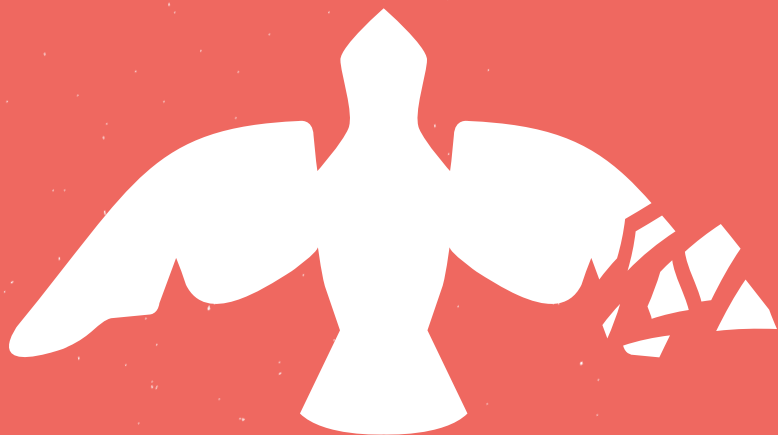


ARISE

CHICAGO



**CUERPOS
ROTOS,
ESPÍRITUS
COMBATIVOS**

*la vida después de
una lesión en el trabajo*

“NUNCA EN MI VIDA HABÍA ESTADO UN AÑO SIN TRABAJAR,
SIN DINERO, **DEPENDIENDO** DE LOS DEMÁS.”

“SIEMPRE VIVE UNA CON **DOLOR**.”

“PARTE DE LA **SOLEDA**D ES NO SABER A
DÓNDE O CON QUIÉN ACUDIR PARA PEDIR CONSEJO
O AYUDA.”

“YO **ERA FELIZ ANTES** ... CUIDABA A
MIS HIJOS, DE MIS SERES QUERIDO, Y AHORA NO ME
SIENTO ASÍ.”

“UNA LESIÓN NOS AFECTA NO SOLO FÍSICAMENTE, SINO
TAMBIÉN **MORALMENTE**.”

“CUANDO LLEGUÉ AQUÍ, TRAÍA UNA VENDÁ EN MIS OJOS
PORQUE LO ÚNICO QUE SABÍA ERA
LO QUE EL PATRÓN QUERÍA QUE SUPIERA. AHORA YA ME
SIENTO MÁS SEGURA DE SABER **MIS DERECHOS**.”

AGRADECIMIENTOS

Gracias especialmente a los participantes de este grupo piloto, cuyas reflexiones personales y su conocimiento le dieron forma a esta publicación. Arise Chicago aprecia profundamente el esfuerzo de nuestro personal, Carolyn Morales y Jorge Mújica, quienes organizaron este grupo, y a Manuel Díaz y nuestra interna Rebecca Carreño Galván, quienes ayudaron con la traducción.

Noviembre 2017. Los autores mantienen sus derechos sobre sus propios escritos.

Diseño de la maquetación por Susie Copithorne.

INTRODUCCIÓN

Arise Chicago crea asociaciones entre comunidades de fé y trabajadores para luchar contra las injusticias en el lugar de trabajo mediante educación, organización y abogacía para cambios en las políticas públicas.

Desde su fundación en 1991 Arise Chicago ha apoyado a ejercer sus derechos a cientos de trabajadores inmigrantes de bajos ingresos que fueron lesionados o se enfermaron debido a peligros en el trabajo que podían haber sido prevenidos. Desafortunadamente los peligros en el lugar de trabajo están presentes en todas las industrias y causan lesiones que van desde quemaduras menores, cortes y fracturas, hasta discapacidades mayores de por vida e incluso la muerte.

Nos sorprendió que en industrias muy distintas, niveles de ingresos y de educación diferentes, las experiencias de los trabajadores lesionados para navegar el sistema de Compensación Obrera en Illinois sean muy similares y muy deprimentes.

Las lesiones causadas por el destruyen la vida de una persona, aunque la lesión sea menor. Las lesiones tienen ramificaciones en la salud física y el bienestar—los trabajadores tienen que aprender a manejar el dolor, a lidiar con enfermedades a largo plazo, o a ajustarse a nuevas limitaciones; en la salud mental y bienestar—los trabajadores hablaron de estar sumidos en la depresión, de un aumento en los niveles de ansiedad y soledad, pues tener una lesión significa la pérdida de una vida de trabajo que estructuraba su día, sus relaciones familiares, las relaciones con otros trabajadores, sus identidades como proveedores de sus familias y su sentido de autosuficiencia; y en su salud y bienestar económico—las lesiones comprometen seriamente la capacidad de los trabajadores de mantenerse a sí mismos y a sus familias.

En 2017 Arise Chicago creó un grupo de trabajadores lesionados donde pudieron aprender más acerca de sus derechos y las complicaciones del sistema de compensación obrera y cómo los cambios en el lugar de trabajo podrían prevenir lesiones y enfermedades similares en otros trabajadores. Más importante aún, les queríamos proporcionar un espacio a los trabajadores para intercambiar sus historias y darse ayuda mutua.

Lo que sigue son las reflexiones y observaciones personales de los participantes que esperan que otros puedan aprender de sus experiencias y que sus palabras lleven a lograr condiciones de trabajo más seguras, más humanas para todos los trabajadores.

J.R.

Es triste reconocer que después de lastimarte la espalda, toda tu vida cambia. Y no solo me afecta a mí, sino también a toda mi familia. Yo era una persona que me gustaba trabajar y ser auto-dependiente. Me gustaba sacar a mi familia adelante. Yo trabajaba para darle todo a mis hijos. Yo limpiaba mi casa sola y cocinaba.

Y todo cambió. Deje de trabajar. Mi hija tuvo que buscar un trabajo y mi esposo tuvo que hacerse completamente responsable, tanto financieramente como de las tareas de la casa, como limpiar y cocinar. Es triste cuando quieres regresar al trabajar y no puedes, pero sabes que tienes que tratar.

Es triste cuando mi hijo que apenas tiene 16 años te pregunta, “Ma, ya vas a regresar a trabajar?” y yo le dije, “Creo que si. Por qué?” Y mi hijo se puso a llorar, y mi hijo nunca llora. Yo le pregunté “Por qué lloras?” y él dijo “Es que no quiero que regreses a trabajar, porque te vas a lastimar.” Y me dió mucha tristeza que mi hijo esté triste por mí. Incluso me dijo que mejor quiere trabajar él, salirse de la escuela y trabajar, para que yo no regrese al trabajo.

Mi motivación son mis hijos y mi familia. Yo no quiero que se preocupen por mí. Por ellos finjo no tener dolor, pero ellos ven la tristeza en mí.

Tengo que luchar por mis hijos y por mi familia, porque no quiero tener los mismos problemas que mi mamá tiene. Porque mi mamá lleva más de 6 años con dolor de espalda, tratando de salir adelante.

Por eso quiero tener más información para saber cómo ayudarme. Información sobre mis derechos, información de referencias para más ayuda. Quiero informarme de todas las ayudas que hay para mi familia y mi mamá, porque estar lastimada por el trabajo, con el dolor día y noche, sin poder trabajar, sin dinero, con estrés, con depresión, es lo más feo, especialmente porque afecta toda tu familia.

HONORIA PIMENTEL

Hoy me siento muy impotente por no poder hacer nada de lo que hacía antes y ver a las gente que me mira como diciendo “Ay, nomás se está haciendo, ni debe tener tanto dolor,” y por sentirme impotente para demostrarles mi dolor. Desearía que por lo menos tuvieran media hora de dolor para que sientan cómo es mi dolor. Ellos me preguntan “¿Cómo está hoy?” y les contesto “Pues, no me siento ni peor ni mejor.” Se me quedan viendo como diciendo, “¿Estás segura? Porque no te creemos.” En esos momentos cómo quisiera que les pasara por unos minutos y supieran que no estoy mintiendo, pero es bien difícil demostrarles el dolor porque nadie lo siente, solo el que está lastimado. Les digo “Si estuviera fingiendo, ya hubiera cerrado mi caso,” pero cómo lo voy a hacer si ni para mí puedo ser útil, menos para servir a otras personas. Eso la gente no lo puede entender y nunca lo van a entender hasta que pasen por una situación similar. Pero ¿cómo le va a pasar a los patrones si ellos solo mandan y no hacen el trabajo, lo que hacen los necesitados y pobres?

¿Qué más? Nos queda a seguir adelante con el dolor y vivir con él. Si uno ríe o alguien mira que está bien piensan que solo “se está haciendo,” qué “está mala porque quiere sacar más dinero.” No saben que con el dolor también puede una reír y bailar y hacer cosas porque de igual forma lo hagas o no hagas el dolor es constante en tu cuerpo. Los doctores que están estudiados tampoco pueden sentir el dolor. Sólo el que está pasando o el que ya pasó por el trauma puede entender lo que le pasa un lastimado. Por causa de eso uno empieza a odiar partes de su cuerpo, porque te recargas más o le pones más peso a la parte que está bien. Eso te causando lastimaduras en otro lado y nadie lo entiende, o más bien no lo quieren ver para no estar pagando doctores. Es muy difícil no poder demostrar mi dolor.

¡Qué difícil es vivir con dolor y no poder demostrarles el dolor que siente una persona, y un doctor mucho menos! Los dueños hacen dinero con las personas y uno les da todo sus esfuerzo, su lealtad, para demostrarles que uno puede sacar el trabajo aún peligrando su vida, y ellos lo miran a uno como un

robot, no como un humano, porque si los fierros se quiebran que son metales, cuantimás uno que es humano. El cuerpo es frágil y el trabajo riesgoso y peligroso. Y qué ironía, que a las máquinas si les miran el daño y les ponen más atención que a un humano. Es triste pero es la realidad. Si una máquina se daña la reparan rápido, pero a un humano lo que hacen es reemplazarlo por otra persona; debían hacer lo mismo con las máquinas, dejarlas así como hacen con un humano.

La gente piensa que uno finge para obtener dinero pero están bien equivocados, porque si supieran que difícil es estar lastimado, ni siquiera poder valerse de uno mismo, es bien desesperante. Yo hablo en lo personal. Mi dolor es muy desesperante; te duele, te arde, te pulsa al mismo tiempo y a veces quisiera gritar, correr, jalarme el pelo. Ya no sé qué hacer con este dolor, porque es bien insoportable.

Los doctores piensan que con terapia se va uno a curar, pero en lo personal ha sido un martirio o un castigo o una tortura. No entienden que cada vez que tengo terapia hasta calentura me dá, y llevo con este dolor ya dos años. Es una tortura para mí porque no descanso por las noches porque me lastimo mucho. No hay ni un día que no me lastime, por eso ya no sé qué hacer. A veces quiero hacer como que no estoy lastimada y quiero hacer cosas que hacía antes, pero mi lastimadura no me deja hacerlo. Para mí es muy difícil.

Yo pienso en todas las personas que estamos lastimadas, porque sé que esto no es teatro ni actuación ni nada por el estilo. Yo creo que nadie puede fingir eso porque es muy doloroso, pero como digo, a los patrones les vale lo que uno sufre. Piensan que con dinero arreglan todo y no es así porque el dinero se acaba pero el dolor allí está; ni con todo el dinero del mundo pueden recompensar. Pero qué ironía de la vida de los que tienen dinero y creen que con unos cuantos pesos lo pueden arreglar todo. Nadie sabe, solo él que tenga el dolor puede saber qué incómodo es vivir así.

P.D.

Cambios en mi vida después del accidente:

En mi experiencia, como yo no tengo familia aquí, es muy difícil pasar por cosas de éstas. Uno no está bien orientado sobre los derechos que tiene al sufrir un accidente de trabajo, y las compañías hacen con uno lo que ellos quieren. Yo me corté el Tendón de Aquiles trabajando. Después me pasaron con los médicos de la oficina [la agencia temporal]. Ya que no estaba trabajando me llevaron a una clínica en la cual dijeron que todo estaba bien, que era solo una cortada. Me cosieron y dijeron que podía regresar al trabajo.

Pasó más de un mes y yo no estaba bien. No podía poner peso en el pie y los doctores solo me daba pastillas para el dolor. Yo creía que esto iba a pasar con pastillas, como ellos dijeron, pero no fue así hasta que yo insistí en que no estaba bien. Les dije que si ellos no podían hacer más por mí yo iría a otro lugar por mi cuenta.

Fue así como ordenaron los estudios para después decirme que necesitaba cirugía. Me explicaron como era el proceso y los riesgos. Ahí fue donde mi vida cambió. Fue un momento muy difícil. Se vienen muchas cosas a la mente, ya que no cuento con familia aquí ¿Cómo le voy a hacer después de la cirugía? Es muy difícil para uno cuando tiene depresión, angustia, piensa en qué va a ser del futuro. En mi caso soy soltero. Piensas que probablemente te puedes quedar solo también en ese momento. Gracias a Dios pude salir adelante. También agradezco a Arise Chicago por su apoyo, ya que no trabajaba y la compañía no me estaba pagando mi incapacidad hasta después de encontrar un abogado que llevara mi caso. Gracias a eso hasta hoy sigo adelante.

RAUL ÁLVAREZ

La experiencia ante un accidente laboral es indescriptible; el dolor físico causa una inhabilidad completa, frustración, desesperación, y cambios incluso de temperamento y psicológicos. Conlleva una serie de acontecimientos que cambian radicalmente toda la vida, tanto es el aspecto familiar y económico como en el social.

Mi dolor comenzó en una pierna y se extendió hasta la columna vertebral, causando parálisis y distensiones musculares que hasta el día de hoy prevalecen y me impiden realizar actividades generales. Todo eso me provoca disfunciones. Actualmente, cuando desafortunadamente el dolor se vuelve a presentar, estimo que en una escala de 10, está entre 8 y 10.

Manifestar el dolor o el malestar por el dolor o el malestar físico en ocasiones es frustrante porque otras personas no pueden comprender o evaluar todo el trauma que esto ocasiona; más aún, que nadie en más de alguna oportunidad lo crea o incluso niegue que existe, por lo difícil que es demostrar esta condición ante las cambios que origina en general en la vida de uno mismo y quienes más rodean.

Mi experiencia en el ámbito laboral y específicamente al haber tenido un accidente, provocó un caos que inició con el trauma físico y el dolor. Tener que haber asistido a un hospital, buscar ayuda legal para poder ganar los beneficios a las cuales tengo derecho, y después de cierto tiempo, la decepción de no ver resultados positivos en ningún aspecto. Desafortunadamente el tiempo y la falta de recursos me orillaron a tomar decisiones equivocadas y sin ninguna asesoría, y desconociendo mis derechos laborales terminé aceptando erróneamente las condiciones que me pusieron los patrones bajo las decisiones amenazantes de la compañía de seguros.

La peor de mis frustraciones fue estar imposibilitado para realizar todas las actividades a las que yo estaba acostumbrado (en general). Mi mayor motivación para salir de ese momento tan desagradable y frustrante fueron mis pequeños; ellos me pedían levantarme y que jugara con ellos. Además, no me

podía resignar a no volver a caminar por mi mismo y estar contemplando que todo pasara a mi alrededor y provocar lástima. Actualmente no estoy al 100% pero aprendí a soportar el malestar y hacerlo menos traumatizante.

Actualmente, y de manera tardía, me voy enterando de los derechos y posibilidades generales que en su momento no tuve. Asistir ahora a este grupo solamente me brinda la satisfacción de aprender para ayudar a otras personas para que no sean víctimas de su propia ignorancia acerca de las leyes.

MINERVA VILLA

Me lastime de la espalda. Aparte de que tiene uno mucho dolor ... este se siente uno inútil. Se siente uno inservible ya. Yo parece que está uno ya demás en esta tierra. Pues yo entre en una fuerte depresión, ansiedad y pánico. A veces, cuando no podía dormir, sobre todo más en la noche, me entraba un ataque como de pánico porque me palpitaba el corazón bien rápido, como que me faltaba el aire. Empezaba a sudar mucho.

Mi muchacho es el que está al pendiente de mí. Él vive conmigo y él me cuida después de la operación, es el que me anda cuidando. Es la única ayuda que tengo, nomás él.

Ha sido muy duro [lidiar con todo la burocracia, el abogado, el sistema y la aseguranza] porque desde de que me lastime, desde el año 2011, no he trabajado, no estoy trabajando. Ahorita no estoy haciendo nada, llevo como un año que no estoy haciendo nada de dinero, nada. Entonces uno tiene que depender de los demás. Yo que he estado acostumbrada a trabajar, ganaba mi propio dinero y gastarlo cuando, dice uno, como quiera. Ahora es diferente tener que estar atendido a otra persona y decirle sabes que falta esto, falta el otro. Y a veces se molestan cuando les dices falta eso, falta el otro.

El otro día cuando estábamos enojadas mi muchacha y yo, porque le dije yo, “Oyes a mi no me gusta que me están echando en cara las cosas.” Le dije “Le digo compra esto, compra jabon para lavar los trastes, el bano todo eso, el papel de baño” le digo yo, “Lo que se ocupa en la casa, porque como todos, nosotros nos estamos ayudando con la LINK, pues con eso nos estamos ayudando, tan siquiera comida no nos hace falta.”

Pues cómo me van a volver a operar, ¿verdad? Ojala dios quiera que, si me operan, yo quedé bien, porque si no, yo le digo a mis muchachos “Si yo quedo en una silla de ruedas, pues mejor que quede en la plancha. ¿Porque que hago yo en una silla de ruedas?”

Pero ojala que no, aunque mi familia me dice bromeando que estoy de vacaciones, y yo le digo a mi muchacho,

“¿Echando vacaciones? ¿Me las estoy echando? Como si estuviera yo bien. No son vacaciones. Le digo a mi muchacho, aunque pienses que estoy de vacaciones, prefiero ir a trabajar así como estoy yo lastimada.”

¡Ay! ¡Y mi abogado! Porque fuimos, que me llamó él porque teníamos cita el día 10 en la corte y me llamó un día antes a que fuera yo. Entonces fui, pero este luego luego empezó a atacar a mi muchacha. Le dijo él a ella que nosotros habíamos venido a ver a otro abogado, pero ¡nosotros no venimos a ver a otro abogado! La muchacha que está ahí, la secretaria de mi doctor M., esa me la encontré allá en la clínica del doctor y me estaba dando una tarjeta un señor que ayudaba a las personas a sus derechos y que también ayudaba a punchar a los abogados y abuchear a las compañías. Y ya llegamos con mi muchacha y me dijo el abogado, “Sabes que, yo ya voy a dejar tu caso. Esta muy difícil para que yo lo agarre y para ganar dinero, y como ya fuiste a ver a otro abogado, ya no voy a trabajar contigo.”

Y luego después cuando yo le reclame al abogado del porque sus secretarias no tenían mis reportes, me dice el, “Sí pero este ellas no tienen ningún reporte de que ya ha ido usted al médico, y el médico no pone nada sobre usted. Entonces que, ¿No tiene nada usted?” Y le dije, “Yo sé que usted se molesta y me molesto yo, pero este, tengo como un mes ya llame y llame para acá con usted y no me regresa ni la llamada.” Le digo, “Ni tampoco no le dice usted a la secretaria que me hable y me diga que cosas están pasando. ¿Qué vamos a esperar o que? La otra vez yo fui y me dijo usted que estaba con un cliente. Después también llame y me acuerdo que estaba con un cliente o había salido, entonces yo le dije: “¿Entonces que yo soy? ¿Soy cliente o no soy cliente?”

Entonces se molesto bien feo el abogado, bien feo. Me dice “Usted nada más se la pasa llamandome para pura medicina, y medicina y medicina.” Y le respondo, “¿Oiga me duele, que quiere que haga? ¡Tengo dolor!” y me dice el abogado que él no es doctor y no se que. Y le digo, “Pero es que cuando fui a ver al doctor, el que me da la medicina, el mando la receta a

la farmacia. Pero en la farmacia dijeron que tenía que hablar usted con ellos porque parece que mi caso ya estaba cerrado “y querían que hablara usted con ellos para que me seguirán surtiendo. Y dijeron ellos que le hablaron a usted y que usted no les respondió para atrás.” Entonces le dije también al abogado, “Oye yo no nadamas estoy viniendo por pura medicina, el doctor me dijo si ya habia hablado con usted acerca de cuando iba a ser la operación, ¡Yo le llamo y nada! ¡No me contesta nada! Yo le dejo el mensaje acerca de lo que dijo el médico, de la receta también, acerca de que no me la querían dar, tambien deje mensaje. Después el doctor A., quien me operó, me mandó con un doctor V. que es especialista para puro dolor. Me dieron la cita y después me mandaron a la casa porque me dijeron que si me miraba el doctor y me daba medicina, la tenía que pagar yo. ¿Y cómo, si yo no estoy trabajando ahorita?”

Y le comento, como ya no me dan nada, ahorita no me están dando nada. Ya tengo tiempo sin recibir dinero, pues ahorita ya no tengo nada ya, entonces digo yo, “¡Mis muchachos no me están dando ya ahorita nada!” Pero me dice el abogado, que no, que me dejó un mensaje que tenía cita para mañana. Entonces le explico al abogado, que la muchacha la secretaria me dijo “Mire, le voy a pasar al abogado, por grabación, lo que usted dijo,” pero mire este no me regreso ni la llamada ni nada. Y luego dice que no quiere que se enoje uno. Le digo yo a la secretaria, “Dígale por favor al abogado que estoy llamando porque me están dando cita el Dr. V. entonces yo quiero saber si puedo ir o no? O me espero después de la corte?” Nada oiga, nada, hasta la vez, nada.

Este dicen mis muchachos, ya no le hables porque lo vas a enojar. Les digo “No, él es como la psiquiatra. Yo le tengo que decir mis problemas, qué es lo que está pasando. Así es como la psiquiatra, ‘mire me está pasando esto,’ ‘me esta pasando lo otro.’” Y se enojó bien feo el abogado. Hasta me dijo que yo y mi muchacha habíamos ido a ver a otro abogado, me dijo, “Yo sé que fueron a ver al abogado, fueron las dos.” Y le digo, “Si, si fui, pero no a ver abogados, fui a otra cosa.”

KITTY FIGUEROA

Estos últimos 3, casi 4 años, he visto el dolor de mi esposo subir y bajar. Algunos días no puede ni ponerse los zapatos. La mayor parte del tiempo se queja por el dolor y tiene miedo de no poder vivir una vida en la que no tenga dolor. Cosas que para cualquiera, yo incluida, da por hecho. A diario, no puede hacer cosas como sentarse, estar parado o caminar y ni siquiera estar acostado por ratos largos; le causa dolor y me duele el corazón verlo sufrir así.

No duerme bien porque su cuerpo se contorsiona por el dolor. Honestamente, creo que el cansancio por el dolor constante es lo único que lo hace dormir.

Lo he mirado rendirse algunos días y trato de hacer lo mejor para apoyarlo. Mi esperanza es que un día esté libre del dolor y la sonrisa en su cara lo demuestre. La cirugía nos dá miedo, pero voy a a su lado todos los días y le ruego a Dios que tenga un 50/50 a su favor ...

MARÍA ESCUTIA

Mi experiencia fue muy difícil desde el inicio de esta pesadilla. ¡Tenía tanto miedo! Sabía de compañeros que se habían lastimado anteriormente en otras locaciones, y la compañía buscaba cualquier pretexto o excusa para despedirlos. Le pedía a Dios que mi lesión no fuera tan grave, pero entre más pasaban los días mi cuerpo empeoraba y yo tenía cada vez más miedo.

Me aterraba pensar que no tenía seguro y que los doctores son muy caros en este país. En esos momentos no sentía solo el sufrimiento físico, sino que también me aterraba pensar que no podía dejar de trabajar ni un solo día por miedo a perder el trabajo, y también porque el simple hecho de que faltar un día me afectaba mucho a mi presupuesto, ya que aparte de mi familia (mis hijos), yo ayudo a mis papás. Me atormentaba mucho como ésta situación impactaba mi vida física y emocionalmente y la de mi familia, ya que el dolor no me permitía dormir y cada día estaba más irritable y los únicos que pagaban las consecuencias eran mis hijos. No conocía mis derechos y no sabía cómo manejar toda esta situación.

Yo tenía 15 años trabajando para esta compañía de comida rápida, durante los cuales siempre tuve un excelente récord de trabajo. Pero los accidentes pasan, y los patrones creo que desconocen esta palabra. El manager de distrito, mi “jefe”, creó su propio escenario; supuso y sacó sus propias conclusiones. Es triste saber cómo manipulan las situaciones y te acusan de que no te lastimaste en el trabajo y que solo buscas su dinero. Trataron de espantarme y de intimidarme varias ocasiones, pero mi respuesta siempre fue la misma: “No estoy mintiendo, no tengo miedo y estoy dispuesta a luchar por mis derechos, y a que ustedes cumplan sus obligaciones.”

Es muy triste saber que las cosas serían diferentes si ellos dieran a todos los trabajadores el mismo trato y respeto, pero al no ser así, y por no abrir un caso a tiempo con la compañía de seguros de Compensación Obrera (WC), tampoco quiso hacerse responsable.

No recibir tratamiento médico empeora nuestras lesiones. Consultar a un médico y escuchar que no te puede dar seguimiento hasta que WC acepte tu caso porque asegurar el pago es su responsabilidad es muy estresante. Sientes que estás en el limbo: no tratamiento, no medicamentos, no terapias, no análisis, y con la gran incertidumbre de no saber qué es lo que realmente tienes y cuál sería el tratamiento para sentirte mejor.

Después de meses conseguí que me dieran tratamiento médico, pero el trato es muy pobre en todos los sentidos. Aún así continúo echándole ganas y sigo todas las instrucciones médicas y trato de aprender leyendo libros sobre mi condición.

Después de vivir 2 años y 3 meses con el dolor me aprobaron la cirugía con la ayuda de Arise, ¡pero creo que llegó tarde! Mi cuerpo no ha respondido como el doctor me había comentado. Tengo solamente 35 años y me doy cuenta de que tal vez no podré cumplir muchos de mis sueños y metas.

Mi motivación en toda esta pesadilla son mis hijos y mis padres; ellos son mi motor y mi luz para continuar echándole ganas. Tengo mucha fé en que Dios me seguirá dando tranquilidad para poder continuar. Ahora comprendo que lo más importante es mi salud, mi cuerpo, porque trabajos hay muchos, y cuerpo solo tengo uno y lo tengo que cuidar.

Los invito para que en medio de todo este proceso, o los que puedan antes de estar en una situación similar, aprendan y conozcan sus derechos. La mayoría de la gente trabaja e irónicamente casi nadie conoce sus derechos. Saberlos puede hacer una gran diferencia, y aunque la ley dice que todos tenemos los mismos derechos sin importar nuestro estatus, la realidad es otra. ¡Claro, mientras nosotros los conozcamos, mejor nos podemos defender!

También los invito para que investiguen y hagan todas las preguntas a sus doctores. La mayoría de las veces la gente desconoce qué medicamentos usan y sus efectos secundarios. “Es tiempo de aprender,” y tal vez no podamos cambiar las

leyes pero podemos ayudarnos al hacer todas las preguntas y dudas al doctor, e investigar en libros, sitios web verídicos. Recuerden, es nuestro cuerpo y tenemos todo el derecho de decir ¡no! a cualquier procedimiento al que le tengamos miedo; hasta estar convencidos de lo que nos van a hacer, siempre recordando que para todo hay límites de tiempo. Y por último, algo bien importante: buscar un buen abogado, aunque en estos tiempos es muy difícil. Yo no he tenido una buena experiencia; si no fuera por Arise la verdad esta pesadilla sería peor.

¡GRACIAS Arise, por ser una parte súper importante en mi lucha, que Dios los bendiga, y aunque todavía falta mucho, me siento muy optimista y con mucha fe!

POSDATA

Tal como estas conmovedoras historias demuestran, una lesión en el trabajo tiene profundas ramificaciones en todos los aspectos de la vida de una persona.

Tristemente, los intereses industriales sacrifican los cuerpos de los trabajadores como parte de su negocio todos los días. A nivel federal, sus grupos cabildan para atacar los derechos a la salud y seguridad laboral mediante la eliminación del presupuesto de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA), que hace cumplir las protecciones de salud y seguridad para los trabajadores del sector privado. Esto sin duda conducirá a un aumento en el número de trabajadores que se lesionan o enferman por los peligros que enfrentan en el trabajo.

Una vez que los trabajadores son lastimados, deben aprender a navegar el complejo sistema de Compensación Obrera, un arduo proceso que puede durar años, haciendo que sus mentes, cuerpos y espíritus cambien para siempre. Alarantemente, los mismo intereses comerciales insisten a nivel del estado en dismantelar el sistema de Compensación Obrera de Illinois y en otros estados.

Creemos que todo trabajador merece volver a casa de su trabajo en las mismas condiciones que cuando se fue. Con base en sus experiencias personales navegando por el sistema de Compensación Obrera de Illinois y los efectos de una lesión en el lugar de trabajo, los participantes del Grupo de Trabajadores Lesionados y Arise Chicago ofrecen las recomendaciones para crear lugares de trabajo más saludables y seguros, y para eliminar las barreras que enfrentan los trabajadores después de sufrir una lesión.

DEDICACIÓN

Arise Chicago dedica este libro a los valientes trabajadores que salieron de las sombras para hacer oír sus voces para que otros puedan aprender de sus experiencias y se mejoren las leyes de Compensación Obrera. ¡Admiramos mucho que, a pesar de tus cuerpos rotos, tengas espíritus combatientes!

Fotografia por William Widmer



HONORIA PIMENTEL

Fotografía por William Widmer



MARÍA ESCUTIA

LO QUE PODEMOS HACER:

- PARA PREVENIR ACCIDENTES ANTES DE QUE OCURRAN, NECESITAMOS:
 - CASTIGOS MÁS ESTRUCTOS Y MÁS CONSISTENTES PARA LOS EMPLEADORES QUE VIOLAN VOLUNTARIAMENTE LAS NORMAS DE SALUD Y SEGURIDAD Y PONGAN EN PELIGRO LAS VIDAS DE LOS TRABAJADORES
 - PENAS MÁS DURAS PARA LOS EMPLEADORES QUE TOMAN REPRESALIAS CONTRA LOS TRABAJADORES POR HABLAR SOBRE CONDICIONES INSEGURAS O REPORTAR UNA ENFERMEDAD O LESIÓN
- MEJORAR EL ACCESO A LOS BENEFICIOS DE SALUD DE MANERA MÁS OPORTUNA PARA PREVENIR COMPLICACIONES A LARGO PLAZO DE LAS LESIONES
- CREAR UN SISTEMA DE SEGURO PÚBLICO EN ILLINOIS PARA REDUCIR LOS COSTOS PARA LOS EMPLEADORES Y MEJORAR EL ACCESO A LOS BENEFICIOS DE SALUD PARA LOS TRABAJADORES LESIONADOS
- APOYAR LOS ESFUERZOS DE ARISE CHICAGO PARA EDUCAR Y CAPACITAR A LOS TRABAJADORES LESIONADOS

SI ENFRENTA CONDICIONES INSEGURAS DE TRABAJO, RECUERDE:

- SU VIDA PUEDE CAMBIAR COMPLETAMENTE DE UN MOMENTO A OTRO
- ES RESPONSABILIDAD DE SU EMPLEADOR PROPORCIONAR UN LUGAR DE TRABAJO QUE ESTÉ LIBRE DE PELIGROS PARA LA SALUD Y LA SEGURIDAD
- TIENE DERECHO A:
 - CAPACITACIÓN ADECUADA PARA REALIZAR SU TRABAJO ADECUADAMENTE
 - INFORMACIÓN DE QUÉ QUÍMICOS O TÓXICOS PELIGROSOS ESTÁ TRABAJÁNDO
 - EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (*como anteojos de seguridad, mascarillas, guantes, etc.*) DE FORMA GRATUITA
- PUEDE NEGARSE A HACER TRABAJOS INSEGUROS SIN TEMOR A REPRESALIAS
- PUEDE FORMAR UN COMITÉ DE SALUD Y SEGURIDAD CON OTROS COMPAÑEROS DE TRABAJO PARA MEJORAR LAS CONDICIONES EN EL SITIO DE TRABAJO
- SI ENFRENTA PELIGROS CONSTANTES O INMEDIATO EN EL TRABAJO, LLAME A OSHA AL **1.800.321.6742**

SI SE HA ENFERMADO O LESIONADO EN EL TRABAJO EN ILLINOIS:

- SI ES UNA EMERGENCIA, LLAME AL **911**
- INFORME DE INMEDIATO DE LA ENFERMEDAD O LESIÓN A UN SUPERVISOR
- DOCUMENTE EL PROBLEMA
 - ESCRIBA LA FECHA, LA HORA, LO QUE SUCEDIÓ, Y SI HUBO ALGÚN TESTIGO
- BUSQUE ASISTENCIA MÉDICA DE INMEDIATO Y DIGA CLARAMENTE SI EL LESION O ENFERMEDAD OCURRIÓ EN EL SITIO DE TRABAJO
 - SI ES POSIBLE, BUSQUE ATENCIÓN DE UN ESPECIALISTA EN SALUD OCUPACIONAL
- BUSQUE APOYO EMOCIONAL DE UN AMIGO, FAMILIA O MIEMBRO DE CONFIANZA DE LA COMUNIDAD
- RECUERDA:
 - TIENE DERECHO A VER A SU PROPIO MÉDICO
 - ES RESPONSABILIDAD DE SU EMPLEADOR PAGAR LOS GASTOS MÉDICOS RELACIONADOS CON UNA LESIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO
 - SI NO PUEDE TRABAJAR DEBIDO A UNA LESIÓN O ENFERMEDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO, PUEDE SER ELEGIBLE PARA UNA COMPENSACIÓN