

Salud laboral en la maquila

UNA GUÍA PARA LOS TRABAJADORES



AGOSTO 2003 • BORRADOR PARCIAL: CAPÍTULOS 1-5

© 2003 Hesperian

Favor de no reproducir ni citar el contenido de esta guía. Estos capítulos son una versión preliminar editada únicamente para los fines del proceso de validación. Si desea recibir una copia del libro cuando esté finalizado, escríbanos por favor.

Hesperian
1919 Addison St. #304, Berkeley, CA 94704
tel: (1-510) 845-4507 fax (1-510) 845-0539
<http://www.hesperian.org>

GUÍA PARA LOS TRABAJADORES DE COSTURA

Página

PRIMERA PARTE: Mejorar el trabajo para mejorar la salud	1
Capítulo 1: Su trabajo, su salud y una comunidad sana	2
Trabajar para ganarse la vida.....	3
La seguridad en el trabajo es responsabilidad del empleador	4
Organizarse para lograr mejores trabajos	4
Los derechos de los trabajadores.....	5
Los derechos laborales claves.....	5
Los derechos de las mujeres	5
Códigos de conducta voluntarios.....	6
El papel de los sindicatos	6
Otras organizaciones laborales.....	7
¿Cómo puede dañar la salud el trabajo en una maquila de costura?	8
Los peligros del trabajo.....	10
Los peligros sociales	12
Las mujeres son las más afectadas	13
Eliminar los peligros es la mejor solución	14
Capítulo 2: El libre comercio = una mala medicina	16
Una carrera hacia abajo	18
Organizarse en las Zonas Francas de Exportación.....	19
Capítulo 3: ¿Dónde empezar?	20
Hable con sus compañeras de trabajo	21
Hablar en grupos pequeños.....	23
Entreviste a muchas trabajadoras	24
Haga un mapa del cuerpo.....	25
Haga un mapa de riesgos.....	26
Haga un mapa de vida	27
Analice en grupo lo que escucharon.....	28
Comparta lo que ha aprendido.....	28
Las causas de raíz de los problemas de salud laborales.....	29
La historia de Juanita.....	30
Conozca las raíces del problema	30
Pregunte: Pero, ¿por qué?	31
Analicen las raíces del problema	32
Capítulo 4: Organizarse para lograr cambios	34
Paso 1: Escojan un problema que tenga importancia para los trabajadores.....	36
Paso 2: Decidan cómo resolver el problema	37
Paso 3: Hablen de sus ventajas, obstáculos y aliados.....	38
Paso 4: Hagan un plan de acción	39
Paso 5: Evalúen los resultados	40
Paso 6: Cambien el plan si es necesario	40
Tomen medidas para ganar cambios.....	42
Obtengan más información y busquen aliados.....	44
Cómo medir los peligros	46

	Página
SEGUNDA PARTE: Peligros y soluciones	47
Capítulo 5: Peligros en el trabajo y soluciones	48
Lesiones por esfuerzo excesivo (ergonomía)	50
Incendios y evacuación	66
Los productos químicos	70
El polvo.....	87
El agua y los escusados	89
Descanso, comida y un lugar par comer	92
Embarazarse y tener hijos sanos	94
El calor y el frío	97
Seguridad de las máquinas.....	101
Seguridad eléctrica	108
El ruido	112
La luz.....	115
La TB (tuberculosis)	116
Cuando usted trabaja en la casa.....	118
Más allá de las paredes de la fábrica	122
 Capítulo 6: Peligros sociales y soluciones	
 (Nota: No se ha redactado este capítulo todavía.)	
El estrés	
Los bajos sueldos y la pobreza	
La presión a trabajar más duro	
La sobrecarga de trabajo y las horas extras obligatorias	
Organizar de un sindicato	
La discriminación	
La discriminación contra la mujer	
El acoso sexual	
La doble jornada: cuidar la familia y el hogar	
Niños trabajadores	
Trabajadores migrantes	
La vivienda y los servicios públicos	
El transporte	
La violencia	
El acceso a servicios de salud	
El VIH/SIDA	
El trabajo forzado	
 Lista de palabras difíciles (Glosario)	 131

Sobre este libro

Este libro es para trabajadores de costura que quieren mejorar las condiciones de salud y seguridad en su trabajo. Si usted trabaja en la costura, puede ayudarle a identificar los peligros en su lugar de trabajo y a hacer cambios para prevenir enfermedades y lesiones laborales. Si usted es un organizador comunitario o laboral, o un trabajador de salud, puede informarle sobre los problemas comunes de salud y seguridad que enfrentan los trabajadores de costura.

La información en este libro será especialmente útil para los trabajadores de maquila en las Zonas Francas de Exportación. En docenas de países alrededor del mundo hay maquiladoras donde se fabrican ropa, zapatos, equipo eléctrico, juguetes, partes de automotores, y otros productos.



Le invitamos a usar cualquier idea que le sirva o que pueda ser adaptada a su situación.

Cómo usar este libro

Hay tres tipos de información en este libro:

- Información sobre los peligros de salud y seguridad en la industria de costura y cómo prevenir los problemas causados por estos peligros.
- Sugerencias de cómo organizarse con los compañeros de trabajo y otras personas para mejorar las condiciones de trabajo.
- Secciones de referencia con información adicional.

El índice da el número de la página donde comienza la información sobre cada tema.

Este libro no puede mostrar todos los distintos procesos de trabajo, ni la maquinaria que se usa en cada fábrica de costura. A pesar de las diferencias, los problemas que enfrentan los trabajadores son parecidos. Para aprovechar más este libro, usted debe adaptar la información a la situación en su maquila.

Aprenda de la experiencia

Este libro está basado en las experiencias de los trabajadores y organizadores. Hemos aprendido de los triunfos tanto como de las luchas donde aún no hay éxito. Queremos aprender cómo usted está mejorando las condiciones dentro de su maquila. Por favor, comparta sus experiencias con nosotros para que podamos compartirlas con otros.