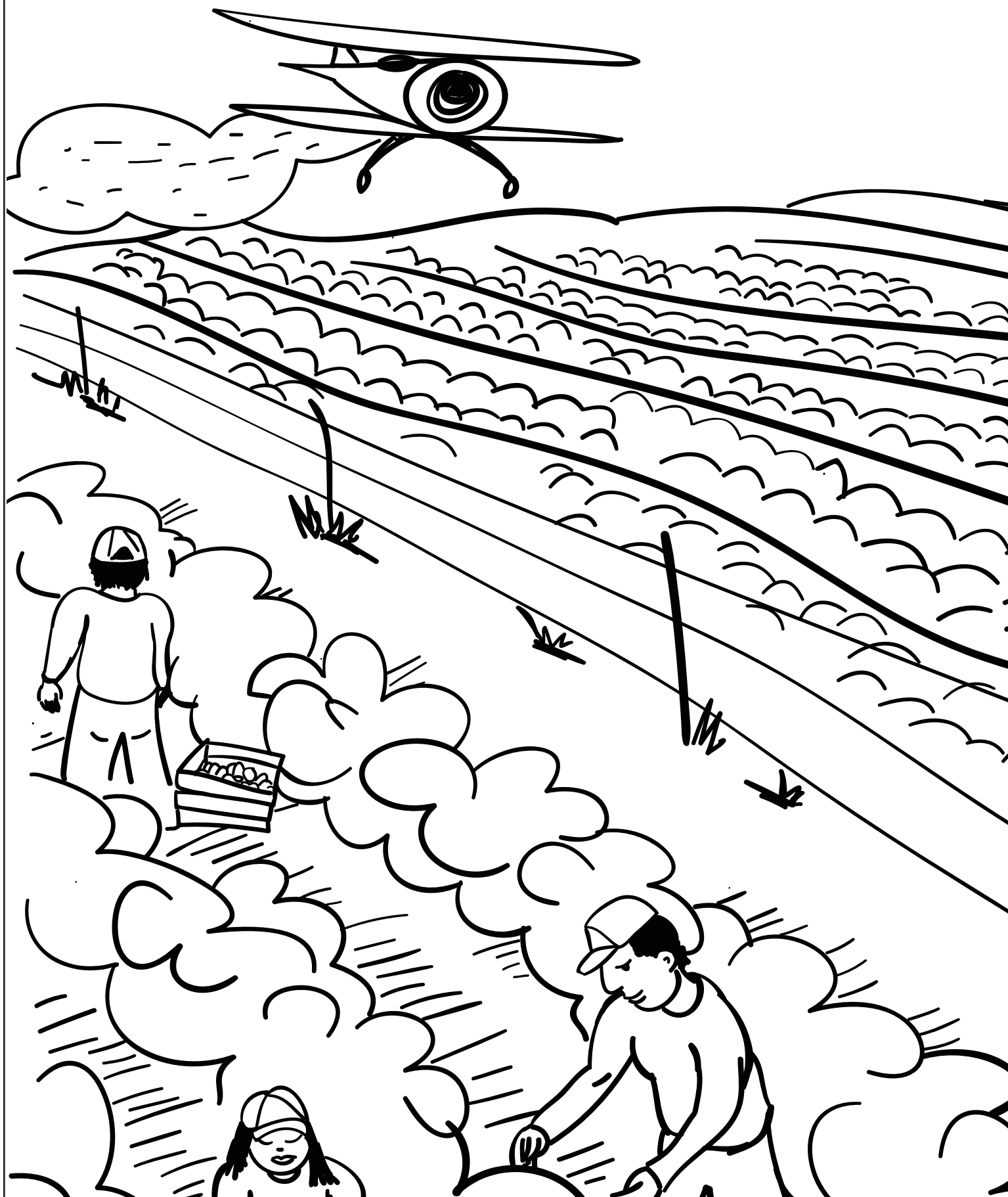


IMAGEN 4 - EXPOSICIÓN A PESTICIDAS



ESTUDIO DE CASOS DE INSOLACIÓN



Victor

Víctor trabaja en el campo del valle de San Joaquín en California. Hoy es como cualquier día en el trabajo, excepto por una cosa: hoy es mucho más caliente que otros días. Hoy el clima es sorprendentemente caluroso hasta para él, un originario de Stockton. Víctor quiere un descanso pero necesita continuar trabajando rápido porque le pagan por pieza. Él empieza a tener mucha sed y su boca se siente muy seca.

Víctor toma agua en la estación de agua más cercana. Se empieza a sentir mejor pero comienza a tener dolor de cabeza. Se siente irritado por el clima y quiere irse a casa, sin embargo, tiene que seguir trabajando en este día tan caluroso si quiere hacer un poco más de dinero. No obstante, continúa sudando y comienza a sentirse muy débil.

Discusión:

- ¿Cuáles son los síntomas de la insolación que Víctor está padeciendo?
- ¿Cuáles son los síntomas más serios? ¿Cuáles son los menos serios?
- ¿Debería de quedarse Víctor en el campo o debería buscar ayuda médica?
- ¿Cuáles son algunas de las acciones que pueden tomar los trabajadores en situaciones como la de Víctor para mitigar los síntomas de esta enfermedad? (buscar atención médica de emergencia, buscar sombra, tomar agua, descansar, desabrochar o quitarse artículos de ropa, quitarse los zapatos, limpiarse la piel, tomar una bebida con sal, mojarse el cuerpo, masajearse las piernas y los brazos, bañarse en agua fría, ventilarse)
- Pregunte a los participantes si tienen historias personales sobre las enfermedades causadas por el calor que ellos, sus familiares o miembros de la comunidad, hayan vivido. ¿Qué hicieron?

ESTUDIO DE CASOS DE INSOLACIÓN



Catalina

Catalina trabaja en el valle de Yakima en Washington. Ella pizca las mejores manzanas de la nación y lo hace con gran orgullo. Un día mientras trabaja, Catalina empieza a sentirse un poco extraña. Esta pizcando manzanas en el calor ardiente, como siempre, pero comienza a sentirse débil y cansada. Su cuerpo suda profusamente y le empieza a dar mucha sed. Además, necesita ir al baño inmediatamente. Ella va al baño más cercano y continúa sintiéndose muy débil.

Ya que regresa al campo, los síntomas no disminuyen. Catalina quiere ir al baño otra vez, sin embargo acaba de regresar. Ella se dice así misma que debe de continuar, aunque su corazón comienza a latir rápidamente y se siente desorientada. Sus compañeros le preguntan cómo se siente, pero sus palabras son difíciles de entender. Ellos no la pueden entender. Lo siguiente que ven es a Catalina caerse al suelo.

Discusión:

- ¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad relacionada con el calor que Catalina está padeciendo?
- ¿Cuáles son los síntomas más serios? ¿Cuáles son los menos serios?
- ¿Qué deberían de hacer los compañeros de Catalina en esta situación?
- ¿Cuáles son algunas de las acciones que pueden tomar los trabajadores en situaciones como la de Catalina para mitigar estos síntomas? (buscar atención médica de emergencia, buscar sombra, tomar agua, descansar, desabrochar o quitarse artículos de ropa, quitarse los zapatos, limpiarse la piel, tomar una bebida con sal, mojarse el cuerpo, masajearse las piernas y los brazos, bañarse en agua fría, ventilarse)
- Pregunte a los participantes si tienen historias personales sobre insolación, golpes de calor u otras enfermedades relacionadas con el calor que ellos, sus familiares o miembros de la comunidad, hayan vivido. ¿Qué hicieron?

POST-TEST FOR PROMOTORES

Su Nombre: _____ Fecha: _____ Ubicación: _____

Nombre de Instructor: _____ Firma de Instructor: _____

Contesta las siguientes preguntas escogiendo no más una respuesta.

- 1) ¿Cuál es la forma más común en que los pesticidas entran al cuerpo de un trabajador agrícola?
 - a) A través de la piel
 - b) Por la boca
 - c) Respirando
 - d) Por los ojos
- 2) ¿Qué ropa debería usar para protegerse de los pesticidas mientras trabaja en el campo?
 - a) Pantalones
 - b) Botas
 - c) Camisa de manga larga
 - d) Todas las respuestas anteriores
- 3) Si está trabajando en un campo tratado con pesticidas y comienza a sentir náuseas, ¿qué debe hacer?
 - a) Descansar a lado del campo por 15 minutos
 - b) Seguir trabajando hasta que termine el día
 - c) Salir del campo y pide al mayordomo que le lleve a un médico
 - d) Trabajar más despacio
- 4) ¿Qué tipo de ropa ayuda a prevenir las enfermedades causadas por el calor?
 - a) Pantalones cortos y camiseta
 - b) Ropa resistente al agua y de color oscuro
 - c) Ropa de colores claros y holgada
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores
- 5) ¿Cuáles son algunos de los síntomas de las enfermedades causadas por el calor?
 - a) La sed
 - b) Dolor de cabeza
 - c) Mareo
 - d) Todas las respuestas anteriores
- 6) ¿Qué debe hacer si empieza a sentir síntomas de la insolación?
 - a) Tratar de terminar su trabajo a lo más rápido posible para que pueda irse a casa y descansar
 - b) Avisar a su mayordomo, buscar sombra y descansar
 - c) Ir a su carro o camión para tomar un descanso del sol
 - d) Tomar una bebida energética para ayudar a recuperarse
- 7) Los empleadores están obligados a proporcionar cuál de los siguientes alimentos o bebidas a los trabajadores en el campo:
 - a) Acceso a comida nutritiva
 - b) Soda o jugo
 - c) Agua limpia y refresca
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores
- 8) ¿Qué es una consecuencia relacionada con la salud de no tener un baño limpio disponible?
 - a) Ronchas
 - b) Propagación de enfermedades
 - c) Infertilidad
 - d) Tuberculosis
- 9) Los empleadores están obligados a proporcionar cuál de los siguientes a los trabajadores agrícolas para proteger su salud:
 - a) Descanso pagado para recuperar de la gripe
 - b) Seguro médico para los trabajadores y sus familias
 - c) Traslado a un centro médico si se enferman en el trabajo mientras trabajan alrededor de los pesticidas
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores

Folletos para los participantes

EXPOSICIÓN A PESTICIDAS

¿Qué es exposición?



Respirando

Exposición significa que usted ha estado en contacto con un pesticida y éste ha entrado en su cuerpo.

¿Cómo entra un pesticida en mi cuerpo?

Los pesticidas pueden entrar en su cuerpo de 3 maneras:

- 1) **Respirando** el aire que contiene el pesticida.
- 2) **Comiendo o bebiendo** algo que contenga el pesticida.
- 3) **Tocando** algo que tiene el pesticida en la superficie o que lo contiene.
- 4) Siendo **salpicado o rociado** con pesticidas.



Comiendo o bebiendo

¿Si estoy expuesto a un pesticida, me enfermaré?

Esto depende de muchos factores de la exposición:

- El modo por el cual el pesticida entró a su cuerpo; y,
- La cantidad del pesticida que hay en su cuerpo.



Tocando

Los factores que determinan si usted se enfermará como resultado de la exposición a pesticidas incluyen:

- El tipo de pesticida (si es muy peligroso).
- La cantidad (a cuánto fue expuesta la persona).
- La duración (por cuánto tiempo ocurrió la exposición).
- La frecuencia (cuántas veces fue expuesta la persona).



Siendo salpicado o rociado

Las personas también responden de diferentes maneras a los pesticidas.

- Algunas personas pueden ser expuestas a un pesticida, pero no resultarán enfermas.
- Otras pueden ser más sensibles a los pesticidas y enfermarse como resultado de la exposición.
- Los niños pueden ser más sensibles a los pesticidas y pueden enfermarse más fácilmente que los adultos.

Fuente: La Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades (ATSDR)

SÍNTOMAS DE CORTO PLAZO



Tired
Cansado



**Irritated nose
and throat**
**Irritación de la nariz
y garganta**



Headache
Dolor de cabeza



Dizzy
Mareado



Rashes
Sarpullido



Cramps
Dolor estomacal



Throwing up
Vomitando



Muscle pains
**Calambre de los
músculos**



Sweaty
Sudoroso



Blurred vision
**Tiene la vista
nublada**



Sleeplessness
Insomnio

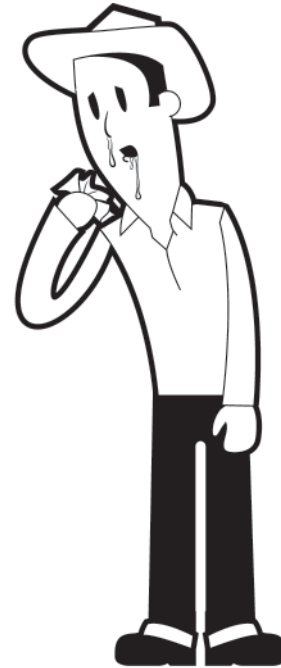


Confusion
Confusión

SÍNTOMAS SEVEROS



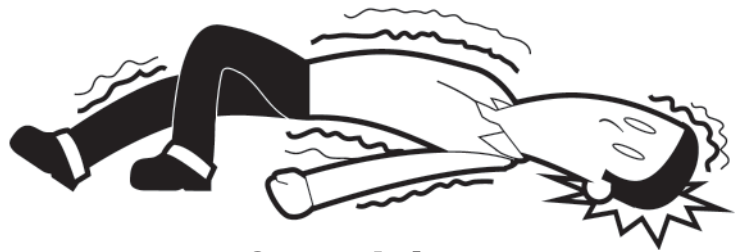
Trouble breathing
Dificultad para respirar



**Drooling from mouth
and nose**
**Babeo y
escurrimiento nasal**

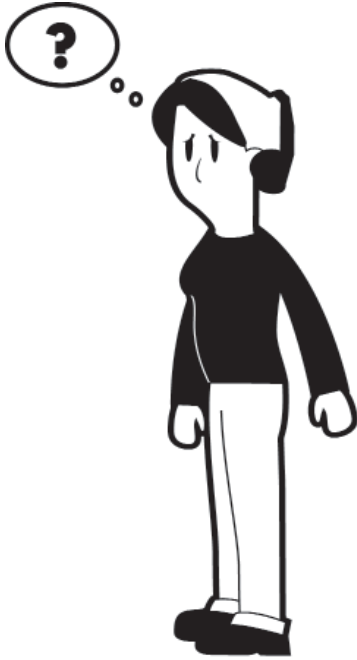


Passed out
Inconsciente



Convulsions
Convulsiones

EFFECTOS CRÓNICOS SOBRE LA SALUD



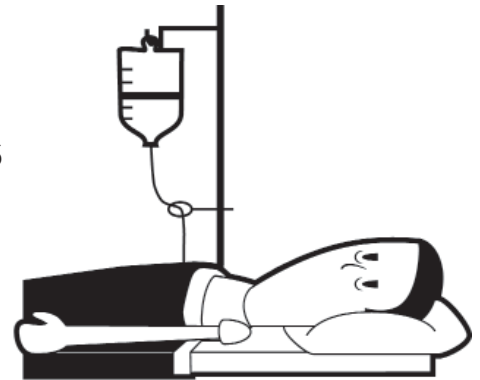
Memory loss

Pérdida de memoria



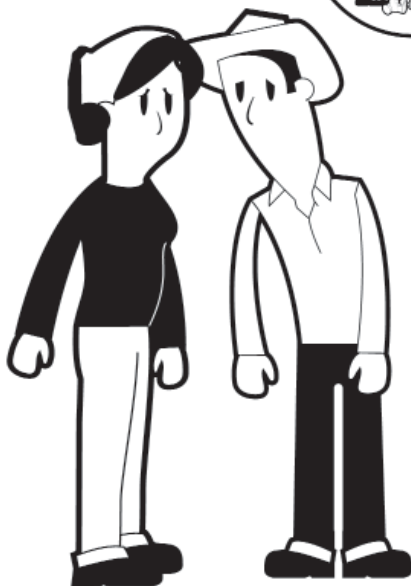
**Weakness in the arms
and legs**

**Debilidad en los
brazos o piernas**



Cancer

Cáncer



Infertility

Infertilidad

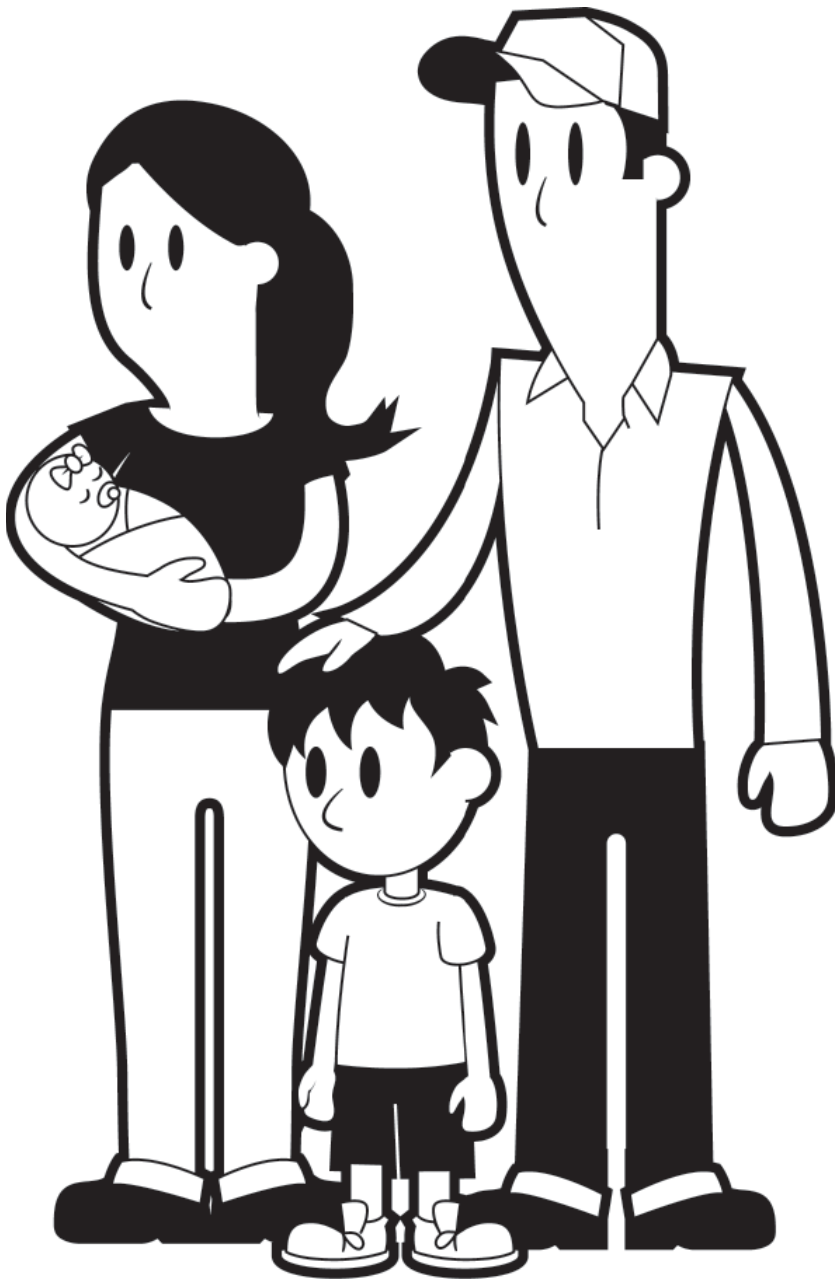


Birth defects

Defectos de nacimiento

LOS PESTICIDAS Y LOS NIÑOS

Los pesticidas afectan más a los niños porque:



¡Los niños son
más pequeños!

¡Su cerebro e
hígado **todavía**
se están
desarrollando!

¡Su sistema
inmunológico **no**
está maduro!

¡En proporción a su
tamaño, **comen y**
beben más que un
adulto!

¿CÓMO LEER LA ETIQUETA DE LOS PESTICIDAS?

Hay información importante en las etiquetas de los pesticidas. Usted puede pedir a su empleador que le permita ver las etiquetas.

Algunos datos que usted debe saber.

Nombre del químico (Name): _____

Marca del pesticida (Brand): _____

Tipo de pesticida (Pesticide Type): _____

Intervalo de Entrada Restringida (Restricted Entry Interval / REI): _____

Palabra clave:

- Danger (Peligro)
- Warning (Aviso/Advertencia)
- Caution (Precaución)

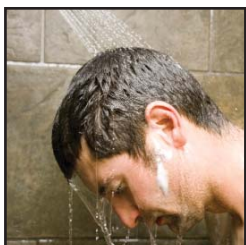


¿CÓMO DISMINUIR EL CONTACTO CON LOS PESTICIDAS EN EL CAMPO?

Los trabajadores del campo pueden hacer varias cosas para reducir su contacto con los pesticidas en el lugar de trabajo.



Usar diariamente camisas de manga larga, pantalones, sombrero, calcetines, zapatos o botas, y guantes.

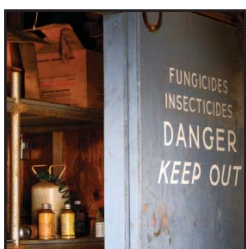


Darse un buen baño y ponerse ropa limpia inmediatamente después de llegar a casa.



Durante el trabajo, lavarse bien las manos antes de comer, beber, fumar o ir al baño. Lavarse las manos después de ir al baño.

No comer dentro del campo o en áreas donde se guardan pesticidas.



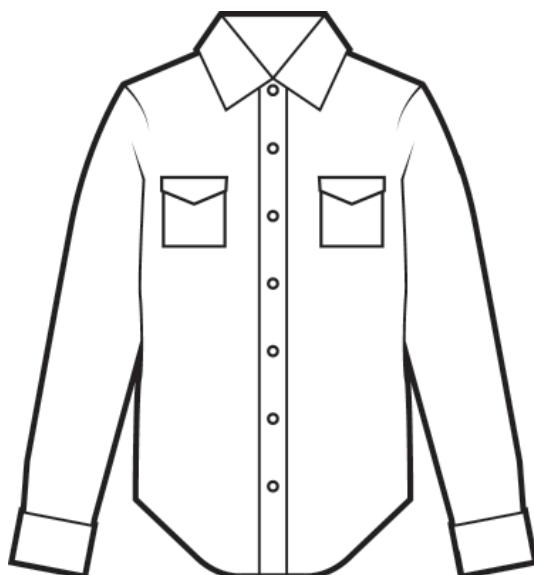
No entrar a un campo agrícola que recién ha sido rociado con pesticidas, o que tenga un letrero avisando sobre la presencia de pesticidas. Si hay un letrero, pregunte cuándo es seguro entrar de nuevo al campo agrícola.



Si le caen pesticidas en la piel, quitarse la ropa contaminada y lavar inmediatamente el área afectada con bastante agua y jabón. Averiguar el nombre del pesticida y conseguir atención médica.

ROPA DE TRABAJO

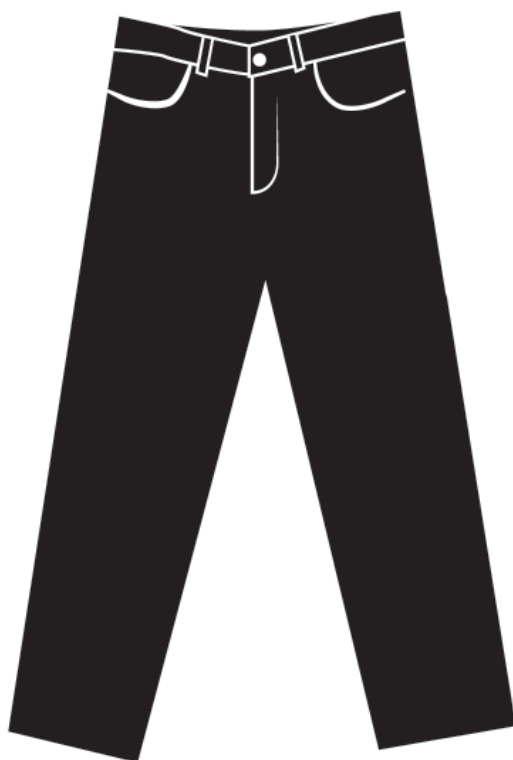
Long sleeved shirt
Camisa de manga larga



Hat
Sombrero



Gloves
Guantes



Long pants
Pantalones



Socks
Calcetines



Boots or shoes
Botas o zapatos

¿CÓMO PROTEGER A SU FAMILIA DE LA EXPOSICIÓN A PESTICIDAS?

Los trabajadores del campo pueden hacer varias cosas para **proteger a su familia** de la exposición a pesticidas.



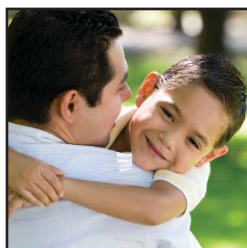
Quítese los zapatos de trabajo antes de entrar a la casa.



Nunca lleve pesticidas del trabajo a la casa. Nunca cambie o mezcle los pesticidas a envases de otros productos que los niños puedan confundir con los de alimentos o bebidas (como botellas de refrescos).



Lave su ropa de trabajo con detergente y agua caliente antes de volver a usarla. Lave la ropa de trabajo separada del resto de la ropa de la familia.



Cubra el asiento de su carro con una lona cuando viaje con ropa contaminada con pesticidas.



Lávese las manos (o dese un baño) y cambie su ropa de trabajo antes de tocar a sus hijos.

Dese un buen baño y póngase ropa limpia lo más rápido posible después de llegar a casa.

¿QUÉ HACER EN CASO DE EXPOSICIÓN A PESTICIDAS?

Cuando empieza a sentirse mal por la exposición a pesticidas :

- Salir del área contaminada lo antes posible.
- Lavar su piel con jabón y agua mientras aún se encuentra en el campo.
- Cambiar su ropa lo más pronto posible.
- Tomar un baño o ducha con agua, jabón y champú.
- Buscar atención médica.

Cuando los pesticidas entran los ojos:

- Salir del área contaminada.
- Lavar inmediatamente los ojos con agua durante al menos 15 minutos.

¿Debe recibir atención médica? **¡SÍ!**

- Ya sea que tenga síntomas inmediatos o no, debe consultar a un profesional de la salud cada vez que ha estado expuesto a pesticidas en el trabajo.
- Hay que reportar la exposición. Puede obtener beneficios de compensación laboral por problemas de salud, relacionados con los pesticidas, que se pueden desarrollar en el futuro (por ejemplo, infertilidad, nerviosismo, pérdida de la memoria).



SIEMPRE necesita atención médica cuando... Alguien sufre alguno de los efectos graves de salud:

- Falta de respiración
- Pérdida de conocimiento
- Babeo o espuma por la boca y la nariz
- Convulsiones/ataques



¿Qué información necesita el médico o la enfermera?

- Su sospecha de la exposición a pesticidas y las circunstancias en las que ocurrió la exposición (por ejemplo, exposición directa, desvío, residuos de pesticidas en los cultivos).
- Los síntomas que usted manifiesta.
- Qué tan pronto empezaron los síntomas después de la exposición, y si continúan.
- Si alguien más fue expuesto y presenta síntomas similares.
- Si es posible, el nombre del pesticida.

NORMAS DE PROTECCIÓN AL TRABAJADOR

Las Normas de Protección al Trabajador (WPS por sus siglas en inglés) es una ley federal cuyo propósito es proteger la salud de los trabajadores agrícolas y de quienes manejan los pesticidas.

Bajo esta ley, los empleadores tienen la responsabilidad de:

Proporcionar capacitación e información de seguridad

Los empleadores están obligados a proporcionar capacitación a los trabajadores agrícolas y a quienes manejan los pesticidas, por lo menos una vez cada cinco años.

Los empleadores también están obligados a tener un poster con la información básica de seguridad, incluyendo el nombre y la dirección del centro de salud más cercano.

Protección de los trabajadores

Protección durante fumigación con pesticidas.

- Los trabajadores y otras personas no pueden estar en las áreas donde se está fumigando o en áreas donde pueden estar expuestos a pesticidas por desviación.
- En un vivero, los trabajadores deben de mantenerse a 25-100 pies del área fumigado, dependiendo del método de tratamiento.
- En un invernadero, sólo las personas que manejan los pesticidas pueden entrar durante la fumigación, hasta que se hayan cumplido los requisitos de ventilación listados en la etiqueta de pesticidas.

Mantener a los trabajadores lejos de las áreas que han sido fumigadas.

- No se les puede pedir a los trabajadores que entren a un área que ha sido fumigada, en un periodo de tiempo inmediatamente después del tratamiento. Esto se conoce como el intervalo de entrada restringida o "IER."

Proporcionar equipo de protección a los trabajadores que mezclen, carguen o apliquen pesticidas, y a los trabajadores que entren al campo durante el IER. who mix, load, or apply pesticides and workers who must enter a field during the REI.

Los trabajadores deben contactar a una oficina que proporciona servicios legales gratuitos si tienen preguntas sobre sus derechos o si requieren ayuda para presentar una queja formal.

Notificación a trabajadores

Proporcionar una notificación verbal o por escrito a los trabajadores, en la que se especifique el momento en el que será seguro volver a entrar al campo, después de que ha sido fumigado.

Informar a los trabajadores sobre fumigaciones recientes

- El nombre de pesticida, hora de fumigación y el IER tiene que compartirse en un área central donde todos pueden ver esta información.

Colocar letreros de "No entrar" en los campos fumigados con pesticidas de alto riesgo.

Ayuda en caso de una emergencia

Proporcionar instalaciones de descontaminación.

- Agua, jabón y toallas deben de permanecer cerca del área laboral, en caso de la exposición accidental.

Proporcionar transporte al centro médico, en caso de envenenamiento por pesticidas.

- Los empleadores también tienen que proporcionar al médico la información de los pesticidas a los cuales se expuso el trabajador.

Las represalias están prohibidas

Los empleadores no pueden despedir o castigar a los trabajadores que presenten su queja o ejerzan sus derechos.

Los trabajadores pueden reportar condiciones inseguras a la agencia o autoridad competente para recibir las quejas. En muchos estados, es el Departamento de Agricultura.

SANIDAD EN EL CAMPO

Requisitos de la Ley Federal

Patrones con once o más trabajadores en el campo están obligados a proveer:



Agua para tomar

- accesible a los trabajadores y dentro de una ¼ de milla de donde están trabajando
- fría y en cantidades suficientes
- vasos de papel desechables
- en recipientes bien cubiertos, limpios y llenados cuando sea necesario

Baños

- accesibles a los trabajadores y dentro de ¼ de milla de donde están trabajando
- un baño para cada 20 trabajadores
- limpios y en buenas condiciones
- aguas negras se eliminan en una forma sana y segura
- ventilado y privado
- puertas que se cierran de adentro



Instalaciones para lavarse las manos

- accesibles y cerca de los baños
- con suficiente provisión de agua potable, jabón y toallas desechables

Algunos estados tienen leyes con más protecciones.

CONTROLANDO LA INSOLACIÓN

Los trabajadores agrícolas pueden sufrir agotamiento al estar trabajando duro bajo condiciones de altas temperaturas y humedad. Para prevenir esta condición:

- Tome suficiente agua fría (por lo menos 1 taza cada 20 minutos)
- Tome descansos cortos y frecuentes en la sombra
- Utilice ropa de algodón liviana y suelta
- Realice los trabajos pesados en las horas más frescas del día
- Evite el alcohol o las bebidas con cafeína



Los primeros síntomas del agotamiento incluyen:

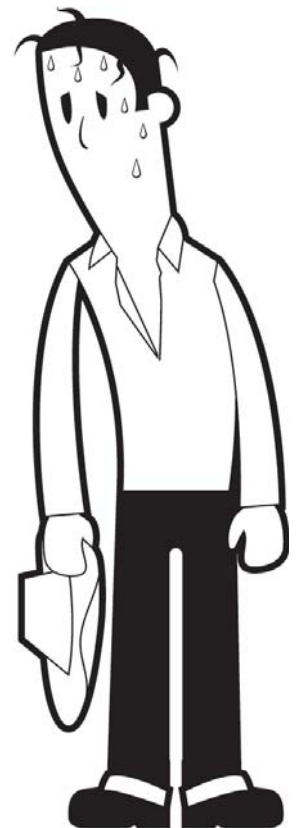
- Dolor de cabeza
- Mareos
- Mucha sed
- Náusea
- Mucho sudor
- Debilidad
- Piel pálida y pegajosa

Si tiene estos síntomas, descanse, muévase a la sombra, tome mucha agua y refrésquese.

Si no se trata el agotamiento inmediatamente, puede ocurrir una insolación, que es un síntoma mucho más serio. Los síntomas de la insolación son:

- Piel seca, pálida y sin sudor
- Piel roja y caliente
- Confusión
- Convulsiones
- Pérdida del conocimiento

En caso de insolación, el trabajador debe buscar ayuda médica inmediatamente. Mueva a la víctima hacia un lugar fresco y con sombra, y trate de enfriar el cuerpo: suelte y remueva ropa pesada, haga que la persona beba agua fría, y pase una toallita mojada por la piel.



Pesticides, Field Sanitation, & Heat Illness for Farmworkers: Training Curriculum for Lay Health Educators

© 2014 Farmworker Justice

