



Es temporada de huracanes:

Consejos de seguridad y prevención para trabajadores agrícolas migratorios y de temporada



Los huracanes son tormentas fuertes y peligrosas que pueden poner en peligro su seguridad, su salud y su vida. Pueden dañar su casa, destruir cosechas y hacer que sea más difícil seguir trabajando en el campo o que consiga la ayuda que necesita durante este tiempo. Como trabajador agrícola migratorio y de temporada (MSAW, por sus siglas en inglés), puede correr más riesgos durante un huracán si vive o trabaja en zonas rurales o aisladas.

Este recurso puede ayudarle a prepararse antes de que venga un huracán, siguiendo unos sencillos pasos para protegerse a sí mismo, a su familia, su hogar y su trabajo.

Pasos que puede tomar para mantenerse seguro antes de una emergencia por huracán:



Encuentre fuentes confiables de alertas del tiempo en su idioma preferido

- Puede encontrar información confiable en estaciones de radio locales, noticias en la televisión o páginas web oficiales en línea.



Planifique cómo se mantendrá en contacto con su empleador, jefes de equipo, compañeros de trabajo, familia y servicios de emergencia

- Anote el nombre, número de teléfono y dirección, y guárdelos en un lugar seguro.
- Guarde baterías extras de teléfono por si se le agota la batería o se le va la luz.



Proteja su casa o busque un refugio

- Compruebe que su casa es segura y que tiene los suministros de emergencia que necesita.
- Si su casa no es segura, pida ayuda a alguien de confianza en su comunidad, como un Promotor de Salud de la Comunidad, o revise las noticias o estaciones de radio locales para encontrar el refugio más cercano.



Tenga de un plan de evacuación o escape

- Planifique cómo va a salir de su casa o lugar de trabajo de forma segura, ya sea en auto, autobús, o con alguien de confianza.
 - Reúna cosas importantes como documentos, medicamentos, alimentos no perecederos (alimentos que no se echen a perder), agua y productos de higiene.
- [*¡Utilice la lista de artículos necesarios de la siguiente página como ayuda!*](#)



Platique con su empleador sobre cómo esto podría afectar su trabajo

- Sepa cuándo debe dejar de trabajar si se acerca un huracán, cómo podría afectar su salario, qué hacer después de la tormenta y si necesita cosechar los cultivos o mover animales antes del huracán.



Revise las zonas a su alrededor por condiciones que parezcan inseguras

- Preste atención a peligros como inundaciones, basura, cables eléctricos rotos, fugas de gas, herramientas con filo, productos químicos o árboles caídos.



Conozca quién puede ayudarle en su comunidad

- Los centros de salud, las iglesias y otros lugares de la comunidad pueden ayudar con alimentos, agua, medicinas sin ningún costo o un lugar seguro donde hospedarse.

Lista de artículos necesarios para emergencias por huracanes para trabajadores agrícolas migratorios y de temporada

Durante la temporada de huracanes, los expertos recomiendan tener en casa provisiones suficientes para varios días. Esto normalmente significa de 3 a 7 días de agua, comida, artículos personales y 30 días o más para algunos medicamentos^{1,2,3,4}. Si se queda en casa o si se va a un refugio, es importante estar preparado con:

Agua potable (agua segura para beber)

- 1 galón por persona cada día
- Agua extra para bebés y mascotas

Productos de higiene

- Jabón
- Pasta y cepillo de dientes
- Productos femeninos
- Mascarillas faciales
- Guantes
- Papel higiénico o toallitas
- Desinfectante de manos

Botiquín de primeros auxilios

- Gazas o vendas
- Cinta adhesiva
- Alcohol
- Pomada antibacterial
- Pinzas
- Termómetro

Ropa limpia y zapatos cerrados

Dinero en efectivo

Alimentos no perecederos (alimentos que no se echan a perder)

- Latas de carne, fruta y verdura
- Barritas de cereales
- Fruta deshidratada
- Café
- Jugo y leche en caja
- Fórmula para bebé

Medicamentos

- Medicamentos recetados (como insulina y otros medicamentos para la hipertensión y la diabetes)
- Medicamentos sin receta (como para alergias y dolor)

Documentos Importantes

- Tarjeta de identificación
- Pasaporte
- Permiso de trabajo
- Tarjeta del seguro médico
- Lista de contacto para el lugar de trabajo, la familia y la ayuda de emergencia

Linterna, radio portátil, baterías adicionales y cargador de teléfono



Para encontrar su centro de salud más cercano o apoyo en su comunidad durante esta temporada de huracanes, póngase en contacto con la línea de ayuda **Una Voz Para La Salud de NCFH**, llamando al número 1 (800) 377-9968 o enviando un mensaje por WhatsApp al 1 (737) 999-4162. La ayuda está disponible en inglés y español.



¡No espere a que sea demasiado tarde! Prepárese ahora para mantenerse a sí mismo y a sus seres queridos a salvo de los huracanes.



Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS) como parte de una concesión con un total de \$1,742,242.00 con 0 porcentaje financiado con fuentes no gubernamentales. Los contenidos pertenecen a los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales ni el respaldo de HRSA, HHS o el gobierno de los EE. UU.

1. National Oceanic and Atmospheric Administration. Prepárese Antes de la Temporada de Huracanes. www.noaa.gov. Publicado Marzo 2025. <https://www.noaa.gov/hurricane-prep-social-media-en-espa-ol/#monmayb> (En español)
2. FEMA. Proper Emergency Kit Essential to Hurricane Preparedness. Fema.gov. Publicado 16 de Agosto de 2018. Accedido 17 de junio de 2025. <https://www.noaa.gov/prep-rese-antes-de-la-temporada-de-huracanes> (En español)
3. United States Coast Guard Atlantic Area, U.S. Department of Homeland Security. Hurricane Supply List. s.f. https://www.atlanticarea.uscg.mil/Portals/7/Seventh_District/airstaBorinquen/docs/HurricanePage/Suggested%20Hurricane%20Supply%20Kits%20.pdf?ver=2017-06-21-173000-817 (En inglés)
4. FDA. Office of the Commissioner. Hurricane Season: Be Prepared. FDA. Publicado en línea 10 de abril de 2023. <https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/temporada-de-huracanes-preparesse> (En español)