



# YOUTH @ WORK

## Talking Safety

**Un programa de estudios sobre seguridad y salud para trabajadores jóvenes**

Edición para California

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS  
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades  
Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional



# Lección 1

## Lesiones de trabajadores jóvenes



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety 2

# Aprenderás acerca de

---

- Maneras en que los trabajadores jóvenes se pueden lesionar en el trabajo
- Riesgos de salud y seguridad laborales comunes
- Maneras de reducir o controlar riesgos laborales
- Emergencias en el trabajo y como reaccionar ante estas
- Qué hacer si ves algo en el trabajo que podría lesionarte o enfermarte
- Qué derechos y responsabilidades legales tienen los trabajadores jóvenes en el trabajo

# ¿Cuál es tu experiencia con el trabajo?

---

- ¿Cuántos de ustedes han tenido un trabajo?
- ¿Dónde trabajaste?
- ¿Qué hiciste?
- ¿Alguna vez te lesionaste en el trabajo, o conoces a alguien que lo haya hecho?
- ¿Alguna vez has estado incómodo/a con una tarea que ten han pedido hacer en el trabajo?
- ¿Has recibido alguna vez entrenamiento de salud y seguridad laboral en el trabajo?

# Cuestionario sobre seguridad laboral

---

- La ley establece que su empleador es responsable por proveer un lugar seguro y saludable para trabajar.



**Verdadero**



**Falso**

- La ley limita hasta qué hora puede trabajar un menor de 16 años por la noche si el día siguiente tiene escuela.



**Verdadero**



**Falso**

- Si una persona tiene 16 años, puede conducir un auto en la vía pública como parte de su trabajo.



**Verdadero**



**Falso**

# Cuestionario sobre seguridad laboral (seguido)

---

- Si una persona se lesiona en el trabajo, el empleador debe pagar la atención médica.

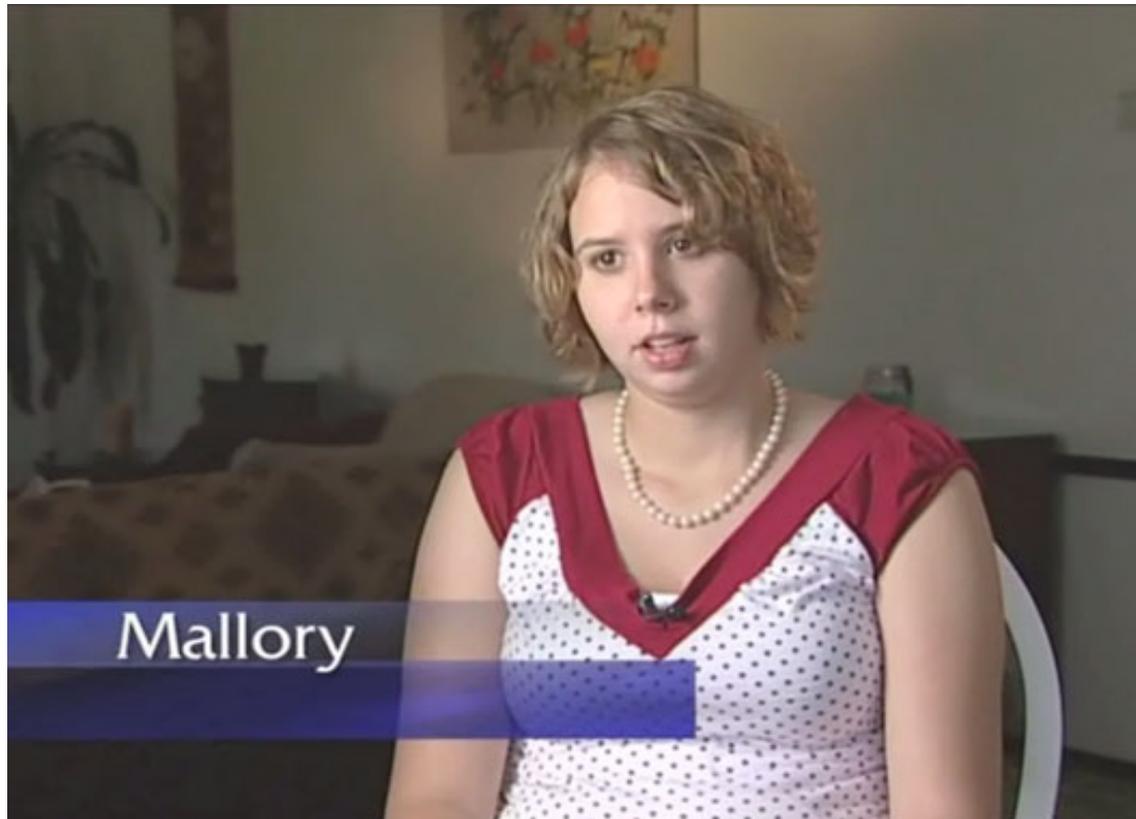
**Verdadero**                       **Falso**

- ¿Con qué frecuencia se lesionan los adolescentes en el trabajo en los Estados Unidos?

■  **Uno por día**                       **Uno por hora**

**Uno cada 9 minutos**

# ¿Por qué los trabajadores jóvenes son más propensos a lesionarse en el trabajo?



Video y Discusión

<https://youtu.be/jy9YDD1LTil>

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€€ | in -qr -Wipx

**Trabajo:** Trabajador de comida rápida

**Peligro:** Suelos resbaladizos y grasientos

**Lesión:** Coxis (rabadilla) lastimada

- ¿Por qué piensas que esto sucedió?
- ¿Qué pudo haber prevenido la lesión de Jack?
- ¿Cómo podría esta lesión afectar la vida cotidiana de Jack?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv££ | m -qr-N{£ | {v

**Trabajo:** Ayudante de construcción

**Peligro:** Hoyo de chimenea sin protección

**Lesión:** Espalda rota

- ¿Por qué crees que esto sucedió?
- ¿Qué pudo haber prevenido la lesión de Antonio?
- ¿Cómo podría esta lesión afectar la vida cotidiana de Antonio?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€€ | in -qr-N {tryn

**Trabajo:** Empleada de oficina

**Peligro:** Teclear excesivo en una posición incómoda

**Lesión:** Lesión por esfuerzo repetitivo

- ¿Por qué crees que esto sucedió?
- ¿Qué pudo haber prevenido la lesión de Angela?
- ¿Cómo podría esta lesión afectar la vida cotidiana de Angela?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€€ | m -qr -ar i ryy

**Trabajo:** Jardinero

**Peligro:** Astilladora de madera

**Lesión:** Muerte

- ¿Por qué crees que esto sucedió?
- ¿Qué podría haber evitado la muerte de Terrell?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€€ | im -qr-P | qα

**Trabajo:** Granjero

**Peligro:** Tractor sin baranda antivuelcos

**Lesión:** Piernas aplastadas por el tractor

- ¿Por qué crees que esto sucedió?
- ¿Qué pudo haber prevenido la lesión de Cody?
- ¿Cómo podría esta lesión afectar la vida cotidiana de Cody?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€£ | m -qr-Yv{q €rα

**Trabajo:** Cajera

**Peligro:** Violencia en el trabajo

**Lesión:** Chichones y moretones causados por un compañero de trabajo abusivo

- ¿Qué podría haber hecho el empleador de Lindsey para detener a su agresor?
- ¿Qué harías tú en esta situación?
- ¿Cómo puede la vida de Lindsey verse afectada por este incidente?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€ | in -qr-N { {n

**Trabajo:** Trabajadora de tienda de licuados

**Peligro:** Acoso sexual

**Lesión:** Trauma emocional

- ¿Qué podría haber hecho el empleador de Lindsey para detener a su agresor?
- ¿Qué harías tú en esta situación?
- ¿Cómo puede la vida de Anna verse afectada por este incidente?

# Lesiones laborales de adolescentes

El impacto de lesiones en el trabajo



Yn -uv€£ | m -qr-Y | tn {

**Trabajo:** Granjero

**Peligro:** Barra giratoria en un tractor

**Lesión:** Brazo amputado, cuello roto

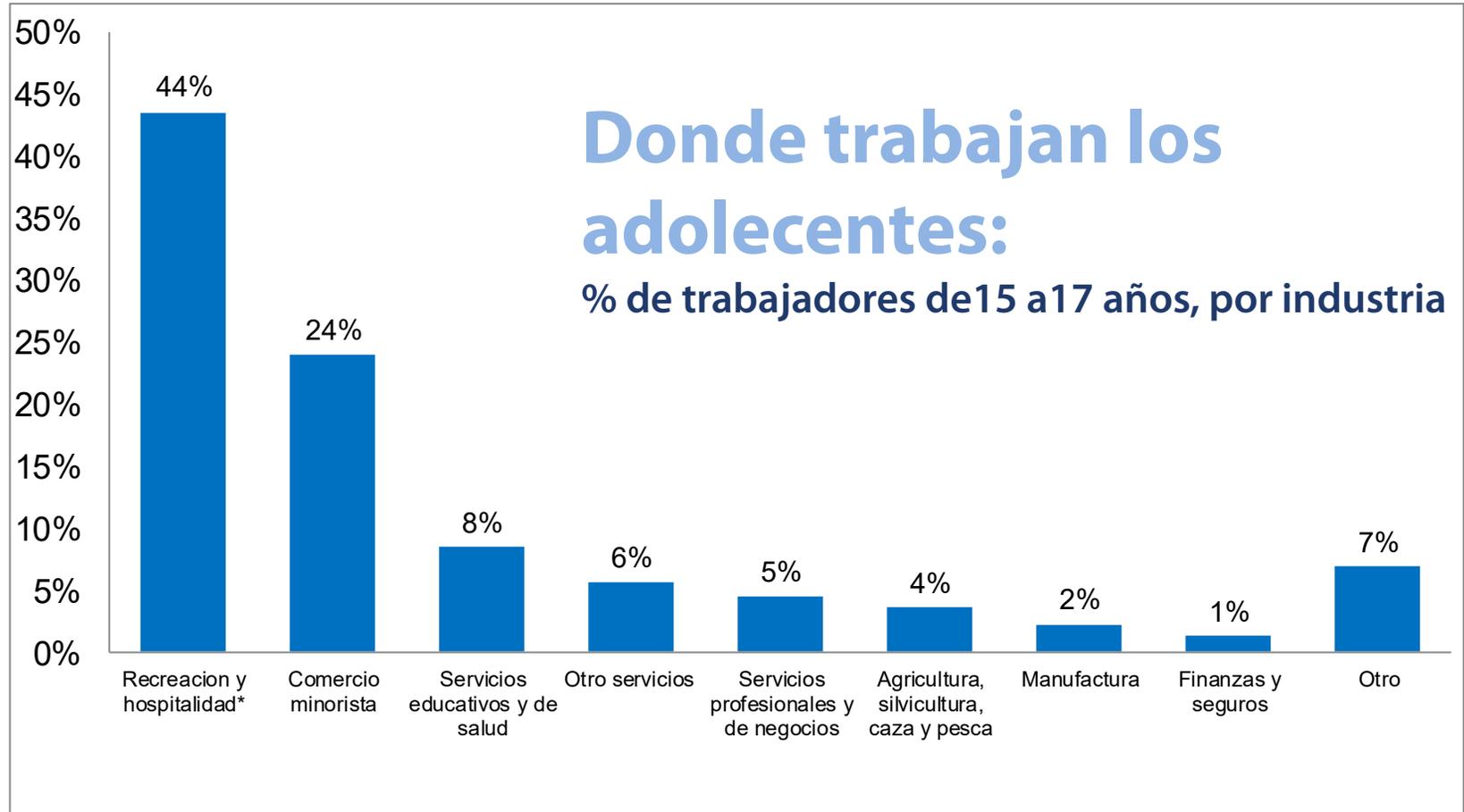
- ¿Por qué piensas que esto sucedió?
- ¿Qué pudo haber prevenido la lesión de Logan?
- ¿Cómo podría esta lesión afectar la vida cotidiana de Logan?

# Estadísticas de lesiones de trabajadores adolescentes

---

- Aproximadamente 1.6 millones de adolescentes (15–17 años) en los Estados Unidos trabajan. Alrededor del 50% de los alumnos del grado 10 y el 75% de los estudiantes del grado 12 tienen puestos de trabajo.
- Muchos jóvenes se lesionan en el trabajo.
- En promedio, cada año
  - 59,800 trabajadores menores de 18 años son enviados a la sala de emergencia por lesiones relacionadas con el trabajo, pero las estadísticas de lesiones reales son mucho mayores.
  - 37 trabajadores menores de 18 años mueren en el trabajo.
  - Los trabajadores jóvenes son dos veces más propensos a sufrir lesiones que los trabajadores adultos.

# Estadísticas de trabajadores adolescentes

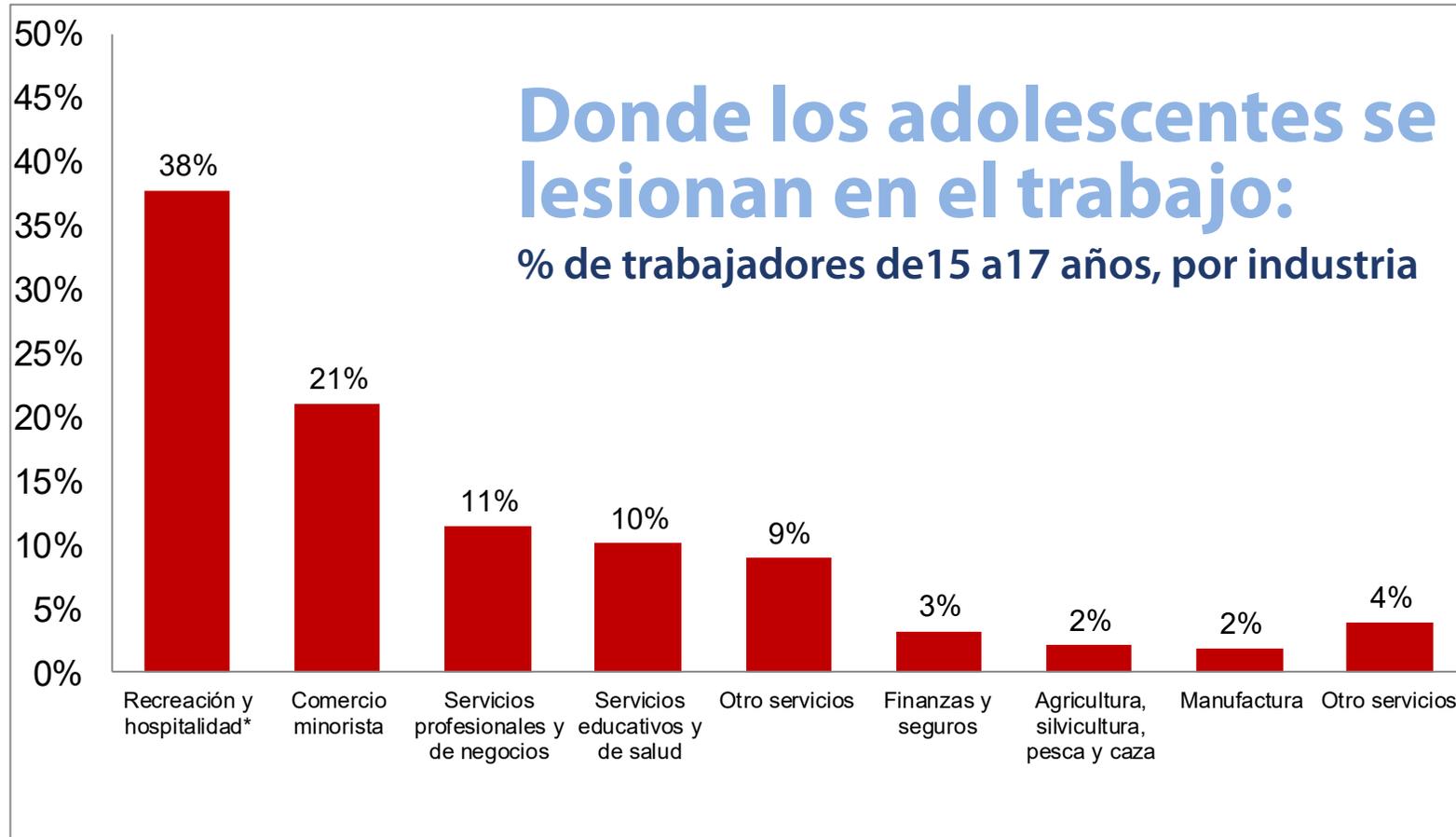


\*Incluye restaurantes.

Basado en datos nacionales, y pueden variar según el estado. Adolescentes menores de 14 años que trabajan no están representados. Trabajadores agrícolas jóvenes no están representados.

Fuente : NIOSH/CDC 2009 ([www.cdc.gov/niosh/topics/youth/chartpackage.html](http://www.cdc.gov/niosh/topics/youth/chartpackage.html))

# Estadísticas de lesiones de trabajadores adolescentes



\*Incluye restaurantes.

Estos datos corresponden a lesiones que requieren al menos un día fuera del trabajo. No se incluyen los jóvenes que trabajan en pequeñas granjas, trabajan para agencias gubernamentales, o por cuenta propia.

Fuente: NIOSH/CDC 2009 ([www.cdc.gov/niosh/topics/youth/chartpackage.html](http://www.cdc.gov/niosh/topics/youth/chartpackage.html))

# Puntos clave del currículo

---

## A fines del curso, serás capaz de

- Reconocer y reducir los peligros en el trabajo
- Identificar las leyes que protegen a los jóvenes de trabajar demasiado tarde
- Identificar las leyes que protegen a los adolescentes de realizar trabajos peligrosos
- Identificar las leyes que protegen a los adolescentes frente a la discriminación (incluyendo acoso) en el trabajo
- Evaluar la manera de resolver los problemas de salud y seguridad en el trabajo
- Nombrar algunas de las agencias que hacen cumplir las leyes de salud y seguridad y leyes de trabajo infantil
- Determinar qué hacer en una emergencia

# Lección 2 (y 2B)

## Encontrar los peligros



# Peligros laborales

---

Un peligro laboral es cualquier cosa en el trabajo que pueda hacerte daño, ya sea física o mentalmente.

Algunos son obvios (fácil de ver), pero otros no lo son. Algunos peligros pueden hacerte daño de inmediato, mientras que otros pueden causar problemas de salud en el futuro.

- **Peligros de seguridad** pueden causar lesiones inmediatas
  - Cuchillos, grasa caliente
- **Peligros químicos** incluyen gases, vapores, líquidos, o polvos que pueden dañar tu cuerpo
  - Productos de limpieza, pesticidas

## Peligros laborales (seguido)

---

- **Peligros biológicos** son cosas vivientes que pueden causar enfermedades, como el VIH/SIDA, la hepatitis, la tuberculosis.
  - Bacterias, los virus
- **Otros riesgos** son otras cosas dañinas que pueden causar una lesión o una enfermedad.
  - Ruido, radiación, movimientos repetitivos, calor, frío, estrés, el acoso.

# ¿Qué es un SDS?

- **Ficha de datos de seguridad (Safety Data Sheet (SDS))**
  - Fichas informativas que los fabricantes deben enviar a las compañías junto con sus productos químicos. En ellas se indica qué contiene el producto, qué daño puede provocar y cómo protegerse
- Una SDS te dice:
  - Lo que está en el producto
  - Cómo puede hacerte daño
  - Cómo protegerte

Safety Data Sheet (SDS)				
				SDS #: 46.00
				Revision Date: March 21, 2014
<b>SECTION 1 — CHEMICAL PRODUCT AND COMPANY IDENTIFICATION</b>				
<b>Ammonia</b>				
Friend Scientific, Inc.				
Signal Word: <b>WARNING</b>				Pictograms
<b>SECTION 2 — HAZARDS IDENTIFICATION</b>				
Hazard class: Acute toxicity, inhalation (Category 5). May be harmful if inhaled (H333).				
Hazard class: Skin corrosion or irritation (Category 3). Causes mild skin irritation (H316).				
Hazard class: Serious eye damage or irritation (Category 2B). Causes eye irritation (H320).				
<b>SECTION 3 — COMPOSITION, INFORMATION ON INGREDIENTS</b>				
Component Name	CAS Number	Formula	Formula Weight	Concentration
Ammonium hydroxide	1336-21-6	NH <sub>4</sub> OH	35.05	<10%
Water	7732-18-5	H <sub>2</sub> O	18.00	90% or more
Synonyms: Household ammonia; Ammonia solution				
<b>SECTION 4 — FIRST AID MEASURES</b>				
Call POISON CENTER or physician if you feel unwell (P312).				
<b>If inhaled:</b> Remove victim to fresh air and keep at rest in a position comfortable for breathing. Call a POISON CENTER or physician if you feel unwell (P304+P312). <b>If in eyes:</b> Rinse cautiously with water for several minutes. Remove contact lenses if present and easy to do so. Continue rinsing (P305+P351+P338). <b>If eye irritation persists:</b> Get medical advice or attention (P337+P313). <b>If skin irritation occurs:</b> Get medical advice or attention (P332+P313).				
<b>If swallowed:</b> Rinse mouth. Call a POISON CENTER or physician if you feel unwell.				
<b>SECTION 5 — FIRE FIGHTING MEASURES</b>				
Nonflammable, noncombustible solution.				NFPA Code
<b>In case of fire:</b> Use a tri-class dry chemical fire extinguisher.				None established
<b>SECTION 6 — ACCIDENTAL RELEASE MEASURES</b>				
Ventilate area. Contain the spill with sand or absorbent material and deposit in a sealed bag or container. See Sections 8 and 13 for further information.				
				PAGE 1 OF 2

# Encontrar los peligros: Restaurante de comida rápida

Lugares de trabajo ilustrados



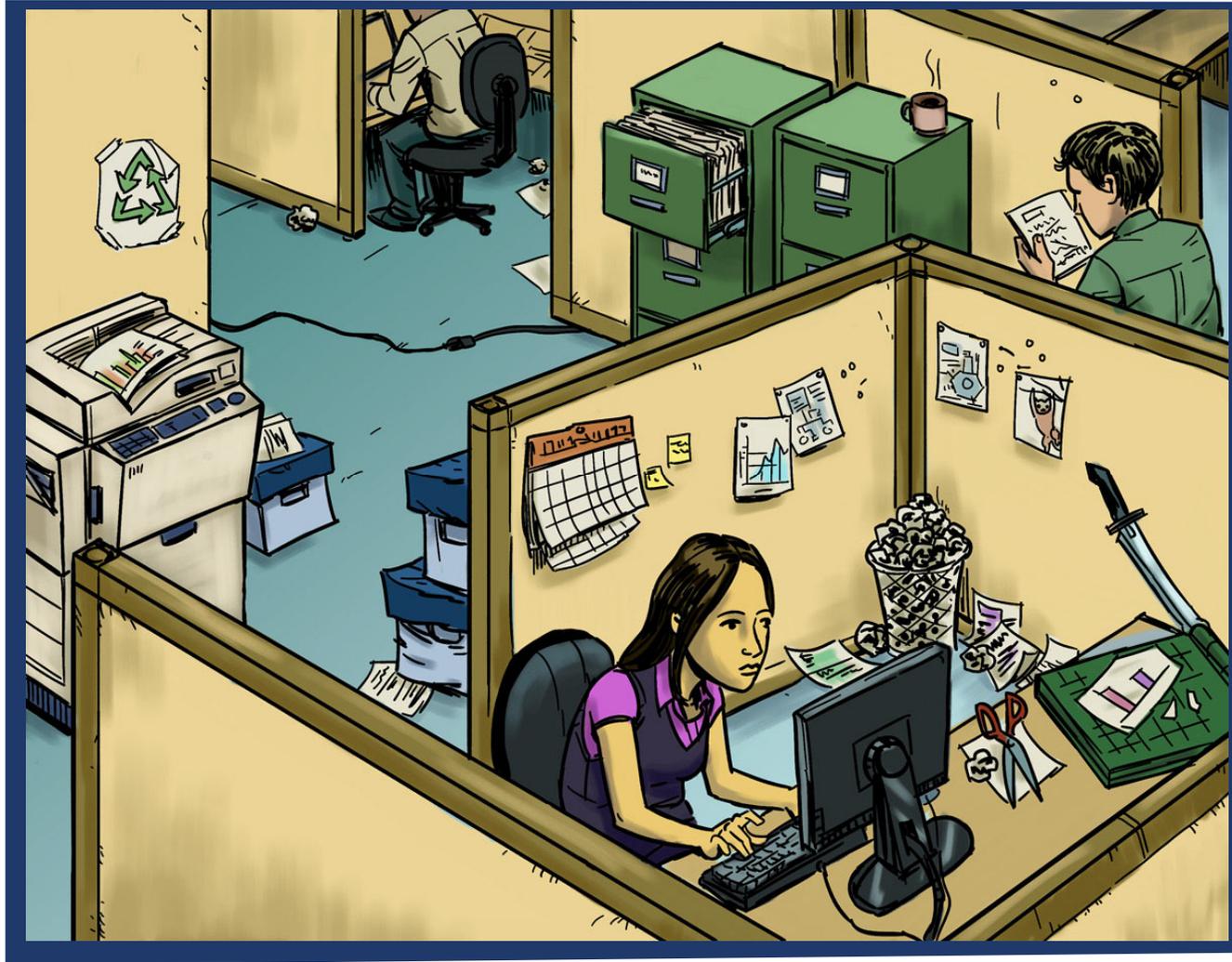
# Encontrar los peligros: Tienda de comestibles

Lugares de trabajo ilustrados



# Encontrar los peligros: Oficina

Lugares de trabajo ilustrados

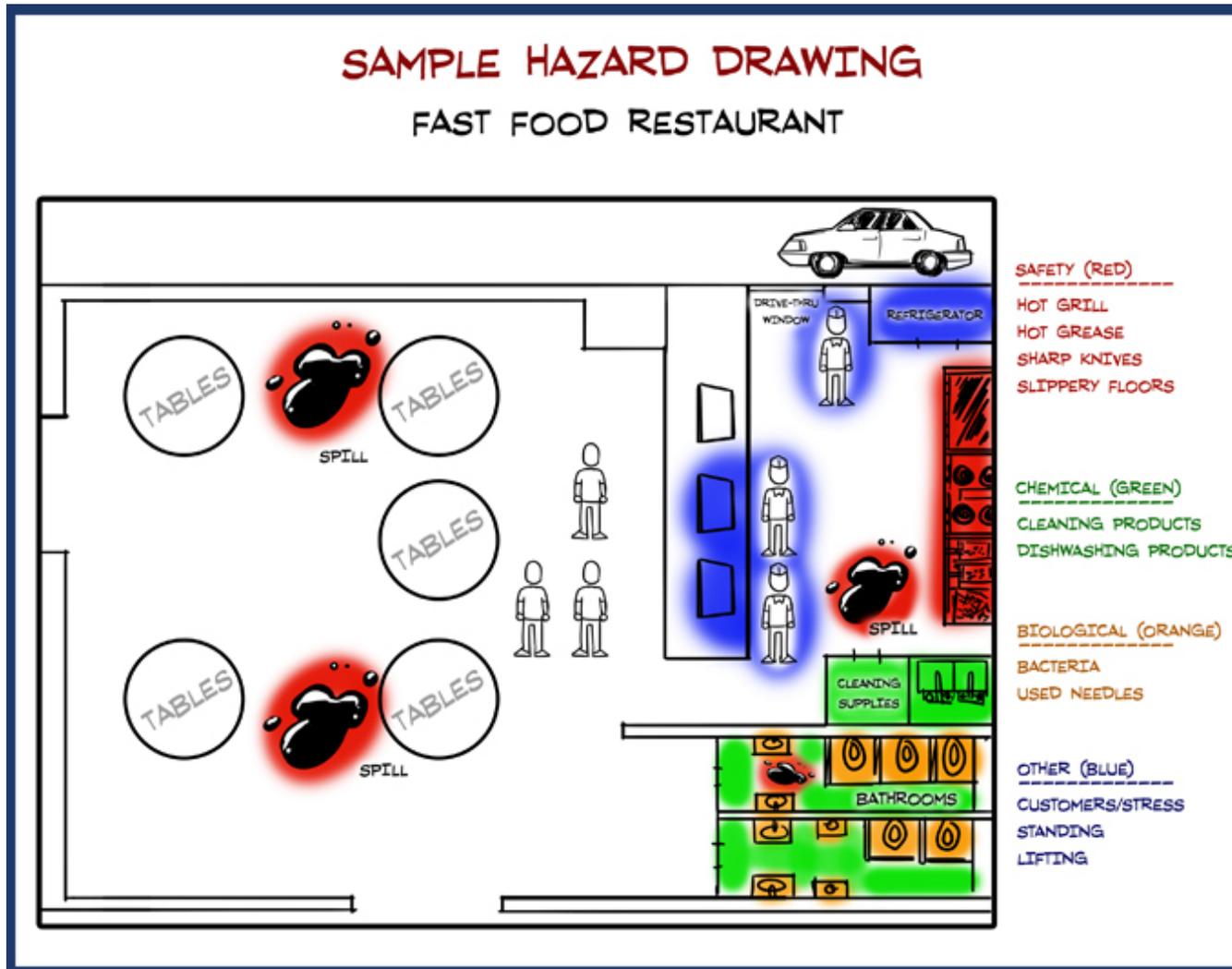


# Encontrar los peligros: Gasolinera

Lugares de trabajo ilustrados



# Mapa de peligros



# Encontrar peligros: Puntos principales

---

- Todos los lugares de trabajo presentan peligros. Un peligro laboral es cualquier cosa que pueda provocar un daño, ya sea físico o mental.
- Algunos peligros laborales son evidentes (fácil de ver), pero otros no lo son. Algunos peligros pueden provocar daño inmediatamente, mientras que otros pueden hacerlo en el futuro.
- Para estar seguro en el trabajo, debes ser capaz de identificar diferentes tipos de peligros.
- Las personas tienen derecho a saber sobre las sustancias químicas y otras sustancias peligrosas usadas en sus lugares de trabajo.
- Una SDS te dice lo que está en un producto químico, cómo puede hacerte daño, y cómo protegerte.

# Lección 3 (y 3B)

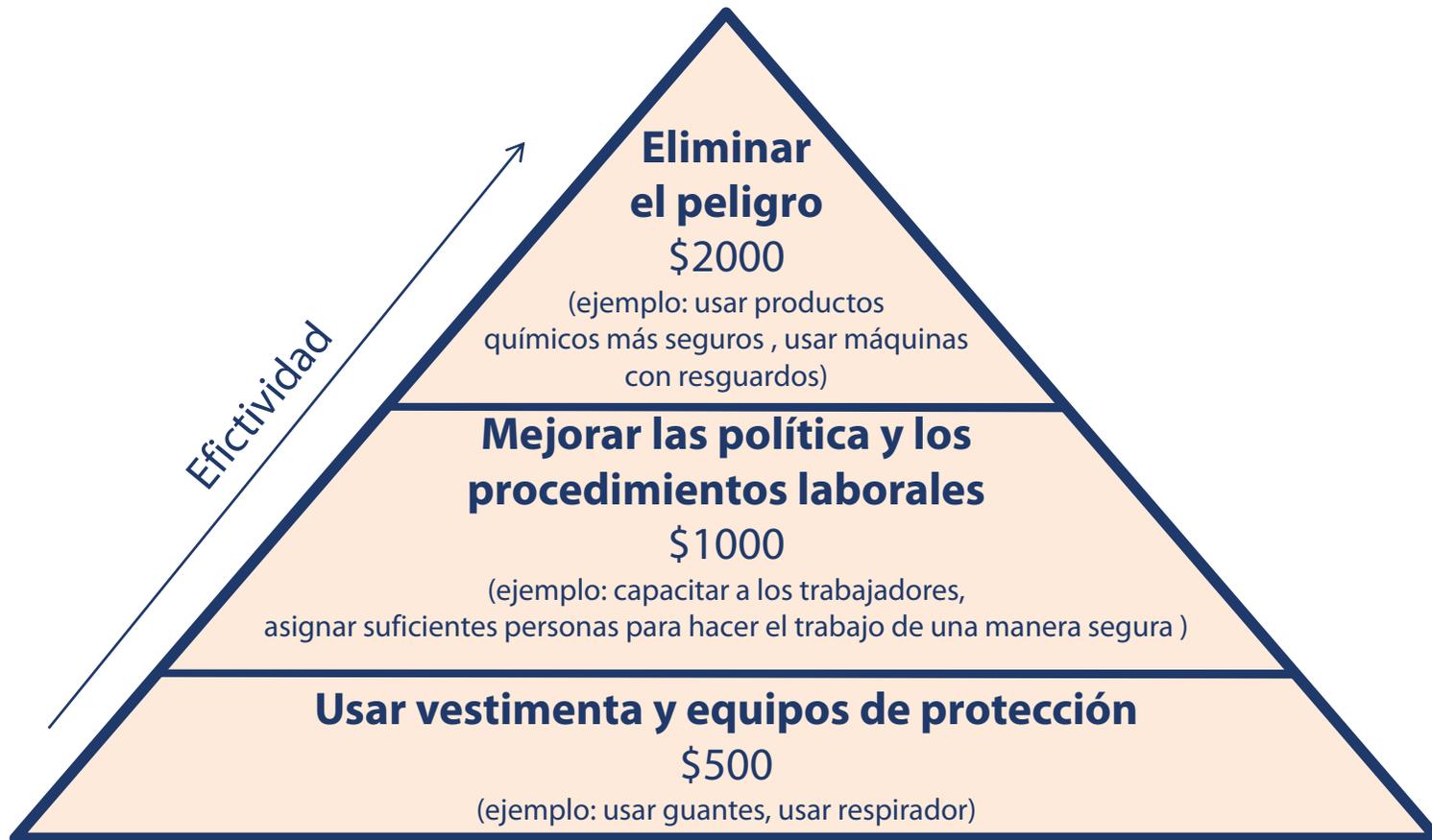
## Hacer que el trabajo sea más seguro



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety 30

# Controlar los peligros

---



# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000



Yn -uv€ | m q r -Wh cz v{

**Trabajo:** Lavaplatos

**Peligro:** Solución química potente

**Lesión:** Quemadura química de los ojos

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000



Yn -uv€ | m qr-dwy

**Trabuco:** Trabajador de comida rápida

**Peligro:** Parrilla caliente

**Lesión:** Quemadura de mano

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000

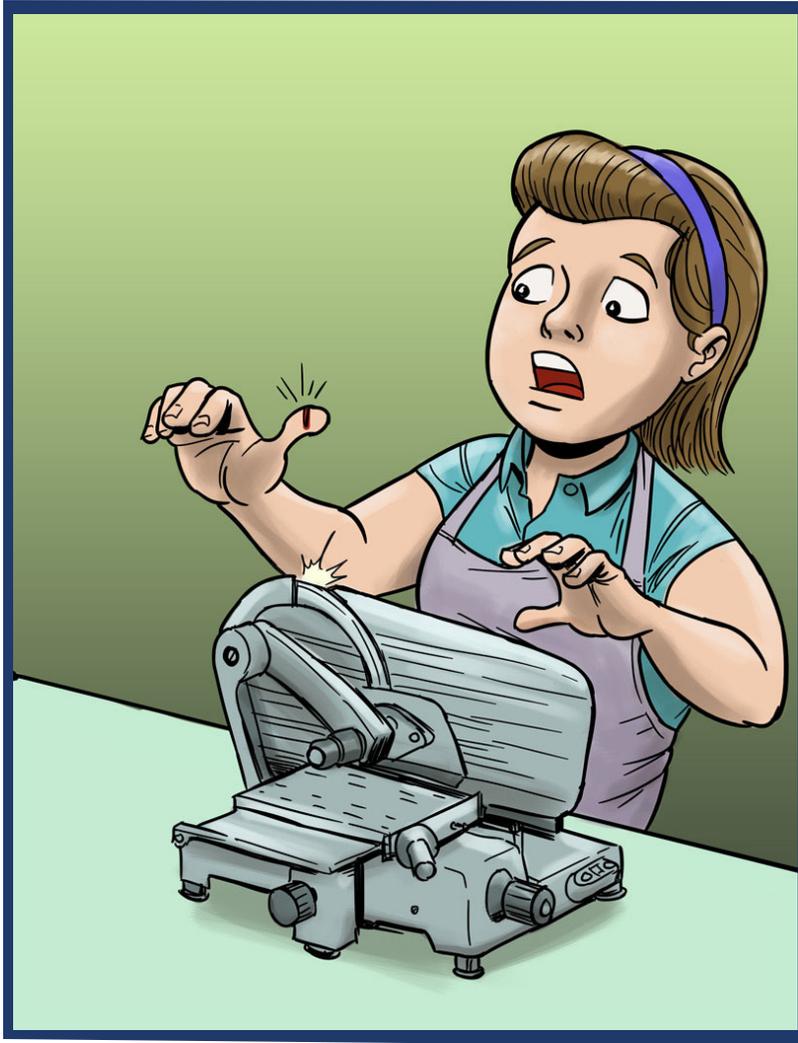


Yn -uv€ | m qr-N{q ir

- Trabajo:** Empleado de tienda de comestibles
- Peligro:** Levantar cajas pesadas
- Lesión:** Torcedura de espalda

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000



Yn -uv€ | m qr-Z | yø

**Trabajo:** Empleada en una fiambrería

**Peligro:** Cortador de carne

**Injury:** Cortadura en el dedo

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000



Yn -uv€ | in qr-Ɔu iv€

**Trabajo:** Empleado municipal

**Peligro:** Calor excesivo

**Lesión:** Insolación

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000



Yn -uv£ | m qr -Whz rç

- Trabajo:** Empleado de pizzería
- Peligro:** Movimiento repetitivo
- Lesión:** Lesión de mano y espalda

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de \$25,000



Yn -uv€ | ivn qr-Zn ivn

- Trabajo:** Trabajadora agrícola
- Peligro:** Pesticidas/exposición a sustancias químicas
- Lesión:** Enfermedad debido a la intoxicación

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de  
\$25,000



Yn -uv€ | m qr -Whqn

**Trabajo:** Asistente de enfermería

**Peligro:** Levantar objetos pesados

**Lesión:** Dolor de cuello, espalda y hombro

# Eliminar o reducir peligros

Juego de Pirámide de seguridad de  
\$25,000



Yn -uv€ | m qr-N{v€n

**Trabajo:** Barista

**Peligro:** Líquidos calientes

**Lesion:** Quemadura

# Hacer que el trabajo sea más seguro: Puntos principales

---

- **La mejor manera de prevenir una lesión o enfermedad en el lugar de trabajo es eliminar el peligro.** Si esto no puede hacerse, entonces los peligros pueden controlarse a través de políticas y procedimientos laborales o del uso de PPE (equipo de protección personal), como un respirador o protección para los oídos o los ojos.
- El equipo de protección personal no es, por lo general, la mejor manera de proteger a los trabajadores porque el peligro aún está allí, y porque el equipo tiene que tener la talla correcta y debe usarse siempre.
- La mayoría de lesiones y enfermedades laborales son causadas por condiciones inseguras en el trabajo, no por error humano.
- Una buena manera de pensar sobre los peligros laborales es, “Arreglar el lugar de trabajo, no al trabajador.”

# Lección 4 (y 4B)

## Emergencias en el trabajo



# Emergencias en el trabajo

---

## ¿Qué es una emergencia en el trabajo?

Una emergencia es cualquier evento no planeado que representa una amenaza. Una emergencia puede amenazar a empleados, clientes o al público. Podría llevar al cierre de un negocio. Puede provocar un daño o afectar el medio ambiente.

# Emergencias en el trabajo

¡Rompedesastres!



# Plan de acción de emergencia

---

Muchos lugares de trabajo necesitan un plan de acción de emergencia. Los trabajadores deben recibir capacitación sobre el plan.

- Un plan de acción de emergencia debe incluir información sobre:
  - Los tipos de emergencias y cómo responder.
  - Lugares para reunirse durante una emergencia.
  - Las mejores maneras de salir de un edificio o alejarse del peligro.
  - Equipo de emergencias y sistema de alertas.
  - Personas clave que estarán a cargo.
  - Qué hacer si alguien se lastima.
  - Qué debe hacer cada trabajador.
  - Simulacros de práctica

# Leccion 5 (y 5B)

## Conozco sus derechos y responsabilidades



# Conozca sus derechos

## Preguntas

Derechos laborales	Trabajo peligroso y permisos de trabajo	Leyes de trabajo infantil y horas de trabajo	Lesionarse, buscar ayuda, permanecer seguro
<del>\$100</del>	<p>La ley de California establece</p>		<del>\$100</del>
<del>\$200</del>	<p>La ley de California establece que esta es la cantidad máxima de horas que pueden trabajar los jóvenes de 14 y 15 años en una semana escolar.</p>		<del>\$200</del>
<del>\$300</del>	<p>Click to close</p>		<del>\$300</del>
<del>\$400</del>	<p>Click to close</p>		<del>\$400</del>
<del>\$500</del>	<del>\$500</del>	<del>\$500</del>	<del>\$500</del>

# Conozca sus derechos: Puntos principales

---

- La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) hace cumplir las leyes de seguridad y salud que protegen a los trabajadores de los peligros laborales. La ley de la OSHA indica que el empleador es responsable de proporcionar equipo de seguridad, capacitación y un lugar de trabajo seguro y saludable.
- Informe al supervisor de inmediato si usted se lesiona en el trabajo. Usted no puede ser despedido por informar peligros laborales u otro tipo de problemas de seguridad.
- Los Departamentos Estatales y Federales de Trabajo hacen cumplir las leyes de trabajo infantil. La Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (EEOC) de EE. UU. protege a los trabajadores de la discriminación y los peligros en el trabajo.
- Las leyes de trabajo infantil protegen a los adolescentes de trabajar demasiadas horas, hasta demasiado tarde, desde demasiado temprano o en ciertos trabajos peligrosos.
- Los trabajadores jóvenes tienen derechos y responsabilidades en el trabajo.

# Conozca sus derechos

## Bingo de la ley laboral



# Lección 6 (y 6B)

## Entrar en acción



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety 50

# Cómo tratar un problema en el trabajo

---

## Pasos para resolver un problema

- Definir el problema.
- Obtener consejos.
- Elegir metas.
- Conocer tus derechos.
- Decidir la mejor manera de hablar con el supervisor.
- Contactar con una oficina estatal o federal de Salario y División de Horas u OSHA a, si es necesario.
- Hablar con un maestro, padre, compañero de trabajo, u otro adulto de confianza.

## Entrar en acción: Puntos principales

---

- Los pasos para plantearle a un supervisor un problema en el lugar de trabajo incluyen: definir el problema; pedir consejo a los padres, docentes o compañeros de trabajo; elegir las metas; conocer sus derechos; y decidir la mejor manera de hablar con el supervisor.
- Si no se siente cómodo hablando con su jefe, hable primero con otro adulto de su confianza. También puede recibir ayuda de organismos como la OSHA u organismos federales o estatales que hagan cumplir las leyes laborales.
- ¡Recuerda confiar en tus instintos y no tengas miedo de hacer oír tu opinión si tienes un problema en el trabajo!