



PERMANECER SANO MIENTRAS TRABAJA EN UNA GRANJA



La salud humana está relacionada con la salud de los animales y su entorno. Por ejemplo, se pueden compartir algunas enfermedades entre los animales y las personas. Se llaman enfermedades zoonóticas. Cuando uno trabaja en el campo, es común que los gérmenes (por ejemplo, *Salmonella*, *E. coli* o *Campylobacter*) se transmitan de los animales a las personas. Por este motivo, es importante tener buenas prácticas de higiene para protegerse a usted y a su familia.



¿CÓMO PUEDO PROTEGERME YO Y PROTEGER A MI FAMILIA?

- **Siempre lávese las manos bien con agua y jabón después de tocar o trabajar con ganado, manipular maquinaria usada por los animales o estar en contacto con cualquier cosa en el área donde hay animales.**
 - Es especialmente importante hacer esto antes de que usted u otros preparen o consuman comida o bebidas.
- **Use zapatos, guantes de trabajo y ropa diferente cuando trabaja con ganado.**
 - Guarde los artículos fuera de su casa o cámbiese inmediatamente cuando llegue a su casa para que la casa no tenga gérmenes.
 - Cámbiese o quítese la ropa y las botas sucias antes de entrar a sus vehículos. Lávese las manos después de quitarse toda ropa y zapatos que haya usado mientras trabajaba con ganado.
- **No coma ni beba en áreas donde haya ganado presente.**
- **No beba leche sin pasteurizar (cruda) ni se la sirva a otros.**
- **Asegúrese de supervisar a los niños pequeños cuando pasan tiempo con animales y desaliente comportamientos que puedan aumentar su riesgo de enfermarse.**
- **Cuando cuide a terneros con diarrea, es especialmente importante tener buenas prácticas de higiene y bioseguridad.**
 - Esto ayudará a evitar el contagio de gérmenes potenciales entre los terneros y reducirá las posibilidades de que usted, sus compañeros de trabajo y su familia se enfermen.
 - Los niños pequeños y las personas con el sistema inmunológico comprometido no deberían tener contacto con los terneros, en especial con aquellos con diarrea.
- **Si se enferma con diarrea que dura más de unos días y desarrolla una fiebre alta, comuníquese con su proveedor médico e infórmele que trabaja con ganado.**
- **Trabaje con sus veterinarios para mantener sano a su ganado.**

