

3. Lave y enjuague bien.

- No junte la ropa de trabajo (ropa contaminada) con otra ropa de la familia. Lávela por separado.
- Use detergente fuerte y agua caliente si es posible para lavar la ropa de trabajo. El agua caliente quita mejor los pesticidas que el agua fría.
- Ponga el agua al nivel máximo de temperatura posible y en el punto recomendado para ropa muy sucia que debe ser usualmente de 10 a 12 minutos.



DESPUES DE LAVAR

1. Seque bien la ropa. Si usa la secadora, utilice la temperatura mas alta.
2. Lave bien la maquina de lavar, la cubeta o la tinaja después de usarla. Así los pesticidas no se traspasaran al próximo lavado. Para lavar la lavadora, hágala funcionar una vez con jabón y agua caliente pero sin ninguna ropa.
3. Póngase ropa limpia para trabajar todos los días. No hacerlo puede aumentar su contacto con los pesticidas y hace mas difícil quitarlos después cuando lave la ropa.



**CENTER FOR THE HEALTH ASSESSMENT OF
MOTHERS AND CHILDREN OF SALINAS**

CHAMACOS Study

Telefono: (831) 759-6548

Sitio Web: <http://cerch.berkeley.edu/>

Facebook: @CHAMACOS.CERCH

Correo Electronico: ChamacosStudy@gmail.com

Como Eliminar Pesticidas de su Ropa de Trabajo



La Importancia de Limpiar su Ropa de Trabajo

- Si usted trabaja en un campo agrícola o rancho, es posible que su ropa tenga pesticidas. No importa que usted use overoles o guantes, los pesticidas fácilmente se pueden transmitir por su ropa a su piel y cuerpo.
- Si su ropa se ensucia con lodo, grasa o polvo, es fácil verlo, pero si su ropa se ensucia con pesticidas a veces no se ve. Los pesticidas pueden ser completamente invisibles, pero aun así ensucian su ropa.
- Si usted toca, lava, y guarda su ropa sucia del trabajo de manera correcta estará ayudando a que haya menos pesticidas en contacto con su familia y hogar. Estos pasos los mantendrá libres de los problemas de salud asociados con el contacto con los pesticidas.

Pasos de Como Limpiar la Ropa de Trabajo ANTES DE LAVAR

1. Guarde su ropa de trabajo separado de la ropa del resto de la familia. Si es posible, guarde su ropa de trabajo en un lugar o un closet separado del resto de la ropa, o guárdela en una bolsa plástica cerrada hasta que pueda lavarla.
2. Lave su ropa del trabajo lo antes posible. Los pesticidas son mucho mas fácil de limpiar si se lavan cuanto antes.
3. Use guantes para tocar la ropa de trabajo sucia. Pónganse guantes para tocar la ropa del trabajo por los pesticidas que contiene.

COMO LAVAR

1. Lavese las manos con jabon después de tocar ropa de trabajo. Lavese las manos con agua y jabon después de tocar su ropa de trabajo.
2. Remoje la ropa antes de lavarla. Enjuage su ropa con una manguera o remojela en una cubeta o tinaja que use solamente para la ropa de trabajo sucia (ropa contaminada). Tambien puede dejar su ropa remojando en una maquina lavadora. Cambie el agua de remojar antes de meter mas ropa, no use la misma agua dos veces.

