



# Manual del estudiante sobre la seguridad en las granjas lecheras

Parte del *Conjunto de herramientas de capacitación sobre la seguridad en las granjas lecheras*

Farmworker Justice

Septiembre de 2022

# Manual del estudiante sobre la seguridad en las granjas lecheras

Parte del *Conjunto de herramientas de capacitación sobre la  
seguridad en las granjas lecheras*

Farmworker Justice

Septiembre de 2022



Este material fue producido gracias a la subvención número SH-37199-SH1 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional del Departamento del Trabajo de los Estados Unidos. No refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento del Trabajo de los Estados Unidos, ni la mención de nombres comerciales, productos u organizaciones implica el respaldo del Gobierno de los Estados Unidos.

## Nota

Las escenas del vídeo que acompaña a esta guía de capacitación se dramatizaron con fines educativos. Este video fue filmado en una instalación de Aurora Organic Dairy (AOD). AOD es un productor orgánico certificado y cumple con las normas orgánicas para el cuidado de los animales y la producción de leche.

## Contenido

Lección #1: Prevención de enfermedades .....	4
Lección #2: Seguridad en el manejo del ganado .....	7
Lección #3: Seguridad en el uso del tractor .....	10
Lección #4: Seguridad en el almacenamiento de estiércol .....	13
Lección #5: Seguridad en el uso de químicos .....	16
Lección #6: Responsabilidades de los empleadores de las granjas lecheras, derechos de los empleados de las granjas lechers y protecciones para denunciantes de OSHA .....	19

## Lección #1: Prevención de enfermedades

**Resumen:** En esta viñeta, se nos presenta a "Luis", un nuevo trabajador que está recibiendo capacitación sobre la seguridad en la granja lechera. Su supervisor ("Paco") y una trabajadora con experiencia ("Paola") hablan con Luis de la importancia de usar el equipo de protección personal (PPE, por sus siglas en inglés) para prevenir la propagación de enfermedades. También hablan de las formas de propagación de los gérmenes, de la necesidad de desinfectar el equipo y de cómo mantener una higiene adecuada.

La viñeta de video termina con Paola y Paco explicando a Luis cómo evitar llevar enfermedades a casa y hablando de la necesidad de buscar atención médica si se pone enfermo.

### Términos importantes

- PPE: "Equipo de protección personal", por sus siglas en inglés. Ropa y equipo que protege de la propagación de enfermedades. El PPE incluye elementos como máscaras, gafas, delantales y guantes.
- Pasteurización: Calentar la leche o ciertos alimentos para matar las bacterias y otros gérmenes.
- Salmonella, listeria, y tuberculosis bovina: Enfermedades que pueden transmitir las vacas y que también pueden enfermar a los humanos.

### Debate inicial

¿Ha oído hablar de alguien que haya enfermado por su trabajo en una granja lechera?

¿Cómo cree que los trabajadores de las granjas lecheras pueden estar expuestos a enfermedades?

## Puntos clave

- Todas las vacas, incluyendo las sanas, pueden ser portadoras de enfermedades que pueden ser peligrosas para los humanos.
- Las personas pueden estar expuestas a enfermedades a través del estiércol, equipo y ropa contaminados y leche no pasteurizada.
- Para evitar la propagación de enfermedades:
  - Use el PPE en todo momento y deséchelo adecuadamente
  - Desinfecte la maquinaria de ordeño entre usos
  - No coma ni beba cerca de las vacas, y lávese las manos antes de comer
  - Lávese las manos y tome una ducha directamente después del trabajo, antes de interactuar con otras personas

## Reflexión en grupos pequeños

¿Cuáles son algunas de las diferentes maneras en que Luis podría estar expuesto a enfermedades en la granja lechera?

¿Qué estrategias aprende Luis para protegerse de la exposición a las enfermedades?

¿Qué hace el empleador de Luis para ayudar a mantenerlo a salvo de las enfermedades?

¿Hay alguna otra estrategia de la que haya oído hablar para proteger a los trabajadores de las enfermedades?

¿Qué debe hacer si se enferma?

### **Normas de OSHA mencionadas**

- Equipo de protección personal: 29 CFR 1910 Subparte I (recomendada)
- Patógenos transmitidos por la sangre: 29 CFR 1910.1030 (recomendada)

## Lección #2: Seguridad en el manejo del ganado

**Resumen:** En esta viñeta de video, Luis aprende a interactuar de manera segura con el ganado. Los trabajadores experimentados Paola y Paco explican por qué el ganado puede representar peligros para los trabajadores. Le enseñan a Luis cómo mantener a los animales tranquilos y qué hacer si se agitan. La viñeta también contiene información específica sobre la seguridad en torno a los toros.

### Términos importantes

- Zona de fuga: El "espacio personal" de una vaca. Es la distancia a la que debe situarse de una vaca para que se sienta cómoda.

### Debate inicial

¿Qué sabe sobre las vacas? ¿Qué les gusta o no les gusta?

¿Cómo cree que el ganado podría lesionar a un trabajador?

## Puntos clave

- Aunque las vacas parezcan mansas, son grandes y pueden causar lesiones graves.
- Es menos probable que las vacas causen lesiones cuando están tranquilas. Para mantener a las vacas tranquilas, hágalas saber que se está acercando y evite hacer ruidos fuertes.
- No se ponga entre una vaca y una pared o puerta. De lo contrario, podría ser aplastado.
- Si una vaca o un toro se agitan, aléjese lentamente. En el caso de las vacas, aléjese de la zona de fuga.
- No pierda de vista al toro en ningún momento y mantenga la distancia cuando sea posible. Esté atento a las señales de advertencia.
- Si el toro empieza a parecer agitado o molesto, lo más seguro es **retirarse lentamente**. **Sólo debe correr si el toro corre hacia usted para embestir.**

## Reflexión en grupos pequeños

¿Cuáles son algunas de las maneras en que las vacas y los toros pueden representar un peligro para los trabajadores?

¿Qué estrategias aprende Luis para mantener a las vacas tranquilas y asegurarse de que interactúa con ellas de forma segura?

¿Qué hace el empleador de Luis para ayudar a mantenerlo seguro alrededor del ganado?

¿Hay algo más que debería o no debería hacer cerca de las vacas?

¿Qué debe hacer si una vaca o un toro se agitan?

## Lección #3: Seguridad en el uso del tractor

**Resumen:** Luis aprende estrategias básicas para mantenerse seguro alrededor de los tractores y mientras los opera. Sus capacitadores le hablan de los cinturones de seguridad, espejos y toma de fuerza. Demuestran una conducción segura y lenta, mientras que Paco enfatiza la necesidad de que tanto los conductores como los transeúntes estén atentos a sus alrededores y mantengan una distancia apropiada.

### Términos importantes

- Toma de fuerza (PTO): Equipo que transfiere energía del tractor a otra máquina o equipo.

### Debate inicial

¿Alguno de ustedes ha conducido un tractor antes? ¿Quién conduce el tractor en la granja?

¿En qué se parece conducir un tractor a conducir un auto? ¿En qué puede ser diferente?

## Puntos clave

- Los tractores son maquinaria pesada y peligrosa y causan la mayoría de los accidentes en las granjas.
- Para mantener la seguridad alrededor de los tractores:
  - Conduzca despacio para evitar vuelcos y derrames.
  - Abróchese siempre el cinturón de seguridad, ajuste los espejos y mire si hay algún objeto que pueda obstruir el camino antes de arrancar el tractor.
  - Únicamente el conductor debe estar en el tractor excepto cuando está entrenando a otro trabajador para que lo conduzca o si necesita ayuda para operar la maquinaria.
  - Esté atento a la toma de fuerza (PTO, por sus siglas en inglés). Nunca la toque, no se pare sobre ella ni se acerque a la toma de fuerza.

## Reflexión en grupos pequeños

¿Cuáles son algunas de las maneras en que los tractores pueden representar peligros para los trabajadores?

¿Qué estrategias aprende Luis para mantenerse seguro alrededor del tractor o cuando conduce?

¿Qué hace el empleador de Luis para ayudarlo a mantenerse seguro cerca del tractor o al conducir?

¿Qué otras estrategias podría usar Luis para mantenerse seguro mientras conduce o se encuentra cerca del tractor?

### **Normas de OSHA mencionadas**

- Estructuras de protección contra vuelcos: 29 CFR 1928 Subparte C (**obligatoria**)
- Protección del equipo de campo agrícola: 29 CFR 1928.57 (**obligatoria**)

## Lección #4: Seguridad en el almacenamiento de estiércol

***Tenga en cuenta que:*** Esta viñeta de video está destinada a educar a los trabajadores sobre los peligros de las instalaciones de almacenamiento de estiércol, **no** a servir de capacitación sobre cómo entrar y trabajar en estos espacios.

**Resumen:** En esta viñeta de video, el nuevo trabajador, Luis, recibe capacitación sobre la seguridad en el almacenamiento de estiércol. Sus capacitadores le explican los peligros de las instalaciones de almacenamiento de estiércol y le dicen a Luis acerca de la capacitación especial, precauciones y equipos de seguridad que los trabajadores necesitan para entrar o trabajar cerca de ellas de forma segura.

### Términos importantes

- Laguna/fosa de estiércol: Diferentes formas de almacenar los residuos de las vacas. Una fosa de estiércol se encuentra debajo de un establo. Una laguna de estiércol se encuentra al aire libre.
- Sulfuro de hidrógeno y metano: Gases venenosos que se producen en los lugares donde se almacena estiércol. El sulfuro de hidrógeno puede envenenar a los humanos en segundos. Estos gases también pueden explotar.
- Cabrestante/grúa: Máquinas de elevación con una cuerda acoplada. Pueden utilizarse para sacar a los trabajadores de las fosas de estiércol en caso de una emergencia.

### Debate inicial

¿Cree que el estiércol de vaca es peligroso? ¿Por qué sí o por qué no?

¿Quién en la granja tiene permiso de estar cerca de las lagunas/fosas de estiércol?  
¿Por qué?

## Puntos clave

- El almacenamiento de estiércol es peligroso porque produce gases tóxicos y explosivos. Además, las personas y los equipos pueden caer dentro.
- Para permanecer seguro cerca de las instalaciones de almacenamiento de estiércol:
  - Nunca trabaje en una fosa o laguna de estiércol si está solo. Haga que alguien se mantenga en una zona segura y mantengan contacto constante.
  - Nunca entre en una fosa o laguna de estiércol sin el equipo de seguridad adecuado.
  - Alerta a su supervisor si hay equipo que necesita ser reparado.
  - No intente arreglar el equipo usted mismo; esta es una tarea para empleados especialmente capacitados.
  - Llame al 911 en caso de emergencia.
  - No fume cerca de las áreas de almacenamiento de estiércol.

## Reflexión en grupos pequeños

¿Cuáles son algunas de las maneras en que las fosas y lagunas de estiércol ponen en riesgo a los trabajadores?

¿Qué estrategias aprende Luis para protegerse del peligro cerca de las fosas y lagunas de estiércol?

¿Qué hace el empleador de Luis para ayudar a mantenerlo seguro alrededor de las fosas de estiércol?

¿Hay alguna otra estrategia de la que haya oído hablar para mantenerse seguro alrededor de las fosas y lagunas de estiércol?

¿Qué debe hacer si ve a alguien en peligro en una fosa o laguna de estiércol?

### **Normas de OSHA mencionadas**

- Espacios confinados que requieren permiso: 29 CFR 1910.146

## Lección #5: Seguridad en el uso de químicos

**Resumen:** Luis aprende a mantenerse seguro mientras administra medicamentos a las vacas y mientras utiliza productos químicos. Sus capacitadores discuten los riesgos para la salud asociados con la exposición a medicamentos veterinarios, y cómo manejar los químicos de manera segura. Ellos explican cómo usar correctamente el PPE, cómo llevar un registro de los medicamentos administrados y qué hacer en caso de exposición a medicamentos o productos químicos.

### Términos importantes

- Hormonas: Sustancias químicas que algunas granjas lecheras dan a las vacas para aumentar la cantidad de leche que producen.
- Baño de patas: Líquido usado para lavar las patas de las vacas que previene lesiones y crecimientos en las pezuñas.

### Debate inicial

¿Qué tipos de medicamentos y productos químicos se usan en la granja lechera?

¿Qué sabe sobre estos productos químicos? ¿Qué puede pasar si entran en contacto con su cuerpo?

## Puntos clave

- Algunos medicamentos y productos químicos que son útiles para las vacas son peligrosos para los humanos. En particular, las hormonas pueden provocar la pérdida de un embarazo.
- Para evitar las complicaciones de salud por medicamentos:
  - Asegúrese de que la vaca está bien sujeta antes de administrar el medicamento.
  - Utilice todo el PPE recomendado al administrar el medicamento.
  - Deseche las agujas y los suministros médicos de forma segura y rápida después de su uso.
  - Mantenga un registro del medicamento y cuándo fue dado.
  - Busque atención médica si tiene una reacción después de administrar un medicamento o usar un producto químico.

## Reflexión en grupos pequeños

¿Cuáles son algunas de las maneras en que los medicamentos veterinarios y los productos químicos pueden ser perjudiciales para los trabajadores?

¿Qué estrategias aprende Luis para evitar la exposición a medicamentos y productos químicos?

¿Qué hace el empleador de Luis para ayudar a protegerlo de los medicamentos y productos químicos?

¿Qué otras estrategias podría usar Luis para prevenir la exposición a medicamentos y productos químicos?

¿Qué debe hacer si no se siente bien, o si desarrolla síntomas como una erupción o quemadura, después de haber estado expuesto a un medicamento o a una sustancia química?

### **Normas de OSHA mencionadas**

- Patógenos transmitidos por la sangre: 29 CFR 1910.1030 (recomendada)
- Norma de comunicación de riesgos: 29 CFR 1910.1200 (**obligatoria**)
- Norma de servicios médicos y primeros auxilios: 29 CFR 1910.151 y 1910.151 Apéndice A (recomendada)

## Lección #6: Responsabilidades de los empleadores de las granjas lecheras, derechos de los empleados de las granjas lecheras y protecciones para denunciantes de OSHA

### Términos importantes

- OSHA: La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional. Una agencia gubernamental que se asegura de que las condiciones en el lugar de trabajo sean seguras para los trabajadores.
- Denunciante ("whistleblower"): Alguien que informa a OSHA sobre condiciones inseguras o violaciones de derechos en el lugar de trabajo.

### Debate inicial

¿Qué responsabilidades cree que tienen los empleadores en relación con la seguridad en el lugar de trabajo?

¿Qué derechos cree que tienen los trabajadores en relación con la seguridad en el lugar de trabajo?

¿Cuáles son algunos de los factores que pueden hacer difícil que los trabajadores de las granjas lecheras ejerzan sus derechos?

## **Puntos clave**

- Los empleadores de las granjas lecheras tienen ciertas responsabilidades legales en el lugar de trabajo. También existen normas adicionales que pueden seguir para hacer el lugar de trabajo lo más seguro posible.
- Los empleados de las granjas lecheras tienen ciertos derechos en el lugar de trabajo.
- Si los empleados observan un peligro en la granja, deben informar de la situación a su supervisor o empleador.
- Si un empleador viola los derechos de los empleados, éstos pueden denunciarlos a OSHA de diferentes maneras.
- No se permite a los empleadores tomar represalias (tomar acciones negativas) contra los empleados que los denuncian a OSHA.
- Los trabajadores pueden denunciar violaciones a OSHA sin importar su situación migratoria.

## Responsabilidades de los empleadores de las granjas lecheras

Los empleadores de las granjas lecheras tienen ciertas responsabilidades con sus empleados. Deben cumplir con las normas generales de la industria y la agricultura indicadas en el manual.

Los empleadores también están obligados a obedecer la “Cláusula de Obligaciones Generales” de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo (OSH). Esto significa que deben mantener el lugar de trabajo “libre de peligros reconocidos que estén causando o puedan causar la muerte o daños físicos graves a [sus] empleados”.

Si el empleador sabe que existe un peligro, debe tomar medidas razonables para eliminar o disminuir el peligro, incluso más allá de las requeridas por las normas vigentes.

<b>Industria general (29 CFR 1910)</b>	
<a href="#">1910 Subparte H</a> - Materiales peligrosos	<a href="#">1910.111</a> , Almacenamiento y manejo de amoníaco anhidro.
<a href="#">1910 Subparte J</a> - Controles ambientales generales	<a href="#">1910.142</a> , Campamentos de trabajo temporal.
	<a href="#">1910.145</a> , Especificaciones para los rótulos y etiquetas de prevención de accidentes
<a href="#">1910 Subparte R</a> - Industrias especiales	<a href="#">1910.266</a> , Operaciones de tala de árboles.
<a href="#">1910 Subparte Z</a> - Sustancias tóxicas y peligrosas	<a href="#">1910.1027</a> , Cadmio.
	<a href="#">1910.1200</a> , Comunicación de riesgos.
	<a href="#">1910.1201</a> , Conservación de marcas, rótulos y etiquetas del DOT.
<b>Agricultura (29 CFR 1928)</b>	
<a href="#">1928 Subparte A</a> - Generalidades	<a href="#">1928.1</a> , Objetivo y alcance.
<a href="#">1928 Subparte B</a> - Aplicabilidad de las normas	<a href="#">1928.21</a> , Normas aplicables en 29 CFR Parte 1910.
<a href="#">1928 Subparte C</a> - Estructuras de protección contra vuelcos	<a href="#">1928.51</a> , Estructuras de protección contra vuelcos (ROPS) para tractores utilizados en operaciones agrícolas.

	<a href="#">1928.52</a> , Estructuras de protección para tractores agrícolas de ruedas -- procedimientos de ensayo y requisitos de rendimiento.
	<a href="#">1928.53</a> , Recintos de protección para tractores agrícolas de ruedas: procedimientos de ensayo y requisitos de rendimiento.
<a href="#">1928 Subparte D</a> - Seguridad del equipo agrícola	<a href="#">1928.57</a> , Protección del equipo de los campos agrícolas, del equipo de las granjas y de las desmotadoras de algodón.
<a href="#">1928 Subparte I</a> - Controles ambientales generales	<a href="#">1928.110</a> , Saneamiento en el campo.
<a href="#">1928 Subparte M</a> - Salud laboral	<a href="#">1928.1027</a> , Cadmio.

Fuente: OSHA. Operaciones agrícolas: Normas. <https://www.osha.gov/agricultural-operations/standards>

### Descripciones de algunas de las normas requeridas

A continuación encontrará más información sobre las normas de la OSHA mencionadas en el video. Sin embargo, para obtener la información más completa sobre estas normas, visite el Código de Reglamentos Federales en [29 CFR Parte 1910 - Normas de Seguridad y Salud Ocupacional](#) y [Parte 1928 - Normas de Seguridad y Salud Ocupacional para la Agricultura](#)<sup>1</sup>

<b>Industria general (29 CFR 1910)</b>	
<a href="#">1910.1200</a> , Comunicación de riesgos	Esta norma exige a los empleadores, incluidos los de la industria lechera, que informen a los empleados de las sustancias químicas peligrosas presentes en el lugar de trabajo, que tengan información sobre estas sustancias químicas a disposición de los empleados, que mantengan las sustancias químicas debidamente etiquetadas y que capaciten a los empleados sobre cómo protegerse de los peligros químicos, entre otros requisitos.

<sup>1</sup> OSHA. Reglamentos (Normas - 29 CFR). <https://www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber>.

<b>Agricultura (29 CFR 1928)</b>	
<a href="#">1928 Subparte C</a> - Estructuras de protección contra vuelcos	Los empleadores de las granjas lecheras están obligados a cumplir la norma de OSHA sobre estructuras de protección contra vuelcos, o ROPS. Se trata de recintos metálicos que protegen al operador en caso de que un tractor vuelque. Todos los tractores de las granjas deben tenerlas.
<a href="#">1928.57</a> , Protección del equipo de campo, del equipo de la granja y de las desmotadoras de algodón	Los empleadores de las granjas lecheras están obligados a cumplir la norma de OSHA para la protección de los equipos de campo de la granja. Esta norma contiene requisitos para el funcionamiento y la reparación segura de los tractores y otros equipos agrícolas, incluido el uso de protectores o escudos para proteger a las personas de los peligros causados por las piezas móviles.

### **Otras normas de la OSHA**

Existen otras normas generales de la OSHA para la industria que, aunque no son técnicamente obligatorias para la industria agrícola, son muy recomendables para los empleadores de las granjas lecheras. Dado que la Cláusula de Obligaciones Generales de OSHA requiere que los empleadores mantengan un lugar de trabajo seguro, seguir las prácticas de trabajo seguras contenidas en estas normas asegura el cumplimiento. A continuación se presenta una lista de algunas normas relacionadas con los siguientes temas tratados en el *Conjunto de cerramientos de capacitación sobre la seguridad en las granjas lecheras*: prevención de enfermedades, seguridad en el almacenamiento de estiércol, seguridad en el uso de químicos y seguridad en el uso del tractor.

Equipo de protección personal: <a href="#">29 CFR 1910 Subparte I</a>	Esta norma exige a los empleadores que proporcionen ropa de protección y PPE para los ojos y las manos, entre otras protecciones, siempre que sea necesario para proteger a los empleados de los peligros del entorno. También deben capacitar a los empleados sobre cómo ponerse y quitarse el PPE.
---	--

<p>Patógenos transmitidos por la sangre:  <a href="#">29 CFR 1910.1030</a></p>	<p>Esta norma exige que, si se prevé razonablemente que los empleados estén expuestos a patógenos transmitidos por la sangre, los empleadores deben contar con un plan de control de la exposición, proporcionar instalaciones para el lavado de manos y disponer de procedimientos adecuados para la eliminación segura de las agujas, entre otros requisitos.</p>
<p>Espacios confinados que requieren permiso: <a href="#">29 CFR 1910.146</a></p>	<p>Esta norma obliga a los empleadores a elaborar y aplicar un programa escrito de entrada en espacios confinados. Se trata de un conjunto de procedimientos -incluidos los equipos de seguridad y la formación de los trabajadores- para garantizar que los empleados que deben entrar y trabajar en estos espacios puedan hacerlo de forma segura.</p>
<p>Servicios médicos y primeros auxilios: <a href="#">29 CFR 1910.151</a></p>	<p>Esta norma contiene disposiciones relativas al acceso al asesoramiento médico, la capacitación de los empleados en primeros auxilios, las instalaciones de lavado y los botiquines de primeros auxilios.</p>

Esta no es una lista completa de las normas de seguridad y salud en el trabajo de la OSHA. Para obtener una lista completa, consulte el Código de Reglamentos Federales en [29 CFR Parte 1910 - Normas de Seguridad y Salud Ocupacional](#) y [Parte 1928 - Normas de Seguridad y Salud Ocupacional para la Agricultura](#).

---

<sup>2</sup> OSHA. Regulations (Standards - 29 CFR). <https://www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber>.

## **Recursos adicionales para empleadores**

### **Prevención de enfermedades**

OSHA. Agricultural Operations.

<https://www.osha.gov/agricultural-operations/hazards>

### **Seguridad en el almacenamiento de estiércol**

OSHA (2021) Working Safely around Manure Storage Structures.

Publication OSHA 4166-11 2021.

<https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA4166.pdf>.

OSHA (2018) OSHA Fatal Facts. Confined Space Entry on a Farm.

Publication No. 16 – 2018.

<https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA3939.pdf>.

### **Seguridad en el manejo del ganado**

National Dairy FARM Program (2021) FARM Workforce Development Safety Reference Manual. [https://nationaldairyfarm.com/wp-content/uploads/2021/12/FARM\\_Safety\\_Manual\\_1221\\_FINAL\\_DIGITAL\\_SinglePage-1.pdf](https://nationaldairyfarm.com/wp-content/uploads/2021/12/FARM_Safety_Manual_1221_FINAL_DIGITAL_SinglePage-1.pdf).

### **Seguridad en el uso de químicos**

Central States Center for Agricultural Safety and Health. Farm Chemical and Pesticide Safety.

<https://www.unmc.edu/publichealth/cscash/documents/FarmSafety-chemical.pdf>.

### **Seguridad en el uso del tractor**

OSHA (2015) Agricultural Safety Fact Sheet: Protecting Agricultural Workers from Tractor Hazards.

<https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA3835.pdf>.

## Derechos de los empleados de las granjas lecheras

Los trabajadores de las granjas lecheras tienen ciertos derechos en el lugar de trabajo. Entre ellos, el derecho a:

- Recibir capacitación en seguridad y salud en el lugar de trabajo en un idioma que entiendan
- Trabajar con máquinas seguras
- Recibir el equipo de seguridad requerido, como por ejemplo guantes o un arnés y una cuerda de salvamento para prevenir caídas
- Estar protegido contra sustancias químicas tóxicas
- Solicitar una inspección de la OSHA y hablar con el inspector
- Reportar una lesión o enfermedad y obtener copias de su historial médico
- Revisar los registros de lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo
- Ver los resultados de las pruebas realizadas para detectar peligros en el lugar de trabajo

## Denuncie las infracciones de seguridad, sin miedo

Si observa un peligro en la granja, informe de la situación a su supervisor o empleador.

Si su empleador no le protege de los peligros del lugar de trabajo como es debido, tiene derecho a denunciarlo.

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) es una agencia federal que ayuda a prevenir y proteger a los trabajadores para que no mueran o se lesionen gravemente en el trabajo.

### CONTACTE CON OSHA

Hay 5 maneras:

1. **Por teléfono**: Llame al 1 (800) 321 - 6742
2. **En línea**: Envíe su queja en línea a OSHA en <https://www.osha.gov/ords/osha7/eComplaintForm.html>
3. **Por fax o correo electrónico**: Envíe por fax o por correo electrónico el formulario de denuncia en línea a su oficina local de OSHA. Incluya su información de contacto.
4. **Por correo**: Envíe una carta describiendo su denuncia a su oficina local de OSHA.
5. **En persona**: Visite su oficina local de OSHA.

Usted nunca tiene que revelar su estatus migratorio a OSHA

Usted tiene derecho a un lugar de trabajo seguro - ¡no importa su ciudadanía!

Las leyes de denuncia que OSHA hace cumplir prohíben a los empleadores tomar represalias contra los empleados por participar en actividades protegidas por esas leyes.

Si usted denuncia a su empleador, éste **no puede**

- Despedirlo o cesarlo
- Descenderle de categoría
- Negarle horas extras o un ascenso
- Disciplinarle
- Negarle beneficios
- No contratarle/recontratarle
- Intimidarle o acosarle
- Amenazarle
- Reasignarle a un puesto menos deseable o hacer algo que le impida un ascenso
- Reducir o cambiar su salario u horario
- Aislarle, condenarle al ostracismo o burlarse de usted, o acusarle falsamente de su mal rendimiento
- Hacer que sus condiciones de trabajo sean tan insoportables que usted renuncie
- Denunciarlo o amenazar con denunciarlo a la policía o a las autoridades de inmigración

Si su empleador viola sus derechos de denunciante, puede quejarse a la OSHA **dentro de un plazo de 30 días** a partir de la acción adversa.