



Late Summer/
Agosto 1999

FARMWORKER NEWS

A Call for Health
Publication

4432

Noticias Para los Trabajadores del Campo

Childhood Asthma Asma Infantil

Por Irma Soto/By Irma Soto

En los días que se aplican pesticidas en los campos, ¿nota usted que su niño tiene problemas para respirar? Cuando usted viaja a otros campos con climas más fríos o más húmedos, ¿su niño tiene el pecho congestionado y tiene dificultad para respirar en la noche? Cuando su niño está en la escuela, ¿le llama la enfermera frecuentemente para decirle que su niño tiene ataques de tos, porque jugó afuera? Cuando respira, ¿su niña hace ruidos como pillidos o gorgoteos? Si su niño tiene ataques de tos frecuentes, respira haciendo ruidos, o no puede respirar normalmente, su niño puede tener asma.

El asma es una enfermedad que normalmente empieza en la niñez, antes de los tres años de edad. Cuando se tiene un ataque de asma, los pequeños tubitos que llevan aire a los pulmones se aprietan y se hacen más chicos. Estos tubos se pueden llenar de mucosa, también. Cuando se tapan o bloquean, sólo una pequeña cantidad de aire puede pasar a través de ellos. El niño que tiene asma no recibe suficiente aire y tiene dificultad para respirar.

Algunas veces, el Doctor no puede diagnosticar que el niño tiene asma. El Doctor puede pensar que el niño tiene una infección en los pulmones. Para que el Doctor pueda confirmar si el niño tiene asma, necesita examinarlo y hacerle algunas pruebas. Si usted puede decir al Doctor todo acerca de los ataques de su niño, le ayuda mucho.

Algunas cosas que pueden iniciar un ataque de asma son:

1. Estar cerca de ciertas plantas, animales, productos químicos, o comer ciertas cosas.
2. Una infección, como una infección en la garganta, puede iniciar un ataque de asma.
3. En algunos niños, hacer mucho ejercicio, algunas veces puede provocar un ataque.
4. Las cosas en el aire también pueden provocar un ataque, como el humo del cigarro, el polvo, el escape de los carros, la tierra en el aire, o los productos químicos.
5. A veces, la tensión (como estar nervioso o tener miedo) puede causar un ataque.
6. El reflujo (cuando usted repite sus jugos digestivos después de comer, como agruras) puede provocar un ataque de asma, especialmente en adultos.

Nosotros sabemos que muchos trabajadores del campo tienen que llevar a sus niños cada vez que emigran. Los niños migrantes que viajan con sus padres están cerca de muchas cosas que pueden hacer que sus ataques de asma sean más fuertes. Los niños migrantes están cerca de los pesticidas con mayor frecuencia que los otros niños. Los niños migrantes viven en casa muy deterioradas, que les dan en los campos donde trabajan sus padres. Los niños migrantes viven y juegan en campos donde frecuentemente hay mucha humedad, o está muy frío o muy caliente. Todas estas condiciones pueden hacer que los ataques de asma sean más severos.

Se cree que los pesticidas son particularmente malos para los niños. Los científicos reportan que ahora hay más niños enfermos de asma que en el pasado. Los científicos creen que la contaminación que está aumentando, incluyendo los pesticidas y otros productos químicos en el aire, son la causa de que haya más niños que tienen asma. Los niños de los trabajadores migrantes del campo, respiran los pesticidas que se aplican a los cultivos. Estos pesticidas entran en las casas por el viento, o entran en la ropa y zapatos de los trabajadores del campo. También, cuando a los niños migrantes se les permite trabajar para ayudar a sus familias, ellos entran en contacto con los pesticidas. Un estudio encontró que casi la mitad de los niños migrantes habían trabajado en campos donde los pesticidas aún estaban húmedos y eran peligrosos.

El asma es serio. Los niños se asustan cuando no pueden respirar. Los hospitales reportan que el asma es la causa principal de que la gente vaya a la sala de emergencia. Cuando no es atendido, el asma es tan serio que puede matar.

No hay forma de hacer que el asma se cure para siempre. Hay medicinas que los niños pueden tomar para que les ayude a detener un ataque. También, si usted descubre qué es lo que casi siempre causa que su hijo tenga un ataque de asma, usted puede tratar de mantener a su hijo alejado de esa causa. Por ejemplo, si usted nota que su hijo tiene un ataque cada vez que está cerca del gato, entonces usted debe deshacerse del gato.

Para las familias de los trabajadores del campo es difícil controlar lo que las rodea. Usted no puede controlar dónde va a estar viviendo cuando usted emigre a su próximo trabajo. Usted no puede controlar el momento en que se apliquen los pesticidas. De todas maneras, no se dé por vencido. Si su niño tiene asma, usted puede tratar de controlar el área donde su niño come, duerme, y juega. Mantenga esa área tan limpia como pueda, sin polvo, sin químicos, ni desorden, ni animales, o montones de ropa. Trate de mantener los pesticidas fuera de la casa. Cuando usted o su esposo/esposa regresen a casa, después de

On the days when pesticides are sprayed in the fields, do you notice that your child has trouble breathing? When you migrate to a colder or more humid farm area, does your child get congested at night and have a hard time breathing? When your child is at school, does the school nurse call you often to tell you your child has coughing attacks after playing outside? Does your child make whistling or gurgling sounds when she breathes? If your child regularly has coughing spells, noisy breathing or can't breathe easily, your child may have asthma.

Asthma is a disease that usually starts in childhood, before the age of three. When a child has an asthma attack, the small tubes that carry air to the lungs are squeezed tight and they become smaller. They can also become blocked with mucus. When these tubes become blocked, only a small amount of air can pass through them. The child with asthma doesn't get enough air and struggles with his breathing.

Sometimes, doctors can't tell that a child has asthma. The doctor may think that the child has an infection in the lungs. To be able to tell you if your child has asthma, the doctor will have to examine your child and run some tests. It helps the doctor if you are able to tell the doctor everything about your child's attacks.

Some things that can start an asthma attack are:

1. Being around certain plants, chemicals, animals, or eating certain foods
2. An infection, like a throat infection, can start an asthma attack
3. Sometimes too much exercise can cause an attack with some children
4. Things in the air, like cigarette smoke, dust, smoke from cars, dirty air or chemicals can cause an attack
5. Sometimes being stressed (like being nervous or scared) can cause an attack
6. Reflux (when you regurgitate digestive juices after eating, like heartburn), especially in grownups, can lead to an attack

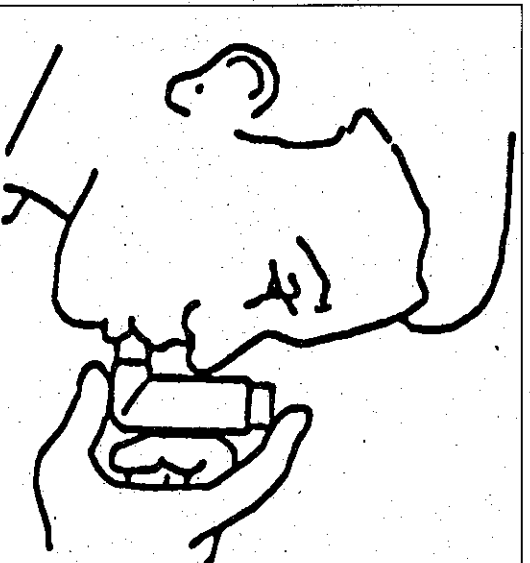
We know that many farmworkers have to take their children with them when they migrate. Migrant children who travel with their parents are around lots of things that may make asthma attacks worse. Migrant children are around pesticides more often than other children. Many migrant children also have to live in poor housing provided on the farms where their parents work. Migrant children live and play on farmland that often is very humid, and either very hot or cold. All of these conditions can make asthma attacks worse.

It is thought that pesticides are especially bad for children. Scientists report that there are more children getting asthma now than in the past. Scientists think that the growing pollution, including pesticides and other chemicals in the air are causing more children to have asthma. Migrant farmworker children breathe the pesticides that are sprayed on the crops. The pesticides are blown into the houses by the winds or carried into the houses on the farmworkers' clothes and shoes. Also, when migrant children are allowed to work to help their families, they come into contact with the pesticides. A study found that almost half of all migrant children had worked in fields where the pesticides were still wet and dangerous.

Asthma is serious. Children get scared when they can't breathe. Hospitals report that asthma is the main reason that people go to the emergency room. When not treated, asthma is serious enough to kill.

There is no way to make asthma go away for good. There are medicines that children can take that will help them stop an attack. Also, if you can figure out what usually causes your child to have an attack, you can try to keep your child away from the cause. For example, if you notice that your child has an attack everytime she is around the cat, then you should find another home for the cat.

It is hard for farmworker families to control things around them. You can't control where you are going to be living when you migrate to your new job. You can't control when pesticides are sprayed. Don't give up! If your child has asthma, you can try to control the area where your child sleeps, eats and plays. Keep that area as clean as you can, free of dust, chemicals, clutter, animals, and piles of clothes. Try to keep the pesticides outside your home. When you or your



Un niño usa su inhalador durante un ataque de asma. El inhalador envía la medicina hacia los bronquios. La medicina ayuda a que se abran los bronquios y el niño pueda respirar.

A child uses his inhaler during an asthma attack. An inhaler sends medicine into the air tubes. The medicine helps open up the tubes so that the child can breath.

trabajar en el campo, quítese su ropa de trabajo y sus zapatos antes de entrar a la casa, para que los pesticidas se queden afuera. No lave su ropa de trabajo con la ropa de los niños. Cuando estén aplicando pesticida en el campo, mantenga a su niño dentro de la casa, con puertas y ventanas bien cerradas.

Lleve a su niño al Doctor. Con la medicina adecuada, y manteniendo a su niño alejado de las cosas que le provocan un ataque de asma, su niño puede respirar mejor. Es bueno saber que más de la mitad de los niños que tienen ataques de asma cuando están chicos, no van a tener ataques de asma cuando sean adultos.

Llame al 1-800-377-9968 si usted cree que su niño tiene asma y que necesita tratamiento. En "Call for Health" le vamos a dar el nombre de la clínica para trabajadores migrantes que le quede más cerca, o si no hay ninguna en su área, nosotros le ayudaremos a encontrar una clínica de la comunidad, de precios bajos, para que lleve a su niño. Algunas veces le podemos ayudar con el pago de estos servicios.

**La información usada para este artículo proviene de La Fundación para el Asma Infantil (The Childhood Asthma Foundation), y de la Administración de Recursos y Servicios Para la Salud (Health Resources and Services Administration) (HRSA) Página de Datos.*

husband/wife come home after working in the fields, take your work clothes and your shoes off outside the house so that the pesticides stay outside. Don't wash your work clothes with your children's clothes. When pesticides are being sprayed, keep your child inside the house with the windows and doors closed.

Take your child to the doctor. With the right medication and by keeping your child away from the things that start an attack, your child can have an easier time breathing. It's good to know that over half of all children that have asthma attacks will outgrow the asthma and be free of asthma when they are adults.

Call 1-800-377-9968 if you think your child has asthma and needs treatment. At Call for Health we will give you the name of the nearest migrant clinic or if there isn't one in your area, we will help you find a low-cost community clinic to see your child. Sometimes we can help you pay for the services.

**Information used in this article was taken from The Childhood Asthma Foundation and from the Health Resources and Services Administration (HRSA) Fact Sheet.*

SKIN CANCER

CÁNCER DE LA PIEL

Por Irma Soto/by Irma Soto

El cáncer de la piel es el cáncer que está creciendo más rápido en los Estados Unidos. La gente se enferma de cáncer en la piel por estar mucho tiempo bajo el sol. Lo mejor que usted puede hacer, es mantenerse alejado del sol.

Para nuestros lectores, mantenerse alejado del sol es imposible. El trabajo del campo se hace afuera, cuando el sol está más caliente y más brillante. Nuestros lectores trabajan muchas horas al día, en los campos donde no hay sombra porque la luz del sol es la que hace que los cultivos crezcan más grandes, más rápido, y tengan mejor sabor.

Si la cáncer en la piel se encuentra cuando está empezando y se quita, la persona se puede curar. Si no se encuentra cuando está empezando, se puede extender y causar la muerte. Es muy importante que usted se haga su propio examen, para asegurarse que no tenga alguna mancha en la piel que se vea sospechosa.

Las dos cosas que un trabajador(a) del campo, puede hacer para protegerse del cáncer en la piel son:

1. Revise su cuerpo buscando manchas sospechosas en la piel (mirar las instrucciones)
2. Proteja su piel:

Proteja su piel cuando está trabajando:

- Use ropa suelta que su tela tenga el tejido cerrado (tela enla que es difícil ver la luz, como el Khaki). Use camisas de manga larga y pantalones largos para proteger sus brazos y piernas. También, trate de mantenerse seco. Una camisa húmeda no lo protege tanto como una camisa seca.
- Use un sombrero de ala ancha.
- Use un protector solar que tenga un número SPF alto, por lo menos 15 (el número SPF en la botella de protector solar le indica la cantidad de rayos del sol que está bloqueando—mientras más alto el número, más rayos está deteniendo para que no lleguen a su piel).
- Trate de tomar sus descansos alejado del sol. Busque alguna sombra donde pueda descansar.
- Tenga cuidado en los días nublados igual que en los días con sol. Siempre que los rayos ultravioleta (UV) del sol llegan a la tierra, la gente necesita protegerse de una insolación. Los rayos UV, por supuesto, están presentes en los días soleados y brillantes. Los rayos UV pasan a través de las nubes y de la bruma, lo que hace que un día nublado sea también peligroso. En los Estados Unidos, durante el horario de verano para ahorrar luz, las horas entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde, son las más peligrosas.
- Ciertas personas tienen una probabilidad más alta de enfermarse de cáncer en la piel:
 - Las personas de piel clara
 - Una persona que tiene un pariente que tuvo cancer de la piel
 - Una persona que ha estado bajo el sol durante la mayor parte de su vida
 - Las personas que tuvieron quemaduras de sol cuando estaban jóvenes, o
 - Las personas que tienen cierto tipo de lunares o muchos lunares, o las personas que tienen muchas pecas.

**La información usada en este artículo fue tomada de la División de Prevención y Control del Cáncer, Centro Nacional de Prevención de Enfermedades Crónicas y de Promoción de la Salud, y de los Centros de Control y Prevención de las Enfermedades (Division of Cancer Prevention and Control, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Centers for Disease Control and Prevention).*

Revise su cuerpo usted mismo, buscando manchas que se vean sospechosas.

Check your body for spots that look suspicious.



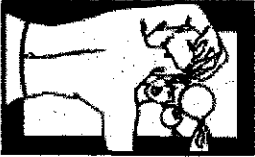
1. Frente al espejo y con los brazos levantados, examine su cuerpo por delante y por detrás, después el lado derecho y luego el lado izquierdo.
1. Examine your body front and back in the mirror, then right and left sides with arms raised.



2. Doble los codos y revise cuidadosamente los antebrazos, axilas y palmas de las manos.
2. Bend elbows and look carefully at forearms, under-arms and palms.



3. Revise la parte de atrás de sus pies y piernas, también los espacios entre los dedos y en las plantas de sus pies.
3. Look at the backs of your legs and feet, the spaces between your toes and on the soles of your feet.



4. Con un espejo, examine la parte de atrás de su cuello y cuero cabelludo. Separe su pelo en todas direcciones para revisar más de cerca.
4. Examine the back of your neck and scalp with a hand mirror. Part your hair for a closer look.



5. Finalmente, con un espejo, revise su espalda y sus asentaderas.
5. Finally, check your back and buttocks with a hand mirror.

If skin cancer is found early and removed, it can be cured. If it isn't found early, it could spread and kill. Examining yourself to make sure you don't have a spot on your skin that looks suspicious is very important.

The two things a farmworker can do to protect himself or herself from skin cancer are:

1. Check your body for suspicious looking spots on your skin (Look in box for more information)
2. Protect your skin

Protect your skin when you are working:

- Wear loose-fitting clothes made from tightly woven fabric (fabric that is hard to see light through, like khaki). Wear long sleeves and long pants to protect your arms and legs. Also, try to keep dry. A wet shirt doesn't protect you as much as a dry shirt does.
- Wear a wide-brimmed hat.
- Wear a sunscreen lotion that has a high SPF number, at least 15 (the SPF number on the bottle of sunscreen lets you know how much the sunscreen blocks the sun's rays—the higher the number, the more rays are blocked from your skin).
- Try to take breaks from the sun. Find some shade to stand under.
- Be careful on cloudy days as well as on sunny days. Any time the sun's ultraviolet (UV) rays are able to reach the earth, people need to worry about sun exposure. UV rays, of course, are present on bright and sunny days. UV rays can shine through clouds and haze so a cloudy day can also be dangerous. The hours between 10 a.m. and 4 p.m. during daylight savings time are the most dangerous hours you can be out in the sun in the United States.
- Be especially careful if you:
 - have light skin
 - have a relative who had skin cancer
 - have been out in the sun much of your life
 - had many sun burns when you were younger, or
 - have a lot of moles or freckles.

**Information used in this article was provided by the Division of Cancer Prevention and Control, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Centers for Disease Control and Prevention.*

Fields of Platteville, Colorado
(Harvest of hope for migrant workers)

Los Campos en Platteville, Colorado

(Una cosecha de esperanza para los trabajadores migrantes)

Por Gabriela Perez Medina/By Gabriela Perez Medina

(La siguiente historia fue escrita por la hija de un trabajador migrante del campo. Ahora ya es una mujer adulta. Habla de las experiencias que tuvo mientras crecía, teniendo un padre que estaba ausente la mayor parte del tiempo. Esta historia puede explicar porqué los trabajadores del campo vienen de México a trabajar en el campo en los Estados Unidos bajo el calor y en condiciones peligrosas)

Mi padre ha sido un trabajador del campo, migrante y muy dedicado, por tanto años como yo tengo de vida (24). Recuerdo cuando estaba chiquita, alrededor de los cinco o seis años, acostumbraba hablar con él por teléfono y llorar, pidiéndole que se regresara a la casa. Le decía que lo extrañaba mucho. Se pasó los primeros 13 años de su vida de trabajo en los campos, emigrando entre Puebla (México) y los Estados Unidos (Colorado). Mi papá nos dejaba a mí y a mi familia en una casa que todavía tenemos en la ciudad de Puebla, México, a finales de Marzo, y se venía a los Estados Unidos con dos o tres de sus hermanos y con otros pacientes. Cuando era tiempo de que se fuera, siempre nos repetía lo mismo, una y otra vez: "Voy a estar de regreso pronto. Me tengo que ir para poder ganar dinero para que tú puedas tener una mejor educación y para que tú, tus hermanos y tu madre puedan venirse conmigo algún día", eso me decía. En Septiembre de 1989, finalmente había logrado juntar suficiente dinero para mandar por nosotros.

Para Septiembre de 1989, finalmente había logrado juntar suficiente dinero para pagarle al "Coyote" (la persona que nos ayudaría a cruzar la frontera). Han pasado muchas cosas horribles (mis padres se divorciaron, mi hermano mayor, Francisco, se convirtió en un alcohólico y ha estado muchas veces en la cárcel, mi papá y mi hermano menor, Alfonso, no tienen casa....) a nuestra familia desde que llegamos a los Estados Unidos, pero eso es otra historia completamente diferente.

Durante los primeros años que trabajó en los campos, mi papá hacía el trabajo más pesado, que es cosechar las verduras de la tierra durante los meses más calientes de la temporada. Ahora es el Supervisor o "Mayordomo" y tiene a su cargo 600 acres en la parte Noreste de Colorado. Él es supervisor de campos en el pequeño y aburrido pueblo de Platteville, Colorado. Nosotros vivimos allí durante un año. Los campos están en el rancho, como yo lo llamo. Yo he estado muchas veces en ese lugar y si no fuera porque mi papá trabaja allí, nunca volvería—es muy triste y te rompe el corazón.

A la orilla de los campos hay cuatro casas, pero hay una casa en particular de la que les quiero contar. Es una casa blanca, vieja y muy acabada (si es que se le puede llamar "una casa"). Yo la llamaría una choza. Es tan grande como un baño de regular tamaño. Yo he estado en esa casa. Mi abuelo vive ahí y trabaja irrigando los campos. Hay espacio para una cama chica de fierro que tiene como tres colchones de un tamaño más grande que la cama. Hay un refrigerador antiguo que nadie ha limpiado en años, una estufa manchada y sucia, y más cachivaches. En este lugar es donde mi abuelo, tíos y mi papá comían casi siempre. Empezaban a comer a las doce del día, exactamente. Son muy puntuales. Yo he estado ahí a la hora de comer y he visto a muchos trabajadores en los campos, con la cabeza baja y con sus espaldas dobladas como un arcoiris, cosechando jalapeños o alguna otra verdura, bajo la luz brillante y caliente del sol. Mi papá me dijo una vez que ellos eran trabajadores indocumentados que no paran de trabajar para comer, pues trabajan por contrato desde que amanece hasta que se mete el sol. Les pagan sólo hasta que termina la temporada de trabajo y es momento de que ellos se regresen a México (a mediados de Septiembre). Mi papá dice que la mayoría de ellos vienen de Toluca, y se vienen por pura necesidad. El poquito dinero que les pagan al final de la temporada es lo que le llevan a sus familias, y tratan de vivir de él hasta que sea momento de emigrar a los Estados Unidos otra vez—son verdaderamente tabajadores migrantes, y muy trabajadores.

El rancho tiene muchos árboles, grandes y con mucha hoja, que muchas veces dan la única sombra y aire fresco a la gente que trabaja en estos campos. Aparte de eso, el rancho tiene caminos de tierra angostos, y más y más campos, mucho zacate áspero, hierbas, tanques de gasolina, de diesel, de pesticidas; zanjas chicas y grandes, y cientos de fieles e inocentes trabajadores. Hay trabajadores tan jóvenes como de dieciséis años y tan viejos como de cincuenta años. Ellos son de diferentes colores y tamaños. Hay gordos y hay flacos, hay bajitos y hay altos, algunos tienen piel blanca (aunque no lo crea, hay gente de México que tiene la piel blanca—los llamamos "gueros") y otros tienen piel morena. La

continúa en la próxima página

(The following is a story written by the daughter of a migrant farmworker. She is a grown woman now. She tells of the experiences she had growing up with a father who was gone much of time. The story can explain why workers come from Mexico to do farmwork here in the heat and in dangerous conditions.)

My dad has been a dedicated migrant farmworker for as many years as I am old (24). I remember when I was little, about five or six years old, I used to talk to him and cry on the phone asking him to come home. I would tell him I missed him a lot. He spent the first 13 years of his working experience in the fields migrating back and forth between Mexico (Puebla) and the United States (Colorado). My dad would leave me and my family around late March in a house that we still have in the city of Puebla, Mexico and would come to the United States with two or three of his siblings and other relatives. He would tell us the same thing over and over when it was time for him to leave. "I will be back soon. I have to go so I can make money and you can have a better education and so that you, your brothers and your mom can come with me someday," he would say. In September of 1989 he was finally able to save enough money to send for us.

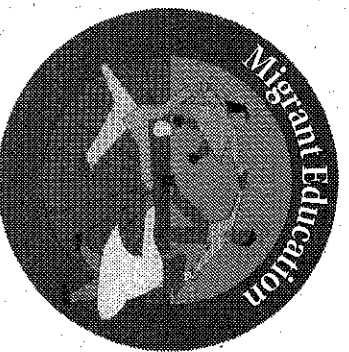
The first years that he worked in the fields my dad performed the hardest work which is picking vegetables in the fields during the hottest months of the season. Now he is the supervisor or "mayordomo" in charge of 600 acres in the northeast part of Colorado. He supervises fields in a small and rather boring town of Platteville, Colorado. The fields are in "El Rancho", the ranch, I call it. I have visited this place many times and if it weren't because my father works there I would not go back—it is too sad and heartbreaking.

There are four houses located by the edge of the fields but there is one house in particular that I want to tell you about. It is an old white deteriorated house (if you can call it a house). I would call it a shack. It is as big as about a regular sized bathroom. I have been in that house. My grandfather who works irrigating the fields lives there. There is room for a small iron bed that has on it about three old mattresses that stick out. There is an old style refrigerator that has not been cleaned in years, a dirty stained stove and other junk. This is the place where my grandfather, uncles and my dad eat lunch most of the time. They began their lunch at exactly 12 o'clock noon. They are very punctual. I have been there around lunch time and I have seen many workers outside with their heads down and their backs arched like a rainbow in the middle of the fields picking jalapeños or any other vegetable under the bright and burning light of the sun. My dad once told me that these are the undocumented workers who do not take a lunch break because they work by contract from day break to dark. They do not get paid until the season work is over and it is time for them to return to Mexico (in mid-September). My dad says that most of them come from Toluca and come for pure necessity. The little money they get paid at the end of the season they take it back to their families and try to live on it until it is time for them to migrate to the U.S. again—they are the truly hard working migrant farmworkers.

The farm has many huge green-leafy trees that many times provide the only shade and clean fresh air to the workers who work these gigantic fields. Other than that, the farm has narrow dirt roads, fields and more fields, lots of harsh grass and weeds gas/diesel/spray tanks, small and big ditches and hundreds of innocent/faithful workers. There are workers as young as sixteen years old and older than fifty years. They come in different colors and sizes. There are fat ones and skinny ones, short ones and tall ones, white ones (believe it or not there are people from Mexico who have light skin—we call them "hueros") and brown ones. Most of the time, these workers only wear a light short-sleeved summer t-

continued on the next page

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

mayoría del tiempo, estos trabajadores usan sólo una camiseta blanca, de manga corta o una camisa normal, nunca usan color negro porque el sol les quemara la piel diez veces más que con cualquier otro color. Se ponen un pantalón de mezclilla de segunda mano, que lo usan todos los días mientras dura la temporada de la cosecha. Usan zapatos tenis o unas botas que se desgastan muy rápido porque están mucho tiempo en el lodo y en el agua.

Le he preguntado a muchos amigos de mi papá porque regresan a trabajar a este rancho si el trabajo es tan pesado y no tienen un seguro ni les dan algún beneficio. Tienen muchos problemas para cambiar sus cheques, pues a veces no hay fondos que los cubran. Les pagan el salario mínimo y los hacen trabajar como "burros". Cuando les pregunto, la mayoría de ellos me responden en un Español muy pobre, gramaticalmente hablando. Me dicen que no tienen otra opción mas que venir aquí a batallar y sufrir, para por lo menos ganar suficiente dinero para mantener a su esposa e hijos que año tras año dejan en México. Ellos dicen que en su país, la economía se está poniendo más difícil y que no hay empleos para gente sin educación como ellos, que tienen un nivel de educación equivalente a tercer año de primaria rural. Para estas gentes, su única esperanza es que puedan mantener este valioso trabajo para la próxima temporada.

Para mi papá, se trata de una clase de esperanza diferente. Todavía trabaja en los campos, no porque necesite soportar la carga que esto significa, sino porque su pasión es cuidar las plantas, verlas crecer y convertir las en "los campos santos", los campos santos de la nutrición.

A los trabajadores del campo que vienen de México, Atención

En la historia de la vida de Gabriela Medina, como hija de un trabajador migrante del campo, ella habla de cómo los campesinos de México muchas veces tienen que dejar a sus familias en su tierra, cuando vienen a los Estados Unidos a trabajar en el campo. Las familias que se quedan en México no tienen servicios médicos gratuitos. Para recibir servicios médicos gratuitos en México, un miembro de la familia tiene que estar trabajando en una empresa Mexicana que paga dinero al sistema de salud a nombre de esa familia. Si ningún miembro de la familia está trabajando en una empresa Mexicana, no se está pagando al sistema a nombre de esa familia. La familia no puede recibir servicios médicos sin pagar.

Gracias a Cesar Chavez, ahora hay una forma para que estas familias reciban cuidados de salud en México. México ofrece ahora un seguro de salud a las familias Mexicanas que no son parte del sistema nacional de salud. Por \$307 Dólares al año, una familia completa que incluye al trabajador que está trabajando en los si Estados Unidos, su esposa(o), sus hijos menores de 16 años (o 25 si son estudiantes), y a sus padres, pueden recibir servicios médicos gratuitos, incluyendo operaciones y hospitalización en México. Para un trabajador migrante que trabaja en los Estados Unidos, pagar \$307 Dólares al año le garantiza que él y su familia tendrán a dónde ir para recibir tratamiento si se enferman.

Si usted es un trabajador del campo que tiene familia en México, puede comprar un seguro para usted, sus padres, y su familia. Puede llamar al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), a su oficina en Houston, Texas, para obtener más información. El número gratuito de esa oficina es 1-888-202-2720 para más información.

**CONDOLENCES
PESAME**

El FARMWORKER NEWS desea dar el pésame a las familias de los trece campesinos que fallecieron en el accidente del van donde iban en la area de Fresno, California el Lunes, el 9 de Agosto, 1999. Los trabajadores regresaban a sus casas después de trabajar toda la noche cogiendo tomate. El van que estaban conduciendo le pego a una troca en el camino.

El accidente sirve como triste recuerdo de las condiciones peligrosas en que los campesinos trabajan día tras día. El FARMWORKER NEWS les avisara de cualquier cambio que se haga en las leyes de los automoviles para que los trabajadores que tienen que viajar a los trabajos sean mas seguros.

shirt or regular shirt, never black because black makes you 10 times hotter than other colors. They also wear a pair of second hand jeans that are used every day for as long as the harvest season lasts. They wear a pair of tennis shoes or boots that get easily worn out from being in the mud and water so much.

I have asked many of my dad's friends why they come to work on this farm, if the work is so hard and they have no insurance and no benefits. They have a lot of problems cashing their checks because there are times when there are no funds to clear them. They only earn minimum wage by working like "burros" (donkeys). When I ask, most of them respond to me in Spanish. They tell me that they have no other choice but to come here to suffer and struggle so they can at least earn enough money to support their wives and children that they leave behind in Mexico year after year. They say the economy in their country is getting worse and that there are no jobs for uneducated men like them who have a level of no more than 3rd grade of rural elementary schooling. For these men, their only hope is that they can have this valuable job again next season.

For my dad it is a different kind of hope. He is still working at the fields not because he needs to put up with all the burden that comes with it but because his passion is to take care of the plants, watch them grow and turn them into "los campos santos", the sacred fields of nourishment.

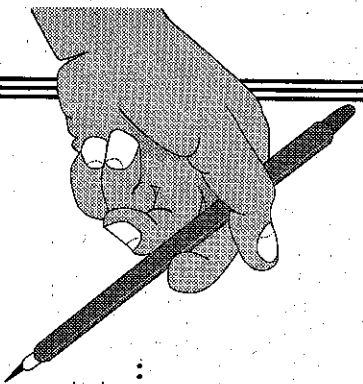
Attention, Farmworkers from Mexico!

In Gabriela Medina's story about her life as the daughter of a migrant farmworker, she talks of how the farmworkers from Mexico many times leave their families behind when they come here to do farmwork. Families who stay behind in Mexico do not have free medical benefits. In Mexico, in order to be able to use Mexico's free health system, a family member must be working for a Mexican employer who gives money to the health system on behalf of that family. If there is no family member who is working for a Mexican employer, no money is given to the system for that family. The family can't get any health services without paying.

Thanks to César Chavez there is now a way for these families to receive health care in Mexico. Mexico now offers health insurance to Mexican families who aren't part of the national health system. For \$307 a year an entire Mexican family, including the worker who is working in the United States, his spouse, his children under 16 (or under 25 if they are full time students) and his parents, can get free medical services, including surgery and hospitalization in Mexico. For a migrant farmworker working in this country, paying \$307 a year will guarantee that the entire family can get treatment in Mexico if they become sick.

If you are a worker who has a family back in Mexico, you can buy insurance for yourself and your family and your parents. You can call the Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) office in Houston, Texas for more information. Their toll-free number is (888)202-2720 for more information.

The FARMWORKER NEWS staff wishes to express their condolences to the families of the thireen farmworkers who were killed in the wreck of their van in the Fresno, California area on Monday, August 9th, 1999. The farmworkers were on their way home after working all night picking tomatoes. The van they were riding in ran into a trailer truck that was making a u-turn.
The accident serves as a sad reminder of the dangerous conditions that farmworkers face day in and day out as they carry out their jobs. The FARMWORKER NEWS will keep you informed of any changes that might be made to the automobile laws so that farmworkers traveling to and from their jobs might travel more safely.



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

**Gain/Earn
\$50.00**

...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, 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.

Anne K. Nolon President, NCFH Board of Directors
E. Roberta Ryder Chief Executive Officer
Ima 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!