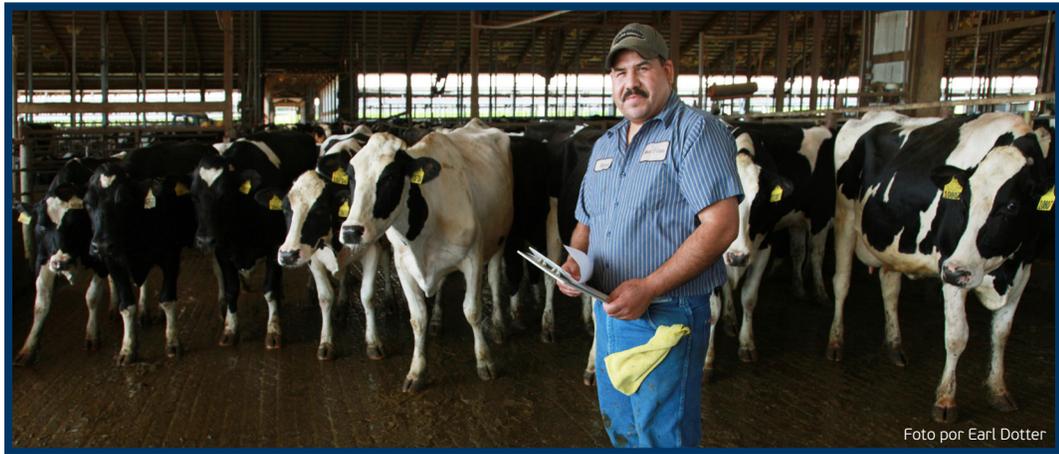


# ¡TÚ DARÁS EL ENTRENAMIENTO!

## Guía para ayudarte a entrenar trabajadores



### ¿Por qué es importante entrenar trabajadores acerca de la seguridad en las lecherías?

La industria de la lechería, como la agricultura en general, puede ser peligrosa. Los trabajadores de las lecherías pueden lesionarse al hacer su trabajo. Los entrenamientos sobre la seguridad pueden ayudar a los trabajadores a entender los riesgos y las maneras de evitar lesionarse. En las lecherías, casi la mitad de los trabajadores son inmigrantes. Estos trabajadores tienen poca experiencia en la industria ganadera de ranchos modernos, no están acostumbrados a las maneras de mantenerse seguros, y enfrentan problemas del idioma y diferencias culturales.



### ¿Qué incluye este manual de entrenamiento?

Este es un manual de entrenamiento acerca de la salud y la seguridad para los trabajadores inmigrantes en las lecherías. Se incluyen cinco lecciones acerca de los siguientes temas:

- Lección 1    Cómo trabajar con seguridad en las lecherías
- Lección 2    Trabajando con seguridad con el ganado
- Lección 3    Manteniendo la seguridad con el equipo y la maquinaria
- Lección 4    Derechos y responsabilidades de los trabajadores: Seguridad y Salud
- Lección 5    Trabajando seguro con los químicos, espacios cerrados y los silos



Para más información contacte al Centro Nacional de Medicina Agrícola en 800-662-6900 o [nfmcsh@mcrf.mfldclin.edu](mailto:nfmcsh@mcrf.mfldclin.edu)

Para obtener los materiales visite la página [www.migrantclinician.org/seguridad](http://www.migrantclinician.org/seguridad)

# Cada lección tiene cuatro partes

1

## Resumen de instrucciones

Esta parte contiene un resumen de los objetivos de cada lección, los materiales que necesitará, y el tiempo que tomará completar la lección.

2

## Antecedentes

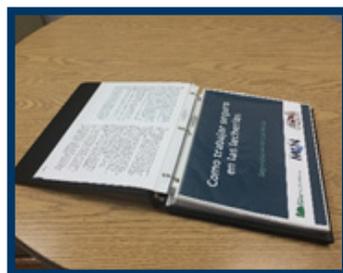
Esta parte incluye la información básica para ayudarle a usted – la persona que va a dar el entrenamiento, a identificar los riesgos principales y entender las recomendaciones de prevención.

3

## Guía con imágenes e instrucciones paso-por-paso

Cada lección tiene imágenes a color para mostrar a los participantes durante el entrenamiento. Cada imagen tiene notas con instrucciones de lo que el entrenador tiene que decir y hacer. Esta parte también incluye las actividades para ayudar a los trabajadores a participar en el entrenamiento y compartir sus experiencias y conocimientos. Las notas con instrucciones son solamente para que las lea el instructor y las imágenes son para que las vean los participantes. Usted puede mostrar las imágenes de dos maneras.

- » Puede usar una carpeta con las imágenes y las instrucciones para que usted las siga paso a paso. La fotografía de la derecha le muestra la forma de colocar la carpeta. De esta forma, tanto los participantes como el entrenador ven la parte que les corresponde. La parte de enfrente contiene las imágenes para mostrar a los participantes y la parte de atrás contiene las instrucciones que necesita el entrenador para realizar el entrenamiento.



- » También puede utilizar una computadora para mostrar las imágenes. Y si tiene un proyector, puede conectar la computadora al proyector para mostrar las imágenes en una pantalla o en una pared de color claro. Las imágenes y la guía con las instrucciones están disponibles en este sitio de internet: [www.migrantclinician.org/seguridad](http://www.migrantclinician.org/seguridad). Usted debe tener los materiales listos antes del entrenamiento. Imprima las instrucciones paso-a-paso para usted y los materiales de apoyo que necesitará repartir a los participantes.
- » *Los documentos para el manual se pueden usar para una presentación con computadora y proyector o para imprimirse e instalarlos en la carpeta. Estos materiales los puede obtener en [www.migrantclinician.org/seguridad](http://www.migrantclinician.org/seguridad).*

**El principal peligro en la lechería es...**



**el GANADO**

**Ask the group with Hazard A – Cattle:**  
Please share with the group how cattle can cause injuries and illness and what types of injuries and illness can result when working around cattle.

**Explain:**  
Cows and bulls are the cause of most injuries and some illnesses on a dairy farm.

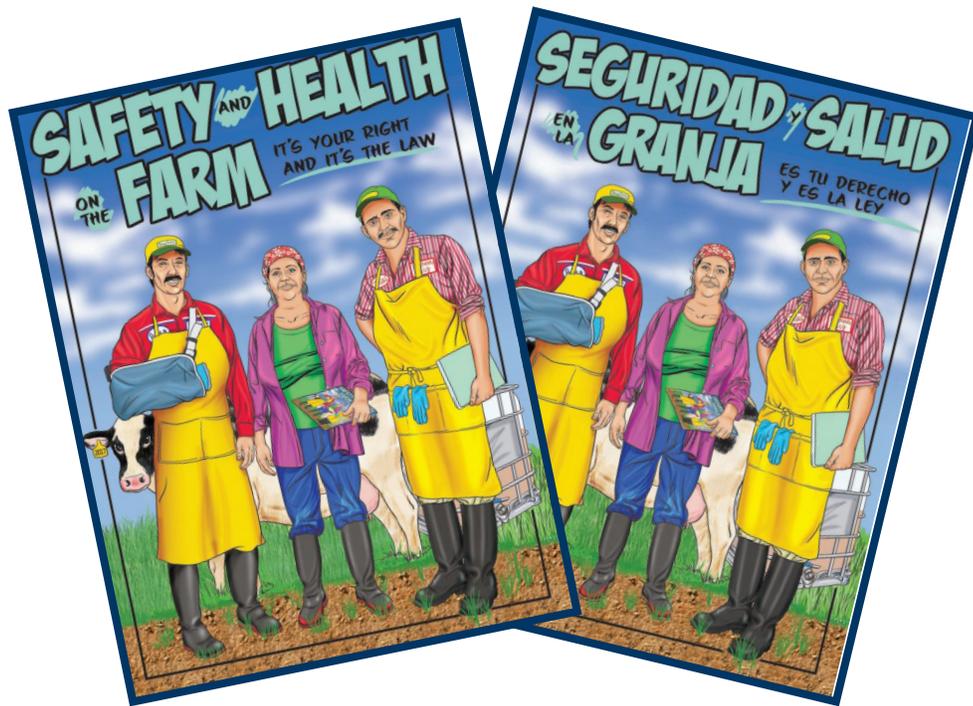
**Pregunte al equipo del Peligro A – El ganado:**  
Por favor digan al grupo los peligros del ganado que puede causar lesiones y transmitir enfermedades, y también qué tipos de lesiones y enfermedades son causadas al trabajar alrededor del ganado.

**Explique:**  
Las vacas y los toros son la causa de la mayoría de las lesiones y algunas enfermedades en una lechería.



## Materiales de apoyo y otros formatos

Esta parte incluye los materiales que usted necesitará repartir a los participantes, por ejemplo la hoja de registro, volantes, libros cómicos, papel para dibujar, tarjetas y juegos.



## Preguntas frecuentes acerca de cómo dar un entrenamiento



### ¿Cómo les gusta aprender a los adultos?

Los adultos tienen mucho conocimiento y experiencia por haber vivido sus vidas. Los trabajadores saben mucho sobre su trabajo y su experiencia puede ser muy valiosa durante el entrenamiento. Para ayudar a los trabajadores usted deberá.

- Dar oportunidades de compartir sus prácticas de seguridad y su conocimiento sobre cómo prevenir lesiones y reducir riesgos.
- Hacer preguntas y realizar actividades divertidas. Es importante entrenar a los trabajadores de tal forma que ellos mismos participan activamente en su propio proceso de aprender.
- Hacer un resumen y repetir la información.
- Recuerde que usted es la persona que está entrenando y su trabajo es guiarles en su aprendizaje.



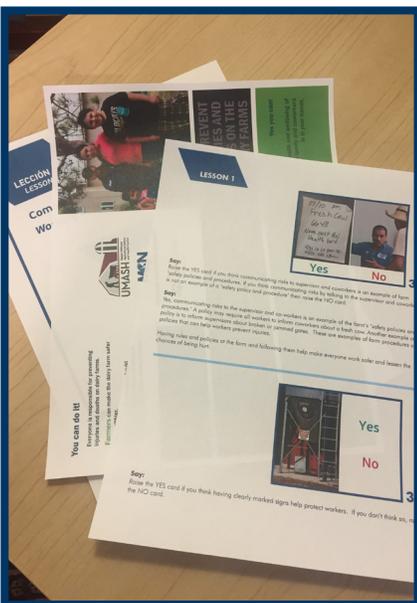
## ¿Por qué es importante alentar la participación?

Las personas aprenden mejor cuando están activas e involucradas en su proceso de aprender. Hacer cosas con sus manos, participar en juegos, y responder preguntas son algunos ejemplos de las herramientas útiles para animar a los trabajadores a participar. Estas actividades crean un ambiente cómodo para los participantes, son oportunidades divertidas para aprender, y ayudan a retener la información presentada durante el entrenamiento. Asegúrese de que la participación es voluntaria y de no forzar a nadie a participar. Es importante respetar a los trabajadores que no se sienten cómodos con participar en alguna actividad.



## ¿Cuál es la mejor forma de prepararse para el entrenamiento?

1. Lea todas las cuatro partes de cada lección cuidadosamente antes del entrenamiento.
2. Practique cada lección. Lea en voz alta para practicar y medir el tiempo para mantener la lección en una hora.
3. Haga un plan para que pueda:
  - Compartir el plan de entrenamiento con el dueño o supervisor del rancho y obtener su aprobación.
  - Encontrar un espacio sin ruido y con sillas para realizar el entrenamiento.
  - Anunciar el día, la hora, y el lugar del entrenamiento a los trabajadores. Una lección por semana funciona muy bien.



## ¿Cuáles materiales necesita preparar para el entrenamiento?

Cada lección contiene los materiales que necesitará usar o distribuir a los participantes para ayudarles a recordar la información importante sobre seguridad. Es importante que prepare esos materiales y haga las copias necesarias antes de cada entrenamiento. Distribuya los materiales al final del entrenamiento, o durante el entrenamiento cuando así lo indican las instrucciones.

**National Farm Medicine Center**  
**DAIRY HEALTH AND SAFETY TRAINING ATTENDANCE RECORD**  
 Registro de Asistencia Entrenamiento de Salud y seguridad en Lecherías

Farm Name: ABC Farm Date: 1 / 18 / 16  
 Nombre del Rancho Fecha  
 City, State: Mechanicville, VT Time: 12:00 AM (PM)  
 Ciudad, Estado Hora  
 Training Location on Farm: Agrocenter Room Duration: 60 mins  
 Lugar de Entrenamiento en el Rancho Duración

Trainer Name: Marcos Nieto Sanchez Observer Name: \_\_\_\_\_  
 Nombre del Entrenador Nombre del Observador

Lesson Topic: \_\_\_\_\_  
 Tema Lección

1. Hazard Identification & Control  
 Identificación de Peligros & Control

2. Animal Handling  
 Manejo de Animales

3. Machinery & Equipment  
 Equipo y Maquinaria

4. Workers' Rights & Responsibilities  
 Derechos & Responsabilidades de los Trabajadores

5. Chemicals, Confined Spaces & Silos  
 Químicos, Espacios Cerrados & Silos

Other: \_\_\_\_\_  
 Otro

Employee Names (please print)  
 Nombre Empleados (escriba nombre)

1. <u>Ricardo Garay</u>	13.
2. <u>Deliana Garcia</u>	14.
3. <u>Elvira Coronado</u>	15.
4. <u>Saul Delgado</u>	16.
5.	17.
6.	18.
7.	19.
8.	20.
9.	21.
10.	22.
11.	23.
12.	24.

## ¿Por qué se necesita la hoja de registro de participantes?

Entrenar trabajadores es un requisito de salud y seguridad importante para los dueños de los ranchos. Prepare una lista con los nombres para que firmen los trabajadores que asisten a cada sesión del entrenamiento. Incluya la fecha y el título del entrenamiento. Al firmar la hoja de registro queda un documento que comprueba el número de trabajadores entrenados.



## ¿Qué hacer para tener un entrenamiento exitoso?

- Si una persona es muy activa y no deja que otros participen, amablemente anime a otros a participar, incluyendo a las personas tímidas, haciéndoles preguntas que requieren respuestas cortas.
- Adapte las actividades cuando sea necesario. Por ejemplo, en lugar de usar las tarjetas SÍ/NO, pida a los participantes levantar la mano para contestar sí o no.
- Organice juegos en equipos.
- Adapte las actividades para un participante cuando sea necesario.
- Use las palabras que son conocidas por los trabajadores. Por ejemplo, en el manual se usa la palabra 'granja', pero los trabajadores podrían conocer mejor la palabra 'rancho' o 'finca'.

Siempre es muy importante adaptar el entrenamiento para cumplir con las necesidades de los participantes. Algunas lecciones tienen juegos con preguntas para ayudar a los participantes a repetir lo que han aprendido. Los participantes ganan puntos si contestan correctamente. Esto lo puede hacer al dividir el grupo en dos equipos. Pregunte a un equipo una pregunta y deles tiempo de contestar. Si no saben la respuesta, pregunte al otro equipo. El equipo que tenga más puntos gana un premio (si hubiera disponible). Si no hace el juego, también puede hacer las preguntas a todos los participantes para repetir la información al final del entrenamiento.

# ¡ENTRENANDO CON ÉXITO!

## Cómo entrenar adultos

- Sea flexible
- Permita que hablen de sus experiencias y dificultades
- Haga preguntas
- Haga un resumen y repita la información para recordarles la información importante o difícil
- Use palabras que conocen y entienden los participantes

## Cómo fomentar el aprendizaje

- Haga preguntas
- Organice juegos
- Haga concursos
- Pida que discutan o lean en voz alta
- Anime a los participantes a que dibujen o hagan listas
- Escuche antes de contestar
- Repita la información

## Cómo saber si aprendieron los trabajadores

- Haga preguntas frecuentemente acerca de la información
- Haga las mismas preguntas antes y después del entrenamiento para medir los cambios
- Escriba las preguntas de los participantes que usted no sabe, y busque la respuesta después del entrenamiento

## Cómo crear un ambiente cómodo para aprender

- Asegúrese que todos participen – hombres y mujeres, jóvenes y adultos, callados y hablantines, trabajadores nuevos y trabajadores con experiencia
- Corrija respetuosamente la información equivocada
- Pida a todos que respeten las ideas, preguntas y comentarios de los demás
- Haga una actividad divertida al iniciar la lección para animar a los participantes

## Cómo hablar para comunicarse

- Hable despacio y fuerte
- Escuche atentamente
- Haga preguntas y deses tiempo para contestar
- Evite culpar a cualquier persona
- Anime a todos a participar y compartir su conocimiento y experiencias