



Organización  
Internacional  
del Trabajo

100  
1919-2019



## SEGURIDAD Y SALUD

NOTA INFORMATIVA PARA  
TRABAJADORES JÓVENES



**YOUTH  
4OSH**

¿Tiene entre **15 y 24 años** de edad y trabaja antes o después de asistir a la escuela, durante los fines de semana o las vacaciones, o como aprendiz o becario? ¿Ha terminado la escuela y ha empezado a trabajar, o ayuda en la empresa familiar? ¿Es trabajador autónomo?

## SI HA RESPONDIDO SÍ A ALGUNA DE ESTAS PREGUNTAS, ESTA HOJA INFORMATIVA VA DIRIGIDA A USTED

¿Sabe que los trabajadores jóvenes son más propensos a sufrir accidentes de trabajo y enfermedades profesionales que los adultos? La exposición a la mayoría de los peligros en el lugar de trabajo puede controlarse con facilidad, y cuánto más sepa sobre estos peligros y sobre los sistemas seguros de trabajo, menos posibilidades tendrá de sufrir lesiones.

**Cuánto más sepa acerca de las prácticas seguras y de sus derechos legales, más posibilidades tendrá de que su experiencia de trabajo sea positiva y será menos propenso a sufrir lesiones en el trabajo.**

La legislación internacional y la legislación nacional exigen a los empleadores que proporcionen un lugar de trabajo seguro, lo que incluye el asignarle tareas que se correspondan a su edad y a su experiencia.



## COMO TRABAJADOR, TIENE DERECHO A

- recibir formación e información adecuada sobre los peligros para la seguridad y la salud, así como sobre las medidas de control de los riesgos.
- contar, siempre que sea necesario, con equipos de protección personal (EPP) como cascos, guantes, mascarillas o gafas protectoras (sin costo alguno para usted).
- retirarse de su puesto de trabajo en caso de peligro inminente.
- trabajar en un puesto de trabajo libre de acoso y abusos
- hacer preguntas y pedir ayuda.



## PROTECCIÓN ESPECIAL PARA LOS TRABAJADORES DE MENOS DE 18 AÑOS

Como trabajador joven de menos de 18 años, no debería realizar ningún trabajo que, por su naturaleza o por las condiciones en que se lleva a cabo, es probable que dañe la salud, la seguridad o la integridad de los niños. Por ejemplo, no debería:

- trabajar solo, muchas horas o de noche
- trabajar en condiciones de frío o calor extremo
- trabajar cerca de productos químicos peligrosos o con ellos
- levantar cargas pesadas o trasladar cargas durante distancias largas
- trabajar en altura o en equipos desde los que se pueda caer
- utilizar maquinaria grande y equipos como sierras o tractores
- trabajar bajo tierra, en el agua, bajo el agua o en otros espacios confinados
- realizar cualquier otra tarea que pueda perjudicar su salud, su seguridad o su integridad.



## CÓMO MANTENERSE SEGURO EN EL TRABAJO

Una vez haya recibido formación sobre las prácticas seguras de trabajo, es importante que cumpla lo aprendido y asuma la responsabilidad tanto de su seguridad como de su salud asegurando, entre otras cosas, que:

- se mantiene atento y sigue las instrucciones del empleador y todas las reglas de seguridad
- desempeña sus tareas laborales según lo acordado
- mantiene el lugar de trabajo limpio, ordenado y libre de escombros
- utiliza los EPP que le proporcione el empleador
- es cuidadoso y diligente en su trabajo
- no trabaja tras haber ingerido alcohol, drogas o si se encuentra muy cansado

Compete a su empleador asegurarse de que el lugar de trabajo es seguro, pero usted también tiene la responsabilidad de informarle de cualquier peligro que detecte. Informe de cualquier problema relacionado con la seguridad y la salud, por ejemplo si una de sus herramientas está estropeada. Pida ayuda si cuando informa de una condición poco segura, su supervisor no le hace caso (véase el apartado “¿Qué debo hacer si tengo un problema relacionado con la seguridad?” para más información). Si considera que su actividad laboral presenta un peligro inminente y grave para su vida o para su salud, así como para las de otros trabajadores, tiene derecho a negarse a realizarla. Debe informar al respecto a su empleador, y tenga en cuenta que la ley le protege de cualquier represalia que éste pueda emprender en su contra.



## **PIDA AYUDA Y ASESORAMIENTO, CALLARSE LOS PROBLEMAS DE SEGURIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO PUEDE ACARREAR PELIGROS**

No tenga miedo a preguntar o a pedir consejo si no entiende las instrucciones que se le han dado o si le preocupa algún aspecto relacionado con la seguridad. Vale más estar seguro hoy que lamentarse mañana.

Concretamente, su empleador debería adoptar el método consistente en “explicar, mostrar y observar” cuando le asigne una tarea nueva.

### **EXPLICAR**

El empleador le debería proporcionar una explicación clara y detallada de la tarea, prestando especial atención a los elementos críticos y a los procedimientos documentados.

### **MOSTRAR**

El empleador debería mostrarle cómo se realiza la tarea, explicando los elementos clave, por ejemplo, cómo guardar la máquina y cómo operar los equipos. Seguidamente debería hacerle preguntas para comprobar que lo ha entendido todo bien.

### **OBSERVAR**

El empleador debería observarle mientras desempeña la tarea y formular comentarios claros y constructivos para cerciorarse de que ha entendido bien el sistema de seguridad seguro que debe seguir.



## **LOS PELIGROS CON LOS QUE DEBE TENER CUIDADO**

Todos los puestos de trabajo comportan peligros intrínsecos y es importante ser consciente de ellos. Algunos peligros son evidentes y pueden tener consecuencias inmediatas, como caerse de una escalera, lesionarse con una máquina o cortarse con un cuchillo, pero también existen peligros ocultos que pueden afectarle una vez transcurrido algún tiempo, como estar expuesto a ruido, a productos químicos o levantar objetos pesados de manera inadecuada.

### ***Peligros con los que debe tener cuidado en la construcción, la manufactura y la agricultura***

Los resbalones, los tropezones y las caídas, la maquinaria y las herramientas peligrosas, las crisis cardíacas y otras cuestiones de salud vinculadas a las condiciones atmosféricas, así como la carga, el levantamiento y la manipulación manuales son peligros comunes a las tres industrias. Hay algunas actividades laborales que pueden presentar riesgos mayores si no se siguen sistemas de trabajo seguros:

<b>CONSTRUCCIÓN</b>	<b>MANUFACTURA</b>	<b>AGRICULTURA</b>
trabajo en altura	trabajo con objetos afilados	utilización de maquinaria y herramientas
trabajos con electricidad	trabajo en estancias a temperaturas demasiado altas	utilización de plaguicidas y otros productos agroquímicos
trabajo en entornos polvorientos	tareas repetitivas	trabajo con objetos afilados
tareas repetitivas	utilización de productos químicos	trabajo con animales
trabajo bajo tierra o cerca de excavaciones	trabajos con electricidad	
exposición al asbesto y a la radiación		



