

# Cuando trabajes, trabaja con seguridad

**GASTAR TU SUELDO ES MÁS DIVERTIDO QUE PASAR TIEMPO EN LA SALA DE EMERGENCIAS.**

**Consigue entrenamiento de seguridad.** Aún las tareas simples tienen riesgos, por ejemplo: preparar café en un quiosco donde se compra desde el carro podría crear quemaduras por el vapor, violencia por clientes, o estrés por el calor. Cada tarea que realizas en el trabajo debería ser acompañada de entrenamiento de seguridad.

**Protégete.** Los guantes, las botas de seguridad y las gafas de protección no están de moda, pero si el trabajo lo requiere, debes usarlos. Reconoce las herramientas de seguridad en cada equipo que usas y no las quites, aunque te parezca un inconveniente o retraso. No vale la pena arriesgar tu seguridad.

**Habla de las situaciones que crees son inseguras.** Reporta las lesiones y las situaciones inseguras inmediatamente. No tengas miedo a decir algo; esto podría evitar que más tarde te pasen lesiones a ti o a otra persona. Si algo te preocupa con respecto a trabajar solo durante los turnos de madrugada o bien noche, habla de esto con tu empleador.

**No tomes atajos (no recortes los pasos de seguridad).** Es posible que sientas la tentación de tomar atajos para realizar el trabajo más rápido, pero nunca vale la pena. Toma tu tiempo y haz el trabajo con seguridad.

**Conoce tus derechos.** Todos los trabajadores tienen derecho a un lugar de trabajo seguro y sano. Visita [oregon.gov/boli](http://oregon.gov/boli) para leer tus derechos. Échales un vistazo, te lo mereces. Puedes conseguir más información en el resumen de leyes de empleo de menores del Departamento de Trabajo e Industrias, incluyendo cuántas horas los jóvenes deben trabajar, cuánto tiempo son sus periodos de descanso, y requisitos del sueldo mínimo.

**O[yes]** Oregon  
young employee  
safety

[youngemployeesafety.org](http://youngemployeesafety.org)

RECURSOS DE SEGURIDAD  
PARA ADOLESCENTES

[orsha.org](http://orsha.org)

[ohsu.edu](http://ohsu.edu)

[youngworkers.org](http://youngworkers.org)

[saif.com/youngworkers](http://saif.com/youngworkers)

Oregon OSHA provee entrenamiento en línea (online) para elevar el nivel de conocimiento de los trabajadores jóvenes con respecto a las lesiones, identificación de peligros, derechos de trabajadores, y preparación para las emergencias. Aquí puedes encontrar todo eso [goo.gl/bXeLhh](http://goo.gl/bXeLhh).

