



Early Summer/
Comienzo de Verano 1999

FARMWORKER NEWS

Noticias Para los Trabajadores del Campo

4431

A Call for Health
Publication

Sun is good for us but too much sun is not!
El sol es bueno para nosotros,
pero en exceso es malo!

Por Irma Soto/By Irma Soto

¡Al fin llegó el verano! Los días son más largos, el sol más caloroso, los cultivos crecen y hay bastante trabajo. De California a Florida, de Texas a Dakota del Norte (North Dakota), los tomates, chiles, toronjas, naranjas y muchas otras frutas y verduras pronto estarán listas para la cosecha.

El verano es una buena temporada para nuestros lectores. El sol ayuda a las cosechas que crezcan saludable y abundante, y cosechas abundantes quieren decir bastante trabajo en el campo. El sol también ayuda a la gente que crezcan sanos. El sol nos da vitamina D, una vitamina muy importante para nuestra salud. Sin vitamina D no tendríamos huesos saludables y fuertes. Algunos científicos también creen que la vitamina D reduce el riesgo de enfermarse de ciertos tipos de cáncer. Los humanos, así como las plantas, recibimos beneficios del sol. Pero, demasiado sol no tiene beneficios para nadie.



Ustedes, nuestros lectores, están en el campo todos los días durante la temporada más caliente del año. Mientras están plantando o cosechando, ustedes sienten el calor del sol desde el amanecer hasta el atardecer, día tras día. Los trabajadores del campo tienen que trabajar durante varias horas sin agua y sin una sombra que los refresque. Mientras más largo sea tu día de trabajo, más dinero ganarás. Sin embargo, tantas horas bajo el sol pueden causar problemas de salud. Se ha reportado que el trabajo en el campo causa más enfermedades relacionadas con el calor, que el trabajo en construcción o en minería. Esto quiere decir que los trabajadores del campo que trabajan de esta manera, necesitan hacer planes especiales para cada día, con el objeto de evitar enfermedades producidas por el calor o enfermedades de la piel causadas por el sol. Nos gustaría ofrecer algunas sugerencias para los lectores de FARMWORKER NEWS:

- Deja que tu cuerpo se acostumbre al calor poco a poco. Si puedes, al principio del verano, sal al sol por pocas horas cada día, antes de que empieces a trabajar en el campo.
- Cuando estés trabajando en el campo, toma mucha agua. Cuando está muy caluroso, trata de tomar de 2 a 4 vasos de agua por hora (más de un galón por día!). La ley obliga a las granjas que contratan a más de 11 trabajadores, a tener siempre agua potable para que sus trabajadores la tomen.
- Usa un sombrero que te haga sombra en la cara. Así te ayudas a que no se te quemee la piel de la cara y a mantener tu cabeza más fresca.
- Usa ropa de color claro (el blanco está bien), delgada, suelta y que sea de manga larga. La ropa de color claro refleja el calor, no lo absorbe como los colores oscuros. La ropa suelta permite que circule el aire entre la ropa y le dé frescura a tu piel.
- Usa una crema con filtro solar en tu cara, brazos y piernas. El filtro solar detiene parte de los rayos de sol para que no lleguen a la piel y te causen quemaduras.
- Si hay alguna sombra cerca, trata de tomar descansos cortos, pero frecuentes, para que tu cuerpo se refresque un poco.
- Trata de hacer el trabajo más pesado temprano en la mañana, cuando todavía no está muy caliente. Deja el trabajo menos pesado para el medio día, cuando hace más calor.
- Trata de no tomar nada de café o alcohol cuando estás trabajando en el campo. El alcohol y la cafeína deshidratan tu cuerpo, es decir, hacen que pierdas humedad. El agua y las bebidas de los deportistas (como el Gatorade) ayudan a que tu cuerpo retenga sus líquidos. Esto es importante porque cuando se reseca el cuerpo demasiado es cuando una persona se enferma gravemente.
- En los campos donde ha llovido mucho, hay mucha humedad en el aire, y esto hace que tu cuerpo batale más para refrescarse. Trata de trabajar con calma en los campos donde hay mucha humedad.
- Si estás bajo el sol por mucho tiempo, y sin suficiente agua, puedes sufrir de insolación o de agotamiento por calor. Si tú o alguno de tus compañeros tienen cualquiera de los siguientes problemas necesitas ayuda pronto!
 - Muy alta temperatura
 - Piel colorada, caliente o seca
 - Dolor de cabeza punzante
 - Te sientes mareado o confundido
 - Tú o alguien actúa de manera extraña
 - Tienes el pulso acelerado

Summer is finally here! The days are longer, the sun is warmer, the crops are growing and work is good. From California to Florida, from Texas to North Dakota tomatoes, peppers, grapefruits, oranges and many other vegetables and fruits will soon be ready for harvesting.

Summer is a good time for our readers. The sun helps grow healthy crops and healthy crops mean plenty of farmwork. The sun also helps grow healthy people. From the sun we get vitamin D, a vitamin important for our health. Without vitamin D we would not have healthy, strong bones. Some scientists also feel that vitamin D helps reduce the risk of certain types of cancers. Both plants and humans benefit from the sun. However, we do not benefit from too much sun.

You, our readers, are in the fields every day during the hottest times of the year. While planting and harvesting you feel the heat of the sun from sunrise to sunset day after day. For hours at a time farmworkers work without water and away from cool shade. The longer your workday the more money you make. Sadly, though, the long hours in the sun sometimes cause health problems. It is reported that work in agriculture leads to more heat related illnesses than construction or mining. For agricultural workers working in the sun in this way means that special plans are needed every workday to avoid heat illnesses or damage to the skin. Here are a few suggestions: the FARMWORKER NEWS would like to offer our readers so that you don't get sick from too much sun:

- Get your body used to the heat a little bit at a time. If you can, stay outside in the sun for a few hours at a time in the beginning of summer, before you start working in the fields.
- 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.
- Wear a hat that shades your face. This will help keep your skin from burning and will keep your head cooler.
- 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.
- Use sunscreen lotion on your face, arms and legs. The lotion stops some of the harmful sunlight from reaching your skin and causing sunburn.
- If there is shade nearby, try to take a short break in the shade frequently so your body can cool down.
- 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.
- 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.
- Heat exhaustion or heat stroke can be caused by being outside in the sun without water for long periods of time. If you or another worker have any of the following problems you need help fast!
 - a very high body temperature
 - red, hot and dry skin
 - throbbing headache
 - feeling dizzy or confused
 - having a fast pulse
 - breathing fast

- Respiras agitadoamente
- No puedes hablar sin arrastrar las palabras
- Te desmayas

¡Necesitas ayuda inmediata! Puedes estar sufriendo de insolación. La insolación es una enfermedad seria. La temperatura de una víctima de insolación puede llegar hasta 106 grados! Hay gente que ha muerto o ha sufrido daños cerebrales a causa de una insolación. Si alguien está sufriendo de insolación, lleva a esa persona a un lugar con sombra. Haz que tome agua. Procura darle fresco para que le baje la temperatura. Llévalo con un doctor tan pronto como sea posible.

Si necesitas ayuda para localizar una clínica, por favor llama a Call for Help al 1-800-377-9968.

Para obtener información adicional sobre la prevención y la identificación de los signos o síntomas que indican enfermedades relacionadas con el calor entre los trabajadores del campo, puedes llamar a la Biblioteca y Centro de Información del NCFH al 1-800-531-5120.



- feeling nauseated
- acting in a strange way
- unable to talk without slurring the words
- passing out

You 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. Cool the person down. Give them water to drink. Get them to a doctor as soon as possible.

If you need help finding a clinic, please call Call for Health at 1-800-377-9968.

To get more information related to the prevention and identification of the warning signs of heat-related illnesses for farmworkers, contact NCFH's Library and Resource Center at (800) 531-5120.



Keeping Your Mouth and Teeth Healthy

Cómo Mantener Sanos Tus Dientes y Tu Boca

Por Nana Lopez, DDS, MPH/By Nana Lopez, DDS, MPH

¿Así que te vas de viaje a los trabajos? Tal vez quieras asegurarte que no vas a tener problemas con tus dientes mientras estás de viaje. No hay nada peor que tú o tus niños tengan un dolor de muelas durante el viaje.

Revisión dental — Un Dentista te debe revisar los dientes y las encías por lo menos una vez al año. Después de la revisión, el Dentista te dirá el estado general de tus dientes, de tus encías y del resto de tu boca.

Aprende la forma correcta de lavarte los dientes y cuidar tus encías — Tú y tus niños deben cepillarse los dientes con una pasta que tenga fluoruro y limpiarse entre los dientes con hilo dental, todos los días. Si crees que no sabes usar correctamente el cepillo y el hilo dental, tu Dentista o su ayudante te pueden enseñar a tí y a tus niños.

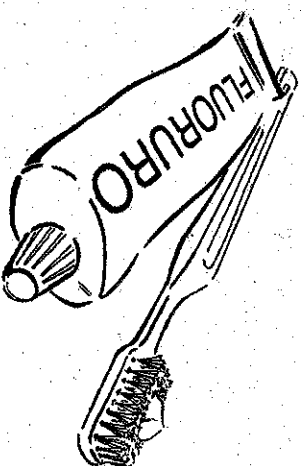
Limpieza de dientes y de encías — Necesitas que un Dentista te haga una limpieza profesional de dientes y encías por lo menos una vez al año, para prevenir enfermedades en tus encías. Durante la limpieza que te hace el Dentista o su ayudante, te quita el sarro y otras impurezas de los dientes, lo que ayuda a que tus encías se mantengan sanas.

Componte tus dientes — Cuando las muelas empiezan a tener caries, puede ser que tú no sientas ninguna molestia. Cuando las picaduras por caries están empezando, el Dentista te tapa las picaduras, y así tus dientes te deben durar mas tiempo. Si te duele un diente o una muela, es porque la picadura ya creció mucho más grande. Las picaduras pequeñas se hacen más grandes si no te las curas a tiempo, y pueden provocar infecciones graves. Un diente infectado duele mucho y puede hacer que no puedas dormir del dolor y que no vayas a trabajar o a la escuela, si eres estudiante. Cuando esto pasa, cuesta mucho más dinero curarse, y a veces es demasiado tarde y ya no se puede curar. Los dientes en muy mal estado pueden hacerte más daño, por eso el Dentista te los tiene que quitar.

Casos especiales — Algunas personas necesitan ver al Dentista con más frecuencia que otras. Aquí aparece una lista de personas que necesitan ir al Dentista por lo menos cada seis meses:

- Niños que ya tienen un año de edad y siguen usando biberón.
- Niños entre 6 y 7 años que no se les ha dado un tratamiento de "sealants" (un tratamiento que cubre las muelas con protección contra el caries. Es diferente que el flour.)
- Niños entre 12 y 13 años que no han recibido tratamiento de "sealants".
- Mujeres embarazadas.
- Personas que tienen diabetes.
- Personas enfermas del corazón.

Cuando quieras hacer una cita con el Dentista para tí o para tus niños, nosotros te podemos ayudar a encontrar un Dentista, y en algunos casos te podemos ayudar a pagar las consultas. Llama a Call for Health al 1-800-377-9968 de 8:00a.m. a 4:30p.m., hora del Centro.



So you might be traveling for awhile? Before you go you may want to make sure you don't have dental problems while you are away. There is nothing worse than a toothache for you or your child while on the road.

Get a dental check up — You should have your teeth and gums checked at least once every year. Your dentist can do a check up and tell you how your teeth, gums and the rest of your mouth are doing.

Learn the right way to clean your teeth and gums — You and your children should be brushing with a fluoride toothpaste and flossing between your teeth every day and if you feel you don't know how your dentist, dental hygienist or health educator can show you how.

Get your teeth and gums cleaned — You should also get your teeth cleaned at the dentist office at least once a year to make sure you don't get gum disease. The cleaning that your dentist or dental hygienist does for you gets the tartar off of your teeth and helps your gums stay healthy.

Get your teeth fixed — Cavities can start and you may not feel anything. When your cavities are small a dentist can place a simple filling and then the tooth should last much longer. When teeth begin to hurt then the cavity has grown bigger. Small cavities grow if you don't get them fixed and can turn into bad infections. When a tooth gets an infection it really hurts and can keep you up at night and keep you from working or learning, if you are in school. When this happens it costs a lot more money to fix and sometimes it can't be fixed. Real bad teeth should be taken out before they cause you problems.

Special people — It is important that some people see a dentist more often than others. Here is a list of people who really need to see a dentist now if they haven't in the last 6 months:

- Children who are one year old and are still using the bottle
 - Children who are 6 or 7 years old and have not had sealants placed on their teeth
 - Children who are 12 or 13 years old and have not had sealants placed on their teeth
 - Pregnant women
 - People who have diabetes
 - People who have heart disease
- When you are ready to make an appointment for you or your children with a dentist call Call for Health and we will help you find a dentist. In some cases we can help you pay for your visits to the dentist. You can reach Call for Health by dialing 1-800-377-9968 from 8:00 a.m. to 4:30 p.m. central time.



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.-4:30 p.m. Hora del Centro/Central Time

1-800-377-9968

Testicular Cancer Cáncer Testicular

por Irma Soto, Editor* /By Irma Soto, Editor*

El cáncer en los testículos, o cáncer testicular, se encuentra en uno o en los dos testículos. Los testículos son parte del sistema reproductivo del hombre. Son los dos órganos redondos que se encuentran en la bolsa de piel, debajo del pene. Dentro de los testículos se producen las hormonas masculinas, como la testosterona. También se forman los espermatozoides, las células necesarias para que haya un embarazo. Hay varios tipos de células dentro de los testículos. Se pueden desarrollar varios tipos de cáncer, dependiendo de la célula.

La Sociedad Americana del Cáncer (The American Cancer Society) estima que en 1999 se diagnosticarán como 7,400 nuevos casos de cáncer testicular en los Estados Unidos. Cerca de 300 hombres van a morir de cáncer testicular durante 1999. La mayoría de casos de cáncer testicular se encuentra en hombres entre 15 y 40 años. También se puede presentar en hombres mas viejos y en niños chicos.

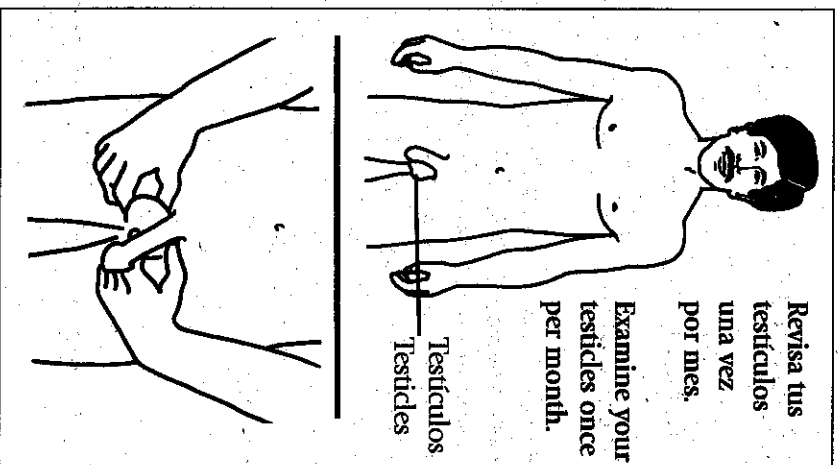
Hay algunas condiciones que aumentan la probabilidad de que un hombre pueda desarrollar cáncer testicular. Algunas de estas condiciones son — tener un testículo que no haya bajado, tener historia de cáncer testicular en la familia, trabajador en ciertas ocupaciones (como ser minero o Angloamericano)(el cáncer testicular se encuentra más seguido entre los Angloamericanos que entre los Afroamericanos, los Hispánicos o los Asiáticos). Los hombres entre la edad de 15 años a 34 años se deben revisar una vez al mes, para buscar cambios en sus testículos. Se deben revisar en la siguiente manera:

- Revisa tus testículos después de bañarte con agua caliente
- Con tus dedos busque bolas duras o cualquier otra irregularidad dentro de tus testículos.
- Si te encuentras algo, ve con el Doctor. Es probable que no sea nada serio, pero sólo el Doctor puede saber si es cáncer.

El primer signo de cáncer testicular es que esté hinchado uno de los testículos. Puede ser que no haya dolor, pero con frecuencia hay una molestia constante en la parte baja del abdomen y en la ingle, junto con una sensación de pesadez.

Si hallas que tienes cambios en tus testículos, llama al Call for Health, al 1-800-377-9968. Aquí te ayudamos hallar una clínica que te mire por bajo costo. También en ciertos casos nosotros podemos ayudarte a pagar por una visita con el medico.

*La información en este artículo es información que se encuentra en las publicaciones de la Sociedad Americana de Cáncer.



Cáncer de los testículos, o testicular cancer, is cancer that is found in one or both testicles. The testicles are part of a man's reproductive system. They are the two, round organs found inside the sac of skin that is below the penis. Inside the testicles are made the male hormones, like testosterone. Inside the testicles is also made the sperm, the cells needed to conceive a baby. There are several types of cells inside the testicles. Different types of cancers can develop depending on the cell.

The American Cancer Society estimates that in 1999 about 7,400 new cases of testicular cancer will be diagnosed in the United States. About 300 men will die of testicular cancer in 1999. Most testicular cancer is found in men between the ages of 15 and 40. Even so, sometimes older men and young infants can have it.

There are certain things that will increase the chance that a man will develop testicular cancer. Some of these things are having a testicle that hasn't descended, family history of testicular cancer, certain occupations (such as miners, oil and gas workers), race and ethnicity (the risk of testicular cancer is higher among white Americans than it is among African-American, Hispanic, or Asian-American men).

Every man between the age of 15 and 34 must check himself once a month for changes in his testicles. Here is how:

- Check your testicles after a warm bath or shower.
- Roll each testicle between thumb and finger. Feel for hard lumps or bumps.
- If you find a change see your doctor. It may not be anything serious but only a doctor can tell you what it is.

The first sign of testicular cancer is usually a slight enlargement of one of the testicles. There may not be pain but there is often a dull ache in the lower abdomen and groin, together with a sensation of dragging and heaviness.

If you find that you have a change in your testicles, call Call for Health, at 1-800-377-9968. At Call for Health we will help you find a clinic that will see you at a low cost. Sometimes we can also help pay for the check-up and other services.

*Information used for this article was taken from American Cancer Society publications.

Mario's story La historia de Mario

por Mario Ramos*/by Mario Ramos*

Era el 20 de Noviembre, 1998, (mi cumpleaños) cuando estaba yo en la casa de un amigo celebrando mi cumpleaños.

Estábamos tomando unas cervezas y vino pero no estaba tomando demasiado. Todos mis amigos se estaban divirtiendo. A las 10:30 p.m. yo y mi amigo Ricky decidamos irnos a mi casa porque era ya tarde para el. Yo iba en su bicicleta y me pegué en mi testículo izquierdo. Desde ese día mi testículo comenzó a crecer. Los días pasaron. En febrero 16, 1999, fui al hospital al cuarto de emergencia. Me sacaron sangre y también radiografías. Yo estaba bastante asustado porque el doctor me dijo que me tenía que cortar mi testículo. Comencé a llorar bastante. Un amigo me llamó y me dijo que todo iba estar bien, que no me preocupara. El doctor me dijo que tenía cáncer y yo le pregunte si era peligroso y el dijo que siiiii!!! Comencé a preocuparme bastante y así pasé los días.

Ahora estoy bien. Tengo muchos amigos que se preocupan por mi. Ahora voy con el doctor para tomar chemo (quimioterapia). Así, que ustedes que leen este artículo, cuidensen y pónganle atención a sus padres, ellos los aman.

Si ustedes necesitan hablar con alguien, llámenme al (520) 627-4034 y pidan a Mario Ramos, siempre estoy aquí. Ahora, tengo que irme, recuerden que Dios los ama y ojalá que Dios los bendiga.

Su amigo, Mario Ramos

*Mario es hijo de un trabajador de agrícola. Su mamá nos llamó para pedimos ayuda cuando a Mario le encontraron cáncer del testículo. Mario tiene 18 años. Ahorita está recibiendo tratamiento de quimioterapia y esperamos que Mario va quedar sano y va vivir una vida larga y saludable.

Si ustedes describen que su testículo esta creciendo o tienen dolor en un testículo o se siente el testículo pesado, llámenos y les ayudamos hallar una clínica que los examinen. Llámen al 1-800-377-9968, Call for Health, aquí hablamos español.

It was Nov. 20, 1998 (my birthday) when I was at my friend's party. We were having fun.

We were drinking beer and wine coolers but I didn't get drunk. All of my friends were drinking. Around 10:30 p.m. my friend Ricky and I decided to go to my house 'cause it was late for my friend. I was riding his bike when I hurt my left testicle (testicle). From that day my testicle started to grow. The days passed. In Feb. 16, 1999 I went to the hospital emergency room. They took some blood out and they took some x-rays, too.

I was scared because the doc told me that he needed to remove my left testicle. I started to cry. One of my friends called me and he told that everything would be alright. The doc was talking to me and he told me that I had cancer. I asked him if my cancer was dangerous and he told me yesssssss! So I started to worry about it.

The days passed and now I'm alright. I have a lot of friends and they care about me. And now I go to the doc to take my chemo. So, people out there, take care and listen to your parents, they love you. Alright!!!!

If you need some one to talk to, you can call me at (520) 627-4034, ask for Mario Ramos. I will always be there. Well, I need to go now. Remember that God loves you and God Bless you.

Your friend, Mario Ramos

*Mario Ramos is the son of a farmworker. His mother called us to ask for help when it was discovered that Mario had testicular cancer. Mario is 18 years old. He is receiving chemotherapy and we expect that Mario is going to be okay and will have a long and healthy life.

If you find that one of your testicles is growing larger, that it hurts or that it feels heavy, please call us and we will help you find a clinic that will examine you. Call 1-800-377-9968, Call for Health. We speak Spanish and we can help you.

1-800-858-PEST or 1-800-858-7378

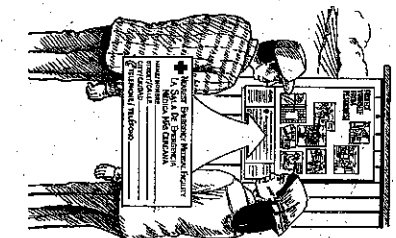
Te puede contestar tus preguntas sobre insecticidas y pesticidas/Can Answer Your Pesticide Questions

por Ronald Jackson, EPA/by Ronald Jackson, EPA

"Mi hijo comió frutas de un campo que ayer fue tratado con pesticidas (fumigado). Hoy tiene salpullido. ¿Cómo puedo saber si la pesticida lo intoxicó? ¿Si fue intoxicado, qué hago?"

"Estoy embarazada y la semana próxima van a fumigar las casas en el campamento. Qué puedo hacer para proteger a mi bebé?"

Estas preguntas pueden ser difíciles, especialmente cuando la persona que las hace está asustada, tiene miedo o le falta información. Pero, éste es el tipo de preguntas que te puede contestar la Telecomunicaciones Nacional Sobre Pesticidas (National Pesticide Telecommunications Network (NPTN-1-800-858-PEST)).



"My son has eaten some berries from a field that was treated with pesticides yesterday. Now, he has a rash. How can I tell if he has pesticide poisoning? If he does, what should I do?"

"I'm pregnant and they will exterminate the houses at the camp next week. What should I do to protect the baby I carry?"

These questions can be tough, especially when the person asking is frightened, confused or misinformed. Yet, these are exactly the kinds of questions that the National Pesticide Telecommunications Network (NPTN-1-800-858-PEST) can answer.

NPTN, establecida en la Universidad de Oregon, es el lugar mas responsable para obtener la información mas completa sobre insecticidas y pesticidas. En realidad, es la única organización que se especializa en insecticidas y pesticidas. Este servicio gratis, por teléfono, ayuda con darte diferentes clases de información sobre pesticidas e insecticidas a cualquier persona en los Estados Unidos, Puerto Rico y las Islas Virgenes.

El número 1-800-858-7378 contesta preguntas que hacen los trabajadores del campo, los profesionistas y cualquier persona que necesite información, todos los días (lunes a Domingo), de 6:30 a.m. a 4:30 p.m., tiempo del Pacífico. Los empleados son profesionales en pesticidas y además están entrenados para:

1. Comprender y para interpretar preguntas acerca de las pesticidas, en relación con la salud humana y el medio ambiente.
2. Aclarar la información que se encuentra en los envases de los pesticidas.
3. Dar información general sobre las leyes y reglamentos para el uso de pesticidas en los Estados Unidos.
4. Recomendar pruebas de laboratorio, investigar accidentes donde hubo daños ocasionados por pesticidas, y para recomendar tratamientos médicos de emergencia.
5. Hablar con médicos privados y ayudarles a recomendar el tratamiento más efectivo para casos de intoxicación con pesticidas.
6. Dar información sobre las prácticas de seguridad para las personas que aplican las pesticidas, y para los trabajadores del campo.

Campesinos, si necesitan cualquier información sobre insecticidas o pesticidas, recuerden llamar — 1-800-858-7378 o al 1-800-858-PEST



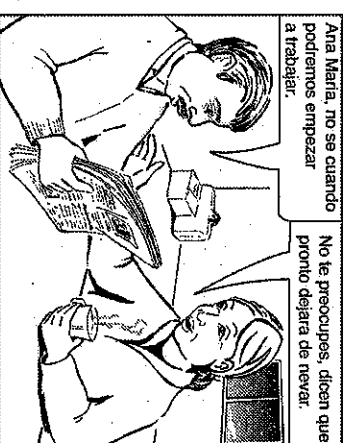
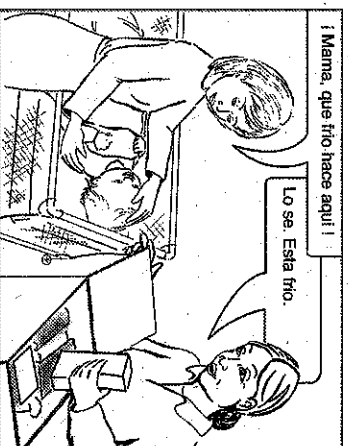
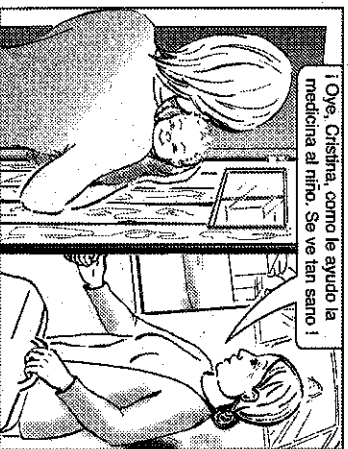
Readers, if you need information about pesticides remember to call
1-800-858-7378 or 1-800-858-PEST



La Familia Chavez

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

La Familia Chavez acaba de llegar al norte para comenzar sus trabajos.



Illustrations by Inés Batlló

La Familia Chavez has completed their journey north to work in the fields.

Mama: "Christina, that medicine really helped the baby. He looks so healthy now."

Mama: "It took us so long to get here. This place is so far!"

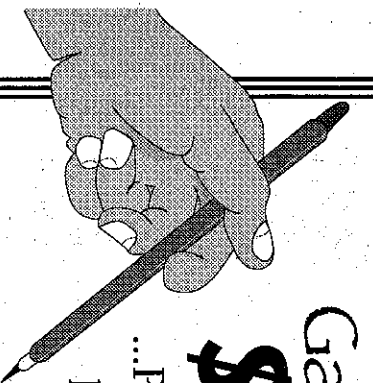
Papa: "We've never worked in Nebraska before."

Cristina: "Mama, it's so cold in this place!"

Mama: "I know. It is cold!"

Papa: "Ana Maria, we're not going to be able to work with this weather."

Mama: "Well, we'll just have to be patient and wait for the weather to get better."



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., 1770 FM 967, Buda, TX 78610, (512) 312-2700. The opinions expressed herein do not necessarily reflect the position or policy of NCFH, BPHC, HRSA, HERTCAT, 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.

Anne K. Nolon President, NCFH Board of Directors
E. Roberta Ryder Chief Executive Officer
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 National Institute of Occupational Safety and Health, 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!