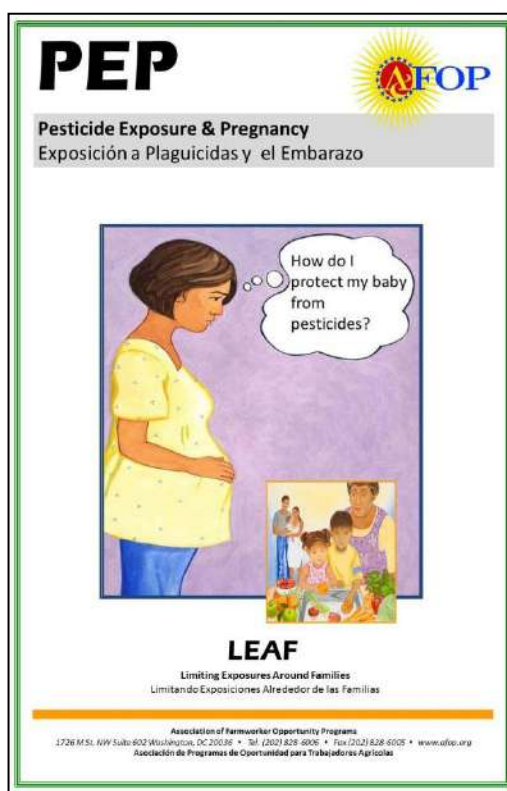




Hello everyone!

I'm (trainer's name) and I'm here today to talk to you about how we can avoid being exposed to pesticides during pregnancy.

Can everyone hear me?

Can everyone see the flipchart?

Does anyone know what pesticides are?

¡Hola a todos y todas!

Me llamo (nombre del entrenador), y estoy aquí para hablar con ustedes de como pueden prevenir la exposición a pesticidas durante el embarazo.

¿Pueden escucharme?

¿Pueden ver el rotafolio?

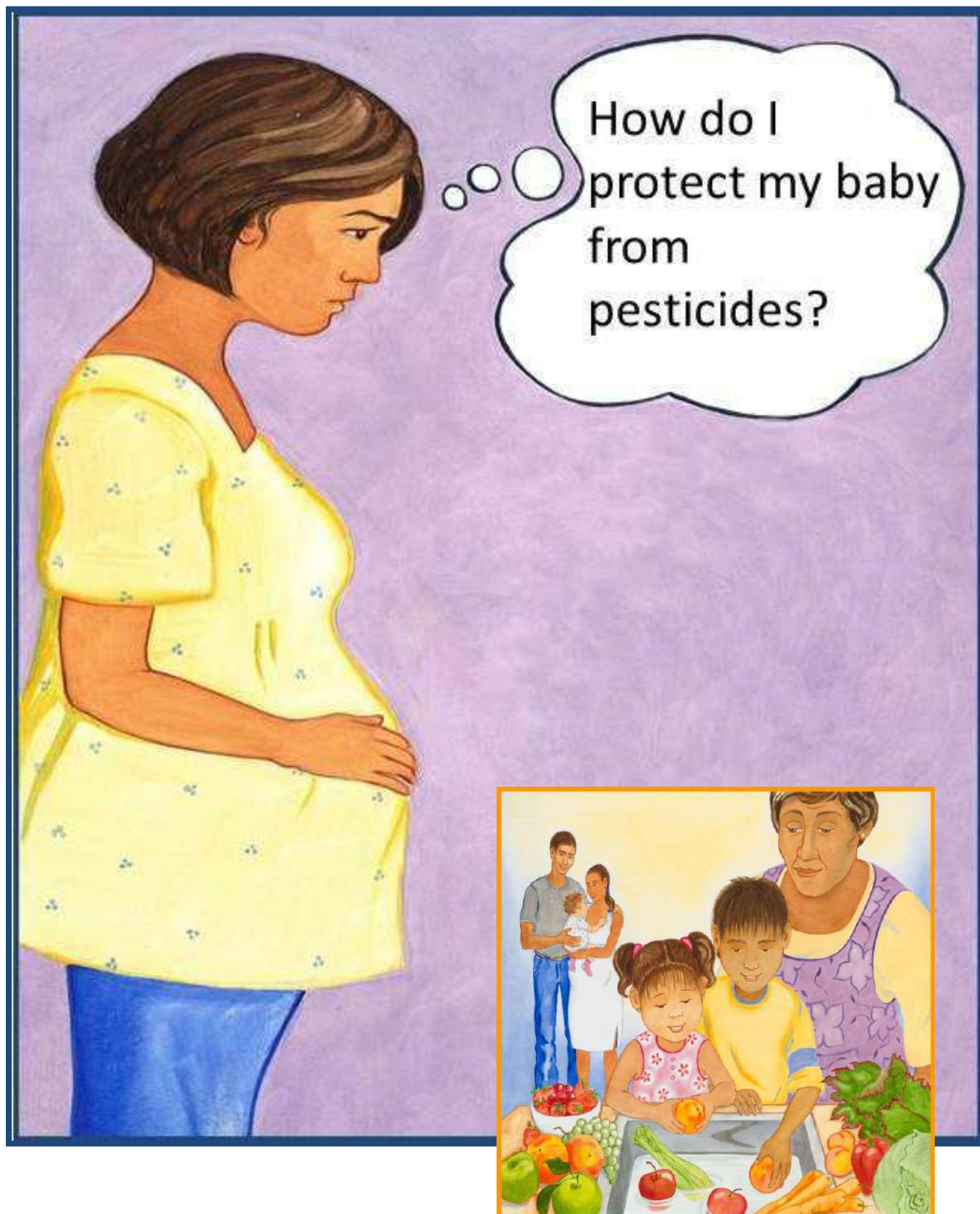
¿Alguien sabe qué son los pesticidas?

PEP



Pesticide Exposure & Pregnancy

Exposición a Pesticidas y el Embarazo



LEAF

Limiting Exposures Around Families

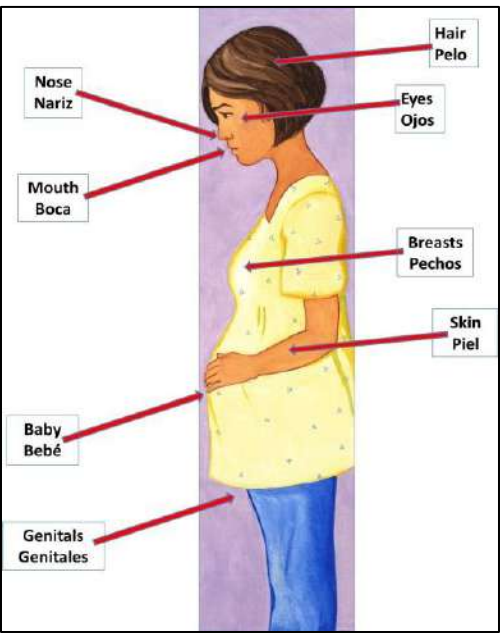
Limitando Exposiciones Alrededor de las Familias

Association of Farmworker Opportunity Programs

1726 M St. NW Suite 602 Washington, DC 20036 ♦ Tel. (202) 828-6006 ♦ Fax (202) 828-6005 ♦ www.afop.org

Asociación de Programas de Oportunidad para Trabajadores Agrícolas

Having a healthy pregnancy is more than just eating healthy and getting good prenatal care. It’s important to keep where you live and work safe from things that can harm you and your baby, such as chemicals.



Tener un embarazo saludable es mucho más que comer saludable y tener buena atención prenatal. Es importante también mantener su hogar y trabajo seguros contra las cosas que pueden herir su bebé como son los químicos.

Pesticides are chemicals used to prevent, destroy, or repel pests. Pests can be insects, mice and other animals, weeds, fungi, or bacteria and viruses. Pesticides are found in your home and at your work.

Being in contact with pesticides is harmful, especially during pregnancy. It may lead to miscarriages, preterm births, low birth weight, birth defects and learning problems in children.

If you live or work in an area with crops, you may be exposed to large amounts of pesticides. During pregnancy avoid being exposed to pesticides.

(ACTIVITY 1) Can anyone tell me the ways pesticides can enter your body?

- Mouth
- Eyes
- Skin
- Nose
- Genitals

IMPORTANT: Pesticides have harmful substances that can get into your body through your skin or when you breathe, eat or drink.

It is important to take precautions even if you are not pregnant, but you are planning to be, or if you could be. Often pesticide exposure can happen in the first weeks before a woman realizes she’s pregnant and those first weeks are the most dangerous time for exposure.

Los pesticidas son químicos que usamos para prevenir, matar o repeler plagas. Las plagas pueden ser insectos, ratones u otros animales, hierbas, hongos o bacteria y virus. Los pesticidas se encuentran en el hogar y en el trabajo.

Tener contacto con los pesticidas es peligroso, especialmente durante el embarazo. Puede causar abortos espontáneos, partos prematuros, bebés con bajo peso, defectos de nacimiento y problemas de aprendizaje.

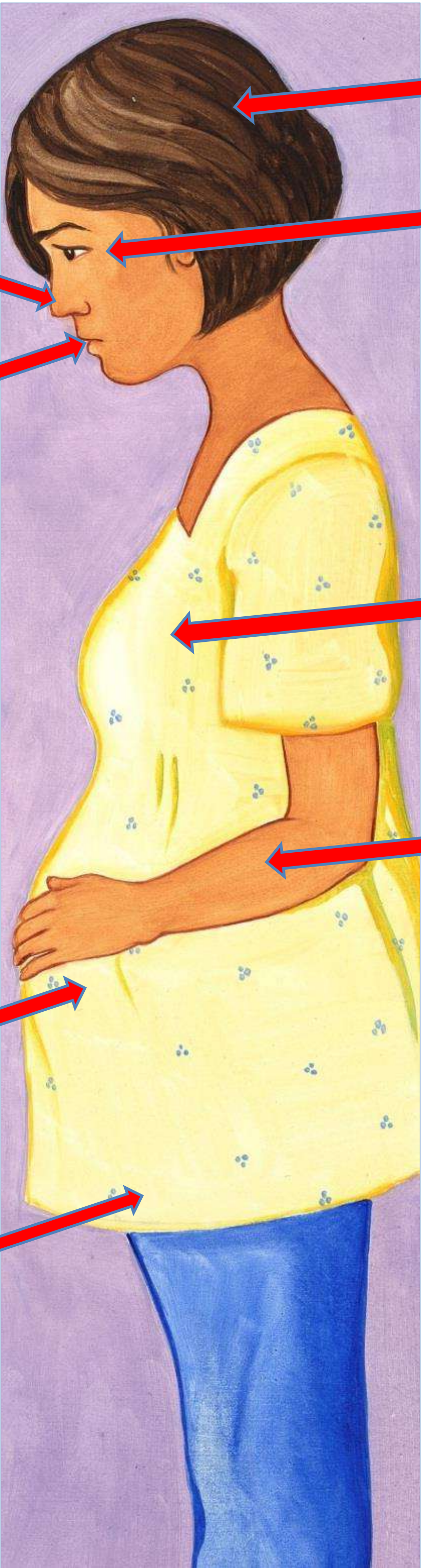
Si usted vive o trabaja en un área donde se cultiva, puede ser que usted esté expuesto a cantidades grandes de pesticidas. Durante el embarazo evite la exposición a los pesticidas.

(ACTIVIDAD 1) ¿Alguien quien puede decirme las maneras en que los pesticidas pueden entrar el cuerpo?

- La boca
- Los ojos
- La piel
- La nariz
- Los genitales

IMPORTANTE: Los pesticidas tienen sustancias peligrosas que pueden entrar al cuerpo a través de la piel o cuando usted respira, come o bebe algo.

Es importante ser precavido cuando se esta planeando quedar embarazada o si existe la posibilidad de que pudiera estar embarazada. Muchas veces la exposición a los pesticidas puede pasar en las primeras semanas antes de que una mujer se de cuenta que está embarazada y es en estas semanas que hay más peligro a la exposición a los pesticidas.



Hair
Pelo

Eyes
Ojos

Nose
Nariz

Mouth
Boca

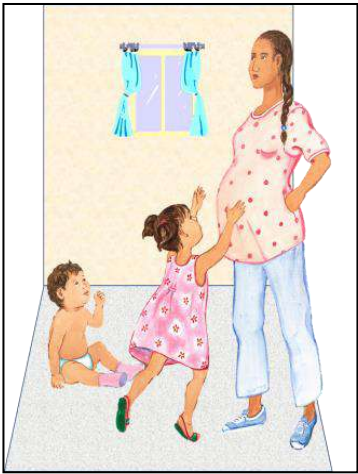
Breasts
Pechos

Skin
Piel

Baby
Bebé

Genitals
Genitales

During your life your body accumulates chemicals from different sources. These chemicals pass through the placenta during pregnancy and the milk during breastfeeding, exposing your baby to them.



Durante su vida, el cuerpo acumula químicas de varias fuentes. Esos químicos pasan a través de la placenta durante del embarazo y cuando está dando pecho, causando la exposición de su bebé a los químicos.

During your **first trimester of pregnancy**, your baby’s nervous system is developing. You definitely want to avoid any type of exposure to pesticides during this time.

If you discover you are pregnant and you live near an area where pesticides are being used, it is best to avoid exposure to these chemicals.

It is not known exactly what causes many birth defects and learning disabilities, but pesticides may be a contributing factor, especially if exposed in the first trimester.

Cancers are also linked to heavy exposure to agricultural pesticides and not the chemicals found in average homes.

The **second and third trimesters** are major periods for your baby’s physical growth. Exposure to pesticides during this stage can result in low birth weight, increasing the chance of developing a lifetime of health issues, like mental and behavioral problems.

Pre-term births may be caused by pesticide exposure during pregnancy. Women with high amounts of pesticides in the body may give birth before the expected date. This can cause health problems that last a lifetime.

Durante el **primer trimestre** de su embarazo, el sistema nervioso de su bebé se está desarrollando. Es durante esta etapa que usted necesita evitar cualquier tipo de la exposición a los pesticidas.

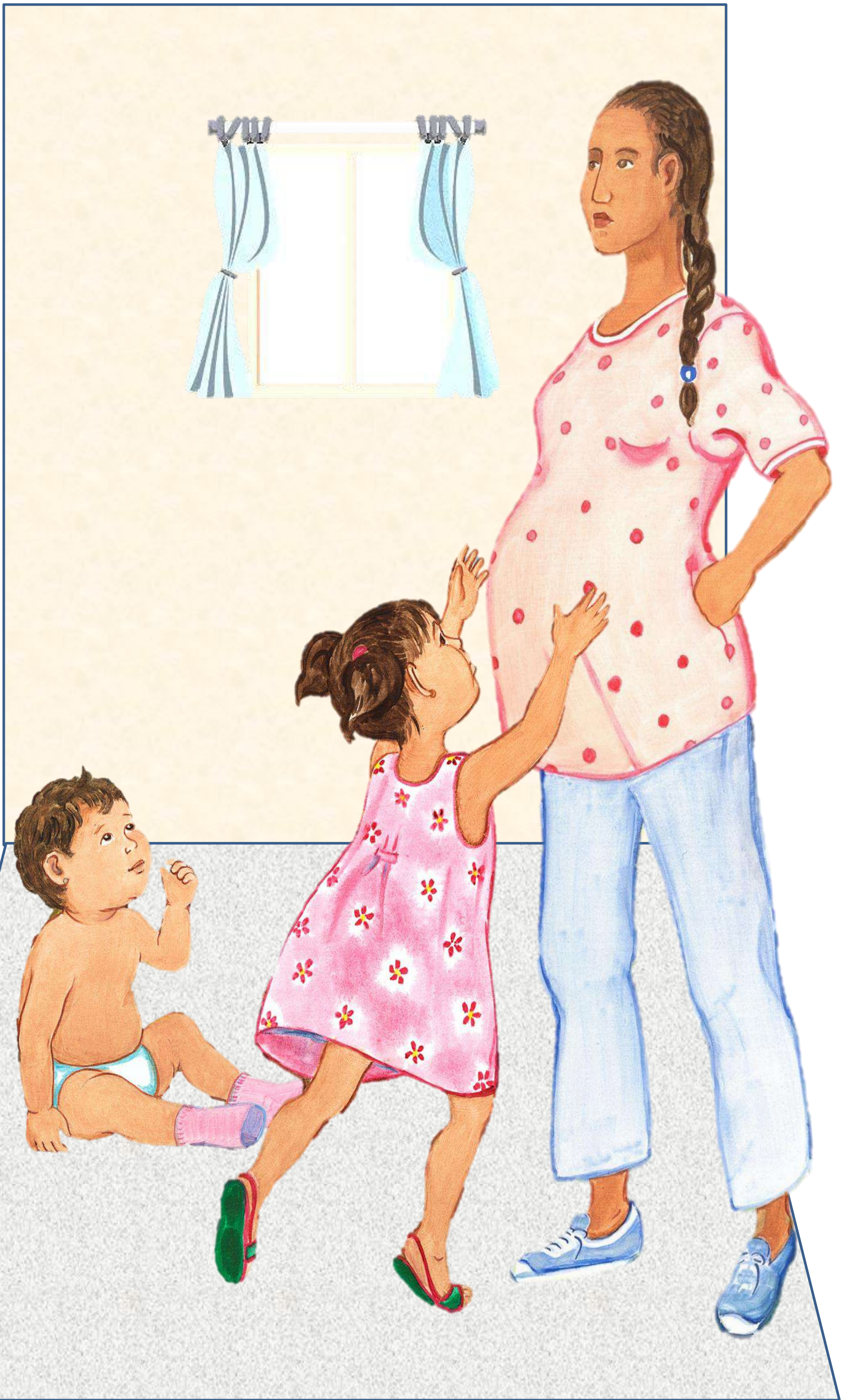
Si usted descubre que está embarazada y vive cerca de donde se aplican pesticidas, es mejor evitar la exposición a estos químicos.

No se sabe exactamente que es lo que causa los defectos de nacimiento y las discapacidades de aprendizajes pero los pesticidas pueden ser un factor contribuyente, especialmente si la mamá y el feto están expuestos durante del primer trimestre.

También existe un enlace entre la incidencia de cáncer y la exposición excesiva a los pesticidas agrícolas, pero no a los químicos que se usan en la casa.

El segundo y tercer trimestre son etapas importantes para el crecimiento de su bebé. La exposición a los pesticidas durante de estas etapas puede causar que el bebé nazca bajo peso y tenga una vida llena de problemas de salud como por ejemplo, de mentales y de comportamiento físico.

El parto prematuro puede ser causado por la exposición a los pesticidas durante del embarazo. Las mujeres con niveles altos de pesticidas en sus cuerpos pueden dar la luz antes de la fecha prevista. Eso puede causar problemas de salud para el bebé para el resto de su vida.



All pesticides have the potential to cause harm if not used correctly.

If you choose to use pesticides during your pregnancy, make sure you read the warning labels on all pesticide packages before using.



Todos los pesticidas tienen el potencial para causar daño si no se usan correctamente.

Si usted elige utilizar los pesticidas durante del embarazo, asegúrese de leer las etiquetas de todas los paquetes antes de usarlos.

The safest plan is to avoid using pesticides in your home or on your job during your pregnancy. Using alternatives such as, **vinegar, lemon, and baking soda** are recommended.

If pesticides must be used at your home or job during your pregnancy following these guidelines will decrease your exposure:

- Have a certified handler apply the pesticides.
- Avoid entering into areas where pesticides were applied for the amount of time indicated on the pesticide warning label.
- Remove food, dishes, and utensils from the area before the pesticide is used.
- Wash the area where food is prepared after pesticides are applied.
- If pesticides are used just outside your home then close windows and turn off air conditioners until the pesticides clears away to avoid pesticides entering home.

Lo mejor es de evitar el uso de pesticidas en la casa o el trabajo durante del embarazo. Es recomendable el uso de productos alternativos como **el vinagre, el limón o el bicarbonato de sodio**.

Si es necesario el uso de los pesticidas en su casa o su trabajo, siga estos pasos para disminuir el riesgo de exposición:

- Pida a una persona que tenga licencia para manejar pesticidas que los aplique.
- No entre las áreas donde aplicaron los pesticidas por el tiempo indicado en la etiqueta del paquete.
- Guarde la comida, los platos y los utensilios antes de usar los pesticidas.
- Lave el área donde prepara la comida después de que aplique los pesticidas.
- Si usa los pesticidas fuera de la casa, cierre las ventanas y apague el aire acondicionado y los ventiladores hasta que se disipen los pesticidas para evitar que entren la casa.



Whether you are pregnant or not, it is very important to protect yourself from pesticides while working in the fields.

How can we avoid being exposed to pesticides at work?



Si usted está o no embarazada, es muy importante protegerse de los pesticidas mientras está trabajando en el campo.

¿Cómo podemos evitar la exposición a los pesticidas en el trabajo?

If pesticides are used at your *job* during your pregnancy following these guidelines will decrease your exposure:

- Avoid working in fields where pesticides have been recently applied. Fields which have been recently sprayed should have a “no entre” sign.
- If you must work in fields where pesticides were recently applied, then wear protective clothing. Your employer is required to provide the appropriate protective clothing for you.
- Wear gloves when working in any field.
- Wash hands before eating, drinking, or chewing gum.
- Always bathe as soon as you get home to wash off any pesticide residue.
- Wash your work clothes immediately and wash them separately from your non-work cloths and your kids cloths, and make sure your spouse or partner does the same if he is working in the fields too.

Si los pesticidas son usados en su trabajo durante su embarazo, siga estos pasos para reducir el riesgo de exposición:

- Evite trabajar en los campos donde acaban de aplicar los pesticidas. Los campos que han sido fumigados recientemente deben tener un aviso que diga “no entre.”
- Si usted tiene que trabajar en los campos, donde pesticidas han sido aplicados recientemente póngase el Equipo de Protección Personal (PPE). Su patrón tiene que darle el PPE.
- Use guantes mientras trabaja en cualquier campo.
- Lávese las manos antes de comer, beber o masticar chicle.
- Báñese tan pronto llegue a su casa para quitarse todo los residuos de los pesticidas.
- Lave la ropa del trabajo de inmediato y separada de la ropa regular y de la familia. Asegúrese de que su pareja haga lo mismo si él o ella trabaja en el campo.



DANGER
PESTICIDES

PELIORO
PESTICIDAS



CHEMICAL APPLIED _____ DATE _____ TIME _____
TIME OF REENTRY _____ DATE _____ TIME _____

KEEP OUT**NO ENTRE**



REVIEW:

What are pesticides?

A pesticides is a chemical used to prevent, destroy, or repel pests. Pests can be insects, mice and other animals, weeds, fungi, or bacteria and viruses.

Are pesticides found in the home?
Yes.

Can you name a few?

- Roach spray
- Garden sprays
- Rat poisons
- Pet collars
- Pool chemicals
- Mosquito spray
- Household cleaners

Is it dangerous for a pregnant woman or a woman trying to get pregnant to be in contact with pesticides?
Yes.

Why?

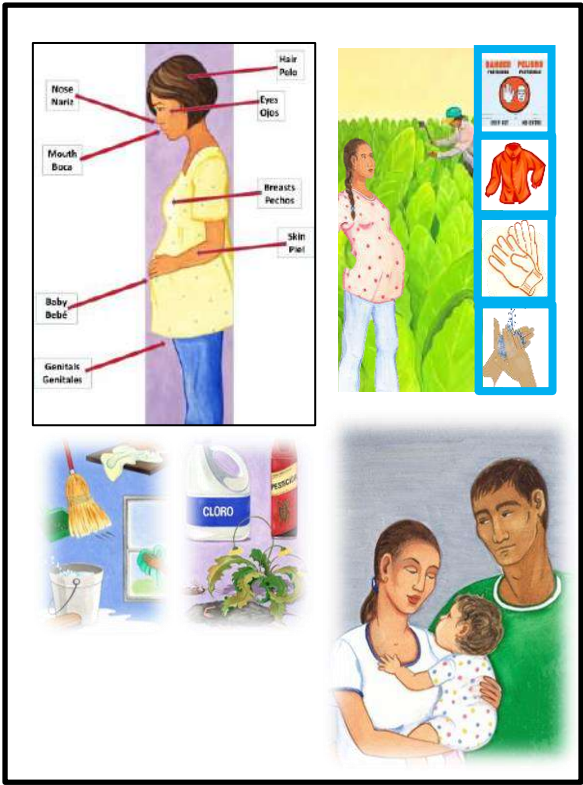
Can cause:

- Miscarriage
- Low birth weight
- Premature births
- Birth defects
- Still births

Can you help limit pesticide exposure for you and your baby, and your family?
Yes.

How?

- Always use clean clothes
- Cover your skin with long-sleeved shirts and long pants
- Wash your hands before eating and using the bathroom
- Remove clothes before entering house
- Wash work clothes separately



Repaso:

¿Qué son los pesticidas?

Los pesticidas son químicos que usamos para prevenir, matar o repeler plagas. Las plagas pueden ser insectos, ratones u otros animales, hierbas, hongos o bacteria y virus. Los pesticidas se encuentran en el hogar y el trabajo.

¿Encontramos pesticidas en la casa?
Sí.

¿Pueden nombrar algunos?

- Aerosoles para matar cucarachas
- Collares para mascotas
- Aerosoles para jardines o matar zancudos
- Veneno para ratas
- Productos de limpieza

¿Es peligroso para una mujer embarazada o que quiera tener un bebé tener contacto con los pesticidas?
Sí.

¿Por qué?

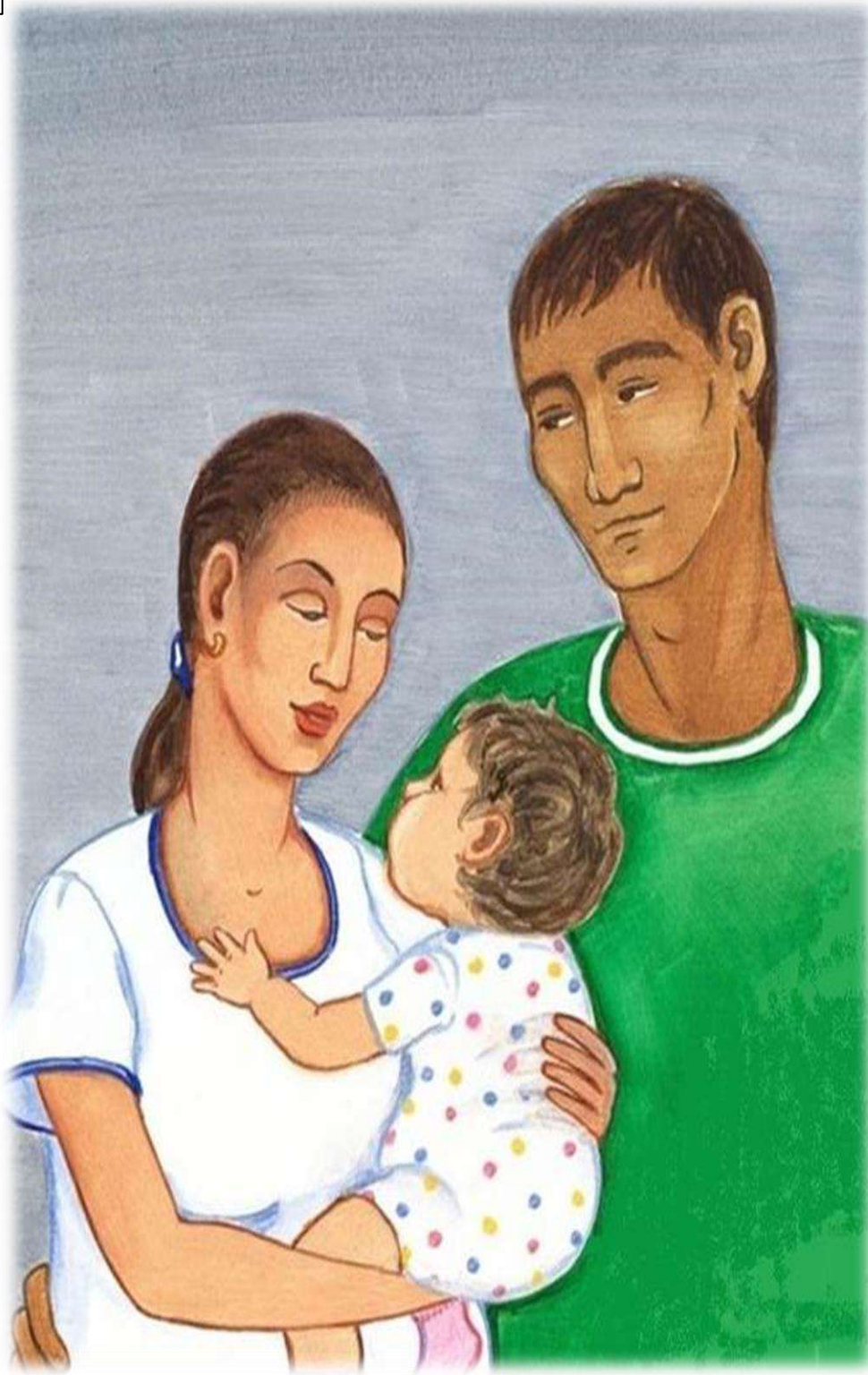
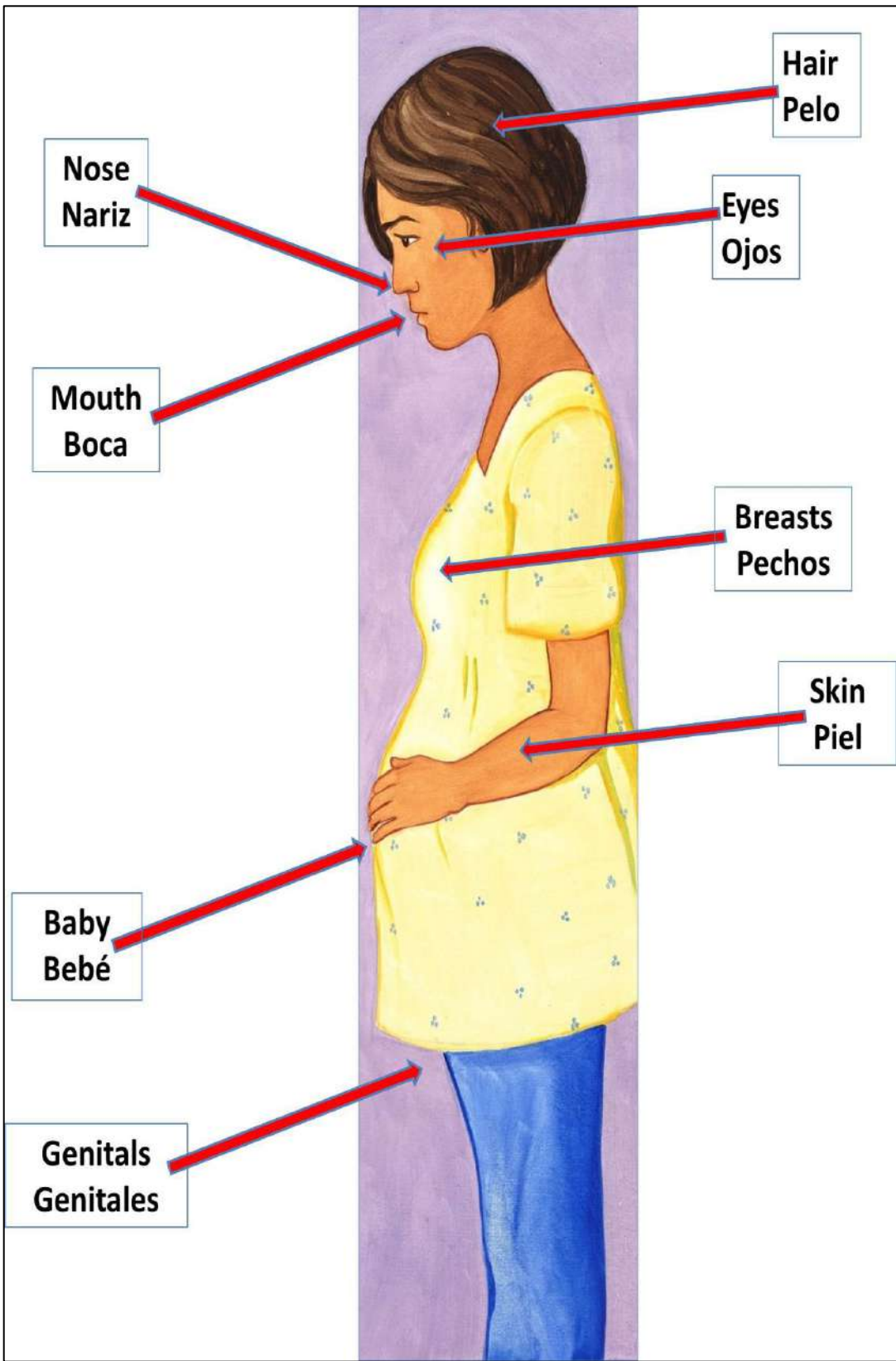
Eso puede causar:

- Abortos
- El parto prematuro o nacido muerto
- Un bebé de bajo peso
- Defectos de nacimiento

¿Puede usted limitar los riesgos de la exposición a los pesticidas para usted, su bebé y su familia?
Sí.

¿Cómo?

- Siempre use ropa limpia
- Póngase camisas de manga larga y pantalones largos
- Lávese las manos antes de comer o usar el excusado (inodoro)
- Quítese la ropa antes de entrar la casa
- Lave la ropa de trabajo separada de la demás



Trainer’s Guide:

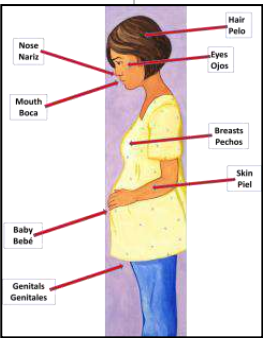
PEP has been designed as an add-on to the LEAF curriculum, as well as a stand alone training.

Guía para el Entrenador

PEP ha sido diseñado para complementar al currículo de LEAF, y a su vez fue creado para ser un entrenamiento por sí solo.

Key Points:

- What are pesticides
- Danger of pesticide exposure during pregnancy
- How pesticides can enter our body



Puntos claves:

- Qué son los pesticidas
- El riesgo de la exposición a los pesticidas durante el embarazo
- Cómo los pesticidas pueden entrar el cuerpo

Activity 1:

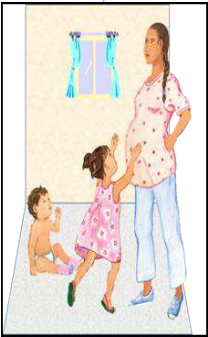
1. Trainer will ask how can pesticides enter our body.
2. Participants will be handed arrows that will be stick to flipchart in order to identify the areas where pesticides enter our body

Actividad 1:

1. El entrenador va a preguntar cómo los pesticidas pueden entrar el cuerpo
2. Los participantes van a recibir flechas que se pegan al rotafolio para identificar los áreas del cuerpo donde los pesticidas pueden entrar el cuerpo

Key Points:

- Danger of pesticide exposure during **1st, 2nd and 3rd trimester** of pregnancy
- Birth defects due to pesticide exposure during pregnancy



Puntos Claves:

- El peligro de la exposición a los pesticidas durante **1^{er}, 2^{do} y 3^{er} trimestre** del embarazo
- Los defectos de nacimiento causados por la exposición a los pesticidas durante el embarazo

Key Points:

- Alternatives to pesticides
- Pesticide exposure prevention



Puntos Claves:

- Productos alternos
- Prevención de la exposición de los pesticidas

Activity 2: Demonstration of alternative to pesticide effectiveness

1. Trainer may bring a piece of tile with fungus
2. Trainer will put some vinegar on a cloth and clean fungus

Actividad 2: Una demostración de la eficacia de los productos alternos

1. El entrenador puede traer una cerámica con hongo
2. El entrenador va a usar un trapo con el vinagre para limpiar el hongo

Key Points:

- Avoid pesticides at work
- If pesticides are used at work, follow guidelines



Puntos Claves:

- Evite los pesticidas en el trabajo
- Si se usan pesticidas en el trabajo, siga las recomendaciones

- Review of information provided

- Repaso de la información





Association of Farmworker Opportunity Programs

1726 M St. NW Suite 602 Washington, DC 20036 ♦ Tel. (202) 828-6006 ♦ Fax (202) 828-6005 ♦ www.afop.org

The mission of the Association of Farmworker Opportunity Programs (AFOP) is to improve the quality of life for migrant and seasonal farmworkers and their families by providing advocacy for the members that serve them. Our vision is that farmworker families will live and work in a healthy, safe environment; earn a living wage; be treated equally under labor standards laws; have increased access to education and social opportunities; and be recognized, valued and respected.

AFOP's Health and Safety Programs seeks to empower migrant and seasonal farmworkers through health and safety education. Project LEAF (Limiting Exposures Around Families) educates farmworker parents about the dangers of "take-home" and "in-home" exposure. PEP (Pesticide Exposure & Pregnancy) is an add-on to the LEAF curriculum as well as a stand alone training. The curriculum urges the farmworker community to consider certain precautions to prevent the transfer of agricultural pesticide residues from their work environments into their homes and other safety measures to prevent exposure to farmworker children, as well as pesticide exposure during pregnancy. In addition, for over 15 years, AFOP has conducted interactive pesticide safety education and training programs for hundreds of thousands of farmworkers, their families and other members of the agricultural community across the country.

"This publication was developed under Cooperative Agreement No. 83474401 awarded by the U.S. Environmental Protection Agency. EPA made comments and suggestions on the document intended to improve the accuracy of the document; however, the views and/or product endorsements do not necessarily reflect those of the Agency."