

Farmworker News: Summer 1998: El Niño Makes
This Summer Miserable for Farmworkers!



Farmworker

NEWS

Noticias Para los Trabajadores del Campo

El Niño Makes This Summer Miserable for Farmworkers!

¡El Niño hace este Verano Miserable para los Trabajadores Campesinos!

por Irma Soto/by Irma Soto

El Niño es cuando el agua de los mares sube de temperatura. Esto pasa cada cuantos años. Cuando llega El Niño los tiempos dejan de ser normal. En muchas áreas de este país este invierno fue mas caloroso que en otros años. Ahora que estamos en el verano, los tiempos están demasiados calorosos. En algunas áreas las temperaturas llegan a mas de 100°F grados diariamente. Estas áreas también han tenido poca lluvia y están muy calorosas y demasiadas secas. Otras áreas han recibido mucha lluvia y están teniendo tiempo muy caloroso y húmedo. En los lugares que están secos y calorosos, muchas humbres se han reportado. En México el tiempo esta tan seco que un bosque se estuvo quemando por muchas semanas y el humo de la lumbre llevo hasta Dallas, Texas y hasta mas lejos!

Los trabajadores del campo trabajan afuera todos los días. Son los campesinos los que sufren bajo del calor día tras día. Aunque esté caloroso y seco o caloroso y húmedo donde trabajas, hay algunas cosas que puedes hacer para evitar enfermedades de calor o daño de tu piel. Aquí están algunas sugerencias de parte del FARMWORKER NEWS:

1. Cuando trabajas afuera en los labores, toma bastante agua. Cuando hace calor, necesitas beber alrededor de 2 a 4 vasos de agua cada hora (mas de un galon de agua cada día). Los ranchos que emplean mas de 11 trabajadores por la ley tienen que proveer agua limpia para que beban los trabajadores.
2. Ponte un sombrero que te protege la cara para que no se te quema la piel. El sombrero también ayuda que tu cabeza se mantenga fresca. El cáncer del piel muchas veces comienza cuando el sol quema la piel.
3. Usa ropa de colores que no sean oscuros, como camisas y pantalones blancos, ropa de peso ligero; y ropa floja con mangas largas. Los colores livianos, como blanco, reflejan la luz del sol ausente de tu cuerpo. La ropa floja permite el aire que circule y refresca a tu cuerpo.
4. Usa loción para proteger la piel contra el sol (sunscreen) en la cara, los brazos, las manos, y donde quiera que te caiga el sol.
5. Si hay un árbol cerca de donde estas trabajando, trata de descansar bajo la sombra cada vez en cuando para que tu cuerpo se refresque.
6. Intenta hacer el trabajo pesado temprano en el día cuando esta mas fresco. Has el trabajo más ligero en el medio del día cuando esta mas caliente.
7. Intenta no beber café o bebidas con alcohol durante el día cuando andas trabajando. El café y el alcohol secan el cuerpo. El agua o bebidas como Gatorade ayudan a tu cuerpo a guardar sus fluidos.

En los campos donde ha llovido mucho hay mas agua en el aire y es mas duro para que tu cuerpo se refresque. Por eso, trata de hacer tu trabajo mas despacio cuando estés en una área caliente y húmeda.

Cuando hace calor, no dejes a tus niños jóvenes en el carro. Solo se necesitan unos cuantos minutos para que llegue la temperatura en un carro hasta mas de 140°F. Un niño pequeño puede morir rápido en un carro estacionado en el calor.

Si tu o alguien trabajando cerca de ti empieza a tener calentura, o piel roja, caliente o seca, un dolor de cabeza, sensación mareado, confuso, o empieza a actuar en una manera extraña, desmayarse, tener pulso rápido, o empieza a respirar rápidamente o es incapaz de hablar normalmente, puede ser que esté teniendo un golpe o stroke de calor. El golpe de calor es una enfermedad seria. Una persona sufriendo de golpe de calor puede tener calentura de 106°F. Hay personas que han muerto o que han sufrido daños del cerebro porque se calentaron demasiado. Si alguien está teniendo un golpe del calor, mueve la persona a una área sombreada. Rápidamente refresca a la persona con trapos mojados. Si la persona esta consciente, dale bastante agua para tomar y llévalo con un médico.

El Niño is the name given to a warming of the ocean waters. It usually happens once every few years. El Niño causes the weather to act in a strange way. In most areas of this country, this past winter was warmer than usual. Now that summer is here the unusual weather continues. In many parts of the country, the weather is very hot. Many areas report daily temperatures of over 100°F degrees. In the south there has been very little rain which makes it extremely hot and dry. Further north, some areas are having too much rain which makes it hot and humid. In the hot, dry areas, many fires have been reported. In the southeast of Mexico the weather has been so hot and dry that a large forest fire burned for weeks sending smoke as far north as Dallas, Texas and further!

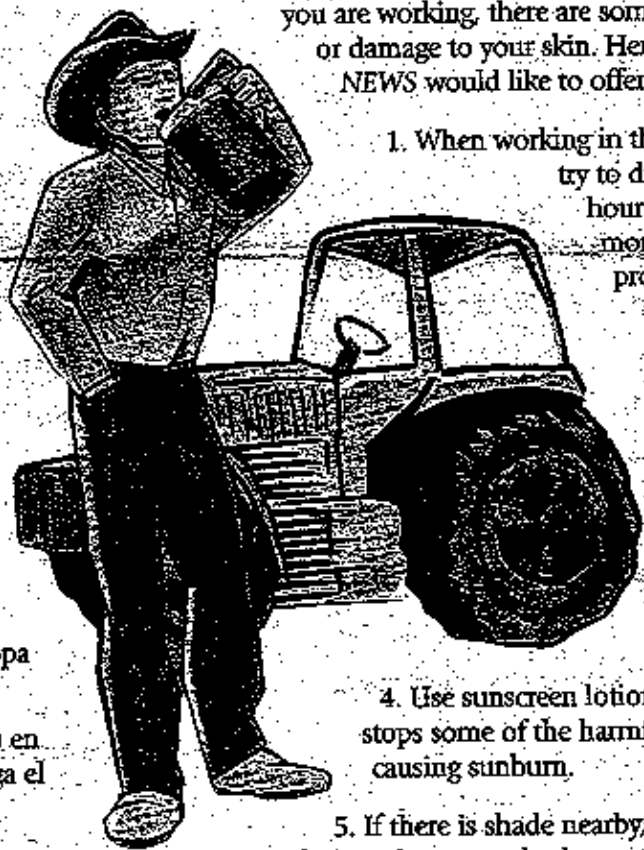
Farmworkers are in the fields every day. It is the farmworkers who feel the heat of the sun day after day. Whether it is hot and wet or hot and dry where you are working, there are some things you can do to avoid heat illnesses or damage to your skin. Here are a few suggestions the FARMWORKER NEWS would like to offer you:

1. When working in the field, drink lots of water. When it is hot, try to drink around 2 to 4 glasses of water every hour (over one gallon a day!). Farms that hire more than 11 workers are required by law to provide the workers with safe water to drink.
2. Wear a hat that shades your face. This will help keep your skin from burning and will keep your head cooler.
3. Wear light colored (white is good), light weight, and loose fitting clothes with long sleeves. Light colored clothes reflect the sun away from you. Loose fitting clothes let the air enter under your clothes and cool your skin.
4. Use sunscreen lotion on your face, arms and legs. The lotion stops some of the harmful sunlight from reaching your skin and causing sunburn.
5. If there is shade nearby, try to take a short break in the shade frequently so your body can cool down.
6. Try to do the heavy work early in the morning when it isn't so hot. Save the lighter work for the middle of the day when it is the hottest.
7. Try not to drink coffee or alcohol when you're in the field. Alcohol and caffeine dry up your body. Water or sport drinks (like Gatorade) help your body keep its fluids.

In the fields where it has rained a lot, there is more water in the air and it makes it harder for your body to cool off. Try to take it easy when you're working in a humid area.

When it is hot, don't leave your children or pets in the car. It takes only a few minutes for the temperature inside a car to reach more than 140 degrees in the sun. A small child can quickly die in a parked car during hot weather.

The heat can cause heat exhaustion or heat stroke. If a person has any of these symptoms: an extremely high body temperature, red, hot and dry skin, throbbing headache, feels dizzy or confused, starts acting in a strange way, passes out, has a fast pulse, starts breathing fast, feels nauseated, or is unable to talk without slurring the words, they need help fast! They may be having a heat stroke. Heat stroke is a serious illness. The body temperature of a heat stroke victim may rise to 106°F! People have died or suffered damage to the brain from heat stroke. If someone is having a heat stroke, move the person to a shaded area and cool them down as soon as possible. If the person hasn't passed out, give them water to drink slowly. Most important, get them to a doctor as soon as possible!



Breast Cancer-Facts of Life

La Realidad del Cáncer del Pecho

por Dr. Virginia San Miguel/by Dr. Virginia San Miguel

La mamografía sigue siendo la mejor defensa contra el cáncer de pecho.

El cáncer de pecho es la forma de cáncer más común entre mujeres de este país. Según la Sociedad Americana del Cáncer, a 180,000 mujeres americanas se les desarrolla el cáncer de pecho cada año y 46,000 mujeres mueren cada año de esta enfermedad. Una mujer de cada nueve mujeres va a tener cáncer de pecho en su vida.

¿Cuáles son los síntomas del cáncer de pecho?

Raramente hay síntomas del cáncer de pecho al principio. Después de tiempo, el síntoma más común es un terrón, o bola, en un pecho o espesura que no se quita o no cambia durante la regla. Arriba del pecho y cerca del brazo es lo que se llama el cuadrante axilar, donde más se encuentra el cáncer. 80 por ciento o más de los cánceres comienzan en los conductos de leche. El cáncer que comienza en las glándulas que producen la leche es menos común.

Todos los terrones, o bolas, o masas se deben controlar por un doctor.

Otros síntomas son áreas hinchadas, áreas donde se encuentran arrugas o hoyuelos en la piel, irritación de la piel, dolor o ternura en el pezón, descarga que sale del pezón, o nódulos linfáticos (glándulas) duros bajo las axilas (sobacos). Cualquier dolor o ternura en los pechos que persista por todo el ciclo menstrual se debe reportar a un médico.

¿Hay ciertos factores que predispongan a una mujer al cáncer de pecho?

Sí. Los factores de riesgo para el cáncer de pecho incluyen

- Edad de más de 50 años
- Familiares de parte de la madre que tengan cáncer
- No tener niños
- Tener el primer niño después de 30 años de edad
- Tomar píldoras del control de la natalidad por 15 a 20 años
- Comenzar su primer regla de muy jovencita
- Llegar a menopausia tarde

A pesar de todo esto, los factores de riesgo mentados solo aumentan el riesgo un poco. Si tienes cualquiera de estos factores, no quiere decir que no hay esperanza, solo quiere decir que necesitas tener más cuidado. Cerca de 75 por ciento de todos los cánceres de pecho que se encuentran cada año están entre mujeres sin ningunos factores de riesgo.

¿Si una mujer tiene uno o más de estos factores de riesgo, que puede ella hacer para protegerse?

- Necesita examinarse ella misma cada mes, sin falta!
- Necesita hacerse el mamografía cuando está recomendado!
- Necesita ver a su doctor regularmente!

Las mujeres con uno o más de los factores de riesgo deben ser especialmente alertas a los señales de peligro del cáncer de pecho y asegurar que se examinen mensualmente. Estas mujeres deben también tener exámenes del pecho hechos por un profesional de salud más seguido y deben comenzar a tener exámenes más joven.

¿Que debe hacer una mujer que no tiene ningún factor de riesgo?

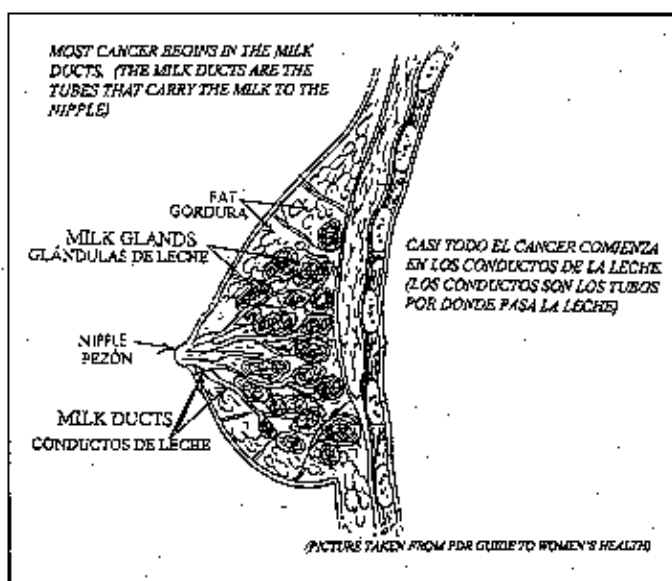
Una mujer que no tiene factores de riesgo de cáncer de pecho debe pedir que su doctor, o enfermera, o técnico del mamografía le enseñe el método de examinarse los pechos mensualmente ella misma. Las mujeres de edad 20 o más deben examinarse sus pechos una vez al mes. El mejor tiempo para que se examine una mujer que todavía tiene su regla es después de su regla cuando no tiene los pechos hinchados o delicados. Las mujeres que han llegado a la menopausia deben examinarse los pechos al mismo tiempo cada mes.

Ahora, se recomienda que una mujer obtenga su primer mamografía dentro la edad de 35 a 40. Este primer mamografía será comparado a los mamografías futuros para saber si hay algún cambio en el pecho.

Entre las edades de 40 y 50 una mujer debe conseguir un mamografía cada dos años. Después de la edad 50 una mujer debe conseguir un mamografía cada año. Una mujer necesita ver a su doctor regularmente para que el doctor le examine los pechos. Cuando la mujer tenga de 20 a 40 años ella debe de ver a su doctor si quiera cada tres años. Cuando la mujer tenga más de 40 años, ella necesita ver a su doctor cada año.

¿Para que sirven los mamografías?

Un mamografía es un cuadro de radiografía del pecho. El mamografía puede encontrar masas, o bolas, antes de que se pueden encontrar con sentir. En algunos



Mamography remains a key to defending against the disease.

Breast cancer is the most common form of cancer among American women. The American Cancer Society, a group of people that study cancer, tell us that 180,000 American women develop breast cancer each year, and 46,000 die of the disease every year. One in every nine women in the United States will develop breast cancer over her lifetime.

What are the symptoms of breast cancer?

Most of the time, there are no symptoms of early breast cancer. After some time passes, the most common sign is a lump or

thickening that does not go away or change with the menstrual cycle. The upper part of the breast closest to the arm is the most common area to find a cancer. Most breast cancer begins in the milk ducts (the tubes that carry the milk to the nipple). Cancer that starts in the glands that make the milk is less common.

All lumps should be checked by a doctor.

Some other signs of breast cancer are swelling, puckering or dimpling in the skin, skin irritation, pain or tenderness in the nipple, discharge from the nipple, and lymph nodes under the armpits that are hard. Any pain or tenderness that stays throughout the menstrual cycle should be reported to a physician.

Are certain women more at risk for getting breast cancer?

Yes. There are some women who have a little higher risk of getting breast cancer than other women. The woman who has more chance of getting breast cancer is a woman who:

- is older than 50
- has a personal family history of breast cancer, especially on her mother's side of the family
- a woman who never gave birth
- a woman who gave birth to the first child after age 30
- a woman who was on birth control pills for more than 15 or 20 years
- a woman who had her first period at an early age
- a woman who had a late menopause.

If you have one of these risk factors, it doesn't mean you're doomed, it just means you have to be more careful. Most women who get breast cancer have none of these risk factors!

If a woman has one or more of these risk factors, what can she do to protect herself?

- Be very, very careful not to miss your self-exams (the breast exams you do on yourself)
- Have mammograms when recommended
- See the doctor regularly

Women with one or more risk factors should be especially alert to the warning signs of breast cancer and make very sure to perform breast self-examination every month. These women should also have breast exams by a health professional more often and start having exams at an earlier age.

What should women with no risk factors do?

They should ask their doctor, nurse or mammography technician to teach them the way to examine their breast every month. Women over age 20 should examine their breasts once a month. The best time for a woman who still menstruates to do a breast self-exam is right after her period when the breast swelling and tenderness is over. Women who are past menopause should perform breast exams at the same time of the month, every month, so that they don't forget.

Right now, it is recommended that a woman get her first mammogram beginning at age 35 to 40. This mammogram will be compared to future mammograms to see if there have been any changes.

Between the ages of 40 and 50 a woman should get a mammogram every two years. After age 50 a woman should get a mammogram every year. A woman should see her doctor for regular breast exams at least every three years between the ages of 20 and 40 and every year over 40.

casos, los mamografías pueden encontrar masas varios años antes de que las masas se puedan encontrar al tentar. Hay dos investigaciones importantes donde se muestra que la detección temprana de cáncer de pecho aumenta la oportunidad de destruir el cáncer.

¿Son seguros los mamografías?

El equipo moderno de mamografías solo expone a mujeres a una cantidad mínima de radiación. Si el lugar donde consigues tu mamografía esta certificado por el Colegio Americano de Radiografía, las máquinas y los empleados tienen estandar de calidad.

¿Cuanto cuesta un mamografía?

Un mamografía cuesta cerca de \$100 a \$150 y es cubierta generalmente por seguro o aseguranza del trabajo. (Si la persona no tiene seguro o aseguranza, hay programas que ayudan a pagar por las mamografías—llame al 1-800-377-9968 para mas información)

¿Que pasa si el doctor encuentra cáncer de pecho?

Habrán un número de estudios diagnósticos hechos en el tumor que se encontró en el pecho. Los estudios son para descubrir que tan avanzado es el cáncer, cuales tratamientos son apropiados y cuales recomendaciones necesita hacer la doctora. El tumor se corta del pecho y también se sacan los nodos de linfáticos del sobaco. La doctora necesita saber que tan grande es el tumor y saber si el

continúa en la próxima página

What good are mammograms?

A mammogram is an x-ray picture of the breast. Mammography can find masses before they can be felt. In some cases, mammograms can find masses several years before they can be felt. This is important because early detection increases the chances of beating cancer.

Are mammograms safe?

Yes. Modern mammography equipment will only expose women to a small amount of radiation. If a mammography facility is accredited by the American College of Radiology, the mammography machines and the facility staff have met special quality standards and tests.

How much does a mammogram cost?

A screening mammogram costs about \$100 to \$150 and is usually covered by insurance. (There are low-cost or free mammograms available for those who have no insurance. Please call 1-800-377-9968 for information.)

What if the doctor finds breast cancer?

The tumor itself will be removed from the breast, and usually the lymph nodes are taken from the armpit area. The tumor will be studied to find out how advanced it is, to find out what treatments are needed, and to make recommendations. The physician needs to know the size of the tumor and whether it has spread to any of the lymph nodes. She will also need to know if the tumor will respond to hormonal therapy and also how aggressive the tumor appears to be.

continued on the next page

Dr. Virginia San Miguel

La Dra. Virginia San Miguel

por Irma Soto/By Irma Soto

En las dos ediciones pasadas, hemos presentado artículos de la Dra. San Miguel. La Dra. San Miguel es una colaboradora muy valiosa para el FARMWORKER NEWS. Quisiéramos contarles mas de ella.

La Dra. San Miguel es una ginecóloga que practica en Victoria, Texas. La Dra. San Miguel es una mujer que ha cumplido muchas metas. Además de ser médica, también es abogada. Dejo se practica de abogacía para cumplir su sueño en la vida de ser médica. La Dra. San Miguel completo sus estudios y su residencia en la Escuela de Medicina de la Universidad de Texas en Galveston, Texas.

La Dra. San Miguel originalmente es de San Angelo, Texas. Esta casada con el amado de su juventud. La Dra. San Miguel y su esposo asistieron a la Universidad de Texas en Austin. Después de graduación, siguieron sus estudios en la Escuela de Abogacía en la Universidad de Texas. Tienen dos hijos. Su esposo practica abogacía en Victoria.

Recién graduados de la escuela de abogacía, la Dra. San Miguel y su esposo Roberto viajaron hacia el Norte para trabajar con la Fundación Legal para Migrantes en Chicago. Después regresaron a Texas para trabajar con los Servicios de Ayuda Legal Rural en el Valle del Sur de Texas y en Lubbock en el oeste de Texas. También trabajaron con el Ayuda Legal de San Angelo.

La Dra. San Miguel ha dedicado la mayoría de su vida luchando por los derechos de los pobres, las mujeres, y los minorías. Conoce bien la situación de los trabajadores campesinos en este país. Desde jovencita, trabajo en los labores durante el verano con su familia. Su familia trabajo en las labores casi diez años. (La Dra. San Miguel cuenta que cuando era demasiada joven para trabajar en la labor, su tarea era de preparar la comida para toda la familia).

La Dra. San Miguel esta muy ocupada con su practica de medicina. Sin embargo, cuando el FARMWORKER NEWS le pidió si pudiera escribir unos cuantos artículos para los trabajadores del campo, respondió, "Seguro que si!"

La Dra. San Miguel escribió su primer artículo sobre el cáncer cervical y la importancia del examen del papanicolau. El segundo artículo fue sobre la menopausia. El artículo que se presenta en esta edición es sobre el cáncer del seno. Sus artículos están llenos de información valiosa para todos nosotros. Nos consideramos dichosos de tener su apoyo y colaboración. Esperamos que disfruten de los artículos de la Dra. San Miguel.

In the past two issues we have presented articles by Dr. San Miguel. Dr. San Miguel is a valuable contributor to the FARMWORKER NEWS. We would like you to know more about her.

Dr. San Miguel is a gynecologist practicing in Victoria, Texas. Dr. San Miguel is a woman of many accomplishments. In addition to being a doctor, she is also an attorney. She left the practice of law to pursue a lifelong dream to be a doctor. Dr. San Miguel attended the University of Texas Medical School in Galveston, Texas (UTMB) and also completed her residency at UTMB.

Dr. San Miguel is originally from San Angelo, Texas. She is married to her high school sweetheart. They both attended undergraduate school at the University of Texas in Austin. They both went on to attend the University of Texas Law School. They have two sons. Dr. San Miguel's husband practices law in Victoria.

When Dr. San Miguel and her husband, Roberto, were fresh out of law school, they traveled north and worked for Chicago Migrant Legal Foundation. They then returned to Texas and worked for Rural Legal Aid Services in the Valley in south Texas and in Lubbock in west Texas. They also worked for legal aid in San Angelo.

Dr. San Miguel has spent much of her life involved in advocating for the rights of the poor, women and minorities. She is very familiar with the situation of the farmworkers in this country. When she was a young girl she worked in the fields with her family in the summer. Her family did farmwork in the summers for about ten years from the time Dr. San Miguel was about 6 years old. (Dr. San Miguel reports that when she was too young to work in the fields it was her job to prepare dinner for the family.)

Dr. San Miguel is very busy with her medical practice. Even so, when the FARMWORKER NEWS asked Dr. San Miguel to write articles which might help farmworkers lead healthier lives, she, without hesitation, agreed to do so.

Dr. San Miguel wrote her first article about cervical cancer and the importance of the pap test. Her second article was on menopause. The article in this issue is on breast cancer. Her articles are full of valuable information for all of us. We consider ourselves lucky to have her contributions. We hope you enjoy Dr. San Miguel's column and find it helpful.

The National Hotline for Migrant Families
Número Nacional para Familias Migrantes



1-800-234-8848



CALL FOR HEALTH

America's Voice for Farmworker Health —
A Free Phone Call Away.

Una Voz Para la Salud
Con Solo Llamar... y es Gratis

Información de Servicios de Salud
para los Trabajadores del Campo

Information on Health Services for Farmworkers
8:00 a.m.—5:30 p.m. Hora del Centro/Central Time

1-800-377-9968

cáncer también está en los nodos de linfa bajo del sobaco (arca). También se hace un análisis del tumor para saber que tan agresivo es el tumor y también para saber si el tumor se puede tratar con terapia de hormonas.

¿Cuáles son las opciones de tratamiento?

Hay dos decisiones principales que se pueden hacer. Para saber que se necesita hacer hay que preguntar si la mujer está en riesgo que el tumor puede salir fuera del pecho al resto del cuerpo. Si tiene este riesgo entonces quizás se necesite terapia por toda el sistema. Esto se puede hacer con la quimioterapia y/o la terapia hormonal. La quimioterapia se utiliza más con mujeres que todavía no llegan a la menopausia, y la terapia hormonal se utiliza más con las mujeres que ya pasaron la menopausia.

La segunda decisión que se puede hacer es tratar solo el pecho localmente. Si el doctor solo quita el tumor canceroso del pecho y no hace nada más localmente, hay por lo menos 40 por ciento oportunidad que el tumor va crecer de nuevo en ese pecho. En tratando solo el pecho localmente se puede usar dos maneras de tratamiento. Una manera es el mastectomía. El mastectomía es una operación en cual se quita todo el pecho que tiene el tumor. La otra manera es quitar solo el tumor (lumpectomía) y dar radiación en el pecho donde se encontró el tumor. En las investigaciones que se han hecho por todo el mundo, mastectomía y lumpectomía con radiación tienen resultados iguales. Pero cada mujer es diferente y por eso la decisión que tiene que hacer la mujer que tiene cáncer del seno—tener un mastectomía o preservar el pecho con tratamiento de radiación—la debe de hacer en consulta con sus doctores.

¿Cuales son las ocasiones en que se destruye el cáncer con tratamiento?

Según la Sociedad Americana del Cáncer, hay una buena oportunidad que alguien sobreviva si el cáncer no llegó a los nodos de linfa. Si el cáncer ha llegado a los nodos de linfa, la oportunidad de sobrevivir es menos. Es mucho más bueno si se encuentra el cáncer más temprano antes que llegue a los nodos de linfa.

What are the treatment options?

There are two main lines of action. In one, the doctor must ask whether the patient is at risk for the tumor to spread outside the breast to the rest of the body. If the answer is yes, then therapy of the whole system, not just the breast, might be better. This can be done through chemotherapy and/or hormonal therapy.

Chemotherapy is used more often with premenopausal women, and hormonal therapy is more often used with postmenopausal women.

The other decision that can be made is to treat the breast locally. If the doctor simply removes the cancerous lump from the breast and does nothing else locally, there is a good chance that the tumor will regrow within the breast. For that reason, more has to be done. There are two treatments that can be used in treating the breast only. Mastectomy, which is removing the entire breast is one treatment. The other treatment is to take only the tumor out (lumpectomy), leave the breast and treat it with radiation. Studies seem to show that both mastectomy and lumpectomy with radiation have the same results. Every woman is different and it is important for her to choose the best treatment with the advice of her surgeon and a radiation oncologist (a doctor who specializes in the study of tumors).

What are the chances of beating the disease through treatment?

According to the American Cancer Society, the survival rate for breast cancer is good if the cancer has not spread to the lymph nodes. If the cancer has spread to the lymph nodes, then chance of survival is not as good. Finding the cancer early leaves you with the most choices and the best chance of survival.

Footnotes

- The Harvard Women's Health Watch, August 1995
- Diet and Breast Cancer OncoLink, University of Pennsylvania
- Introduction to Breast Cancer, CancerNet from the National Cancer Institute
- Probing the Genetic Basis for Breast Cancer

La Familia Chavez

Brought to you by CALL FOR HEALTH — 1-800-377-9968

Illustrations by Inés Barillo



Mama: "Leandro, I feel so bad!"
Leandro: "What's wrong? You look sick."



Mama: "I feel so tired and I'm always so thirsty and have a headache."
Leandro: "Well, call the number that helps you make appointments with a doctor."



Mama: "I need an appointment because I feel so sick but I don't have insurance."
Call For Health worker: "Even if you have no insurance, I can make an appointment for you at the migrant clinic."



Mama: "Leandro, I have an appointment for tomorrow with the doctor."
Leandro: "Thank goodness. I hope it is nothing serious."

**Gain/Earn
\$50.00**

...Por sus cuentos, dibujos, frases, poemas, etc. que se publiquen en su *Farmworker News*. Llámenos para más información.

...For your stories, drawings, quotes, poems, etc. that are published in your *Farmworker News*. Call us for more information!

1-800-377-9968

NATIONAL CENTER FOR FARMWORKER HEALTH, INC.

Farmworker News is published by the National Center for Farmworker Health, Inc., 1515 Capital of Texas Highway South, Suite 220, Austin, TX 78746; (512) 328-7682. The opinions expressed herein do not necessarily reflect the position or policy of NCFH, BPHC, HRSA, HETCAT, NIOSH, or any agency of the federal government. NCFH is pleased to provide *Farmworker News* at no charge to our readers throughout the country, and we encourage readers to submit articles and comments for review or publication.

Barbara H. Garrison, FNP-C President, NCFH Board of Directors
E. Roberta Ryder Executive Director
Irma Soto Editor

This publication was made possible through funding from the Bureau of Primary Health Care, Migrant Health Branch, and the Office of Rural Health Policy of the Health Resources & Services Administration of the U.S. Department of Health and Human Services (DHHS); Health Education Training Center Alliance of Texas; and N.I.O.S.H., Centers for Disease Control and Prevention, DHHS.

The Call for Health Farmworker News has been distributed with the cooperation and help of:

We encourage reproduction and distribution of this newsletter.
Please feel free to make additional copies!