



# YOUTH WORK

## Talking Safety

Un programa de estudios sobre seguridad  
y salud para trabajadores jóvenes

Edición para California





# 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

---

## Exención de responsabilidad

Las menciones que se hagan de cualquier compañía o producto no representan el aval del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH). Además, las referencias a sitios web fuera de NIOSH no constituyen un respaldo de NIOSH a las organizaciones patrocinadoras ni a sus programas o productos. De igual manera, NIOSH no se hace responsable del contenido de esos sitios web. Todos los sitios web mencionados en este documento estaban disponibles en la fecha de la publicación.

## Información de pedidos

Para recibir documentos u otra información acerca de los temas de seguridad y salud ocupacional, comuníquese con el NIOSH al

Teléfono: 1-800-232-4636

TTY: 1-888-232-6348

CDC INFO: [www.cdc.gov/info](http://www.cdc.gov/info)

o visite el sitio web del NIOSH en [www.cdc.gov/niosh](http://www.cdc.gov/niosh).

Para recibir actualizaciones mensuales con noticias del NIOSH, suscríbese a NIOSH eNews en [www.cdc.gov/niosh/eNews](http://www.cdc.gov/niosh/eNews).

## Citación sugerida

NIOSH [2015]. Youth@Work—talking safety: un programa de estudios sobre seguridad y salud para trabajadores jóvenes, edición para California. Por Guerin RJ, Okun AO, Stephenson CM, Bush D, Dewey R, Szudy B, Miara C. Cincinnati, OH: Departamento de Salud y Servicios Humanos, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, DHHS (NIOSH) publicación N.º 2015–173(*Sp2017*).

DHHS (NIOSH) publicación N.º 2015–173(*Sp2017*)

Fecha: enero de 2018

Safer • Healthier • People™

**Este documento es de dominio público  
y puede ser copiado y reproducido  
libremente.**

---

## Palabras preliminares

El Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH) se enorgullece en presentar *Youth@Work—Talking Safety*. Este programa de estudios brinda los conceptos fundamentales de seguridad y salud laboral. El programa de estudios aborda los Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES), y las Características de un programa efectivo de estudios de educación para la salud, tal como lo indican los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC). Para obtener más información, consulte el Apéndice, a partir de la página 291. El programa de estudios funciona bien para las clases técnico-profesionales o para cumplir con los requisitos de educación técnico-profesional (Career Technical Education, CTE).

Después de trabajar por varios años, un grupo de colaboradores dedicado a reducir las lesiones y enfermedades ocupacionales entre los jóvenes produjo *Talking Safety. Youth@Work—Talking Safety* se basó en los programas de estudios *WorkSafe!*, desarrollados por el Programa de salud ocupacional y laboral (Labor Occupational Health Program, LOHP) de la University of California, Berkeley, y *Safe Work/Safe Workers*, desarrollado por el Programa de vigilancia de la salud ocupacional del Departamento de Salud Pública de Massachusetts (Occupational Health Surveillance Program at the Massachusetts Department of Public Health, OHSP-MDPH) y Education Development Center, Inc. (EDC), de Newton, Massachusetts. Estos productos se produjeron con fondos de NIOSH y de las siguientes organizaciones: la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA), el Departamento de Trabajo de EE. UU.; el Departamento de Accidentes Industriales de Massachusetts; la Oficina de Salud Maternal e Infantil, la Administración de Recursos y Servicios de Salud; y la compañía de seguros Liberty Mutual.

Desarrollamos las actividades en el programa de estudios *Talking Safety* en consulta con miles de docentes y miembros del personal de escuelas secundarias generales. También trabajamos con programas de la escuela al trabajo, de experiencia laboral y de educación vocacional, y con el programa WorkAbility de California, que atiende a alumnos con discapacidades cognitivas y de aprendizaje. Estas actividades pasaron por rigurosas pruebas piloto y han sido utilizadas por miles de personas que enseñan destrezas básicas de seguridad y salud ocupacional a los adolescentes. Estas incluyen a docentes de escuelas secundarias, capacitadores laborales, investigadores y académicos universitarios, y coordinadores de experiencia laboral en todo el país.

En 2004, NIOSH se comprometió a ingresar un programa de estudios de seguridad y salud ocupacional (Occupational Safety and Health, OSH) en las escuelas secundarias de EE. UU. Como parte de este esfuerzo, la States' *Career Clusters Initiative*, que funciona bajo la orientación de la Asociación Nacional de Directores Estatales del Consorcio de Educación Técnico-Profesional (National Association of State Directors of Career Technical Education Consortium, NASDCTEc), adhirió a la colaboración. El programa de estudios *Talking Safety* se evaluó en 16 escuelas a lo largo de 10 estados durante el ciclo lectivo 2004-2005. La versión de 2004 reflejó la información obtenida de todos los docentes, administradores y colaboradores que participaron en esa evaluación.

En 2010, NIOSH comenzó un rediseño riguroso de *Youth@Work—Talking Safety*, para actualizar su aspecto y para facilitar su transmisión en un entorno de escuela secundaria tradicional. Como parte de este esfuerzo, el programa de estudios se alineó con los NHES, que brindan una base para los programas de estudios de educación para la salud en los Estados Unidos tanto a nivel estatal como a nivel local. Esta versión actualizada de *Talking Safety* representa los esfuerzos sostenidos de NIOSH y sus colaboradores para desarrollar un programa de estudios dinámico, divertido y efectivo que mantendrá a los adolescentes a salvo en el trabajo—ahora y a lo largo de sus vidas.



---

## Información general

En los Estados Unidos, trabajan millones de adolescentes. Datos estadísticos recientes muestran que 1.6 millones de adolescentes estadounidenses de 15 a 17 años de edad tienen empleo. Las encuestas sugieren que el 80 % de los adolescentes ya habían trabajado al finalizar la escuela secundaria. Aunque el trabajo brinda muchos beneficios para los jóvenes, también puede ser peligroso. Cada año, cerca de 59,800 adolescentes de 15 a 17 años de edad se lesionan en el trabajo de una manera tan grave que deben buscar tratamiento en la sala de emergencias. De hecho, los adolescentes tienen el doble de riesgo de lesionarse en el trabajo que los trabajadores adultos. También sabemos que aquellos menores de 15 años sufren una incidencia alta de lesiones ocupacionales, aunque no se dispone de números precisos.

Al ser trabajadores nuevos, los adolescentes tienden a no tener experiencia y a no estar familiarizados con muchas de las tareas que se les requieren. A pesar de la alta incidencia de lesiones laborales de los trabajadores adolescentes, la seguridad en el trabajo es generalmente una de las últimas cosas por las que se preocupan. Muchas de las características más positivas de los adolescentes —energía, entusiasmo y una necesidad de desafíos y responsabilidades cada vez mayores— pueden ocasionar que se hagan cargo de tareas para las que no están preparados para llevar a cabo de manera segura. Es probable que también sean reacios a hacer preguntas o plantear exigencias a sus empleadores.

La educación para la salud y la seguridad es clave para prevenir lesiones en adolescentes que trabajan, y les brinda importantes destrezas laborales y de la vida que ellos necesitan ahora y en el futuro. Aunque la capacitación específica del lugar de trabajo es fundamental, los jóvenes también necesitan aprender y practicar destrezas generales de salud y seguridad que llevarán con ellos de un trabajo a otro. Los adolescentes deben ser capaces de ver los peligros en cualquier lugar de trabajo. Deben comprender cómo los peligros pueden controlarse, qué hacer en caso de emergencia, qué derechos tienen en el trabajo y cómo dar su opinión efectivamente cuando hay un problema en el trabajo.

Los programas escolares y comunitarios que colocan a los jóvenes en trabajos ofrecen un lugar importante para la enseñanza de esas destrezas. Un programa nacional que reconoce la importancia de incluir estas destrezas como parte de la experiencia educativa es la iniciativa *Career Cluster Initiative*, desarrollada por la Oficina de Educación Vocacional y de Adultos (Office of Vocational and Adult Education, OVAE) del Departamento de Educación de EE. UU. y que, actualmente, se está iniciando en varios estados. OVAE identificó 16 grupos de carreras que incluyen las mayores oportunidades de trabajo en la población activa actual. Los ejemplos de estos grupos son finanzas, arquitectura, construcción y ciencia de la salud. (Para obtener una lista completa de los grupos de carreras, consulte [www.careertech.org](http://www.careertech.org)). Cada grupo tiene un marco de programa de estudios y un conjunto de conocimientos y destrezas centrales que los alumnos deben dominar, que incluyen la salud y la seguridad en el lugar de trabajo.

---

## Acerca de *Youth@Work—Talking Safety*

Los entornos laborales actuales, complejos y globales, requieren que los jóvenes desarrollen destrezas acordes a los desafíos del siglo XXI. Trabajar de manera segura es una de las destrezas fundamentales para la vida y la profesión que se necesitan para convertirse en un participante exitoso y plenamente funcional de la nueva economía.

Este programa de estudios enseña destrezas y conocimientos centrales de seguridad y salud, que cubren información básica relevante para cualquier ocupación en cualquier etapa de la vida laboral.

Las actividades didácticas de este programa de estudios deben generar conciencia entre los jóvenes acerca de la seguridad y la salud en el lugar de trabajo y darles las destrezas de preparación laboral que necesitan para volverse participantes activos en la creación de entornos laborales seguros y saludables, ahora y a lo largo de sus vidas.

Las actividades resaltan los peligros y las estrategias de prevención de una gran variedad de lugares de trabajo. Los materiales son flexibles. Se los puede utilizar como un programa de estudios independiente o se los puede incluir en otros programas de seguridad. Los docentes que han utilizado este programa de estudios han dicho que el material era una excelente introducción a otras instrucciones de seguridad, como el curso de 10 horas de instrucción de seguridad de La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). También dijeron que se podría utilizar para mejorar otros programas de seguridad. Los educadores pueden adaptar el programa de estudios a los alumnos en un grupo de carreras específico o a los trabajos comunes realizados por sus alumnos, mediante la selección de ejemplos y situaciones del lugar de trabajo, siempre que sean los más relevantes para ese grupo de carreras.

---

# Índice

Palabras preliminares .....	iii
Descripción general .....	v
Acerca de <i>Youth@Work—Talking Safety</i> .....	vi
Agradecimientos .....	ix
Introducción .....	xi

## Lecciones

Las once lecciones de 45 minutos (seis lecciones centrales más cinco lecciones “B”, complementarias) incluyen varias actividades para enseñar las destrezas y los conceptos clave. Los docentes tienen muchas opciones al utilizar este programa de estudios. El contenido central puede cubrirse en seis períodos de 45 minutos. En la mayoría de los casos, las cinco lecciones “B” pueden considerarse optativas. Es posible que sean más simples, en las que se requiera una lectura mínima o no se requiera lectura alguna, para satisfacer las necesidades de una gama más amplia de alumnos, o que brinden una ampliación o una revisión más profunda del contenido de esa lección. Si solo tiene una clase para dedicarle a este tema, puede usar la Lección 1 para dar a los alumnos una descripción general de los conceptos vitales de seguridad y salud en el lugar de trabajo.

1: Lesiones en trabajadores jóvenes .....	1
2: Encontrar los peligros .....	23
2B: Encontrar los peligros .....	43
3: Hacer que el trabajo sea más seguro .....	53
3B: Hacer que el trabajo sea más seguro .....	91
4: Emergencias en el trabajo .....	103
4B: Emergencias en el trabajo .....	117
5: Conozca sus derechos y responsabilidades .....	137
5B: Conozca sus derechos y responsabilidades .....	153
6: Entrar en acción.....	171
6B: Entrar en acción .....	189

---

## Materiales para entregar al alumno

1. <i>Cuestionario sobre seguridad laboral</i> .....	205
2. <i>Encontrar los peligros: Restaurante de comida rápida</i> .....	207
3. <i>Encontrar los peligros: Tienda de comestibles</i> .....	209
4. <i>Encontrar los peligros: Oficina</i> .....	211
5. <i>Encontrar los peligros: Gasolinera</i> .....	213
6. <i>Planilla para cacería de peligros</i> .....	215
7. <i>Soluciones a los peligros: Ejemplos de peligros en algunos lugares de trabajo con adolescentes</i> .....	217
8. <i>Planilla para búsqueda de información</i> .....	225
9. <i>Carreras profesionales sobre seguridad y salud ocupacional (Occupational Safety and Health, OSH)</i> .....	233
10. <i>¡Rompedesastres! Tablero de juego</i> .....	235
11. <i>¡Rompedesastres! Cartas del juego</i> .....	237
12. <i>Emergencias en las noticias</i> .....	247
13. <i>Planes de acción de emergencia</i> .....	251
14. <i>¿Es usted un adolescente que trabaja? Ficha de datos</i> .....	253
15. <i>¡Bingo de la ley laboral! Tableros de juego (n.º 1–13)</i> .....	259
16. <i>La historia de Elena</i> .....	285
17. <i>Evaluación del curso</i> .....	287
<i>Certificado de finalización</i> .....	289
<i>Apéndice: Resúmenes tabulados de los Estándares nacionales de educación para la salud (NHES) de los CDC</i> .....	291

## Diapositivas en PowerPoint

Los instructores pueden usar transparencias en lugar de diapositivas de PowerPoint imprimiendo la presentación en modo Transparencia (en el programa PowerPoint [2010], en la pestaña Diseño [Design], vaya a Configurar página [Page Set Up]; en el recuadro desplegable llamado Tamaño de diapositivas para [Slides Sized For], baje y seleccione la opción Transparencia [Overheads]).

Visite el sitio web del NIOSH para descargar las diapositivas en PowerPoint de este programa de estudios.

[www.cdc.gov/NIOSH/talkingsafety](http://www.cdc.gov/NIOSH/talkingsafety).

---

## Agradecimientos

Este programa de estudios se elaboró bajo el liderazgo del Dr. Paul Schulte, director de la División de Educación e Información (Education and Information Division, EID) del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Los fondos fueron proporcionados con el número de subsidio H610-HT12 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA), del Departamento de Trabajo (Department of Labor, DOL) de EE. UU.

*Youth@Work—Talking Safety* se basó en materiales cuyos autores originales fueron Diane Bush, Robin Dewey y Betty Szudy del Programa de salud ocupacional y laboral (LOHP), y Christine Miara del Centro de Desarrollo para la Educación (Education Development Center, EDC). La Dra. Frances Beauman de la Oficina de Illinois de Servicios Educativos en la Universidad del Sur de Illinois fue un colaborador adicional.

Otras personas del NIOSH que brindaron su aporte para el rediseño y la revisión del programa de estudios incluyen a Devin Baker, Rachel Ullah, Vanessa Williams, Gino Fazio, Nicole Romero, Amy Filko, Brenna Keller, la Dra. Lauren Menger-Ogle, Kitty Hendricks, Hannah Echt, Lawrence Q. Foster, Bermang Ortiz, Salihatu Kamara y Sunoz Soroosh.

Los editores de este programa de estudios fueron Gene Darling, del LOHP, y John Diether, del NIOSH. John Lechliter y Seleen Collins, del NIOSH, editaron el nuevo programa de estudios. Steve Leonard y Joe Cauley, del NIOSH, brindaron soporte técnico.

Los revisores técnicos incluyeron a la Dra. Letitia Davis, del Departamento de Salud Pública de Massachusetts (MDPH); Mary Miller, del Departamento de Trabajo e Industria del Estado de Washington; Elise Handelman, de la OSHA; y representantes de organizaciones profesionales y educativas como la Asociación Estadounidense de Higiene Industrial, la Asociación Estadounidense de Ingenieros de Seguridad, y el Consejo Nacional de Seguridad. Los revisores adicionales del programa de estudios revisado incluyen: Lester Claravall, del Departamento de Trabajo de Oklahoma; Peter Hunt, de los CDC; la Dra. Laurel Kincl, de la Universidad Estatal de Oregon; Jennifer Levin, del DOL; Susan McQuade, del Comité de Seguridad y Salud Ocupacional de Nueva York (New York Committee for Occupational Safety and Health, NYCOSH); MaryAnn Medeiros, de la OSHA; Helen Moss, de la Universidad de Oregon; Ashley Nelson, de la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA); Beatriz Pazos y Sara Rattigan, del MDPH; la Dra. Kimberly Rauscher, de la Universidad de Virginia Occidental; Lisa Schnall, de la Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo (Equal Employment Opportunity Commission, EEOC) de EE. UU.; y Ernie Weiss, del DOL.

Chi-Yun Lau creó nuevas ilustraciones para el programa de estudios y Sam Howell fue el diseñador gráfico. La Dra. Lisa Meloncon, de la Universidad de Cincinnati, hizo recomendaciones sobre el diseño del programa de estudios.

---

La Dra. Cynthia Symons y Liz Fettrow, de la Kent State University, ayudaron a alinear el programa de estudios con los Estándares nacionales de educación para la salud (NHES).

El programa de estudios incluye un video de 4 minutos, *Teen Workers: Real Jobs, Real Risks* (Mallory's Story), producido y dirigido por Darren Linker, del Departamento de Ciencias de la Salud Ambiental y Ocupacional, Escuela de Salud Pública, University of Washington en cooperación con Mary Miller, Programa de Normas de Empleo, Departamento de Trabajo e Industrias del estado de Washington (2009).

NIOSH agradece a todos los docentes y administradores de estas escuelas y estos estados participantes que evaluaron el programa de estudios piloto de 2004-2005:

East Valley Institute of Technology, Mesa, AZ

Tampa Bay Technical High School, Tampa, FL

Mid Florida Tech, Orlando, FL

West Florida High School of Advanced Technology, Pensacola, FL

Professional/Technical Education Center (PTEC), Boise, ID

Herrin High School, Herrin, IL

Kankakee Valley High School, Wheatfield, IN

Millcreek Center, Olathe, KS

Landry High School, New Orleans, LA

Mandeville High School, Mandeville, LA

Walker High School, Walker, LA

Lewis & Clark Career Center, St. Charles, MO

Whitmer High School, Toledo, OH

Lenape Technical School, Ford City, PA

State College Area School District & CTE Center, State College, PA

## *States' Career Clusters Initiative*

“La Asociación Nacional de Directores Estatales del consorcio de Educación Técnico-Profesional (NASDCTEc) aplaude a NIOSH por ser un permanente adepto y colaborador de la educación técnico-profesional. A través de su programa de estudios Youth@Work—*Talking Safety*, NIOSH demuestra su compromiso con los objetivos y estándares que forman parte de la iniciativa National Career Clusters® y la iniciativa Common Career Technical Core”. —Kimberly A. Green, Directora Ejecutiva, NASDCTEc/NCTEF.

Para obtener más información, visite [www.careertech.org](http://www.careertech.org).

YOUTH  WORK  
Talking Safety

**Introducción**



---

## Introducción

*Youth@Work—Talking Safety* es un programa de estudios divertido y participativo que ayuda a docentes y personal escolar/comunitario de búsqueda de empleo a educar a los jóvenes sobre conceptos básicos de seguridad y salud laboral. El programa de estudios brinda información esencial y destrezas de preparación laboral que se enfocan en ocho competencias centrales. Las destrezas transferibles obtenidas a través del programa *Talking Safety* ayudarán a los alumnos a preservar su salud y seguridad ahora y a lo largo de sus vidas. Las once lecciones están diseñadas para clases de 45 minutos. Algunas sesiones se adaptan a este plazo muy cómodamente, mientras que otras requieren que el docente lleve un ritmo rápido.

## *Youth@Work—Talking Safety*: Ocho competencias centrales

Alumnos:

- 1. Reconocer que, si bien el trabajo tiene beneficios, todos los trabajadores pueden lesionarse, enfermarse o incluso morir en el trabajo. Los trabajadores tienen que saber de qué manera los riesgos de su lugar de trabajo pueden afectar sus vidas y las de su familia.**
- 2. Reconocer que las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo son predecibles y pueden prevenirse.**
- 3. Identificar peligros en el trabajo, evaluar los riesgos, y predecir de qué formas los trabajadores pueden lesionarse o enfermarse.**
- 4. Reconocer cómo prevenir lesiones y enfermedades. Describir las mejores maneras de abordar los peligros en el lugar de trabajo y aplicar esos conceptos a problemas en el lugar de trabajo específicos.**
- 5. Identificar emergencias en el trabajo y decidir cuáles son las mejores maneras de enfrentarlas.**
- 6. Reconocer los derechos y las responsabilidades, de empleadores y trabajadores, que tienen consecuencias para un trabajo saludable y seguro.**
- 7. Encontrar recursos que ayuden a los trabajadores a preservar su salud y seguridad en el trabajo.**
- 8. Demostrar cómo pueden los trabajadores comunicarse con los demás —incluidas personas con funciones de autoridad— para formular preguntas, informar problemas o plantear su preocupación cuando se sientan inseguros o amenazados.**

---

## Lecciones de *Talking Safety*

**La Lección 1, *Lesiones en trabajadores jóvenes***, evalúa el conocimiento actual de los alumnos en cuanto a seguridad laboral y derechos legales. También hace énfasis en el impacto que puede tener una lesión laboral en la vida de una persona joven y presenta a los alumnos la noción de que las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo son predecibles y pueden prevenirse.

**La Lección 2 (y 2B), *Encontrar los peligros***, desarrolla una comprensión de los peligros comunes para la salud y la seguridad que los adolescentes pueden enfrentar en el trabajo.

**La Lección 3 (y 3B), *Hacer que el trabajo sea más seguro***, explica las medidas que pueden reducir o eliminar los peligros en el trabajo. También le muestra a los alumnos cómo obtener más información sobre peligros específicos que podrían enfrentarse y cómo controlarlos.

**La Lección 4 (y 4B), *Emergencias en el trabajo***, presenta a los alumnos los tipos de emergencias que podrían ocurrir en un lugar de trabajo y cómo el empleador y los trabajadores deben responder a ellas.

**La Lección 5 (y 5B), *Conozca sus derechos y responsabilidades***, se enfoca en los derechos legales que todos los trabajadores tienen conforme a las leyes de salud y seguridad, los derechos especiales que tienen los trabajadores jóvenes conforme a las leyes de trabajo infantil, y los organismos gubernamentales y otros recursos que puedan ayudar. Estas lecciones también ayudan a los alumnos a comprender sus responsabilidades en el trabajo y cómo pueden protegerse a sí mismos o a otros contra las lesiones. Asegúrese de obtener la versión de este programa de estudios que sea específica para su estado, porque algunas leyes y nombres de organismos varían de estado a estado. Descárguelo de: [www.cdc.gov/NIOSH/talkingsafety](http://www.cdc.gov/NIOSH/talkingsafety).

**La Lección 6 (y 6B), *Entrar en acción***, desarrolla destrezas para ayudar a los jóvenes a dar su opinión efectivamente cuando hay un problema en el trabajo.

Los docentes tienen muchas opciones al utilizar este programa de estudios. Las once lecciones de 45 minutos (seis lecciones centrales más cinco lecciones “B”, complementarias) contienen varias actividades para enseñar las destrezas y los conceptos clave. El contenido central puede cubrirse en seis períodos de 45 minutos. En la mayoría de los casos, las cinco lecciones “B” pueden considerarse optativas. Es posible que sean más simples, en las que se requiera una lectura mínima o no se requiera lectura alguna, para satisfacer las necesidades de una gama más amplia de alumnos, o que brinden una ampliación o una revisión más profunda del contenido de esa lección. Si solo tiene una clase para dedicarle a este tema, puede usar la Lección 1 para dar a los alumnos una descripción general de los conceptos vitales de seguridad y salud en el lugar de trabajo.

---

## Contenido del programa de estudios

El programa de estudios incluye planes de clase detallados, materiales para entregar al alumno, un video de 4 minutos titulado *Teen Workers: Real Jobs, Real Risks* (Mallory's Story) (Trabajadores adolescentes: empleos reales, riesgos reales [La historia de Mallory]) y diapositivas en PowerPoint. Los instructores pueden usar transparencias en lugar de diapositivas de PowerPoint imprimiendo la presentación en modo "Transparencia" (en el programa PowerPoint [2010], en la pestaña Design [Diseño], vaya a Page Set Up [Configurar página]; en el recuadro desplegable llamado Slides Sized For [Tamaño de diapositivas para], baje y seleccione la opción Overheads [Transparencia]).

Cada lección contiene las siguientes secciones:

**Plan de clase:** Brinda un resumen de las actividades incluidas y el tiempo requerido para cada actividad.

**Objetivos del alumno:** Describe lo que aprenderán los alumnos en cada lección.

**Puntos clave para tener en cuenta:** Brinda conceptos importantes que los docentes pueden aprovechar a medida que dan la clase.

**Preparación:** Proporciona una lista de los pasos que los instructores deben seguir mientras se preparan para dar la clase (como obtener el equipo, fotocopiar el material).

**Notas detalladas para el instructor:** Ofrece instrucciones completas para enseñar cada sección, incluidos consejos didácticos valiosos para ayudar al instructor a dar la clase de manera fluida.

**Notas complementarias para el docente:** Brinda información suplementaria a los docentes acerca del contenido de la lección. Si aparece una letra A (A, B, etc.) en las Notas para el instructor, significa que hay material complementario adicional al final de la lección que debe consultarse. Los docentes deben leer las Notas complementarias para el docente antes de dictar cada sesión; también pueden consultarlas durante la clase.

Cada lección central y complementaria comienza con una exposición introductoria, seguida de dos o tres actividades didácticas participativas para enseñar los conceptos de esa lección. Al menos una de las actividades didácticas de cada lección es básica, en la que se requiere una lectura mínima o no se requiere lectura alguna, y está diseñada para satisfacer las necesidades de todos los alumnos. Varias de estas actividades se desarrollaron y pasaron por pruebas piloto con alumnos que tenían discapacidades cognitivas y de aprendizaje.

Invitamos a los docentes a que personalicen las sesiones y lecciones de la manera que mejor se adapten a sus alumnos. Por ejemplo, recomendamos elegir las situaciones y estudios de casos que sean más relevantes para la clase. También alentamos a los docentes a crear situaciones o representaciones nuevas para los alumnos. Los instructores deben mirar todas las actividades que conforman cada lección y seleccionar las actividades que consideren más efectivas para sus alumnos. El programa de estudios es flexible y ofrece muchas alternativas entre las cuales elegir.

---

Muchas de las lecciones incluyen asignar una tarea para el hogar. Cualquiera de estas asignaciones podrá omitirse a criterio del instructor.

## Métodos de instrucción

El programa de estudios utiliza abordajes de instrucción variados para involucrar a los alumnos y brindar oportunidades de aprendizaje activo:

Breve disertación

Exposición de la clase

Lluvia de ideas

Representación

Juegos

Trabajo en grupos pequeños

Trabajo grupal cooperativo

Actividades autodirigidas para los alumnos

Análisis de situaciones

Análisis de ilustraciones

Estudios de casos

Simulaciones

Actividades de autoevaluación

# LECCIÓN 1

## Lesiones en trabajadores jóvenes

Ayudar a los alumnos a entender que las lesiones en el lugar de trabajo son habituales y pueden cambiar su vida para siempre, pero también son predecibles y pueden prevenirse.



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety



## Plan de clase

**Ayudar a los alumnos a entender que las lesiones en el lugar de trabajo son habituales y pueden cambiar su vida para siempre, pero también son predecibles y pueden prevenirse.**

---

### Paso 1

**Presentar a los alumnos el tema de seguridad entre los trabajadores jóvenes.**

*5 minutos*

Exposición de la clase

---

### Paso 2

**Averiguar qué saben ya los alumnos acerca de la seguridad y la salud en el lugar de trabajo y los derechos de los trabajadores.**

*15 minutos*

*Cuestionario sobre seguridad laboral, trabajo en grupos pequeños, exposición de la clase*

---

### Paso 3

**Hablar sobre los peligros que pueden encontrar los adolescentes en el lugar de trabajo.**

*20 minutos*

Presentación en video: *Teen Workers: Real Jobs, Real Risks* (Mallory's Story) (Trabajadores adolescentes: empleos reales, riesgos reales [La historia de Mallory]).

Exposición de la clase (si hay tiempo, analizar historias reales de adolescentes heridos en el trabajo; hacer una lluvia de ideas de empleos típicos de adolescentes)

---

### Paso 4

**Describir las metas del programa de estudios *Talking Safety*.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

### Al final de esta lección, los alumnos podrán:

Describir cómo las lesiones pueden afectar la vida de una persona joven.

Comprender la relación entre los peligros en el trabajo y la salud.

Explicar por qué es importante prestarle atención a la seguridad y la salud en el lugar de trabajo.

Comprender que todos los trabajadores están en riesgo de lastimarse en el trabajo.

Reconocer que las lesiones y las muertes en el lugar de trabajo efectivamente les suceden a los adolescentes y que les podrían suceder a ellos.

Reconocer que las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo son predecibles y pueden prevenirse.

Cuestionar las suposiciones populares acerca de por qué suceden las lesiones y enfermedades en el lugar de trabajo (La mayoría de las lesiones y enfermedades laborales son causadas por condiciones inseguras en el trabajo, no por error humano).

### Competencias centrales de *Talking Safety*: 1, 2

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 2, 3, 5 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

A lo largo del programa de estudios, utilizamos los términos “lesión” o “incidente” en lugar de “accidente”.

Un “accidente” se produce aleatoriamente, al azar, y no es posible predecirlo ni evitarlo. Por el contrario, sí es posible predecir o evitar una “lesión” o un “incidente”. Los empleadores deben hacer que sus lugares de trabajo sean seguros, pero los jóvenes también tienen un papel importante para preservar su salud y seguridad en el trabajo.

Mucha gente joven cree que: “Si alguien se lastima en el trabajo, es su culpa”.

A menudo, culpan a la víctima en lugar de analizar todas las cosas que pueden haberse combinado para provocar la lesión. *Talking Safety* enseñará a los alumnos cómo pueden suceder y cómo, efectivamente, se producen lesiones en personas jóvenes, iguales a ellos.

Al hablar (en la Sección 1) acerca de las historias reales de personas jóvenes que se lastimaron o murieron en el trabajo, es posible que los alumnos encuentren fallas o culpas.

Admita que esos pensamientos son normales. Dígalos que la mejor manera de prevenir lesiones en el trabajo es (a) hallar todos los problemas que causaron la lesión, y (b) hacer planes para prevenir lesiones, que incluyen dar su opinión efectivamente.

Cuando se les pregunta qué harían si se lesionaran en el trabajo, los adolescentes que están aprendiendo este material a menudo responden: “Demandaría a mi jefe”.

Los trabajadores, en general, no pueden demandar a sus empleadores en el fuero civil por lesiones ocurridas en el trabajo. Por ley, en los Estados Unidos la mayoría de los empleadores deben tener un seguro de compensación para los trabajadores. Por lesiones en el lugar de trabajo, la compensación para los trabajadores suele ser la única manera de recibir ayuda.

***Los alumnos deben entender que una lesión laboral puede cambiar sus vidas para siempre.***

# Preparación

## Leer

Sección A y Sección B de las Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección (en las páginas 18–21)

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 1–19 en una computadora (con proyector)

## Ver previamente

El video proporcionado, *Teen Workers: Real Jobs, Real Risks (Mallory's Story)*, en YouTube: <https://youtu.be/jy9YDD1LTil>.

Diapositivas en PowerPoint 1-19

## Obtener

Un rotafolio y marcadores (o usar una pizarra blanca y marcadores)

Un reproductor de DVD y TV (o usar una computadora con acceso a Internet)

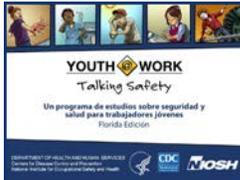
## Fotocopiar

Material para entregar al alumno 1, Cuestionario sobre seguridad laboral (en la página 205), para cada alumno

# Notas para el instructor: Paso 1

Presentar a los alumnos el tema de seguridad entre los trabajadores jóvenes.

5 minutos



Muestre la diapositiva 1 de PowerPoint.

Explique que usted dará una serie de clases acerca de la seguridad en el trabajo.



Muestre la diapositiva 2 de PowerPoint.

Explique que muchos adolescentes trabajan y que todas las clases de lugares de trabajo tienen peligros.

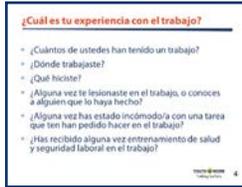
Explique que las lesiones y enfermedades laborales son predecibles y se pueden prevenir.

Informe a los alumnos que en esta serie de clases aprenderán temas importantes de seguridad y salud laboral.



Muestre la diapositiva 3 de PowerPoint y repase los temas enumerados.

- Maneras en que los trabajadores jóvenes pueden lastimarse en el trabajo.
- Maneras de predecir y prevenir lesiones en el lugar de trabajo.
- Peligros para la seguridad y la salud habituales en el trabajo.
- Maneras de reducir o controlar los peligros en el lugar de trabajo.
- Emergencias en el lugar de trabajo y cómo reaccionar.
- Qué hacer si se ve algo en el trabajo que podría provocar una lesión o una enfermedad.
- Qué derechos y responsabilidades legales tienen los jóvenes en el trabajo.



Muestre la diapositiva 4 de PowerPoint.

Comience una exposición “para entrar en tema”. Formule a los alumnos las seis preguntas de la diapositiva 4.

- “¿Cuántos de ustedes han tenido un trabajo alguna vez?”
- “¿Dónde trabajaron?”
- “¿Qué hacían?”
- “¿Alguna vez se lastimaron en el trabajo o conocen a alguien que se haya lastimado?”
- “¿Alguna vez se sintieron incómodos con una tarea que les asignaron en el trabajo?”
- “¿Alguna vez recibieron alguna capacitación sobre seguridad y salud en el trabajo?”

Permita que los alumnos expliquen brevemente sus respuestas. Las preguntas están diseñadas para que los alumnos piensen en problemas de seguridad en su propia experiencia laboral.

Diga a los alumnos que una de las razones que todos los trabajadores están en riesgo de lesionarse en el trabajo es porque hay peligros (riesgos) en éste.



Escriba la definición de la palabra “peligro” en el rotafolio o la pizarra:

***“Un peligro es cualquier cosa que pueda hacer daño, ya sea físico o mental”.***

Explique que seguirán hablando de los peligros en el lugar de trabajo después de mirar un video acerca de un adolescente que se lesionó en el trabajo.

# Notas para el instructor: Paso 2

**Averiguar qué saben ya los alumnos acerca de la seguridad y la salud en el lugar de trabajo y los derechos de los trabajadores.**

15 minutos



Presente el Cuestionario sobre seguridad laboral.

Explique que descubriremos cuántos alumnos ya saben sobre la seguridad y la salud en el lugar de trabajo y los derechos de los trabajadores al hacer un breve cuestionario.

Entréguele a todos una copia del Material para entregar al alumno 1, *Cuestionario sobre seguridad laboral*.

Divida la clase en pequeños grupos de cuatro a seis alumnos.

Muévase de un grupo a otro para ver cómo les está yendo.

Vuelva a unir a la clase tras 5 minutos.



Muestre las diapositivas 5 y 6 de PowerPoint. Formule la primera pregunta.

Diríjase al representante del primer grupo. Pídale que lea la primera pregunta, dé la respuesta del grupo y la explique. Permita que la clase debata brevemente la respuesta.



Haga clic con el botón izquierdo del mouse (o presione la tecla ingresar [enter] o use un control remoto) para mostrar la respuesta correcta (aparecerá un tilde rojo a la izquierda de la respuesta).

Pase a los otros grupos, hasta que todos hayan respondido las cinco preguntas.

Muestre las respuestas correctas a cada pregunta en las diapositivas 5 y 6 de PowerPoint.

## Cuestionario sobre seguridad laboral: Preguntas y temas de debate

1

¿Verdadero o falso?

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

**Verdadero.**

Esto puede incluir capacitación sobre cómo hacer el trabajo de manera segura. La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) garantiza que todos los empleadores cumplan con las leyes de seguridad y salud en el lugar de trabajo, y puede hacer que su empleador lo capacite sobre los peligros de su empleo.

2

¿Verdadero o falso?

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

**Verdadero.**

La ley federal establece que si una persona tiene 14 o 15 años, solo puede trabajar hasta las 7 p. m. de la noche si el día siguiente tiene escuela. Algunos estados también tienen normas sobre hasta qué hora pueden trabajar las personas de 16 o 17 años. Las leyes de trabajo infantil protegen a los adolescentes de trabajar hasta demasiado tarde, desde demasiado temprano o durante demasiadas horas.

3

¿Verdadero o falso?

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

**Falso.**

Los adolescentes de 16 años no pueden conducir un auto ni un camión en la vía pública como parte de su trabajo. La ley federal sí permite que los adolescentes de 17 años conduzcan en situaciones muy limitadas. Algunos estados no permiten que ningún menor de 18 años conduzca en su trabajo. Las leyes de trabajo infantil protegen a los adolescentes de realizar trabajos peligrosos al enumerar los tipos de empleos y actividades laborales que NO pueden realizar los menores de 18 años.

4

¿Verdadero o falso?

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

**Verdadero.**

La ley dice que, si una persona se lastima en el trabajo, el empleador debe brindar beneficios de compensación para los trabajadores. Eso incluye la atención médica de la lesión.

5

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

Uno por día     Uno por hora     Uno cada 9 minutos

**(Aproximadamente) uno cada 9 minutos.**

Cerca de 60,000 adolescentes de 15 a 17 años de edad son tratados al año en salas de emergencias hospitalarias por lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo. Solo un tercio de las lesiones reciben tratamiento en la sala de emergencias, por lo que es probable que unos 180,000 adolescentes por año sufran lesiones relacionadas con el trabajo. Alrededor de 37 adolescentes (17 años o menos) mueren cada año en los Estados Unidos por lesiones relacionadas con el trabajo.<sup>1</sup> A menudo, las personas jóvenes se lastiman en el trabajo por equipos que no son seguros o debido a condiciones estresantes. También es posible que los trabajadores jóvenes no reciban suficiente capacitación y supervisión en lo que respecta a la seguridad.

***Dígalas a los alumnos que aprenderán más sobre estos temas durante esta capacitación.***

1 Sobre la base de un promedio de 10 años, 1998–2007. <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm5915a2.htm>. Para ver los datos estadísticos del año actual, consulte: <http://www.cdc.gov/niosh/topics/youth/chartpackage.html>.

## Notas para el instructor: Paso 3

### Hablar sobre los peligros que pueden encontrar los adolescentes en el lugar de trabajo.

20 minutos



#### Muestre la diapositiva 7 de PowerPoint.

Díales a los alumnos que ahora verán un video de 4 minutos llamado *Teen Workers: Real Jobs, Real Risks* (Mallory's Story). El video narra la historia de una chica que sufrió una lesión laboral que cambió su vida y la vida de su familia para siempre. El video puede visto en <https://youtu.be/jy9YDD1LTil>.

Pida a los alumnos que tengan en mente estas preguntas mientras ven el video:

- “¿Cuáles son algunos de los factores que contribuyeron a este incidente?”
- “¿Qué pudo haber prevenido la lesión de Mallory?”
- “¿Cómo podría esto afectar las futuras opciones de vida de Mallory?”



#### Muestre el vídeo.

Cuando finalice, pida a la clase que lo comente.

Pida a los alumnos que hagan una lista de los que consideran fueron los mensajes principales.

“¿Qué Mallory quiere que sepan?”

Pida a voluntarios que respondan.

**Estos son algunos mensajes posibles del video:**

- Efectivamente, los adolescentes se lesionan en el trabajo.
- Las lesiones sufridas por adolescentes pueden tener un efecto significativo en su vida y en sus familias.
- Los adolescentes, a menudo, se culpan a sí mismos cuando se lastiman en el trabajo. En lugar de eso, deberían analizar los peligros que causan las lesiones.
- Los adolescentes deben dar su opinión y hacer preguntas si hay algo que les preocupa en el trabajo.
- Los empleadores tienen la responsabilidad de hacer que el lugar de trabajo sea seguro para los trabajadores.
- Los adolescentes tienen derechos en el trabajo.
- Los peligros del trabajo pueden disminuirse y las lesiones pueden prevenirse.



Explique cómo las lesiones pueden afectar la vida de una persona joven.

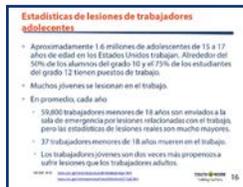
Recuerde a la clase que las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo son predecibles y se pueden prevenir. Hable sobre un artículo periodístico real de su estado (o léale a la clase al menos una de las ocho historias que se encuentran en la Sección A de las Notas complementarias para el docente, en las páginas 18–20).

Muestre las diapositivas 8 a 15 de PowerPoint correspondientes.

Por cada historia que lea, hágales a los alumnos las siguientes preguntas:

- “¿Por qué piensan que pasó eso?”
- “¿Qué podría haber impedido que esa persona se lastimara?”
- “¿Cómo puede afectar eso en la vida diaria del adolescente?”

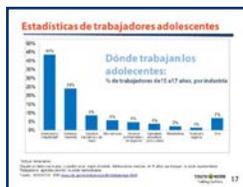
Anote sus respuestas en una página del rotafolio o de la pizarra. (No necesita analizar las preguntas ahora). Dígales a los alumnos que aprenderán más sobre estos temas durante esta capacitación.



Muestre la diapositiva 16 de PowerPoint.

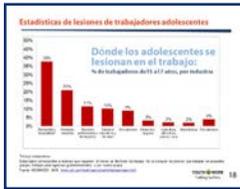
Diga a la clase que los trabajadores jóvenes son dos veces más propensos a sufrir lesiones que los trabajadores adultos.

Pida a los alumnos que hagan una lluvia de ideas para armar una lista de trabajos típicos de adolescentes.



Muestre la diapositiva 17 de PowerPoint.

Trabaje con la clase para intentar colocar los trabajos enumerados por los alumnos en las categorías de industria correctas. Por ejemplo, un trabajador en un restaurante de comidas rápidas es parte del sector Recreación y hospitalidad. (La tabla en la Sección B de las Notas complementarias para el docente, página 21, presenta más ejemplos).



Muestre la diapositiva 18 de PowerPoint, para revelar dónde se lesionan los adolescentes en el trabajo.

Díales a los alumnos que los adolescentes se lesionan más a menudo en las industrias en donde trabajan la mayoría de los jóvenes. Casi 7 de cada 10 trabajadores adolescentes tienen trabajos en Recreación y hospitalidad (que incluyen los restaurantes de comida rápida) y en Establecimientos minoristas, por lo que la mayoría de las lesiones ocurren en estos sectores.

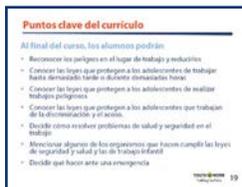
# Notas para el instructor: Paso 4

## Describir las metas del programa de estudios *Talking Safety*.

5 minutos

Díales a los alumnos que estas lecciones los ayudarán a evitar que formen parte de las estadísticas de lesiones. Aprenderán sobre la seguridad y la salud en el lugar de trabajo, así como también sobre los derechos de los trabajadores adolescentes en su trabajo.

Hágales saber a sus alumnos que dibujarán mapas que muestren peligros en el lugar de trabajo, harán actividades de representación y realizarán juegos (como el Bingo de la ley laboral).



### Muestre la diapositiva 19 de PowerPoint.

Repase los siete puntos presentados aquí.

Al final del curso, los alumnos podrán:

- Reconocer los peligros en el lugar de trabajo y reducirlos.
- Conocer las leyes que protegen a los adolescentes de trabajar hasta demasiado tarde o durante demasiadas horas.
- Conocer las leyes que protegen a los adolescentes de realizar trabajos peligrosos.
- Conocer las leyes que protegen a los adolescentes que trabajan de la discriminación y el acoso.
- Decidir cómo resolver problemas de salud y seguridad en el trabajo.
- Mencionar algunos de los organismos que hacen cumplir las leyes de seguridad y salud y las de trabajo infantil.
- Decidir qué hacer ante una emergencia.

**Concluya la Lección 1 recordando a los alumnos estos puntos principales:**

- Todos los trabajadores están en riesgo de lesionarse en el trabajo, y todos los trabajos presentan peligros. Los adolescentes son el grupo etario con las mayores probabilidades de salir heridos o morir en el trabajo.
- Si es un adolescente, tiene el doble de riesgo de lesionarse en el trabajo que un adulto. En los Estados Unidos, cada 9 minutos se lesiona un adolescente en el trabajo.
- Las lesiones no son accidentes. Las lesiones en el lugar de trabajo pueden predecirse y prevenirse.
- La mayoría de las lesiones y enfermedades laborales son causadas por condiciones inseguras en el trabajo, no por error humano.
- ¡Una lesión o una enfermedad laboral puede cambiar su vida para siempre! Ustedes pueden—y deben—aprender acerca de los riesgos y los peligros en el trabajo y tomar medidas para protegerse a ustedes mismos y a los demás.

**Tarea para el hogar**

Dé como tarea a los alumnos que busquen tres leyes de trabajo infantil de su estado referidas a los trabajadores adolescentes. Indíqueles que se las envíen a usted por correo electrónico antes de la próxima clase o que las anoten y se las entreguen al comienzo de la próxima clase. Puede indicar a los alumnos que busquen información en el sitio web del departamento de trabajo estatal o en el sitio del Departamento de Trabajo de EE. UU. ([www.dol.gov](http://www.dol.gov)). Hágalos saber a sus alumnos que aprenderán, en profundidad, sobre sus derechos y responsabilidades como trabajadores adolescentes en las Lecciones 5 y 5B.

# Notas complementarias para el docente: Sección A

## Historias reales de adolescentes lesionados o fallecidos en el trabajo

Todas las historias se basan en lesiones que realmente ocurrieron.



Muestre la diapositiva 8 de PowerPoint.

Jack trabajaba en la cocina de un restaurante de comidas rápidas por la tarde, después de la escuela, y los fines de semana. En la tarde de un viernes, Jack tuvo que trabajar con la freidora. En un momento, Jack caminó cargando una cesta de papas fritas. No vio una mancha resbaladiza en el mosaico, se resbaló y cayó. Se cayó sobre el coxis y se lesionó gravemente. Jack sufre un dolor que no desaparecerá y tiene problemas para caminar y sentarse.



Muestre la diapositiva 9 de PowerPoint.

Antonio, de 17 años, trabajaba para un albañil del barrio. Un día, estaba cargando una viga de techo de 12 pies por la parte más alta de una casa sin terminar. Retrocedió sobre un agujero de chimenea sin protección y cayó 28 pies sobre el piso de concreto del sótano que estaba debajo. Sobrevivió pero la caída hizo que se fracturara tres huesos de la espalda. Su lesión lo obligó a pasar los siguientes 3 meses encerrado en un soporte de tipo “corsé bivalvo” que iba desde el cuello hasta las caderas. Debido a su edad, él no debería haber estado realizando ese trabajo peligroso en primer lugar.<sup>1</sup>



Muestre la diapositiva 10 de PowerPoint.

Angela, de 16 años, hizo mucha tarea en la computadora y todos los días pasó tiempo enviando correos electrónicos y mensajes de texto a sus amigos. También trabajó 3 horas por día después de la escuela tipeando información para una compañía de correo directo. A Angela se le pagó “a destajo”. Esto significa que se le pagó por todo el trabajo que realizó y no por el tiempo que tardó en hacerlo. Nunca se tomó descansos. Comenzó a sentir que se le adormecían los dedos de la mano, y por las mañanas se despertaba con una sensación de ardor en la muñeca. El médico de Angela dijo que había sufrido una lesión por estrés repetitivo (repetitive stress injury, RSI) grave. Esto ocurre cuando se tipea en una posición incómoda, una y otra vez. El movimiento daña músculos, tendones y nervios. Ahora tiene que usar soportes en las muñecas y no puede trabajar en una computadora durante más de 15 minutos por vez. La preparatoria a la que asiste Angela le ofreció que alguien tomara notas por ella en clase.



**Muestre la diapositiva 11 de PowerPoint.**

Terrell era un joven de 15 años que encontró trabajo en una compañía de paisajismo cuando se mudó a Maryland con su familia. Después de una semana en el trabajo, se le pidió que ayudara a triturar tres ramas, con una trituradora de madera motorizada. Mientras colocaba los recortes de las ramas en la máquina, Terrell se enredó con algunas ramas grandes. La máquina lo arrastró hacia el conducto de alimentación y provocó su muerte. Un compañero de trabajo encontró su cuerpo poco después. Terrell no debería haber estado haciendo ese trabajo debido a su edad.<sup>1</sup>



**Muestre la diapositiva 12 de PowerPoint.**

Cody, de 16 años, trabajaba en la granja de su familia durante el verano. Un día, Cody estaba conduciendo un tractor por un camino de grava estrecho. El tractor no tenía cinturón de seguridad ni baranda antivuelcos. Se acercó demasiado al borde derecho del camino y cayó con el tractor dentro de una zanja. Esto hizo que el tractor se diera vuelta. Cuando Cody se dio cuenta de lo que estaba sucediendo, intentó saltar, pero su bota se trabó entre el asiento y el guardabarros. El neumático izquierdo del tractor aplastó las piernas de Cody, y lo dejó con una parálisis desde la cintura hacia abajo.<sup>2</sup>



**Muestre la diapositiva 13 de PowerPoint.**

Lindsey, una alumna de segundo año de preparatoria, atendía una pequeña pizzería local después de la escuela y los fines de semana. Un viernes por la noche, trabajaba sola con Brayden, un alumno de último año de su escuela. Brayden a menudo era grosero con Lindsey e incluso la intimidaba frente a los clientes. Esa noche, Lindsey le hizo frente a Brayden y habló con él para que dejara de intimidarla. Ella le dijo que le diría a su jefe. Brayden le gritó a Lindsey y la empujó. Lindsey se cayó y se golpeó la cabeza contra una mesa que estaba cerca. Lindsey logró levantarse y corrió hacia afuera. Rápidamente llamó al 911 desde su celular. La policía llegó y arrestó a Brayden. Lindsey tenía un chichón en la cabeza y muchos otros moretones. Ella aún llora muchísimo y se siente triste y, a veces, no puede dormir por lo que sucedió.



**Muestre la diapositiva 14 de PowerPoint.**

Anna, de 15 años, trabajaba en una tienda de licuados y jugos. Un día, su gerente de 34 años, Dan, comenzó a hacer comentarios inapropiados sobre el cuerpo de Anna frente a otros empleados. Dan también utilizaba lenguaje soez cuando estaba cerca de ella y hacía chistes de connotación sexual. Aunque el comportamiento de Dan la ponía incómoda, Anna notó que a ninguno de sus compañeros parecía molestarle. Con el tiempo, Dan comenzó a rozar a Anna cuando pasaba o a pasarle el brazo alrededor de los hombros o la cintura. Una noche Dan invitó a cenar a Anna a su casa. Cuando ella rechazó la invitación, Dan se enojó y acusó a Anna de ser una “provocadora”. El día siguiente, Anna se enteró de que la habían despedido de su trabajo por “desempeño deficiente”. Anna se sintió confundida y disgustada. Se culpó a sí misma por lo sucedido.



**Muestre la diapositiva 15 de PowerPoint.**

Logan, de 14 años, alumno del primer año de preparatoria, trabajaba en la granja lechera de su abuelo durante los veranos. A menudo, utilizaba un tractor para empujar un carro alimentador que tenía una hélice giratoria grande que mezclaba el alimento. La hélice estaba conectada por una barra metálica a una fuente de alimentación ubicada en la parte trasera del tractor. La barra giraba rápidamente entre el tractor y el carro y no estaba protegida. Un día, Logan notó un problema con el carro. Dejó el tractor en marcha y se acercó a mirar más de cerca. Cuando Logan se estiró por encima de la barra, se enganchó la manga de la camisa. Todo el cuerpo de Logan rápidamente quedó atrapado en la potente vara giratoria. Otro empleado de la granja vio lo que sucedió y corrió a ayudar. Para cuando llegó la ambulancia, Logan estaba inconsciente. Se despertó en el hospital y descubrió que se había fracturado el cuello y que la vara le había arrancado el brazo derecho a la altura del hombro.<sup>2</sup>

1. Nota para el instructor: La ley federal prohíbe que los adolescentes menores de 18 años trabajen en puestos peligrosos o riesgosos (como trabajar con equipos eléctricos; hacer techos, excavaciones o demoliciones; conducir un montacargas o trabajar en explotación forestal o minería).
2. Estas historias demuestran que muchos jóvenes trabajan informalmente en granjas familiares y no están cubiertos por las leyes federales de trabajo infantil.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección B

### Categorías de industrias de empleos típicos de adolescentes

Industria	Algunos empleos típicos de adolescentes*
<b>Recreación y hospitalidad</b>	Mesero, recepcionista, ayudante de camarero, lavaplatos, barista, empleado de parque de diversiones, caddie en un campo de golf, empleado de zoológico/museo/cine, actor, artista
<b>Comercio minorista</b>	Cajero, repositor de tienda de comestibles, vendedor en tiendas de ropa/joyería/juguetes/artículos deportivos
<b>Otros servicios</b>	Empleado de lavadero de autos, cuidador de niños, cuidador de mascotas/paseador de perros, jardinero, asistente de parqueadero, bedel, asistente de enfermería, guardavidas
<b>Fabricación, Construcción, Transporte</b>	Empleado de oficina de compañías dedicadas a la construcción, fabricación o transporte; si tiene al menos 16 años, albañil (con restricciones), empleado de envasadora
<b>Información, Finanzas, Seguros</b>	Empleado administrativo de compañía de Internet, radio o televisión, banco o aseguradora
<b>Agricultura, Silvicultura</b>	Empleado de granja, invernadero o vivero

\*La ley federal prohíbe que los adolescentes menores de 18 años trabajen en puestos peligrosos o riesgosos (como trabajar con equipos eléctricos; hacer techos, excavaciones o demoliciones; conducir un montacargas o trabajar en explotación forestal o minería). Las leyes para quienes tienen 14 y 15 años son más restrictivas que las leyes para personas de 16 años en adelante. Las leyes que cubren a los jóvenes que trabajan en agricultura son distintas de aquellas que rigen a los trabajadores más jóvenes en trabajos no agrícolas y no están cubiertas en este programa de estudios. Muchos estados también tienen leyes que prohíben que los adolescentes menores de 18 años tengan trabajos peligrosos o riesgosos. Los alumnos aprenderán más sobre las leyes y restricciones de trabajo referidas al trabajo en el sector no agrícola en las Lecciones 5 y 5B.

---

## Sus Notas para la Lección 1: Lesiones en trabajadores jóvenes

---

# LECCIÓN 2

## Encontrar los peligros

Ayudar a los alumnos a identificar diversos peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo típicos en los que los jóvenes encuentran empleo.





---

## Plan de clase

**Ayudar a los alumnos a identificar diversos peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo típicos en los que los jóvenes encuentran empleo.**

---

### Paso 1

**Definir el término “peligro laboral”.**

*10 minutos*

Lluvia de ideas, exposición de la clase

---

### Paso 2

**Identificar peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo típicos para adolescentes.**

*10 minutos*

Actividad *Encontrar los peligros*, exposición de la clase

---

### Paso 3

**Examinar los peligros en un lugar de trabajo típico de adolescentes.**

*20 minutos*

Actividad *Mapa de peligros\**, trabajo en grupos pequeños, exposición de la clase

\* En el caso de alumnos con discapacidades cognitivas o manejo limitado del idioma inglés, puede optar por enseñar una versión ampliada de la actividad *Encontrar los peligros*, en lugar de la actividad *Mapa de peligros*.

---

### Paso 4

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

### Al final de esta lección, los alumnos podrán:

Ver los peligros que existen en los lugares de trabajo y predecir el daño que pueden causar.

Comprender las diferencias entre varias categorías (tipos) de peligros en el lugar de trabajo.

Identificar maneras de obtener información sobre las sustancias químicas utilizadas en el trabajo.

Explicar que algunos peligros en el lugar de trabajo son evidentes, pero que otros no lo son.

Elaborar un mapa detallado de peligros de un lugar de trabajo hipotético o identificar visualmente los peligros para la salud y la seguridad en un mapa de peligros de ejemplo.

Organizar los peligros por categoría.

Analizar y clasificar los peligros con relación a (1) posible riesgo de lesión debido a un peligro, y (2) posible gravedad de lesión debido a un peligro.

### Competencias centrales de *Talking Safety*: 2, 3, 7

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 7, 8 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

**Algunos peligros laborales que enfrentan los adolescentes son más evidentes que otros.**

Algunos peligros laborales son más obvios que otros. Esto significa que son fáciles de ver (como una cuchilla afilada), mientras otros no lo son (como el estrés). Algunos peligros pueden hacerte daño de inmediato (grasa caliente), mientras que otros pueden causar problemas de salud en el futuro (como el ruido intenso y prolongado).

**Los adolescentes deben comprender los conceptos de “susceptibilidad” (¿Qué tan probable es que esto pueda dañarme?) y “gravedad” (Si esto me lastima, ¿qué tan malo podría ser?). Conocer esos conceptos aumenta las probabilidades de que presten atención a los peligros laborales y que trabajen de manera más segura.**

Hablar sobre los riesgos posibles y la gravedad de las lesiones de diversos peligros puede ayudar a generar conciencia y dar forma a pensamientos constructivos acerca del valor de la seguridad y la salud en el lugar de trabajo.

**Ya sea que un alumno trabaje en una oficina, granja, tienda minorista o restaurante, todos los lugares de trabajo tienen peligros que pueden identificarse y corregirse.**

Los alumnos deben ser conscientes de los peligros en el trabajo para que puedan reconocer posibles problemas para la seguridad y la salud. Al reconocer estos problemas es posible predecir y prevenir las lesiones y enfermedades en el lugar de trabajo.

**En la actividad Encontrar los peligros de esta sección, los alumnos a menudo plantean el concepto de seguridad de los clientes y capacitación en el lugar del trabajo que reciben algunos jóvenes—especialmente en empleos de servicios gastronómicos—que se relacionan con este tema.**

Aunque la seguridad de los clientes es importante, el foco de esta sección —y del programa de estudios— es la seguridad y la salud del trabajador.

# Preparación

## Leer

Sección A y Sección B de las Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección (en las páginas 39-41)

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 20–29 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas en PowerPoint 20-29

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

Un set de marcadores o bolígrafos de colores (negro, rojo, verde, azul, naranja) para cada grupo pequeño de tres o cuatro alumnos (actividad *Mapa de peligros*)

## Elegir

Una de las cuatro imágenes de *Encontrar los peligros* (Material para entregar al alumno 2–5, en las páginas 207–213). Tendrá tiempo de completar solo una.

## Fotocopia

La imagen de *Encontrar los peligros* que haya seleccionado (del Material para entregar al alumno 2–5: Restaurante de comidas rápidas, tienda de comestibles, oficina, gasolinera). Prepare una copia para cada alumno.

La hoja de respuestas para cada alumno (en la página 215).

# Notas para el instructor: Paso 1

## Definir el término “peligro laboral”.

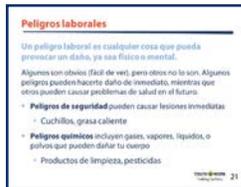
10 minutos



Presente la lección con la diapositiva 20 de PowerPoint.

Recuerde a la clase que un peligro laboral es cualquier cosa que pueda provocar un daño, ya sea físico o mental.

Explique que algunos peligros laborales son evidentes, pero que otros no lo son. Esto significa que son fáciles de ver (como una cuchilla afilada), mientras que otros no lo son (como el estrés). Algunos peligros pueden hacerte daño de inmediato (grasa caliente), mientras que otros pueden causar problemas de salud en el futuro (como el ruido intenso y prolongado). A fin de estar mejor preparados para estar seguros en el trabajo, es necesario entender cómo identificar distintos tipos de peligros.



Muestre las diapositivas 21 y 22 de PowerPoint.

Informe a la clase que los peligros pueden dividirse en cuatro categorías. Anótelas como encabezados de columnas en una página del rotafolio o en la pizarra.

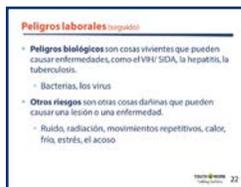
Explique:

**Peligros para la seguridad**, como superficies calientes o pisos resbaladizos, que pueden provocar accidentes o lesiones inmediatas.

**Peligros químicos**, que son gases, vapores, líquidos o polvo que pueden dañar el cuerpo. Algunos ejemplos son los productos de limpieza y pesticidas.

**Peligros biológicos**, que son cosas vivas que pueden provocar afecciones como gripe, VIH/SIDA, hepatitis, enfermedad de Lyme y tuberculosis (TB). Algunos ejemplos son las bacterias, virus y mohos. En el lugar de trabajo se puede estar expuesto a través del contacto con agujas usadas, niños enfermos o animales enfermos, por ejemplo.

**Otros peligros para la salud**, que son otras cosas perjudiciales que pueden provocar una lesión o enfermedad. Algunos ejemplos son el ruido y los movimientos repetitivos.



Pídales a los alumnos que piensen en lugares en los que han trabajado o lugares de trabajo que conozcan (como restaurantes, tiendas, cines, oficinas).

Pida a los alumnos que mencionen posibles peligros laborales y digan si son un peligro para la seguridad, peligro químico, peligro biológico u otro peligro para la salud.

Anote cada peligro en la columna que corresponda debajo de los encabezados que escribió para crear una tabla.

Su tabla completada puede verse parecida a la muestra que se ve abajo. Es posible que los alumnos confundan los *efectos* de los peligros con los peligros en sí. Puede que digan “cortes” en lugar de cuchillos, que son los que causan los cortes. La *causa* es el peligro y es lo que debe anotarse en la tabla. Si los alumnos proporcionan efectos en lugar de causas, pregúnteles qué *causa* el problema que mencionan. Esto ayudará más tarde cuando los alumnos hablen sobre cómo eliminar los peligros.

<u>Peligros para la seguridad</u>	<u>Peligros químicos</u>	<u>Peligros biológicos</u>	<u>Otros peligros para la salud</u>
Superficies calientes	Productos de limpieza	Virus	Ruido
Pisos resbaladizos	Pesticidas	Bacterias	Vibración
Escaleras de mano	Solventes	Mohos	Radiación
Máquinas	Ácidos	Enfermedades de animales	Calor o frío
Cuchillos afilados	Asbesto	Enfermedades aviarias	Movimientos repetitivos
Grasa caliente	Plomo	Enfermedades transmitidas por insectos	Postura antinatural
Circuitos eléctricos inseguros	Ozono (de copadoras)	Hiedra venenosa	Levantar objetos pesados
Falta de salidas de emergencia	Aserrín	Roble venenoso	Ritmo rápido de trabajo
Vehículos automotores	Mercurio	Agujas usadas	Discriminación/acoso
Áreas de trabajo abarrotadas	Mala calidad del aire		Estrés
Objetos que pueden caerse	Gasolina		
Violencia			
Áreas demasiado oscuras o demasiado iluminadas			

---

Hable más sobre las sustancias químicas. Haga las siguientes preguntas a la clase para generar el debate:

“¿Cómo pueden ingresar las sustancias químicas en el organismo?”

**Respuesta:** Las sustancias químicas pueden ingresar en el organismo al respirarlas, tragarlas o tenerlas sobre la piel.

“¿Cómo pueden dañarlos las sustancias químicas?”

**Respuesta:** Las sustancias químicas pueden causar muchos síntomas diferentes, como erupciones e irritación de piel, mareos y problemas respiratorios. También pueden tener efectos en la salud como quemaduras, aumento de las probabilidades de contraer enfermedades graves como el cáncer o provocar insuficiencia de órganos vitales, como el hígado. Algunas sustancias químicas pueden provocar síntomas de inmediato y otros problemas de salud que aparecen en una etapa posterior de la vida. Esto es especialmente probable si se utilizan determinadas sustancias químicas durante mucho tiempo.

“¿De qué maneras se puede averiguar si un producto químico puede dañarnos y cómo protegernos de él?”

**Respuesta:** Cuando usa un producto que contiene sustancias químicas (como una solución de limpieza o un pesticida), es importante saber qué tipos de efectos en la salud puede causar la sustancia química y cómo protegerse. Esta información es especialmente importante si ya tiene asma o algún otro problema de salud.

Para saber más sobre las sustancias químicas de un producto, pueden hacer lo siguiente:

- Leer la etiqueta.
- Preguntar a su supervisor.
- Recibir capacitación.
- Llamar a un organismo de recursos o entrar a su sitio web.
- Mirar la Ficha de datos de seguridad (Safety Data Sheet, SDS) del producto.



Muestre la diapositiva 23 de PowerPoint.

Explique a la clase que las SDS son 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.

Las SDSs son importantes para los trabajadores, ya que describen los riesgos de trabajar con un producto químico en el trabajo. Los trabajadores deben revisar la SDS para todos los productos químicos con los que entran en contacto en el trabajo. Los formatos de las SDSs pueden variar, pero transmiten la misma información básica.

**Nota para el instructor:** Consulte el sitio web de la OSHA para obtener más información sobre fichas de datos de seguridad (Safety Data Sheets (SDSs)): <http://go.usa.gov/jjpd>.

Pregunte a la clase:

“¿Para qué sirven las SDS?”

Escuche las respuestas de los alumnos. Asegúrese de que se analicen los siguientes puntos. Las SDS están dirigidas a:

- Empleados que puedan estar expuestos a un peligro químico en el trabajo.
- Empleadores que necesiten conocer los métodos apropiados para el uso y almacenamiento de sustancias químicas peligrosas.
- Personal de respuesta ante emergencias, como bomberos, equipos especializados en materiales peligrosos, técnicos en emergencias médicas y personal de salas de emergencias.

**Explique a la clase:**

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) es el organismo del gobierno federal que hace cumplir las leyes de seguridad y salud para los trabajadores. Algunos estados también cuentan con programas estatales de la OSHA.

---

Visite el sitio web de la OSHA para ver si su estado tiene su propio programa.  
<http://www.osha.gov/dcsp/osp/index.html>.

---

La OSHA dice que los trabajadores tienen derecho a recibir información sobre las sustancias químicas que se utilizan en su lugar de trabajo. Los empleadores deben capacitar a los trabajadores en el uso seguro de esas sustancias químicas y lo que deben hacer si se produce un derrame u otra emergencia con sustancias químicas. La Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) también regula el uso de sustancias químicas. Hace cumplir las leyes que protegen el aire, el agua y el suelo de la contaminación.

La OSHA exige que los empleadores permitan a sus trabajadores ver y copiar las Fichas de datos de seguridad (SDS) de todas las sustancias químicas que se usan o almacenan en el lugar de trabajo. (En la Sección A de las Notas complementarias para el docente, página 39, se brinda más información sobre las SDS).

## Notas para el instructor: Paso 2

**Identificar peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo típicos para adolescentes (Actividad *Encontrar los peligros*).**

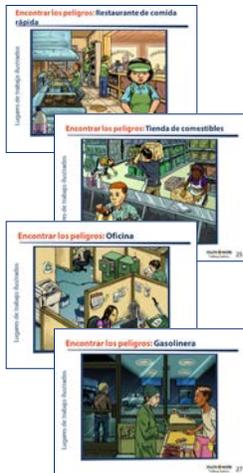
10 minutos



Distribuya el material. Distribuya la imagen de Encontrar los peligros que haya seleccionado (del Material para entregar al alumno 2–5). Tendrá tiempo para completar solo una imagen. También entregue a los alumnos un marcador, resaltador o bolígrafo de color.

Explique la actividad. Los alumnos deben observar el lugar de trabajo mostrado en el material. Deben tratar de encontrar y marcar con un círculo todos los peligros para la seguridad y la salud que puedan.

Dé a los alumnos un par de minutos para encontrar los peligros en la imagen. Dígalos que también deben pensar cómo podría causarles daño cada peligro si trabajaran en ese lugar. Más tarde se les preguntará al respecto.



Muestre las diapositivas 24–27 de PowerPoint que correspondan a la imagen que los alumnos miraron en el material que les entregó.

Pida a voluntarios que enumeren los peligros que vieron en la imagen.

Confeccione una lista de los peligros en la pizarra o en un rotafolio.

Pregunte a los alumnos si se les ocurren otros peligros que no hayan mencionado los voluntarios. ¿O hay peligros posibles en el lugar de trabajo que no se muestran en la imagen? Agregue esos peligros adicionales a la lista a medida que los alumnos respondan. Si la clase omite algunos peligros, señálelos.

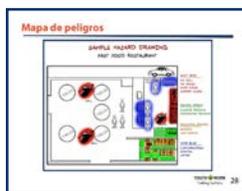
La Sección B de las Notas complementarias para el docente, en las páginas 40-41, contiene una lista de peligros posibles en cada uno de los cuatro lugares de trabajo representados. Como alternativa, puede seleccionar lugares de trabajo relevantes específicamente para su programa o las experiencias de sus alumnos.

## Notas para el instructor: Paso 3

### Examinar los peligros en un lugar de trabajo típico para adolescentes (actividad *Mapa de peligros*).

20 minutos

(Nota para el instructor: En el caso de alumnos con discapacidades cognitivas o manejo limitado del idioma inglés, la actividad *Encontrar los peligros* puede ser más apropiada que la actividad *Mapa de peligros*. Así, en lugar de hacer el *Mapa de peligros*, podría pedir a la clase que complete las cuatro imágenes proporcionadas en el Material para entregar al alumno 2–5).



#### Muestre la diapositiva 28 de PowerPoint.

Divida la clase en grupos de tres o cuatro alumnos. Informe a los alumnos que trabajarán con su grupo para dibujar mapas de peligros. Cada grupo elegirá, o a cada grupo se le asignará, un tipo de lugar de trabajo diferente y dibujará un plano de planta sencillo que muestre un lugar de trabajo típico de ese tipo. Marcarán la ubicación y el tipo de peligros que pueden encontrarse en ese lugar de trabajo. Usted y sus alumnos pueden elegir lugares en los que suelen trabajar los jóvenes, como restaurantes de comida rápida, tiendas de comestibles, oficinas, gasolineras, piscinas y cafeterías.

#### Asigne o pida a los grupos que seleccionen el tipo de lugar de trabajo que dibujarán.

Dé a cada grupo una hoja grande del rotafolio y cinco marcadores de colores (negro, rojo, verde, naranja, azul).

Explique que los grupos deben dibujar sus planos de planta con un marcador negro. El plano de planta debe mostrar las habitaciones, áreas de trabajo, muebles, equipos, procesos de trabajo, puertas y ventanas. Explique que el plan de planta puede ser muy simple.

**Pida a los grupos que marquen la ubicación de distintos peligros en sus planos de planta.**

Usar el siguiente código de colores puede ayudar a reforzar las categorías de los peligros. No es necesario aplicar el código de colores a las categorías si parece demasiado complicado. La diapositiva 28 brinda una muestra de un mapa terminado.

- Rojo para indicar peligros de seguridad
- Verde para indicar peligros químicos
- Naranja para indicar peligros biológicos
- Azul para indicar otros peligros para la salud

**Pida a los grupos que muestren cuán grave es cada peligro.**

Pueden resaltar los peligros que consideren especialmente graves o severos coloreándolos más o marcándolos con un símbolo.

**Pida que cada grupo elija a alguien para presentar el mapa al resto de la clase más tarde.**

Los expositores deben prepararse para explicar a la clase lo que consideran que son los principales peligros en este lugar de trabajo.

Responda a las preguntas que haya y deje que los grupos comiencen a trabajar.

**Camine por entre los grupos.**

Haga preguntas y sugerencias según corresponda. Desafíe a los alumnos a pensar más allá de los peligros evidentes. Vuelva a reunir a la clase tras unos 10 minutos.

Pida al expositor de cada grupo que explique el mapa, incluido lo que vieron como el peligro más grave de cada categoría (rojo, verde, naranja, azul).

**Anote en la lista cualquier peligro mencionado que no haya sido incluido antes en la tabla creada durante la Introducción.**

# Notas para el instructor: Paso 4

Repase los puntos principales de la lección.

5 minutos



Muestre la diapositiva 29 de PowerPoint.

**Concluya la Lección 2 recordando a los alumnos estos 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 laborales son evidentes, 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, debe ser capaz de identificar diferentes tipos de peligros, que incluyen peligros para la seguridad, peligros químicos, biológicos y otros peligros. Es importante recordar que la causa (de una lesión laboral) es el peligro; el efecto del peligro es la lesión en sí misma. Por ejemplo, una cortadora de carne es la causa (peligro) y un corte es el efecto (lesión).
- ¡Las personas tienen derecho a saber sobre las sustancias químicas y otras sustancias peligrosas usadas en sus lugares de trabajo! Al utilizar una nueva sustancia química, es importante leer las etiquetas y verificar la SDS (Ficha de datos de seguridad) del producto.
- Una SDS (ficha de datos de seguridad) dice lo que está en un producto químico, cómo puede hacerte daño, y cómo debes protegerte.

## Tareas para el hogar

Entregue a los alumnos fotocopias de las tres imágenes de Encontrar los peligros (Material para entregar al alumno 2-5) que no utilizó en la clase. Pídales que las lleven a su casa y marquen con un círculo los peligros que hay en cada imagen (siguiendo el modelo de colores que se utilizó en la clase). Los alumnos deben pensar en los peligros que encontraron en cada escena y en cuán grave es cada peligro.

Pida a los alumnos que elijan una imagen que puedan usar para crear una campaña de seguridad dirigida a trabajadores jóvenes. Pueden hacer un cartel que advierta a los empleados adolescentes sobre posibles peligros laborales (en ese lugar). Como alternativa, los alumnos pueden escribir un poema, un estudio de casos o realizar otra actividad que les parezca relevante para abogar por un lugar de trabajo más seguro para los jóvenes. Tómese unos minutos al comienzo de la próxima clase (si dicta la Lección 2B) para mostrar uno o dos de los trabajos más creativos.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección A

### SDS en profundidad

Los docentes que deseen explorar el tema de las SDS en profundidad con los alumnos pueden consultar el Programa de estudios de seguridad en servicios alimentarios del Departamento de Salud Pública de Massachusetts, Material para entregar al alumno 2, disponible a través del sitio web que figura a continuación.

---

<http://go.usa.gov/jWnR>

---

Después de ir a este sitio web, desplácese hasta la segunda página para encontrar el folleto de estudiante 2. El Material para entregar al alumno 2 brinda una guía paso a paso sobre cómo leer una SDS, así como un ejemplo de una SDS real (del etanol). Puede repasar algunos de los puntos clave de la SDS con los alumnos y ver si pueden identificar al etanol como alcohol.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección B

A continuación hay una lista de peligros presentes en cada lugar de trabajo ilustrado:

### Restaurante de comida rápida



**Aparecen en la imagen:**

- Parrilla u horno caliente
- Vapor
- Incendios
- Alimentos o líquidos calientes
- Grasa caliente
- Cuchillos
- Levantar objetos pesados
- Piso resbaladizo
- Productos químicos de limpieza
- Presión para trabajar rápido
- Ruido
- Movimientos repetitivos
- Cliente enojado (posible violencia, maltrato)

**No aparecen en la imagen:**

- Estrés
- Peligros eléctricos
- Acoso sexual
- Peligros biológicos (virus, bacterias, moho)
- Robos/violencia

### Tienda de comestibles



**Aparecen en la imagen:**

- Levantar objetos pesados
- Cúter para cajas
- Cortadora de carne
- Productos químicos de limpieza/sin rotular
- Movimientos repetitivos
- Agacharse o estirarse para alcanzar objetos
- Estar mucho tiempo de pie
- Estrés

**No aparecen en la imagen:**

- Acoso sexual
- Peligros biológicos (virus, bacterias, moho)
- Robos/violencia (clientes o compañeros enojados)

## Oficina



### Aparecen en la imagen:

- Uso repetitivo del teclado
- Lugar de trabajo abarrotado
- Postura incómoda en el escritorio
- Sustancias químicas de la fotocopidora, entre otras
- Estrés
- Esfuerzo ocular
- Cúter para papel/tijera
- Líquidos calientes
- Cable eléctrico
- Silla inadecuada

### No aparecen en la imagen:

- Acoso sexual
- Mala ventilación de interiores
- Violencia (clientes o compañeros enojados)

## Gasolinera



### Aparecen en la imagen:

- Gasolina/humo de combustibles
- Otras sustancias químicas (como solventes)
- Herramientas y equipamiento
- Trabajar en áreas oscuras
- Estrés
- Vehículos en movimiento
- Trabajar solo de noche (robos)
- Movimientos repetitivos

### No aparecen en la imagen:

- Levantar objetos pesados
- Calor o frío
- Acoso sexual
- Violencia (clientes o compañeros enojados)

---

## Sus Notas para la Lección 2: Encontrar los peligros

---

# LECCIÓN 2B

## Encontrar los peligros

Ayudar a los alumnos a identificar diversos peligros para la seguridad y la salud en un lugar de trabajo real.





---

## Plan de clase

**Ayudar a los alumnos a identificar peligros para la seguridad y la salud en un lugar de trabajo real.**

---

### Paso 1

**Repasar y resumir los puntos clave de la lección anterior.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 2

**Buscar peligros para la seguridad y la salud en un lugar de trabajo real.**

*35 minutos*

Actividad Cacería de peligros, exposición de la clase

---

### Paso 3

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

## Objetivos del alumno

**Al final de esta lección, los alumnos podrán:**

Predecir peligros que pueden encontrarse en lugares de trabajo típicos para adolescentes.

Reflexionar sobre la capacidad de evaluar los peligros en un lugar de trabajo.

Inspeccionar un entorno laboral real.

Elaborar un mapa de peligros que identifique posibles peligros para la seguridad y la salud.

Informar los hallazgos verbalmente de manera grupal.

**Competencias centrales de *Talking Safety*: 2, 3**

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 3, 4, 5, 8 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

# Preparación

## Repaso

Lección 2

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

## Fotocopia

Para la actividad *Cacería de peligros*, haga copias suficientes del Material para entregar al alumno 6 (en la página 215) de modo que cada pareja de alumnos tenga una copia.

## Organice

Acceso a las áreas de trabajo en las instalaciones la escuela

# Notas para el instructor: **Paso 1**

**Repasar y resumir los puntos clave de la lección anterior.**

*5 minutos*

**Recuerde a la clase que un peligro es cualquier cosa que pueda provocar un daño, ya sea físico o mental.**

Explique que algunos peligros laborales son evidentes, pero que otros no lo son. Para estar seguro en el trabajo, se debe poder identificar los distintos tipos de peligros.

**Recuerde a la clase que los peligros pueden dividirse en cuatro categorías:**

- Peligros para la seguridad.
- Peligros químicos.
- Peligros biológicos.
- Otros peligros para la salud.

**Tómese unos minutos para revisar la tarea asignada en la Lección 2.**

Comparta con la clase una o dos campañas de seguridad que hayan creado los alumnos.

## Notas para el instructor: Paso 2

**Búsqueda de peligros para la seguridad y la salud en un lugar de trabajo real (actividad *Cacería de peligros*).**

*35 minutos*

***Pónganse en contacto con el personal que corresponda de la escuela antes de comenzar esta actividad para garantizar su apoyo y cooperación.***

**Explique que en esta actividad cada alumno trabajará con un compañero.**

Divida la clase en parejas.

Explique la actividad al decirles a los alumnos que ahora buscarán peligros para la seguridad y la salud en un lugar de trabajo real. Si la escuela lo permite, las parejas de alumnos caminarán por determinadas áreas de la escuela e intentarán encontrar peligros ahí. Visitarán (por ejemplo) la cocina, la oficina y alguna otra área de la escuela, como un taller vocacional, elegido por el instructor. Si la escuela no cuenta con estas instalaciones, el instructor deberá seleccionar otras áreas de trabajo de la escuela u organizar una visita a lugares de trabajo cercanos.

**Entregue a cada pareja una copia del formulario de la *Cacería de peligros* (Material para entregar al alumno 6).**

Asegúrese de que cada pareja tenga un bolígrafo o lápiz.

(Nota para el instructor: La actividad *Cacería de peligros* también puede realizarse como actividad de la clase. Camine con los alumnos por las áreas de trabajo elegidas y pídale que señalen los peligros que vean. Analicen en grupo de qué manera cada uno de los peligros que encuentran podría dañar a una persona).

**Pida a las parejas de alumnos que recorran las tres áreas seleccionadas de la escuela (u otro lugar de trabajo), en busca de peligros para la seguridad y la salud.**

Pida a los alumnos que anoten en la sección correcta del Material para entregar al alumno 6 los peligros que encuentren. Por cada peligro que encuentren, también deben anotar cómo el peligro podría dañar a alguien que trabajara ahí.

Pida a los alumnos que también busquen estos elementos de seguridad:

- Salidas.
- Extintores de incendios.
- Alarmas de detección de incendios.
- Mangueras o mantas antiincendios.
- Sistemas de rociadores.
- Detectores de humo.
- Desfibriladores.
- Cámaras y/o iluminación de seguridad.
- Ficha de datos de seguridad (Safety Data Sheets, SDS).
- Duchas de seguridad (en el laboratorio de química).
- Cualquier otro medio por el cual los peligros puedan controlarse o reducirse.

**Asigne 25 minutos para que los alumnos recorran las tres áreas de trabajo.**

Cuando hayan terminado, vuelva a reunir a los alumnos para que informen lo que encontraron. Haga una lista de lo observado en el rotafolio o la pizarra.

## Notas para el instructor: Paso 3

### Repasar y resumir los puntos principales de la lección.

5 minutos

#### Concluya la Lección 2B recordando a los alumnos estos 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, pero otros no lo son. Algunos peligros pueden provocar un daño ahora, mientras que otros pueden hacerlo en el futuro.
- Para estar seguro en el trabajo, debe ser capaz de identificar diferentes tipos de peligros, que incluyen peligros para la seguridad, peligros químicos, biológicos, y otros peligros. Es importante recordar que la causa (de una lesión laboral) es el peligro; el efecto del peligro es la lesión en sí misma. Por ejemplo, una cortadora de carne es la causa (peligro) y un corte es el efecto (lesión).
- ¡Las personas tienen derecho a saber sobre las sustancias químicas y otras sustancias peligrosas usadas en sus lugares de trabajo! Al utilizar una nueva sustancia química, es importante leer las etiquetas y verificar la SDS (Ficha de datos de seguridad) del producto.

### Tareas para el hogar

Pida a los alumnos que redacten un memorándum de una página para informar sus hallazgos de la actividad *Cacería de peligros*. Deben entregar su memorándum al docente o administrador a cargo del (o de los) sitio(s) de trabajo que investigaron.

### Actividad opcional

Pida a los alumnos que hagan “recorridos de inspección” similares en una tienda de comestibles, restaurante u otro tipo de lugar de trabajo al que pueda ingresar el público. Indíqueles que escriban un trabajo de una página con la descripción de lo que hallaron.

---

## Sus notas para la Lección 2B: Encontrar los peligros

---

# LECCIÓN 3

## Hacer que el trabajo sea más seguro

Ayudar a los alumnos a entender las tres maneras principales de reducir o eliminar peligros en el trabajo. Explicar qué métodos son más efectivos para controlar los peligros.





---

## Plan de clase

**Ayudar a los alumnos a entender las tres maneras principales de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.**

**Explicar qué métodos son más efectivos para controlar los peligros.**

---

### Paso 1

**Repasar las mejores maneras de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.**

*10 minutos*

Lluvia de ideas, exposición de la clase

---

### Paso 2

**Aprender a controlar peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo reales (juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000*).**

*20 minutos*

Juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000*, mini estudios de casos, exposición de la clase

---

### Paso 3

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección. Asignar el informe final (que se entrega el penúltimo día de clase).**

*15 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

**Al final del curso, los alumnos podrán:**

Describir las tres maneras principales de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.

Identificar y describir peligros en el lugar de trabajo específicos, sus efectos sobre la salud y los métodos para controlarlos.

Reflexionar acerca de por qué se prefieren ciertos métodos para controlar los peligros sobre otros.

Hacer un plan para controlar los peligros en un lugar de trabajo específico.

Hacer una lista de recursos para la seguridad y la salud en lugares de trabajo.

**Competencias centrales de *Talking Safety*: 3, 4, 7**

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 5, 6, 7, 8 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

**Los peligros en el lugar de trabajo pueden controlarse de muchas maneras distintas, pero algunos métodos son mejores y más efectivos que otros.**

La mayoría de las lesiones y enfermedades laborales son causadas por condiciones inseguras en el trabajo, no por error humano. Las mejores medidas de seguridad eliminan el peligro en el lugar de trabajo o lo mantienen alejado de los trabajadores. De esta manera, el lugar de trabajo es más seguro y usted no tiene que preocuparse por los peligros que fueron eliminados o alejados de usted. Las buenas reglas de seguridad también pueden protegerlo contra los peligros en el lugar de trabajo, aunque no tanto como lo haría eliminar el peligro. Finalmente, puede usar un equipo de protección personal, como respiradores y gafas de seguridad. El equipo de protección personal no funciona tan bien como protección contra los peligros. Debe usar un equipo de protección personal y seguir las reglas y los procedimientos de seguridad cuando su lugar de trabajo presenta peligros que no están particularmente bien controlados.

Sin embargo, es importante tener en cuenta que algunos equipos de protección personal pueden presentar peligros propios. Por ejemplo, los respiradores necesitan tener la talla correcta para cada individuo y deben ser adecuados para los agentes contra los que deben brindar protección. Los respiradores aumentan la resistencia a la respiración, por lo que algunos individuos no deben usarlos.

**Un peligro puede controlarse en más de una manera y, a veces, es mejor combinar un tipo de protección con otros.**

Por ejemplo, aunque en la cocina de un restaurante haya piso antideslizante, los trabajadores igual deben usar calzado antideslizante para obtener una mayor protección.

**Los ejercicios de esta lección les piden a los alumnos que encuentren maneras de prevenir lesiones en el lugar de trabajo.**

Los alumnos también deben saber que, si tienen una afección que podría afectar su capacidad de trabajo, existen leyes que podrían ayudarlos. Las leyes pueden ayudarlo aun si su afección o lesión no fue causada por algo que sucedió en el trabajo. Puede tener derecho a que su empleador realice cambios en su lugar de trabajo que le permitirían trabajar. Esto se denomina “adaptación razonable”. Los cambios tienen que ser razonables y no deben causarle demasiada dificultad ni demasiados gastos al empleador.

---

Visite el sitio web de la Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo de EE. UU. para obtener más información: <http://go.usa.gov/jZCH>

---

# Preparación

## Leer

Sección A y Sección B (en las páginas 72–89) de las Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 30–41 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 30–41 de PowerPoint

## Obtener

Un rotafolio y marcadores (o usar una pizarra blanca y marcadores)

Elementos para el juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000* :

- Blocs de notas adhesivas de 3" x 3" (un color distinto para cada equipo de cuatro a cinco jugadores, según el tamaño de su clase).
- Un reloj o temporizador.
- Bolígrafos o lápices.
- Premios (como lápices o dulces).
- Cinta adhesiva.

## Dibujar

Un tablero de juego para el juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000* (hecho con marcadores y papel para rotafolio o una cartulina de tamaño grande, como se describe en la sección B). También puede enseñar esta actividad sin el juego. Vea el Paso 2.

## Fotocopia

Material para entregar al alumno 7 y 8 (en las páginas 217–231, una copia para cada alumno)

# Notas para el instructor: Paso 1

## Repasar las mejores maneras de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.

10 minutos



### Presente la lección con la diapositiva 30 de PowerPoint.

Haga una tabla con dos columnas en un pedacito del papel para rotafolio. Etiquete la columna izquierda como “Peligros” y la columna derecha como “Posibles soluciones”.

Elija un peligro laboral de la lista que la clase hizo durante la Lección 2 (Paso 1). (Se recomienda que elija “pisos resbaladizos”). Escríbalo en la columna de Peligros de la tabla. Haga a la clase esta pregunta:

“¿Cómo podría eliminarse o reducirse este peligro en el lugar de trabajo?”

Pídales a los alumnos que sugieran respuestas, y escriba las respuestas en la columna de Posibles soluciones al lado del peligro. Los alumnos podrían incluir estas soluciones para los pisos resbaladizos:

- Colocar carteles de “Precaución”.
- Limpiar derrames rápidamente.
- Instalar pisos antideslizantes.
- Usar tapetes.
- Usar calzado antideslizante.
- Instalar protección contra la grasa en los equipos para que la grasa no llegue al piso.

### Repasar las mejores maneras de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.

Pídales a los alumnos que comenten lo que aprendieron durante la actividad *Cacería de peligros* de la última lección (si esta actividad se llevó a cabo). Específicamente, pídale a los voluntarios que describan las maneras en las que vieron que se controlaban o reducían los peligros en el lugar de trabajo que visitaron.



Muestre la diapositiva 31 de PowerPoint.

Dígale a la clase que hay más de una manera de reducir un peligro, pero que algunas son mejores que otras.

Mantenga un debate en la clase sobre los tres métodos de control más comunes: (a) eliminar el peligro, (b) mejorar las políticas y los procedimientos laborales, y (c) usar vestimenta y equipos que protejan contra los peligros.

Use la diapositiva 31 y las secciones presentadas a continuación como ayuda para explicar estos métodos. Después de que analicen un método, aplíquelo a la lista que crearon en el rotafolio, tal como se indica.

## Eliminar el peligro

Dígalas a los alumnos que es mejor eliminar el peligro del lugar de trabajo o mantenerlo alejado de los trabajadores para que nadie sufra lesiones. De esta forma, el lugar de trabajo mismo es más seguro, y los trabajadores individuales no tienen que asumir toda la responsabilidad por la seguridad.

A continuación se presentan algunas maneras de eliminar el peligro:

- Usar sustancias químicas más seguras y deshacerse de las sustancias químicas que provocan peligros.
- Usar vegetales precortados (para que el trabajador no deba usar un cuchillo).
- Usar máquinas con resguardos apropiados en lugar de hacer los trabajos a mano. (Nota para el instructor: Aunque las máquinas pueden ser una buena manera de eliminar un peligro, también pueden causar nuevos peligros. Las leyes dicen que los adolescentes menores de 18 años no deben utilizar ciertas máquinas —como cortadoras de carne eléctricas, compactadoras de papel y dispositivos mecánicos de elevación. Consulte el Material para entregar al alumno 14 para obtener más información).
- Tener barreras alrededor de las superficies calientes.

Haga a la clase la siguiente pregunta:

“¿Cuál de las soluciones del rotafolio realmente se deshace del peligro de los pisos resbaladizos?”

Los alumnos deben responder que los pisos antideslizantes, los tapetes y la protección contra la grasa son los elementos de la lista que verdaderamente eliminan el peligro. En el rotafolio, escriba “1” junto a esas soluciones.

## Mejorar las políticas y los procedimientos laborales

Explique a los alumnos que, si no se puede eliminar por completo un peligro o mantenerlo alejado de los trabajadores, las buenas políticas de seguridad pueden reducir la exposición al peligro.

**A continuación se presentan algunas buenas políticas laborales que protegen a los trabajadores:**

- Capacitar a los trabajadores sobre cómo hacer su trabajo alrededor de los peligros.
- Dar descansos regulares para evitar que los trabajadores se cansen demasiado.
- Asignar a suficientes personas como para hacer el trabajo de manera segura (como el levantamiento).

**Haga a la clase esta pregunta:**

“¿Cuáles de las soluciones para pisos resbaladizos en el rotafolio utilizan políticas y procedimientos laborales?”

Los alumnos deben responder que colocar carteles de “Precaución” y limpiar rápidamente los derrames están en esta categoría. En el rotafolio, escriba “2” junto a esas soluciones.

## Usar vestimenta y equipos que lo protejan contra los peligros.

Dígalos a los alumnos que el equipo de protección personal es la manera menos efectiva de controlar los peligros. A pesar de esto, ellos deben utilizar equipos de protección personal siempre que un empleador se los dé. Puede que los trabajadores necesiten equipos de protección personal aun cuando se hayan implementado otras medidas de seguridad. (Nota para el instructor: Algunos equipos de protección pueden provocar sus propios peligros. Por ejemplo, los respiradores necesitan tener la talla correcta para cada individuo y deben ser adecuados para los agentes contra los que deben brindar protección. Los respiradores aumentan la resistencia a la respiración, por lo que algunos individuos no deben usarlos.)

**A continuación se presentan ejemplos de equipos de protección personal (Personal Protective Equipment, PPE):**

- Guantes, calzado con punta de acero, cascos.
- Respiradores, gafas de seguridad, protectores de oído.
- Batas de laboratorio o delantales

**Haga a la clase esta pregunta:**

“¿Por qué el equipo de protección personal no funciona tan bien como otras medidas de seguridad, como la eliminación del peligro o la presencia de reglas de seguridad?”

Las respuestas pueden incluir:

- No se deshace del peligro ni hace que el lugar de trabajo sea tan seguro como podría serlo.
- Puede que los trabajadores no quieran usarlo porque podría ser incómodo, podría calentarse, y podría dificultar el trabajo o la conversación con otras personas.
- Tiene que tener la talla correcta y debe usarse siempre, en el momento adecuado, para trabajar.
- Tiene que ser adecuado para el peligro en particular, como el tipo correcto de guante, tapón para los oídos o vestimenta que brinde protección contra la sustancia química utilizada.

**Haga a la clase esta pregunta:**

“¿Cuáles de las soluciones para pisos resbaladizos en el rotafolio implican vestimenta y equipos que brinden protección contra los peligros?”

Los alumnos deben responder que utilizar calzado antideslizante está en esta categoría. Usar calzado antideslizante en un entorno (como un restaurante) donde sea difícil controlar los derrames puede ser muy efectivo. En el rotafolio, escriba “3” junto a esta solución.

Cuando haya terminado de marcar las tres categorías en el rotafolio, la tabla completada debería verse así:

<b>Peligro</b>	<b>Soluciones posibles</b>
Pisos resbaladizos	Colocar carteles de “Precaución” (2) Limpiar derrames rápidamente (2) Instalar pisos antideslizantes (1) Usar tapetes (1) Usar calzado antideslizante (3) Instalar protección contra la grasa en los equipos (1)

***Infórmeles a los alumnos que aprenderán más sobre estos métodos de control durante la siguiente actividad. Jugarán a un juego que se llama la Pirámide de seguridad de \$25,000.***

## Notas para el instructor: Paso 2

**Aprender a controlar peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo reales (juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000*).**

*20 minutos*

Nota para el instructor: Repase los mini estudios de casos (en la Sección A de las Notas complementarias para el docente, en las páginas 72–80) y las diapositivas 32–40 de PowerPoint, que acompañan a cada historia, antes de enseñar esta actividad. Elija historias que sean las más relevantes para sus alumnos, o utilice sus propias historias.

Puede hacer que los alumnos analicen este material en lugar de realizar el juego. Si elige que ellos lo analicen, muestre las diapositivas 32–40 a la clase y pregúnteles a los alumnos sobre sus ideas respecto a las maneras de prevenir las lesiones descritas a medida que usted muestra cada diapositiva.

Si hace que la clase realice el juego, dibuje un tablero de juego como el que se presenta a continuación en papel para rotafolio y péguelo en la pared.

---

### Juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000*

---



**Observe que la pirámide divide las soluciones en tres categorías:**

- Eliminar el peligro (a menudo, denominado controles de ingeniería).
- Mejorar las políticas laborales (a menudo, denominado controles administrativos).
- Usar equipo de protección personal (PPE).

**Explique que en cada ronda del juego leerá en voz alta una historia verdadera sobre un joven que se lesionó en el trabajo.**

Díales a los alumnos que trabajarán en equipos. Los equipos deben pensarse a sí mismos como comités de seguridad, responsables de encontrar maneras de controlar el peligro que causó la lesión descrita. Se les dará a los equipos un bloc de notas adhesivas para que escriban sus soluciones.

**Elija equipos de tres a cinco alumnos.**

Pídale a cada equipo que invente un nombre para el equipo. Registre los nombres de los equipos en la pizarra blanca o en una hoja de papel para rotafolio, donde llevará un registro de los puntos.

Reparta notas adhesivas, con colores diferentes para cada equipo.

**Explique que este es un juego rápido y que el tiempo cuenta. Después de que usted lea cada historia, los equipos tendrán uno minuto para pensar las soluciones. Cuando la ronda termine, pedirá a los alumnos que peguen sus notas en el tablero.**

Seleccione (o pida a cada grupo que elija) a un integrante del equipo que será el “escritor” del equipo.

Nota para el instructor: Cada solución que piense el equipo deberá estar escrita en una nota adhesiva individual.

Seleccione (o pida a cada grupo que elija) a otro miembro del equipo para colocar las notas del equipo en las categorías correctas en el tablero de juego después de cada ronda.

**Informe a la clase que usted decidirá si cada una de las soluciones es válida. Para ser válida, la solución debe tener lo siguiente:**

- Estar relacionada con la historia.
- Ser realista.
- Dar una solución específica (por ejemplo, no solo PPE, sino qué tipo de PPE).

Recuerde que algunas soluciones pueden corresponder a más de una categoría. La misma solución por escrito en dos notas adhesivas pegadas en dos categorías se cuenta como una. Dígale a la clase que, a veces, una categoría podría no tener una buena solución. Explique que si los equipos colocan una buena solución en la categoría incorrecta, usted moverá la nota adhesiva a la categoría apropiada y les dará la mitad de los puntos de una solución válida.

**Explique que después de cada ronda usted contará los puntos. Cada solución válida de la categoría Eliminar el peligro vale \$2,000. Cada solución válida de la categoría Políticas laborales vale \$1,000 y la categoría PPE vale \$500. Las soluciones de PPE obligan al empleado a tomar las medidas necesarias, por lo que se las considera las soluciones menos efectivas.**



**Muestre la diapositiva 32 de PowerPoint.**

Haga una ronda de práctica, con la diapositiva 32. En esta ronda, los equipos no necesitan escribir las soluciones, solo deben mencionar sus respuestas. Agregue todas las soluciones que la clase omite.

## Ronda de práctica: La historia de Jasmine



### Lea la historia en voz alta:

Jasmine tiene 17 años y es lavaplatos en la cocina de un hospital. Para limpiar las sartenes, las sumerge en una solución química potente. Usa guantes para protegerse las manos y los brazos. Un día, mientras Jasmine sacaba tres sartenes grandes del fregadero a la vez, se les resbalaron de las manos y volvieron a caer en el fregadero. La solución de limpieza le salpicó un lado de la cara y le entró en el ojo derecho. Estuvo ciega de ese ojo durante 2 semanas.

### Haga a la clase la siguiente pregunta:

“¿Qué soluciones se les ocurren que podrían prevenir que vuelva a ocurrir esta lesión?”

### Las respuestas sugeridas incluyen:

- **Eliminar el peligro.** Usar un producto de limpieza diferente, que sea más seguro. Usar sartenes descartables. Usar una máquina para lavar vajilla.
- **Mejorar las políticas laborales.** Hacer que los trabajadores limpien una sartén por vez. Brindarles capacitación sobre cómo protegerse a sí mismos contra las sustancias químicas.
- **Usar equipo de protección personal.** Gafas protectoras.



Comience el juego con los mini estudios de casos de la Sección A de las Notas complementarias para el docente, en las páginas 72–80 y las diapositivas 33–40 de PowerPoint. Elija 3 o 4 historias, según el tiempo disponible.

Repase las soluciones que los equipos pegaron y la cantidad total de puntos por las respuestas válidas al final de cada ronda. Podrá identificar las soluciones de los equipos por el color de las notas adhesivas. Agregue las soluciones que los equipos no hayan incluido.

Jueguen todas las rondas que sean necesarias hasta que un equipo llegue a \$25,000, o tantas rondas como tengan tiempo para jugar. Cuando un equipo gane, entregue premios.

***Nota para el instructor: Si lo desea, puede darles a los alumnos más información sobre los peligros que se encuentran en los trabajos típicos de adolescentes y las posibles soluciones. Copie y distribuya el Material para entregar al alumno 7.***

# Notas para el instructor: Paso 3

Repasar y resumir los puntos principales de la lección. Asignar el informe final (que se entrega el penúltimo día de clase).

15 minutos



Muestre la diapositiva 41 de PowerPoint.

Concluya la Lección 3 recordando a los alumnos estos 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 las lesiones y enfermedades laborales son causadas por condiciones inseguras en el trabajo, no por error humano.
- Una buena manera de pensar sobre el abordaje de peligros en el lugar de trabajo es, "Arreglar el lugar de trabajo, no al trabajador".

## Tareas para el hogar

### *Proyecto final (se entrega el penúltimo día de clase):*

Díales a los alumnos que su proyecto final es aprender cómo encontrar información sobre los peligros para la seguridad y la salud en el lugar de trabajo y maneras efectivas de lidiar con ellos.

Los alumnos investigarán sobre un problema para la seguridad y la salud y escribirán un informe de tres a cinco páginas (o crearán una presentación de PowerPoint). También entregarán la hoja de trabajo completada (Parte A del Material para entregar al alumno 8). El proyecto final se entrega el penúltimo día de clase

Pídales a los alumnos que piensen dónde intentarían encontrar información si quisieran saber sobre un problema para la seguridad y la salud en el trabajo. Sugiera ejemplos de problemas sobre los que quisieran averiguar, como el dolor de muñeca cuando se utiliza una computadora o los peligros de una sustancia química. Su lista puede incluir los siguientes:

#### Fuentes en el lugar de trabajo

- Empleador o supervisor.
- Compañeros de trabajo.
- Delegado sindical.
- Ficha de datos de seguridad (Safety Data Sheet, SDS) para ver información sobre la sustancia química.
- Etiquetas y carteles de advertencia.
- Manual de orientación para el empleado u otros materiales de capacitación.
- Políticas e instrucciones laborales por escrito.

#### Fuentes fuera del lugar de trabajo

- Padres o docentes.
- Búsqueda en Internet.
- Organismos gubernamentales, como la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA); el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH); la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA); los organismos estatales y el departamento de salud local.
- Sindicatos.
- Organizaciones de la comunidad.
- Compañías de seguro de compensación para los trabajadores.
- Grupos de empleadores o asociaciones comerciales.
- Programas de salud universitarios que se ocupen del trabajo o el entorno.
- Grupos profesionales de salud y seguridad.
- Médicos, enfermeros, u otros proveedores de atención médica.

Díales a los alumnos que buscarán información sobre un problema específico en un lugar de trabajo. Se concentrarán en la información disponible fuera del lugar de trabajo.

Hágales saber a los alumnos que necesitarán acceso a una computadora con conexión a Internet, un teléfono, o ambos.



Reparta a cada alumno una copia del Material para entregar al alumno 8.

Explique que el material tiene tres secciones: (a) Hoja de trabajo, (b) Recursos: Dónde obtener información y (c) Situaciones. Díales a los alumnos que deben terminar la Parte A y entregarla con su tarea final. La Parte B les dará ideas sobre dónde obtener información sobre seguridad y salud. La Parte C les proporciona a los alumnos más información sobre el problema y el lugar de trabajo específicos que investigarán y sobre los que escribirán.

Haga que los alumnos digan los números de uno a seis. Asígnele a cada alumno una situación diferente de la Parte C del Material didáctico 8, que se corresponda con su número (por ejemplo, a los alumnos que digan el número “uno” se les asignará la situación uno del material didáctico).

Díales a los alumnos que tienen hasta el penúltimo día de clase para investigar sobre su problema para la seguridad y la salud, y escribir un informe de tres a cinco páginas sobre lo que encontraron.

***Nota para el instructor: Los alumnos pueden preparar una presentación de PowerPoint en lugar de un informe por escrito.***

## Otras pautas para el proyecto

### Los alumnos deben hacer lo siguiente:

- Terminar la Parte A del Material para entregar al alumno 8 (hoja de trabajo).
- Usar las siete preguntas que respondieron en la hoja de trabajo como base para su informe por escrito.
- Usar al menos tres fuentes diferentes de información. Deben incluir al menos un organismo gubernamental y al menos una organización que no forme parte del gobierno. En sus informes, los alumnos también deben analizar cuáles son las fuentes de información que les resultaron más útiles, y por qué. Algunos sitios web y números telefónicos sugeridos aparecen en la Parte B del Material didáctico 8. En muchos casos, los enlaces a sitios web proporcionados los llevarán directamente a listas de hojas informativas sobre peligros específicos.
- Entregar un informe por escrito de tres a cinco páginas (o una presentación de PowerPoint) y la hoja de trabajo (Parte A del Material para entregar al alumno 8) completada el penúltimo día de clases.

***El penúltimo día de clases, si hay tiempo, comente los informes. Mencione cualquier punto importante que los alumnos hayan pasado por alto (use las respuestas sugeridas en la Sección B de las Notas complementarias para el docente, en las páginas 81–89).***

# Notas complementarias para el docente: Sección A

## Mini estudios de casos para el juego de la *Pirámide de seguridad de \$25,000*

### Ronda 1: La historia de Will



#### Lea la historia en voz alta:

Will tiene 16 años y trabaja en un restaurante de comidas rápidas. Un día, Will se resbaló porque el piso estaba grasoso. Para no caer, trató de agarrarse de una barra cerca de la parrilla. No alcanzó la barra y su manó tocó la parrilla caliente. Tuvo quemaduras de segundo grado en la palma de la mano.

#### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

**Dé a los equipos uno minuto para escribir las soluciones y pegarlas en el tablero. Luego compárelas con las respuestas sugeridas que se encuentran a continuación.**

- **Eliminar el peligro.** Diseñar la parrilla de forma tal que la barra no esté tan cerca de ella. Cubrir el piso con una alfombra antideslizante. Instalar pisos antideslizantes. Colocar un protector en la parrilla cuando no se esté usando para evitar que las personas la toquen accidentalmente. Colocar una tapa en la cesta de papas fritas para que la grasa no salpique.
- **Políticas laborales.** Hacer que los trabajadores limpien de inmediato la grasa derramada. Diseñar el flujo de tráfico para que los trabajadores no caminen frente a la parrilla.
- **Equipo de protección personal.** Hacer que los trabajadores usen calzado antideslizante y guantes.

## Ronda 2: La historia de Andre



### Lea la historia en voz alta:

Andre tiene 17 años y trabaja en una tienda de comestibles. Un día, mientras descargaba una caja pesada de un camión para pasarla a un palé de madera, sintió un dolor agudo en la parte baja de la espalda. Andre trató de seguir trabajando. La espalda seguía molestandole, por lo que finalmente fue al médico. Andre tuvo que faltar al trabajo una semana para recuperarse. La espalda aún le duele a veces.

### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

**Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.**

- **Eliminar el peligro.** Usar un dispositivo de elevación mecánico. Empacar cajas menos pesadas. Descargar los camiones en áreas protegidas para que los trabajadores no estén expuestos al tiempo, el viento o las superficies mojadas.
- **Políticas laborales.** Asignar a dos personas para que realicen el trabajo. Capacitar a los trabajadores para levantar pesos correctamente. Implementar una política para que los adolescentes nunca levanten más de 30 libras a la vez, como recomienda el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH).
- **Equipo de protección personal.** Usar calzado antideslizante. (Nota: Un estudio del NIOSH no encontró evidencia alguna de que los cinturones para la espalda ayuden).

**Pregunte a la clase:**

“¿Cuál es la manera correcta de levantar objetos pesados?”

**Demuestre lo siguiente. Diga a la clase las reglas para levantar objetos de manera segura:**

- No levantar una sola persona objetos que pesen más de 30 libras.
- Mantener la carga cerca del cuerpo.
- Levantar con las piernas. Flexionar las rodillas y ponerse en cuclillas, con la espalda recta, y luego levantar al empezar a incorporarse.
- No girar la cintura. En cambio, mover los pies.

## Ronda 3: La historia de Molly



### Lea la historia en voz alta:

Molly tiene 16 años y trabaja en la charcutería de una tienda de comestibles. Su supervisora le pidió que limpie la cortadora de fiambres aunque Molly nunca lo había hecho antes y no la habían capacitado para hacerlo. Molly pensó que la cortadora estaba apagada antes de empezar a limpiarla. Cuando empezó a limpiar las cuchillas, la máquina se encendió. La cuchilla le hizo un corte en un dedo de la mano izquierda que llegó hasta el hueso.

### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

**Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.**

- **Eliminar el peligro.** La máquina debería tener protección para proteger los dedos de la cuchilla. La máquina debería tener apagado automático.
- **Políticas laborales.** Tendría que haber una regla que indique que la máquina debe estar desenchufada antes de limpiar. Nadie menor de 18 años debería usar o limpiar esta máquina, porque hacer ese tipo de trabajo está prohibido por las leyes de trabajo infantil.
- **Equipo de protección personal.** Hacer que los trabajadores usen guantes que los protejan contra los cortes.

## Ronda 4: La historia de Chris



### Lea la historia en voz alta:

Chris trabaja para el departamento de obras públicas de la ciudad. Una tarde calurosa, la temperatura exterior alcanzaba los 92 grados. Mientras Chris paleaba tierra en un terreno baldío, empezó a sentirse mareado y desorientado. Se desmayó por el calor.

### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

**Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.**

- **Eliminar el peligro.** Limitar el trabajo al aire libre los días muy calurosos.
- **Políticas laborales.** Limitar el trabajo al aire libre los días muy calurosos. Contar con un lugar fresco para tomar descansos frecuentes. Tener mucha agua a mano. Capacitar a los trabajadores sobre los síntomas de estrés por calor y cómo evitar el exceso de calor. Trabajar en equipos para observarse unos a otros en busca de síntomas de exceso de calor (como desorientación y mareos).
- **Equipo de protección personal.** Hacer que los trabajadores usen un sombrero, para que les brinde sombra, y un chaleco de refrigeración.

## Ronda 5: La historia de James



### Lea la historia en voz alta:

James tiene 16 años y trabaja en una pizzería muy concurrida. Su trabajo es aplastar los bollos de pizza en los moldes. Prepara varios moldes por minuto. Últimamente, James notó que le duelen las manos, los hombros y la espalda por el movimiento repetitivo y por estar de pie durante mucho tiempo.

### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

### Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.

- **Eliminar el peligro.** Poner superficies de trabajo ajustables, para que James pueda aplastar los bollos a una altura que cause menos tensión en los hombros y la espalda. Para el pisado a mano, use un rodillo para bollos de pizza—ya sea manual o eléctrico—en lugar de aplastarlos a mano (Nota: La ley federal dice que las personas de 16 y 17 años pueden operar, pero no instalar, ajustar, reparar, aceitar ni limpiar rodillos para bollos de pizza con los resguardos apropiados. Si es menor de 16 años, probablemente no pueda operar estas máquinas).
- **Políticas laborales.** Variar el trabajo para que nadie realice los mismos movimientos de forma reiterada. Proporcionar descansos regulares.
- **Equipo de protección personal.** Ninguno.

## Ronda 6: La historia de María



Lea la historia en voz alta:

El trabajo de María es recolectar fresas en una granja de 16 acres. Un día, la enviaron demasiado rápido al campo después de haber sido rociado. Nadie le dijo que la humedad sobre las plantas era un pesticida altamente tóxico. Poco tiempo después de empezar a trabajar, los brazos y las piernas de María comenzaron a temblar. Cuando se paró, se mareó y se tropezó. Otros trabajadores rurales la llevaron a una clínica cercana. Tres semanas después continuaba teniendo dolores de cabeza y problemas para respirar.

Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.

- **Eliminar el peligro.** Usar métodos de cultivo libres de pesticidas o un pesticida menos tóxico.
- **Políticas laborales.** Esperar la cantidad de horas o días indicados después de haber rociado los cultivos antes de que los trabajadores vuelvan a ingresar al campo. El tiempo de espera requerido debe estar indicado en la etiqueta del pesticida. La ley exige que el empleador les informe a los trabajadores cuando se utilicen pesticidas. Los empleadores deben colocar carteles de advertencia o decirles a los trabajadores. Se debe capacitar a los trabajadores y se les debe informar sobre las sustancias químicas a las que estén expuestos.
- **Equipo de protección personal.** Usar guantes y ropa de trabajo que protejan contra los pesticidas utilizados. Si es necesario, usar un respirador aprobado para el individuo que brinde protección contra los pesticidas utilizados.

## Ronda 7: La historia de Jada



### Lea la historia en voz alta:

Jada trabaja como asistente de enfermería en un hospital local. Limpia chatas y a veces cambia las sábanas, lo que requiere levantar a los pacientes. Últimamente, Jada ha estado sintiendo puntadas en la espalda al agacharse o levantar pesos. Ella sabe que se supone que debe recibir ayuda para levantar a un paciente, pero todos en la unidad están tan ocupados que se muestra reacia a preguntar. En su hogar, al acostarse, Jada siente a menudo dolores punzantes en la espalda, el cuello y los hombros. Estos dolores parecen empeorar todos los días.

### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

**Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.**

- **Eliminar el peligro.** Dejar de levantar pesos sola. Levantar únicamente a los pacientes cuando haya otras personas para ayudar o usar un dispositivo mecánico de elevación. Nota: Las leyes federales de trabajo infantil prohíben que alguien menor de 18 años opere dispositivos para levantar pacientes. Sin embargo, probablemente muevan a los pacientes como parte de un equipo cuyo operador del dispositivo de elevación es mayor de 18 años.
- **Políticas laborales.** Asegurar que no se les requiera levantar pesos a los trabajadores que ya se hayan lesionado. Contar con una política para que los trabajadores levanten a los pacientes únicamente en equipos y cuando se utilice un dispositivo de elevación. Capacitar a los trabajadores sobre maneras de levantar a los pacientes de forma segura.
- **Equipo de protección personal.** Ninguno.

## Ronda 8: La historia de Anita



### Lea la historia en voz alta:

Anita tiene 16 años y es barista en una cafetería pequeña. Una mañana, faltaba personal en la cafetería porque un trabajador no fue debido a que estaba enfermo. Durante la hora pico del desayuno, Anita se ocupó de la caja registradora, de tomar los pedidos de los clientes y, a la vez, de preparar una jarra nueva de café a toda prisa. No se dio cuenta de que otra barista ya había puesto a preparar una jarra y sacó la canastilla de preparación mientras la máquina estaba funcionando. El agua hirviendo y el sedimento del café se volcaron sobre su mano y le provocaron quemaduras de segundo grado. Fue a la sala de emergencias para recibir tratamiento. Anita tuvo que recortar sus actividades cotidianas durante 3 meses y todavía tiene sensibilidad en la mano y cicatrices por la quemadura.

### Pregunte a los equipos:

“¿Qué soluciones podrían evitar que vuelva a ocurrir esta lesión?”

**Solicite a los equipos que publiquen sus soluciones y que las comparen con las respuestas que se sugieren a continuación.**

- **Eliminar el peligro.** Se podría diseñar la máquina para que no se pudiera sacar la canastilla mientras la máquina está en uso.
- **Políticas laborales.** La cafetería debería contar con un plan para disponer de ayuda adicional cuando alguien avise que está enfermo, para no sufrir una falta de personal. Asignar a un único empleado para que opere la cafetera, de modo que esa persona pueda llevar un registro de cuando se esté preparando el café. El jefe podría colocar junto a la cafetera un cartel que muestre cuándo la máquina está en uso.
- **Equipo de protección personal.** Ninguno.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección B

### Proyecto final del alumno

#### Situación 1: Big Box Foods

Jacob trabaja en un depósito. Tiene 17 años. Un día, mientras descargaba cajas de 40 libras de un palé de madera, sintió un dolor agudo en la parte baja de la espalda. Jacob tuvo que faltar al trabajo una semana para recuperarse y, a veces, todavía le duele la espalda. Le preocupa volver a lesionarse la espalda e intenta ser cuidadoso, pero quiere saber más información sobre cómo levantar cosas de manera segura y otras maneras de prevenir lesiones de espalda.

¿Cuál es el problema (peligro) para la salud y la seguridad en esta situación?

- Cajas pesadas.

¿Qué información podría obtener en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?

- Recibir capacitación sobre la forma correcta de levantar pesos de parte del supervisor o un compañero.
- Recibir pautas por escrito para levantar pesos de parte del empleador o supervisor.
- Pedir información sobre dispositivos mecánicos de elevación disponibles.

¿Cuáles son los efectos a corto plazo para la salud?

- Esguince, distensión o desgarro muscular.

¿Cuáles son los efectos a largo plazo para la salud?

- Dolor.
- Limitación del movimiento.
- Dificultades para concentrarse debido al dolor.
- Daño nervioso.
- Debilidad.
- Probabilidad de sufrir una nueva lesión.

### ¿Cuáles son las posibles soluciones para el trabajador y el empleador?

- Usar un palé con resortes o hidráulico que se eleve (tenga las cajas a la altura de la cintura) mientras se sacan las cajas. Nota para el instructor: Este tipo de máquina NO es eléctrica, por lo que pueden utilizarla los trabajadores mayores de 14 años. Las leyes federales de trabajo infantil prohíben que alguien menor de 18 años opere dispositivos de elevación hidráulicos (eléctricos).
- Usar un montacargas o un equipo similar para que las cargas no se deban manipular manualmente. ¡El conductor del montacargas DEBE tener al menos 18 años de edad y debe tener la capacitación adecuada!
- Disminuir el peso de las cajas.
- Obtener capacitación sobre el levantamiento de objetos de manera segura.
- Pedir ayuda para levantar objetos.
- Solicitarle a su empleador la adaptación razonable, como un límite en la cantidad de peso que levante (si está cubierto por la Ley de Estadounidenses con Discapacidades).

### Situación 2: El puesto con computadora de Aasif

Aasif tiene 16 años y hace 6 meses que trabaja como asistente administrativo en una gran oficina. Es el empleado más nuevo de la oficina y parece tener todo el equipo descartado por los demás. Su teclado y mouse están en el escritorio, junto con el monitor de la computadora. La palanca para ajustar la altura de su silla no funciona más. Aasif trabaja la mayor parte del día en la computadora. Conoce al menos a una persona de la oficina que usa soportes en las muñecas porque le duelen mucho y que ya no puede hacer muchas cosas en su casa por la debilidad de la prensión con las manos. Aasif no quiere tener problemas como esos y quiere averiguar qué puede hacer.

### ¿Cuál es el problema (peligro) para la salud y la seguridad en esta situación?

- Estrés por repetición en el teclado.

### **¿Qué información podría obtener en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?**

- Recibir capacitación y ayuda para instalar el puesto de trabajo de parte del supervisor o un compañero.
- Preguntar a otro trabajador lesionado qué aprendió sobre cómo prevenir la lesión.
- Obtener pautas por escrito de parte del empleador o supervisor sobre la instalación ergonómica de los puestos de trabajo con computadoras.

### **¿Cuáles son los efectos a corto plazo para la salud?**

- Dolor en la muñeca.
- Entumecimiento u hormigueo.
- Enrojecimiento e hinchazón.

### **¿Cuáles son los efectos a largo plazo para la salud?**

- Síndrome del túnel carpiano.
- Tendinitis.
- Disminución de la movilidad articular.
- Articulaciones inflamadas.
- Molestia prolongada, dolor, entumecimiento, hormigueo o una sensación de ardor.

### **¿Cuáles son las posibles soluciones para el trabajador y el empleador?**

- Tomar descansos frecuentes (“micro” descansos cada 10 minutos; descansos de 5 a 10 minutos por cada hora).
- Asegurarse de que la postura y la posición de su cuerpo en el puesto de trabajo sean correctas.
- Tener en cuenta el puesto de trabajo, el equipo y los muebles. Estos deberían mantener posturas correctas. Observar el diseño y la altura de la silla, la altura de la pantalla de la computadora, la altura del teclado, la iluminación, el brillo y el desorden.
- Asegurarse de que las demandas laborales sean razonables.
- Hacer ejercicios para aliviar el estrés y la distensión físicos.

### Situación 3: Removedor de pintura peligroso

Emma tiene 15 años y un trabajo de verano en el programa de parques de la ciudad. Estuvo usando un limpiador llamado “Adiós grafitis” para eliminar los grafitis de los baños. Tiene que tomar muchos descansos porque el producto químico le hace arder la garganta. A veces también la hace sentir mareada, especialmente cuando los baños no tienen muchas ventanas. En la etiqueta, ve que el limpiador contiene cloruro de metileno. Emma siente que está logrando hacer el trabajo, pero le preocupa el hecho de sentirse mareada. Quiere saber más sobre esta sustancia química, qué daño puede causar y si hay maneras más seguras de hacer este trabajo.

#### ¿Cuál es el problema (peligro) para la salud y la seguridad en esta situación?

- La exposición al cloruro de metileno del removedor de pintura, que provoca muchos problemas de salud e incluso la muerte.

#### ¿Qué información podría obtener en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?

- Pedir al supervisor o empleador una ficha de datos de seguridad (SDS).
- Obtener capacitación de parte del supervisor o empleador sobre los posibles efectos en la salud y cómo trabajar de manera segura con este producto químico.

#### ¿Cuáles son los efectos a corto plazo para la salud?

- Nariz, garganta y pulmones irritados, lo que produce tos, sibilancias y/o falta de aire.
- Un “efecto narcótico” que lo hace sentir aturdido, mareado, cansado, nauseabundo y con dolor de cabeza.
- Se le pueden irritar los ojos y la piel, y podría sentir una sensación de ardor. Los ojos pueden sufrir daños.

### ¿Cuáles son los efectos a largo plazo para la salud?

- Puede afectar el cerebro y provocar pérdida de la memoria, mala coordinación y disminución de la capacidad de razonamiento.
- Puede dañar el hígado y los riñones.
- Puede provocar bronquitis.
- Puede provocar problemas en la piel a largo plazo.
- Puede provocar cáncer.
- Podría provocarle la muerte.

### ¿Cuáles son las posibles soluciones para el trabajador y el empleador?

- Encontrar un limpiador más seguro que no contenga cloruro de metileno.
- Usar guantes y ropa de trabajo que protejan contra las sustancias químicas utilizadas. Si es necesario, usar un respirador aprobado para el individuo que brinde protección contra las sustancias químicas utilizadas.

## Situación 4: Ruido en el trabajo

José tiene 18 años y hace aproximadamente un año que trabaja para una compañía que construye casas prefabricadas. Pasa gran parte del día usando una motosierra. Por lo noche, suelen zumbarle un rato los oídos, pero el zumbido parece desaparecer por la mañana. Le preocupa un poco que el ruido esté dañando su audición, pero no difiere mucho de cómo siente los oídos después de un concierto. Quiere encontrar un poco de información sobre cuánto ruido es malo para su audición y qué puede hacer.

### ¿Cuál es el problema (peligro) para la salud y la seguridad en esta situación?

- Exposición al ruido.

### ¿Qué información podría obtener en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?

- Pídale a su empleador todas las mediciones de nivel de ruido que se hayan tomado.
- Obtenga de su supervisor la capacitación sobre la protección de la audición.
- Obtenga de su empleador o supervisor la capacitación sobre las regulaciones para el ruido de la OSHA. Por ejemplo, el ruido de las motosierras puede ser de hasta 110 decibelios. La OSHA indica que el ruido superior a 90 decibelios puede dañar su audición, y que usted debe utilizar protección para los oídos contra un ruido tan alto y aún más alto. El NIOSH advierte que el ruido superior a 85 decibelios puede dañar su audición, y recomienda que los trabajadores eviten el ruido o utilicen protección para los oídos.

### ¿Cuáles son los efectos a corto plazo para la salud?

- Zumbido en los oídos que desaparece después de un tiempo.
- Pérdida de la audición (los oídos se sienten tapados) que desaparece después de un tiempo.
- Presión arterial alta y otros problemas relacionados con el corazón.

### ¿Cuáles son los efectos a largo plazo para la salud?

- Zumbido en los oídos que no desaparece.
- Pérdida de la audición de ciertos tipos o niveles de sonido. Esto puede disminuir su calidad de vida y hacer que los pasatiempos sean menos divertidos. Esto a menudo genera, como mínimo, un poco de sordera que no puede solucionarse con audífonos.

### ¿Cuáles son las posibles soluciones para el trabajador y el empleador?

- Buscar un equipo menos ruidoso que no provoque ruidos altos.
- Usar un silenciador en la motosierra para reducir el ruido.
- Usar protección para los oídos cuando se la requiera.
- Mantener a los trabajadores alejados de las áreas ruidosas en la medida de lo posible. Limitar el tiempo que ellos pasan rodeados de ruidos altos.
- Obtener capacitación sobre cómo manejar herramientas y tareas ruidosas y aprender cómo utilizar la protección para los oídos.
- Medir los niveles de ruido y descubrir cuáles son las herramientas y las tareas más ruidosas.
- Proporcionarles a los trabajadores exámenes médicos (pruebas de audición) para controlar su audición todos los años. Tomar medidas si los trabajadores sufren pérdida de la audición.

## Situación 5: Agujas en la pila de la lavandería

Kim tiene 17 años y trabaja como ayudante en un asilo. Su mejor amiga, Julia, trabaja en el departamento de lavandería. Kim oyó a Julia quejarse del personal médico porque pueden ser descuidados. A veces aparecen agujas hipodérmicas usadas con la ropa sucia. Kim está preocupada por Julia, pero también piensa que el personal médico debería esforzarse más por proteger a sus compañeros de trabajo. Desea conseguir más información sobre qué se puede hacer.

### ¿Cuál es el problema (peligro) para la salud y la seguridad en esta situación?

- Agujas usadas.

### ¿Qué información podría obtener en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?

- Recibir pautas por escrito para el manejo de agujas usadas de parte del supervisor o empleador.
- Pedir ver el registro del empleador de lesiones de los trabajadores con objetos cortopunzantes.
- Que todos los trabajadores reciban capacitación de parte del supervisor o empleador sobre cómo manejar correctamente las agujas.

### ¿Cuáles son los efectos a corto plazo para la salud?

- La herida podría infectarse.

### ¿Cuáles son los efectos a largo plazo para la salud?

- Hepatitis, SIDA u otras enfermedades transmitidas por la sangre.

### ¿Cuáles son las posibles soluciones para el trabajador y el empleador?

- Usar agujas con dispositivos de seguridad incorporados que disminuyan la probabilidad de provocar una lesión. Por ejemplo, algunas agujas son retráctiles. Algunas de estas agujas se retraen solas.
- Administrar inyecciones con un sistema que no requiera agujas.
- Asegurarse de que los contenedores para desecho de elementos cortantes estén disponibles cuando se los necesite y que se vacíen con frecuencia.

## Situación 6: Problemas de una tienda

Shanice tiene 17 años y trabaja en una tienda. Ella y otros empleados rotan para trabajar el turno de cierre. A Shanice la pone nerviosa estar sola en la tienda tarde a la noche, pero sabe que si se niega a hacer el último turno, el dueño buscará a otra persona que haga el trabajo. Lleva gas lacrimógeno en la cartera y el dueño le dijo que entregue el efectivo de la caja registradora si alguna vez enfrenta a un ladrón. Ella quiere saber qué más puede hacer para sentirse segura.

**¿Cuál es el problema (peligro) para la salud y la seguridad en esta situación?**

- Amenaza de violencia de ladrones o clientes.

**¿Qué información podría obtener en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?**

- Obtener capacitación de parte del supervisor o empleador sobre qué hacer cuando lo ataquen o lo amenacen con violencia.
- Preguntar a su empleador sobre las medidas de seguridad en el lugar donde trabaja.
- Preguntar a su empleador si el lugar donde trabaja alguna vez ha tenido problemas de seguridad.

**¿Cuáles son los efectos a corto plazo para la salud?**

- Posible lesión.
- Estrés.

**¿Cuáles son los posibles efectos a largo plazo para la salud?**

- Una lesión que nunca sanará completamente.
- Muerte.
- Estrés causado por violencia.

### ¿Cuáles son las posibles soluciones para el trabajador y el empleador?

- Manejar el efectivo de forma segura. Por ejemplo, tener cajas de seguridad bajo llave y colocar carteles que indiquen que solo se guarda una pequeña cantidad de efectivo en el lugar donde trabaja.
- Separar el lugar donde trabaja del público. Los empleados podrían trabajar detrás de una ventana de cristal antibalas, o detrás de un mostrador más alto.
- Asegurarse de que los empleados puedan ver bien. Contar con buena iluminación, espejos, carteles bajos y ventanas que no estén bloqueadas con nada.
- Contar con reglas sobre no trabajar solo. En algunos estados, la ley prohíbe que los trabajadores menores de 18 años trabajen solos a la noche.
- Limitar el número de puntos de acceso sin llave (pero mantenga la cantidad necesaria de puertas sin llave en caso de emergencia. Para obtener más información y orientación, consulte la [Asociación Nacional de Protección contra los Incendios](#)).
- Utilizar dispositivos de seguridad, como cámaras de circuito cerrado, alarmas y botones de pánico.
- Obtener capacitación sobre cómo manejar una emergencia. Aprender cómo distinguir cuando una situación puede tornarse violenta, y cómo responder.
- Hablar con los oficiales de justicia locales sobre cómo comenzar un programa para prevenir la violencia.

---

# Sus Notas para la Lección 3: Hacer que el trabajo sea más seguro

---

# LECCIÓN 3B

## Hacer que el trabajo sea más seguro

Reforzar los métodos para controlar los peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo reales en los que los adolescentes consiguen empleo. Describir algunos empleos sobre seguridad y salud ocupacional (OSH).





---

## Plan de clase

**Reforzar los métodos para controlar los peligros para la seguridad y la salud en lugares de trabajo reales en los que los adolescentes consiguen empleo. Describir algunos empleos sobre seguridad y salud ocupacional (occupational safety and health, OSH).**

---

### Paso 1

**Repasar las mejores maneras de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.**

*5 minutos*

Breve disertación, exposición de la clase

---

### Paso 2

**Explicar qué hacen los profesionales en seguridad y salud ocupacional (OSH).**

*10 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 3

**Hacer una lluvia de ideas para el proyecto final de los alumnos (asignado al final de la Lección 3).**

*25 minutos*

Lluvia de ideas, exposición de la clase

---

### Paso 4

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

**Al final de esta lección, los alumnos podrán:**

Describir la función de los profesionales en seguridad y salud ocupacional (OSH) en cuanto a la reducción o la eliminación de peligros en el trabajo.

Describir posibles problemas de seguridad y salud, fuentes de información, efectos en la salud y soluciones para lidiar con los peligros en el lugar de trabajo.

**Competencias centrales de *Talking Safety*: 3, 4, 7**

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 5, 7, 8 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

Use esta lección para animar a los alumnos a integrar lo que aprendieron sobre lo siguiente:

- Identificar y controlar peligros.
- Entender qué hacen los profesionales en seguridad y salud ocupacional (OSH).
- Identificar/ubicar fuentes de información de seguridad y salud.
- Resolver problemas reales de seguridad y salud en el lugar de trabajo.

***Mientras dicta esta lección, busque oportunidades para señalar que un “arreglo rápido” no siempre es la mejor solución. Por otro lado, es posible que la “mejor” solución no siempre sea viable desde el punto de vista tecnológico o económico.***

# Preparación

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 31 y 41 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 31 y 41 de PowerPoint

## Obtener

Hojas grandes de papel o cartulina

Marcadores de colores

## Fotocopia

Material para entregar al alumno 9, carreras profesionales en seguridad y salud ocupacional (OSH) (en la página 233). Prepare uno para cada alumno.

# Notas para el instructor: Paso 1

**Repase las mejores maneras de reducir o eliminar los peligros en el trabajo.**

*5 minutos*



**Muestre la diapositiva 31 de PowerPoint.**

Recuerde a la clase que, por lo general, hay varias maneras de controlar un riesgo, pero algunas son mejores que otras.

Repase con la clase los tres métodos principales de control: eliminar el peligro, mejorar las políticas y los procedimientos laborales, y usar vestimenta y equipos que protejan de los peligros.

Pregunte a la clase cuáles son las mejores medidas de control para eliminar el peligro del lugar de trabajo o mantenerlo aislado (lejos de los trabajadores) para que no dañe a nadie. De esa forma, el lugar de trabajo mismo es seguro y los trabajadores individuales no tienen que asumir toda la responsabilidad por la seguridad.

Explique a los alumnos que, si no se puede retirar por completo un peligro o mantenerlo alejado de los trabajadores, las buenas políticas de seguridad al menos pueden reducir la frecuencia con la que se entra en contacto con el peligro.

Diga a los alumnos que el equipo de protección personal (personal protective equipment o “PPE”) es la manera menos efectiva de controlar los peligros. Sin embargo, hay que usarlo siempre que el empleador lo proporcione.

# Notas para el instructor: Paso 2

## Explicar qué hacen los profesionales en seguridad y salud ocupacional (OSH).

10 minutos



### Reparta el Material para entregar al alumno 9.

Explique a los alumnos que los profesionales en seguridad y salud ocupacional (OSH) ayudan a prevenir daños en los trabajadores, el medio ambiente y el público en general. Por ejemplo, pueden diseñar lugares de trabajo seguros, estudiar o tratar enfermedades relacionadas con un trabajo, inspeccionar máquinas o evaluar la calidad del aire.

Informe a la clase que los profesionales en OSH trabajan en distintos ámbitos, desde oficinas y fábricas hasta minas. Su trabajo varía según la industria, el lugar de trabajo y los tipos de peligros que afectan a los empleados.

### Dé a la clase ejemplos y descripciones de carreras profesionales en OSH:

- **Los higienistas industriales** prevén, reconocen, evalúan, comunican, y controlan las exposiciones en el lugar de trabajo que podrían provocar lesiones o enfermedades a los trabajadores. Buscan maneras de transmitir datos de seguridad y salud a los trabajadores y empleadores, y elaboran políticas para aumentar la seguridad de los trabajadores.
- **Los médicos de salud ocupacional** tratan a las personas con una enfermedad o lesión debido a su trabajo. Estudian las enfermedades para entender cómo identificar a las personas que están enfermas y encontrar mejores maneras de tratarlas.
- **Los enfermeros de salud ocupacional** son enfermeros con licencia que se ocupan de efectos en la salud causados por el trabajo y los previenen. Tratan a trabajadores enfermos o lesionados.
- **Los especialistas en seguridad y salud ocupacional** elaboran programas de capacitación para trabajadores y promueven la seguridad y la salud en el lugar de trabajo. Buscan maneras de transmitir datos de seguridad y salud a los trabajadores y empleadores, y elaboran políticas para aumentar la seguridad de los trabajadores.
- **Los profesionales de seguridad** prevén, reconocen, evalúan, comunican, y controlan peligros de seguridad en el lugar de trabajo para detectar y corregir condiciones y prácticas laborales inseguras. Capacitan sobre maneras de mejorar la seguridad e implementan programas de seguridad, y miden y analizan cuán bien funcionan dichas iniciativas.
- **Los epidemiólogos** estudian los patrones de las enfermedades, los riesgos para la salud o las lesiones de ciertos grupos de personas o culturas.
- **Los ergonomistas** diseñan herramientas, muebles, maquinarias, y procesos que protegen la salud de los trabajadores al reducir el desgaste físico, la fatiga del operador y las molestias.
- **Los psicólogos de salud ocupacional (occupational health psychologists, OHP)** trabajan en el campo de la psicología para mejorar la calidad de vida laboral y proteger y promover la seguridad, salud, y bienestar de los trabajadores.

## Notas para el instructor: Paso 3

**Haga una lluvia de ideas para el proyecto final de los alumnos (asignado al final de la Lección 3).**

*25 minutos*

**Diga a los alumnos que comentarán ideas para los proyectos finales, que se entregan en la penúltima clase.**

Divida a la clase en grupos pequeños de tres o cuatro alumnos. Pida a los grupos que escriban algunas ideas sobre dónde buscarían información acerca de un problema determinado de salud y seguridad en el lugar de trabajo (consulte la página 69 para ver algunas sugerencias).

Pídales también que anoten algunos ejemplos de problemas en el trabajo sobre los que les gustaría investigar, como dolor de muñeca al usar una computadora, dolor de espalda al agacharse o levantar objetos pesados, ruidos altos, quemaduras, resbalones, tropiezos y caídas (frecuentes en los restaurantes), los peligros de determinada sustancia química o violencia en el lugar de trabajo.

**Vuelva a unir a la clase tras 10 minutos.**

Dé a cada grupo 2 o 3 minutos para que comparta sus ideas con la clase.

**Dedique el resto del tiempo de este paso a responder a cualquier pregunta que haya sobre el proyecto.**

También puede hacer una lluvia de ideas para analizar las situaciones de la Sección C del Material para entregar al alumno 8 (asignado en la última clase). Como alternativa, puede trabajar con toda la clase con una de las historias de ese material. (Si elige esta actividad, no asigne la situación que usará en la clase para el informe final).

# Notas para el instructor: Paso 4

Repasar y resumir los puntos principales de la lección.

5 minutos



Muestre la diapositiva 41 de PowerPoint.

Concluya la Lección 3B recordando a los alumnos estos 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 las lesiones y enfermedades laborales son causadas por condiciones inseguras en el trabajo, no por error humano.
- Una buena manera de pensar sobre el abordaje de peligros en el lugar de trabajo es, "Arreglar el lugar de trabajo, no al trabajador".

---

# Sus notas para la Lección 3B: Hacer que el trabajo sea más seguro

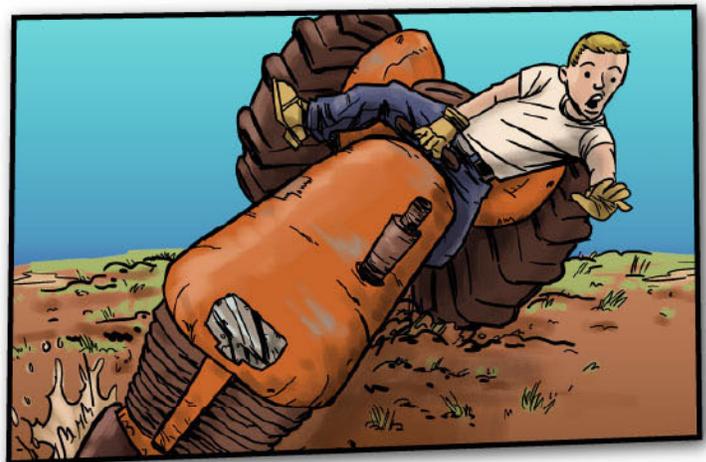
---



# LECCIÓN 4

## Emergencias en el trabajo

Informar a los alumnos sobre los tipos de emergencias que pueden presentarse en el trabajo y ayudarlos a desarrollar estrategias para responder a ellas.





---

## Plan de clase

**Informar a los alumnos sobre los tipos de emergencias que pueden presentarse en el trabajo y ayudarlos a desarrollar estrategias para responder a ellas.**

---

### Paso 1

**Defina el término “emergencia”. Analice ejemplos de emergencias que podrían ocurrir en un lugar de trabajo.**

*10 minutos*

Lluvia de ideas, exposición de la clase

---

### Paso 2

**Repase y refuerce qué hacer en caso de que se presenten distintos tipos de emergencias en el lugar de trabajo.**

*30 minutos*

Juego ¡Rompedesastres!

---

### Paso 3

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

**Al final de esta lección, los alumnos podrán:**

Identificar una gama amplia de posibles emergencias en el lugar de trabajo.

Enumerar maneras de estar preparados para diversos tipos de emergencias.

Reconocer los pasos de planificación que pueden ayudar a los trabajadores jóvenes a lidiar correctamente con situaciones imprevistas.

Generar estrategias para responder a diversas emergencias en el trabajo.

Demostrar conocimiento (verbalmente) con el juego *¡Rompedesastres!*

**Competencias centrales de *Talking Safety*: 2, 3, 5**

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): Estándares nros. 1, 3, 5, 7 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

**Nadie espera levantarse una mañana, ir a trabajar y enfrentarse a una crisis.**

Al dictar esta lección ayudará a los alumnos a entender que las emergencias en el lugar de trabajo pueden surgir en cualquier momento, en cualquier lugar y pueden afectar a todos, incluidos ellos mismos.

# Preparación

## Leer

Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección (en la página 115)

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 42–44 en una computadora (con proyector)

Mesas para el juego, una para cada equipo de cuatro alumnos

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 42–44 de PowerPoint

## Obtener

Para el juego *¡Rompedesastres!* se necesitan estos materiales:

- Un dado para cada grupo de cuatro alumnos.
- Dos piezas de juego para cada grupo de cuatro alumnos (por ejemplo, si tiene 24 alumnos en su clase, necesitará un total de seis dados y 12 piezas de juego).
- Premios (como dulces, lápices o adhesivos).

## Fotocopia

Material para entregar al alumno 10 y 11 (tablero de juego de *¡Rompedesastres!* y cartas), una copia para cada grupo de cuatro alumnos (por ejemplo, si tiene 24 alumnos en su clase, necesitará un total de seis copias del Material para entregar al alumno 10 y seis copias del Material para entregar al alumno 11, en las páginas 235-246)

## Recortar

Cartas del juego *¡Rompedesastres!* (cada grupo de cuatro alumnos necesitará un mazo de 36 cartas)

# Notas para el instructor: Paso 1

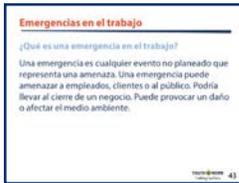
Defina el término “emergencia”. Comente ejemplos de emergencias por podrían ocurrir en un lugar de trabajo.

10 minutos



Muestre la diapositiva 42 de PowerPoint y luego pase a la 43.

Explique a la clase que va a hablar sobre emergencias en el trabajo.



Dé la definición de emergencia:

***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.***

Explique que las emergencias pueden ser naturales o artificiales.

Haga a la clase esta pregunta:

“¿Cuáles son algunas de las emergencias que podrían ocurrir en un lugar de trabajo o que podrían afectar el lugar de trabajo?”

Pida a los alumnos que den ejemplos de eventos de emergencias mientras usted los escribe en la pizarra. Su lista puede incluir estas emergencias:

Enfermedad o lesión grave	Incendios	Inundaciones
Huracanes	Tornados	Terremotos
Interrupciones en el suministro eléctrico	Derrames de sustancias químicas	Explosiones
Fuga de sustancias tóxicas	Terrorismo	Violencia
Ventiscas	Tormentas de hielo	

Explique que la mejor manera de lidiar con una emergencia es conocer con anticipación qué hacer si ocurre ese tipo de emergencia. Para estar preparado, debe practicar los pasos que se deben llevar a cabo. Pocas personas pueden pensar con claridad durante una crisis, por lo que debe pensar cuidadosamente y practicar qué hacer antes de que haya una emergencia.

Díales a los alumnos que cuando comiencen un nuevo trabajo, su empleador debe hacerles saber sobre los tipos de emergencias que podrían ocurrir en ese lugar de trabajo y lo que deberían hacer para asegurarse de que estén a salvo. La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) requiere que algunos empleadores tengan un plan de acción de emergencia. Consulte la Sección A de las Notas complementarias para el docente, en la página 115. Los planes de acción de emergencia se tratarán más detalladamente en la Lección 4B, Paso 2 (página 124).

Díales a sus alumnos que deben estar capacitados sobre qué hacer durante una emergencia, y que también deben participar en los simulacros de práctica.

## Notas para el instructor: Paso 2

Repase y refuerce qué hacer en caso de que se presenten distintos tipos de emergencias en el lugar de trabajo (juego *¡Rompedesastres!*).

30 minutos



Muestre la diapositiva 44 de PowerPoint y presente el juego.

Explique a los alumnos que, en parejas, jugarán a un juego de mesa, *¡Rompedesastres!*, contra otra pareja de alumnos de su mesa.

Divida a la clase en grupo de cuatro alumnos.

Pida a cada grupo que forme dos equipos. Reparta un tablero (Material para entregar al alumno 10), 2 fichas de juego, un dado y un mazo de cartas de *¡Rompedesastres!* (Material para entregar al alumno 11, recortado en 36 cartas) a cada grupo.

Explique que los equipos tal vez no siempre sepan la respuesta "correcta" a una pregunta hecha durante el juego. Los integrantes del equipo deben analizar cada pregunta y aplicar su criterio. Todos los jugadores aprenderán las respuestas correctas durante el juego.

Explique las instrucciones del juego:

Cada equipo debe turnarse para lanzar un dado y avanzar la cantidad de espacios que salió. Deben seguir las instrucciones por escrito en los espacios para moverse por el tablero.

Cuando la ficha de un equipo caiga en un casillero con un signo de pregunta, el equipo contrario saca una carta "*¡Rompedesastres!*" de arriba del mazo y le lee la pregunta al otro equipo.

Si la respuesta es básicamente correcta, el equipo vuelve a lanzar el dado. Explique que, para que el juego avance, el turno de cada equipo termina después de 2 preguntas aunque respondan a la segunda pregunta correctamente.

Si la respuesta es incorrecta, la ficha del equipo que respondió se queda en el casillero hasta el siguiente turno.

En cada pregunta, el equipo contrario lee la respuesta completa de la carta después de que los integrantes del equipo que debe responder hayan dado su respuesta.

### Cómo se gana el juego:

Un equipo debe sacar el número exacto para llegar al casillero *Inicio* y luego debe responder a una pregunta correctamente. Si un equipo llega al casillero *Inicio*, pero responde incorrectamente, pierde su turno y debe esperar al siguiente para tener la posibilidad de responder a otra pregunta.

El primer equipo en llegar al casillero *Inicio* y responder correctamente a la pregunta gana el juego. Los integrantes del equipo reciben un premio.

### Indique a los equipos que empiecen a jugar.

Recorra los grupos para ver que los alumnos entiendan las instrucciones. Dé premios a los equipos ganadores o juegue sin competir y recompense a todos con dulces u otros premios. (Nota para el instructor: Las compañías de suministro de seguridad o las estaciones de bomberos pueden donar elementos con lemas de seguridad, que pueden incluir adhesivos, lápices o borradores).

## Notas para el instructor: Paso 3

### Repasar y resumir los puntos principales de la lección.

*5 minutos*

#### Concluya la Lección 4 recordando a los alumnos estos puntos principales:

- 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.
- La mejor manera de protegerse a sí mismo y a otros durante una emergencia en el trabajo es saber—y poner en práctica—qué hacer si hay una crisis.
- Su empleador tiene la obligación legal de capacitarlo y hacerle saber los pasos que debe llevar a cabo en una emergencia.
- Un plan de acción de emergencia en el lugar de trabajo debe incluir información sobre diferentes tipos de emergencia y cómo responder a ellas. No tenga miedo de pedirle a su jefe esta información si él o ella no se la proporciona..

## Tareas para el hogar

Asigne a los alumnos la tarea de buscar un artículo periodístico real (de una revista, un periódico, o de Internet) que analice una emergencia en el trabajo, similar a las que se analizaron en clase.

Tenga en cuenta lo siguiente:

### Si está dictando la Lección 4B

Dedique 15 minutos del período de la clase siguiente a hablar sobre los hallazgos de los alumnos (consulte la Lección 4B, Paso 3, en la página 126).

### Si saltea la Lección 4B

Pida a los alumnos que escriban un informe breve de una página sobre su historia. Debe responder a estas preguntas:

- ¿Qué es una emergencia?
- ¿Cómo respondieron los trabajadores a la crisis?
- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué pasos deben seguirse en este lugar de trabajo para asegurarse de que los empleados estén mejor protegidos y preparados la próxima vez?

Como actividad aparte, asigne a los alumnos la tarea de buscar el salario mínimo del estado. Necesitarán esa información para la Lección 5.

## Actividad opcional

Como tarea alternativa para el hogar, puede pedir a los alumnos que creen algo que comunique mensajes clave de preparación en situaciones de emergencia (similares a los anuncios de servicio público que tal vez hayan visto en televisión) a sus compañeros de clase. Los ejemplos incluyen carteles, un rap, un artículo de periódico o una serie de anuncios por el sistema de altavoces de la escuela. Los alumnos pueden trabajar solos o en grupos pequeños.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección A



Un plan de acción de emergencia (consulte el Material para entregar al alumno 13) 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.

---

## Sus Notas para la Lección 4: Emergencias en el trabajo

---

# LECCIÓN 4B

## Emergencias en el trabajo

Repasar y reforzar lo que los alumnos ya saben sobre cómo reaccionar a distintos tipos de emergencias en el lugar de trabajo.





---

## Plan de clase

**Repasar y reforzar lo que los alumnos ya saben sobre cómo reaccionar ante emergencias en el lugar de trabajo.**

---

### Paso 1

**Repasar y resumir los puntos clave de la lección anterior.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 2

**Evalúe historias del mundo real sobre emergencias que ocurrieron en el trabajo y cómo respondieron los trabajadores.**

*25 minutos*

Trabajo en grupos pequeños, exposición de la clase

---

### Paso 3

**Hable de las historias periodísticas que hallaron los alumnos para la tarea sobre emergencias en el lugar de trabajo.**

*10 minutos*

Exposición de la clase

---

### Paso 4

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

## Objetivos del alumno

**Al final de esta lección, los alumnos podrán:**

Analizar cómo las emergencias en el lugar de trabajo ocurren todos los días en cualquier tipo de trabajo, y cómo no son acontecimientos raros.

Aplicar las lecciones aprendidas sobre los planes de acción de emergencia en el lugar de trabajo.

Reflexionar sobre la capacidad de evaluar correctamente una emergencia y elegir las acciones adecuadas.

Analizar situaciones de emergencia del mundo real y presentar a la clase ideas para una mejor preparación.

**Competencias centrales de *Talking Safety*: 1, 3, 4, 5**

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 5, 7 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

El mensaje más importante para recordar de esta lección es que la mejor manera de que los adolescentes se protejan es saber de antemano qué hacer si se produce una emergencia en el trabajo.

Los alumnos deben participar en todos los simulacros de capacitación/práctica en el trabajo. De este modo, aumentarán sus posibilidades de responder adecuadamente si surge una emergencia.

# Preparación

## Leer

Sección A y Sección B de las Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección (en las páginas 128–134)

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 43 y 45 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 43 y 45 de PowerPoint

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

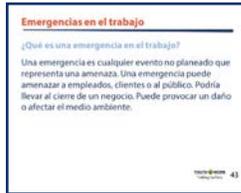
## Fotocopia

Material para entregar al alumno 12 y 13 (emergencias en las noticias, planes de acción de emergencia, en las páginas 247–252) para cada alumno

# Notas para el instructor: Paso 1

Repase el término “emergencia” y los puntos clave de la lección anterior.

5 minutos



Muestre la diapositiva 43 de PowerPoint.

Explique a la clase que va a hablar sobre emergencias en el trabajo.



Recuerde a la clase la definición de “emergencia”:

***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.***

Explique que las emergencias pueden ser naturales o artificiales.

Señale nuevamente que la mejor manera de manejar una emergencia es saber qué esperar y qué hacer.

Recuérdelos a los alumnos que cuando comiencen un nuevo trabajo, su empleador debe informarles qué tipos de emergencias podrían ocurrir en ese lugar de trabajo. Los empleadores también deben proporcionarles a los trabajadores los procedimientos (planes de acción de emergencia) que deben seguir para mantenerse a salvo durante una crisis en el trabajo. (Consulte la Sección A de Notas complementarias para el docente, en la página 128).

## Notas para el instructor: **Paso 2**

**Evalúe historias del mundo real sobre emergencias que ocurrieron en el trabajo y cómo respondieron los trabajadores.**

*25 minutos*

**Haga a la clase esta pregunta:**

“¿Qué les gustaría saber en caso de que tuvieran una emergencia en el trabajo?”

**Las respuestas de los alumnos pueden incluir estas preguntas:**

- ¿Qué podría pasar en esta emergencia y cómo me protejo mientras dure?
- ¿Sonará una alarma que me avise de la emergencia? ¿Qué aspecto tiene o cómo suena?
- ¿Quién está a cargo durante la emergencia?
- ¿Adónde voy para ponerme a salvo? ¿Cómo llego ahí?
- Si alguien se lastima, ¿qué tengo que hacer?
- ¿Qué personas del edificio saben primeros auxilios?
- ¿Cuáles son mis responsabilidades?
- ¿Cómo sabré que la emergencia terminó?

**Explique a los alumnos que trabajarán en grupos pequeños y leerán artículos periodísticos sobre emergencias que ocurrieron en el trabajo y aprenderán cómo respondieron los trabajadores.**

Explique que, en grupos pequeños, leerán el artículo y decidirán qué salió bien y qué no salió bien. Harán una lista de medidas para que en ese lugar de trabajo se proteja mejor y se prepare a los empleados para futuras emergencias. Los grupos presentarán sus ideas al resto de la clase.



Entregue copias de los Materiales para entregar al alumno 12 y 13 a cada alumno. El Material para entregar al alumno 12 es un conjunto de artículos periodísticos. El Material para entregar al alumno 13, planes de acción de emergencia, describe los elementos clave de la preparación en situaciones de emergencia.

Asigne un artículo periodístico distinto del Material para entregar al alumno 12 a cada grupo pequeño. Solicite a los grupos que elijan a una persona para dirigir el debate mediante la lectura en voz alta de la historia asignada del grupo y las siguientes preguntas sobre la situación. Otro estudiante debe escribir las respuestas que el grupo brinda para las preguntas. Un tercer estudiante informará las respuestas del grupo a la clase.

Dé a los pequeños grupos alrededor de 15 minutos para que lean su historia y respondan a las preguntas del Material para entregar al alumno 12. Si terminan demasiado pronto, pueden analizar los otros artículos periodísticos del material para entregar al alumno.

Vuelva a reunir la clase tras 15 minutos. Haga que los pequeños grupos informen sobre su historia, su evaluación de cómo respondieron los trabajadores, y sus ideas sobre los pasos que se deben tomar para proteger y preparar mejor a los trabajadores.

Asegúrese de que los grupos aborden los puntos al seguir cada historia en sus presentaciones. Si es necesario, aborde usted mismo los puntos clave. Se proporciona una clave de respuestas en la Sección B de las Notas complementarias para el docente, en las páginas 129–134.



Muestre la diapositiva 45 de PowerPoint.

Ayude a los alumnos a entender que la planificación para las emergencias es fundamental. Eso puede reducir el riesgo de lesiones o muerte. El gobierno federal —representado por la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA)— exige que algunos empleadores tengan un plan de acción de emergencia por escrito. Se debe capacitar a los trabajadores para que sepan qué hacer en distintos tipos de emergencias que pueden ocurrir. Se deben hacer simulacros de práctica habitualmente.

## Notas para el instructor: **Paso 3**

**Comente la asignación de la tarea para el hogar, para la que los alumnos buscaron artículos periodísticos sobre emergencias en el lugar de trabajo.**

*10 minutos*

Recuerde a los alumnos que, durante la reunión de la clase anterior, usted leyó y analizó historias de emergencias que ocurrieron en el trabajo y cómo los trabajadores respondieron a ellas.

**Pida a un par de voluntarios que hablen sobre los artículos periodísticos que buscaron para la tarea.**

Como docente, usted también debe llevar un artículo (o dos) sobre emergencias reales en el trabajo. De esa forma, si los alumnos se muestran reacios a participar primero, usted puede romper el hielo con sus artículos. Otra alternativa es que si los alumnos no hacen la asignación de la tarea o no seleccionan artículos apropiados, usted tendrá material para dictar esta parte de la lección. Pídales que hagan una sinopsis breve de sus artículos.

**Con cada historia, haga a la clase las siguientes preguntas:**

- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué pasos deben seguirse en este lugar de trabajo para asegurarse de que los empleados estén mejor protegidos y preparados la próxima vez?

# Notas para el instructor: Paso 4

Repase y resuma los puntos principales de la lección.

5 minutos



Dígales a los alumnos que esto concluye la lección sobre la preparación en situaciones de emergencia.

Recuerde a la clase que todos los lugares de trabajo deben tener un plan de acción de emergencia (consulte la diapositiva 45). El plan debe incluir la información que se presenta a continuación, y los trabajadores deben recibir capacitación sobre sus componentes:

- Quién está a cargo durante la emergencia.
- Dónde están los refugios.
- Cuáles son las mejores maneras de salir.
- Dónde se encuentran los lugares en los que deben encontrarse las personas.
- Qué debe hacer si alguien se lastima.
- Dónde están los botiquines de primeros auxilios.
- Quién tiene capacitación sobre primeros auxilios.
- Cómo y cuándo se realizarán los simulacros de práctica.

Recuérdelos a los alumnos que tienen derecho a tener esta información siempre que comiencen un nuevo trabajo.

Concluya la Lección 4B recordando a los alumnos estos puntos principales:

- 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.
- La mejor manera de protegerse a sí mismo y a otros durante una emergencia en el trabajo es saber—y poner en práctica—qué hacer si hay una crisis.
- Su empleador tiene la obligación legal de capacitarlo y hacerle saber los pasos que debe llevar a cabo en una emergencia.
- Un plan de acción de emergencia en el lugar de trabajo debe incluir información sobre diferentes tipos de emergencia y cómo responder a ellas. No tenga miedo de pedirle a su jefe esta información si él o ella no se la proporciona.

## Tareas para el hogar

Pida a los alumnos que busquen cuál es el salario mínimo del estado. Necesitarán esa información para la Lección 5. La información del salario mínimo se halla en el siguiente enlace:

<http://www.dol.gov/whd/minwage/america.htm>

# Notas complementarias para el docente:

## Sección A

**Un plan de acción de emergencia en el lugar de trabajo 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.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección B

### “Emergencias en las noticias”: Clave de respuestas

#### Historia 1: Un incendio provocado por grasa en un restaurante quema a un empleado

El martes a la noche, en el restaurante Sunny’s Family Restaurant, se inició un incendio que provocó lesiones críticas a un empleado y causó daños por \$100,000 al edificio. El fuego se inició cuando una sartén de freír llena de aceite que estaba calentándose en la estufa quedó sin vigilancia. El fuego se esparció rápidamente a los paños de cocina que colgaban cerca. Un empleado vio el fuego e intentó apagarlo echando agua sobre la estufa. Esto hizo que la grasa caliente le salpicara a la cara, los brazos y el pecho. Al escuchar la conmoción, un compañero de trabajo les gritó a todos que salieran del restaurante de inmediato y llamó al 911. El departamento de bomberos apagó el incendio y asistió al empleado quemado. La víctima fue llevada al Mercy Hospital con heridas graves.

#### ¿Qué se hizo bien?

Un compañero de trabajo les gritó a todos que salieran del restaurante de inmediato y llamó al 911.

#### ¿Qué se hizo mal?

El cocinero no tendría que haber dejado la estufa desatendida. Los paños de cocina no deberían estar colocados tan cerca de la estufa. No parece que el empleado que intentó apagar el fuego estuviera capacitado. No debería haber intentado apagar el fuego producido por grasa con agua. Se debería haber utilizado un extintor de incendios o bicarbonato de sodio. Parece que no había ningún detector de humo ni un sistema de rociadores.

#### ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

Se debe instalar un detector de humo con alarma y un sistema de rociadores. Se debe capacitar a los empleados sobre los peligros de dejar una estufa sin vigilar, qué tipo de extinguidor usar, cómo usarlo y que deben salir inmediatamente del edificio si el fuego empieza a salirse de control. Una vez que estén todos afuera, se debe llamar al departamento de bomberos (911). Los simulacros de práctica deben llevarse a cabo para que todos conozcan la ruta de evacuación y dónde reunirse para asegurarse de que todos salieron del edificio.

## Historia 2: Ladrón amenaza con un arma a joven empleado

El empleado de 16 años de una tienda local fue asaltado a punta de pistola la noche del jueves por un hombre enmascarado que le exigía dinero. El empleado estaba trabajando solo y estaba cerrando la tienda. El empleado luego le dijo a la policía que, después de vaciar la caja registradora, el asaltante lo ató y se fue con el dinero. Aunque el robo conmocionó al empleado, no sufrió heridas físicas. El nombre del empleado no se reveló por su edad.

### ¿Qué se hizo bien?

El empleado cooperó con el ladrón, lo que probablemente evitó que saliera lastimado.

### ¿Qué se hizo mal?

El ladrón pudo robar la tienda y atar al empleado porque no había medidas de seguridad. Las leyes de trabajo infantil prohíben que un joven trabaje hasta tan tarde por la noche si el día siguiente tiene escuela.

### ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

Los empleados, en especial los empleados jóvenes, no deben trabajar solos por la noche. Debe colocarse una alarma silenciosa que alerte a la policía o tendría que haber un guardia de seguridad de turno. La tienda tendría que estar bien iluminada y tener una cámara de seguridad. Se debe capacitar a todos los empleados sobre cómo responder durante un robo u otra amenaza.

### Historia 3: Padres elogian la rápida acción de una adolescente local

Los padres Charlene Cook y Kelly Nelson, cuyos hijos asisten a la guardería Happy Go Lucky, llamaron esta semana a *Daily Times* para elogiar la rápida medida de Tamara Thompson, de 17 años, una de las empleadas estrella de Happy Go Lucky. Tamara vio que un recipiente lleno de lejía se había derramado cerca del armario de limpieza y que emanaba vapor en uno de los salones cercanos. Como sabe que algunos niños tienen asma, Tamara los llevó a la sala de otra maestra para evitar la exposición. Luego regresó corriendo con toallas de papel para limpiar el derrame. Desafortunadamente, Tamara tuvo problemas respiratorios después de limpiar la lejía y tuvieron que llevarla a la sala de emergencias para un examen. Actualmente se está recuperando en su casa, pero planea regresar al trabajo cuando se sienta mejor.

#### ¿Qué se hizo bien?

Tamara se aseguró de que los niños no estuvieran expuestos al derrame.

#### ¿Qué se hizo mal?

No parece que Tamara haya recibido capacitación alguna sobre los peligros de las sustancias químicas. Tamara no tendría que haber tratado de limpiar el derrame sola sin haber recibido capacitación de cómo hacerlo correctamente. Tamara no usó el equipo de protección personal adecuado.

#### ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

Se debe capacitar a los empleados para que no se acerquen a derrames de sustancias químicas. Deberían informarle a un supervisor para que alguien con capacitación y el equipo de protección personal adecuado pueda manejarlo. Se debería colocar cinta de precaución para asegurar el área para que otros no se acerquen al derrame. Todos los lugares de trabajo deben contar con el tipo de equipo de protección personal adecuado para las sustancias químicas que usen los trabajadores. A veces, es mejor llamar al departamento de bomberos para que ayude en caso de derrames.

## Historia 4: Joven trabajador de la construcción cae de una escalera

Un pintor de casas, de 18 años, que estaba pintando el segundo piso de una casa ayer se cayó de la escalera y se quebró las piernas. También sufrió cortes graves cuando se enganchó el brazo en una valla de metal mientras caía. Los compañeros corrieron a ayudarlo y llamaron a una ambulancia. Los técnicos en emergencias médicas (emergency medical technicians, EMT) locales dijeron que los compañeros de trabajo llevaron al empleado que se había caído al jardín del frente y luego le aplicaron presión sobre la herida abierta para detener el sangrado.

### ¿Qué se hizo bien?

Los compañeros de trabajo llamaron al 911. Los compañeros sabían que debían aplicar presión a la herida sangrante.

### ¿Qué se hizo mal?

Los empleados no deberían haber movido al trabajador lesionado, porque lo podrían haber lesionado aún más al moverlo. Solo los empleados capacitados deben brindar primeros auxilios. Los empleados que le estaban dando primeros auxilios deberían haberse colocado guantes, si los tenían, antes de tocar al trabajador que sangraba.

### ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

Se debe capacitar a los empleados para que llamen al 911 o a personal médico siempre que alguien se lastime. Se les debe enseñar a no mover a un compañero de trabajo que podría haberse fracturado un hueso, porque eso puede empeorar la lesión. Para detener el sangrado, deben darle al trabajador lesionado una venda para que se coloque en el brazo o aplicarle presión con un paño grueso y limpio. No deberían dejar solo a un compañero de trabajo lesionado a menos que fuera para buscar ayuda. Los trabajadores siempre deben tener cerca un botiquín de primeros auxilios, y se debería capacitar a varias personas sobre primeros auxilios básicos. Los elementos que debe tener un botiquín de primeros auxilios incluyen vendas, antiséptico, aspirina/analgésicos, termómetro, guantes de látex, protector solar, pinzas, tijeras, jarabe de ipecacuana (para provocar vómitos), almohadillas de gasa esterilizada, cinta y alfileres de seguridad.

## Historia 5: La madre de un adolescente discapacitado cuestiona la respuesta del empleador durante un terremoto

Los trabajadores administrativos de R&D Business Solutions se refugiaron bajo los escritorios y los marcos de las puertas durante un terremoto de 6.1 de magnitud que sacudió su edificio. Cuando el terremoto terminó, los trabajadores siguieron las señales de salida iluminadas hacia las escaleras. Bajaron 10 pisos por las escaleras y salieron a la calle. Gladys Royce, de Washington Township, tiene un hijo, Jason, que es empleado de la compañía. Se quejó de que a su hijo, que tiene síndrome de Down, lo dejaron solo para resolver qué hacer durante y después del terremoto. Los empleados y los supervisores no tenían idea de que Jason se había quedado en el piso 11. La compañía promete revisar su plan de acción ante emergencias y garantizar que el plan prepare y proteja a todos los empleados, incluidos aquellos que pueden necesitar más ayuda. (Nota para el instructor: La Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo [Equal Employment Opportunity Commission, EEOC] de los EE. UU. ofrece una *ficha de datos sobre cómo obtener y usar la información médica de los empleados como parte de los procedimientos de evacuación de emergencia*, disponible en [www.eeoc.gov/facts/evacuation.html](http://www.eeoc.gov/facts/evacuation.html). Esta información puede ayudar a responder a las preguntas de esta historia).

### ¿Qué se hizo bien?

El edificio tenía carteles de salida iluminados. Los empleados usaron las escaleras en lugar del ascensor. No entraron en pánico, así que no hubo personas pisoteadas. La compañía tiene un plan de acción de emergencia por escrito y le hará modificaciones después de evaluar lo que no salió bien.

### ¿Qué se hizo mal?

A Jason lo dejaron solo en lugar de ayudarlo a llegar a la escalera. No parece que Jason ni los otros empleados hayan recibido capacitación ni hayan participado en simulacros para practicar qué hacer durante un terremoto. No parece que el lugar de trabajo contara con un plan de lugar de reunión ni un plan de realizar un recuento para asegurarse de que todos los empleados hayan sido contados.

### ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

Se debe capacitar a los empleados para que se refugien bajo escritorios sólidos durante los terremotos. Se deben llevar a cabo simulacros de práctica para que todos conozcan las mejores maneras de salir y dónde reunirse para realizar el recuento. Se le debe dar a alguien la tarea de llevar la hoja de entrada diaria para asegurarse de que todos los empleados hayan sido contados. La compañía debe contar con un sistema de compañerismo o alguna otra manera de asegurar que los empleados que necesitan más ayuda puedan salir del edificio de manera segura.

## Historia 6: Un tornado rompe las ventanas de una tienda de departamentos local

Ayer pasó un tornado por la ciudad, que dejó sin electricidad a grandes áreas y dañó muchos edificios. El tornado hizo explotar la mayoría de las ventanas de la tienda de departamentos Johnson, en la calle 8 Este. Mientras volaban los vidrios, los empleados reunieron a los clientes en la sección central de cada piso del edificio de tres niveles. El cliente Tom Wilson agradeció la ayuda proporcionada por los empleados para alejar a todas las personas de las ventanas.

### ¿Qué se hizo bien?

Los empleados sabían que debían alejar a la gente de las ventanas. Los empleados intentaron llevar a los clientes a un lugar seguro.

### ¿Qué se hizo mal?

Los empleados y los clientes tendrían que haber ido a la parte más baja del edificio. Un sótano hubiese sido el mejor lugar donde ir.

### ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

Los empleados deben estar capacitados sobre el plan de acción de emergencia. Todos deben ir al nivel más bajo del lugar durante los tornados o los huracanes y alejarse de las ventanas. Se deben llevar a cabo simulacros de práctica para que los empleados conozcan las mejores maneras de salir y dónde reunirse para realizar el recuento. Un supervisor debe llevar la hoja de entrada diaria para asegurarse de que todos los empleados hayan sido contados.

---

## Sus notas para la Lección 4B: Emergencias en el trabajo

---



# LECCIÓN 5

## Conozca sus derechos y responsabilidades

Educar a los alumnos sobre derechos legales importantes que tienen en el lugar de trabajo.



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety



## Plan de clase

**Educar a los alumnos sobre derechos legales importantes que tienen en el lugar de trabajo.**

---

### Paso 1

**Explorar con la clase los derechos y protecciones legales importantes que tienen los jóvenes en el trabajo.**

*5 minutos*

Exposición de la clase

---

### Paso 2

**Analizar leyes laborales estatales/federales específicas que afectan a los adolescentes que trabajan (Ficha de datos, material para entregar al alumno 14).**

*5 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 3

**Repasar y reforzar información clave sobre leyes laborales de seguridad y salud que afectan a los trabajadores jóvenes.**

*30 minutos*

Juego de preguntas *Conozca sus derechos*

---

### Paso 4

**Repasar y resumir los puntos clave de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

**Al final de esta lección, los alumnos podrán:**

Enumerar y describir los derechos y protecciones legales especiales de los adolescentes en el lugar de trabajo.

Relacionar que, junto con los derechos legales, viene la responsabilidad personal de trabajar de manera segura.

Reflexionar sobre la importancia de las leyes salariales y de trabajo infantil y cómo se implementan esas leyes.

Brindar esta información sobre leyes laborales estatales:

- Salario mínimo para trabajadores menores de 18 años que estudian.
- Restricciones de trabajos peligrosos para jóvenes menores de 18 años.
- Restricciones de días y horarios para trabajadores menores de 18 años.

**Competencia troncal de *Talking Safety*: 6, 7**

**Estándares nacionales de educación para la salud (NHES): nros. 1, 2, 6 (consulte el Apéndice en la página 291 para encontrar más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

**Las leyes laborales que protegen a los jóvenes, en algunos casos, difieren de las que se aplican a los adultos.**

La Ley de Normas Justas de Trabajo (Fair Labor Standards Act, FLSA) establece las regulaciones federales de trabajo infantil en Estados Unidos. Esta ley establece el salario mínimo, el pago de horas extras, los registros y las regulaciones de trabajo infantil que se aplican a trabajadores de tiempo completo y tiempo parcial. La División de Salarios y Horarios (Wage and Hour Division, WHD) del Departamento de Trabajo de EE. UU. hace cumplir las regulaciones.

**Las normas sobre trabajo infantil en esta ley ayudan a proteger a los jóvenes de trabajar en puestos de trabajo que pueden ser nocivas para la salud o la seguridad.**

Estas normas incluyen la restricción de horas de trabajo para los adolescentes menores de 16. Los jóvenes menores de 16 años de edad que trabajan en un empleo no agrícola y en una empresa propiedad exclusiva de sus padres, o por personas que tomen el lugar de sus padres, pueden trabajar a cualquier hora del día y por cualquier número de horas. Las leyes de trabajo infantil también dan designan trabajos y tareas que son demasiado peligrosos para los trabajadores menores de 18 años. Algunos estados restringen los horarios en que pueden trabajar los jóvenes de 16 y 17 años y tienen más protecciones contra los trabajos peligrosos. Los padres tienen expresamente prohibido el empleo de su hijo en la fabricación o la minería o en cualquiera de las ocupaciones que son declaradas peligrosos por el Secretario del Trabajo.

**Todos los estados tienen normas de trabajo infantil.**

Cuando las normas federales y estatales son diferentes, se aplicarán las regulaciones que protejan más a los trabajadores jóvenes. El juego de preguntas *Conozca sus derechos* de esta lección trata de las leyes federales de trabajo infantil. El juego *Bingo de la ley laboral* de la Lección 5B se centra en las leyes de trabajo infantil específicas de su estado (cuando difieren de las leyes federales).

**Las regulaciones de trabajo infantil varían según la edad del trabajador joven y del empleo.**

Cuando un trabajador llega a los 18 años, ya no se aplican las regulaciones federales y estatales de trabajo infantil.

**Los empleadores tienen la responsabilidad principal bajo la ley de mantener a sus trabajadores seguros al proporcionar un lugar de trabajo libre de peligros graves.**

Los adolescentes trabajadores también desempeñan un papel importante para protegerse a ellos mismos y a los demás de lesiones y enfermedades. La Lección 5B brinda más información sobre las responsabilidades de los jóvenes en el trabajo.

# Preparación

## Leer

Material para entregar al alumno 14, en las páginas 253–258

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 46–48 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 46–48 de PowerPoint

La ficha de datos *¿Es usted un adolescente que trabaja?* (Material para entregar al alumno 14)

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

Premios (como dulces) para el juego *Conozca sus derechos*

## Fotocopia

Material para entregar al alumno 14, para cada integrante de la clase. (Recuerde a los alumnos que guarden estas fotocopias. Las utilizarán nuevamente en las Lecciones 5B, 6 y 6B.)

Nota para el instructor: La información del material para entregar al alumno 14 refleja las leyes laborales estatales y/o federales, las que brinden más protección. Se aplican las leyes que brinden mayor protección. Verifíquelo con los organismos de su estado que figuran en la página 4 de la ficha de datos.

## Consultar

El salario mínimo en su estado. (Nota para el instructor: Los alumnos también habrán investigado esta información como parte de la tarea asignada en la Lección 4).

La información del salario mínimo se halla en el siguiente enlace:

<http://www.dol.gov/whd/minwage/america.htm>

# Notas para el instructor: Paso 1

**Explorar con la clase los derechos y protecciones legales importantes que tienen los jóvenes en el trabajo.**

*5 minutos*



Presente la Lección 5 con la diapositiva 46.

Explique a la clase que los adolescentes tienen derechos legales importantes en el trabajo.

Las leyes de trabajo infantil protegen a los adolescentes de trabajar demasiadas horas o hasta muy tarde y prohíben que los adolescentes de 14 a 17 años de edad realicen ciertas tareas peligrosas. Las leyes de seguridad y salud protegen a todos los trabajadores, incluidos los adolescentes, de los peligros laborales.

Formule estas preguntas a los alumnos para presentar el tema y diga las respuestas correctas:

“¿Cuál es el salario mínimo en nuestro estado?”

**Respuesta:** Consulte el salario mínimo de su estado en el material para entregar al alumno 14. Para su referencia, anote aquí el salario mínimo en su estado: \$\_\_\_\_\_ por hora.

También puede consultar el sitio web del Departamento de Trabajo de EE. UU., <http://go.usa.gov/jnBW>, o el sitio web del Departamento de Trabajo de su estado. (Los alumnos ya deberían haber averiguado el salario mínimo del estado como parte de la tarea asignada en la Lección 4).

“¿Cuántos adolescentes por año se lesionan o mueren en el trabajo en Estados Unidos?”

**Respuesta:** Cada año, casi 37 adolescentes de 14 a 17 años de edad mueren en Estados Unidos por lesiones laborales. Casi 60,000 sufren una lesión suficientemente grave como para ir a la sala de emergencias de un hospital.

“¿A qué organismo se puede llamar para denunciar un problema de seguridad y salud en el trabajo?”

**Respuesta:** Comuníquese con la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA). Pueden encontrar la oficina local llamando al 1-800-321-6742 o en [www.osha.gov](http://www.osha.gov).

***Informe a los alumnos que aprenderán más sobre sus derechos legales en la siguiente actividad.***



## Notas para el instructor: Paso 3

Repase y refuerce información clave sobre las leyes de seguridad y salud que afectan a los trabajadores jóvenes (juego *Conozca sus derechos*).

30 minutos

Diga a los alumnos que ahora jugarán un juego para repasar y reforzar la información clave sobre las leyes laborales federales y estatales.

Divida a la clase en equipos de tres a cinco alumnos.

Cada equipo elegirá un nombre. Escriba los nombres de los equipos en la parte superior del rotafolio, haciendo una columna para cada equipo. Las utilizará para anotar los puntos. El instructor o un voluntario de la clase puede llevar el puntaje.

Conozca sus derechos				
Preguntas				
Puntos	Equipo 1	Equipo 2	Equipo 3	Equipo 4
1000	1000	1000	1000	1000
2000	2000	2000	2000	2000
3000	3000	3000	3000	3000
4000	4000	4000	4000	4000
5000	5000	5000	5000	5000

Muestre la diapositiva 47 de PowerPoint, el tablero del juego *Conozca sus derechos* y déjelo a la vista durante todo el juego. Consulte las siguientes preguntas y respuestas.

**Explique las reglas a la clase:**

Los equipos pueden consultar el material para entregar al alumno 14 para encontrar las respuestas.

El primer equipo elegirá una categoría y un valor en dólares del tablero. El instructor hará la pregunta correspondiente.

El equipo tiene unos 30 segundos para debatir y llegar a una respuesta.

Si el primer equipo responde correctamente, obtiene el valor en dólares correspondiente a esa pregunta. Quien lleve los puntajes lo anotará en la columna del equipo en el rotafolio. Luego, el siguiente equipo elige una categoría y un valor en dólares.

Si el primer equipo responde de manera incorrecta, tendrá que responder la misma pregunta el equipo siguiente. Esto continuará hasta que un equipo dé la respuesta correcta o hasta que se haya preguntado a todos los equipos. El equipo que responda correctamente obtiene el valor en dólares. Las respuestas incorrectas no son sancionadas. (Nota para el instructor: No se pasa al equipo siguiente si la respuesta es verdadero o falso).

Si ninguno de los equipos sabe una respuesta, el instructor dará la respuesta correcta.

Ya sea que la respuesta correcta sea dada por un equipo o por el instructor, tómese el tiempo para explicarla. Algunas preguntas pueden tener varias respuestas correctas o más completas.

Una vez que una pregunta haya sido respondida, tache esa casilla en el tablero del rotafolio.

**Jueguen el juego. Siga las instrucciones anteriores.**

Al final del juego, sume el total de dólares que ganó cada equipo.

Dé un premio (como dulces, lápices, autoadhesivos) al equipo ganador.

# CONOZCA SUS DERECHOS: JUEGO DE PREGUNTAS

## PREGUNTAS

Valor	Derechos en el trabajo	Trabajo peligroso y permisos de trabajo	Leyes de trabajo infantil y horarios de trabajo	Sufrir una lesión, obtener ayuda, permanecer seguro
<b>\$100</b>	El ilegal que su empleador lo castigue por hacer esto (mencionar 1).	Usted tiene que tener esta edad para operar un montacargas.	Estas leyes protegen a los adolescentes de trabajar demasiadas horas, hasta demasiado tarde o desde demasiado temprano.	Si se lastima en el trabajo, debe seguir estos pasos (mencionar 2).
<b>\$200</b>	La ley dice que su empleador debe pagarle esta cantidad por hora, el salario mínimo del estado.	Es ilegal que los adolescentes menores de 18 años operen estas máquinas (mencionar 2).	Al cumplir esta edad, el trabajador ya no está protegido por las leyes de trabajo infantil.	Este tipo de seguro paga los salarios y beneficios médicos de los trabajadores heridos en el trabajo. A cambio, el trabajador renuncia al derecho de demandar al empleador.
<b>\$300</b>	Estos son dos derechos que tiene si se lastima en el trabajo.	Algunos estados requieren que los adolescentes menores de 18 años que todavía están en la escuela obtengan esto antes de comenzar un trabajo.	La ley de California establece que los jóvenes de 14 y 15 años pueden trabajar hasta esta hora por la noche si el día siguiente tienen escuela.	Puede preservar su seguridad en el trabajo haciendo estas cosas (mencionar 2).
<b>\$400</b>	Su empleador debe darle estas protecciones de seguridad y salud en el trabajo (mencionar 2).	Es ilegal que los jóvenes de 14 y 15 años hagan algunos trabajos, incluidos estos (mencionar 2).	La ley de California establece que este es el horario máximo hasta el que pueden trabajar los jóvenes de 16 y 17 años por la noche si el día siguiente tienen escuela.	Este organismo federal se ocupa de las quejas sobre salarios y horarios de trabajo.
<b>\$500</b>	Los trabajadores tienen derechos en el trabajo, incluidos estos (mencionar 2).	Es ilegal que los adolescentes menores de 18 años realicen este tipo de trabajo en la construcción (mencionar 2).	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.	Estos organismos federales se ocupan de las quejas sobre seguridad y salud en el lugar de trabajo.

# RESPUESTAS

Valor	Derechos en el trabajo	Trabajo peligroso y permisos de trabajo	Leyes de trabajo infantil y horarios de trabajo	Sufrir una lesión, obtener ayuda, permanecer seguro
<b>\$100</b>	Denunciar un problema relacionado con la seguridad en el trabajo	18 años	Leyes federales y estatales de trabajo infantil	Informar al jefe; recibir tratamiento médico; completar un formulario de reclamación
<b>\$200</b>	\$_____ por hora (completar con el monto del material para entregar al alumno 14 o del sitio web del Departamento de Trabajo de EE. UU.)	Cortadora de carne, motosierra, montacargas, Bobcat, plataforma hidráulica, trituradora de madera, la mayoría de las máquinas de panadería, compactadora de papeles	18 años	Compensación para los trabajadores
<b>\$300</b>	El derecho a: recibir compensación por atención médica y lucro cesante, cobrar el lucro cesante	Un permiso de trabajo	7 p. m.	Denunciar condiciones de trabajo inseguras, recibir capacitación sobre seguridad cuando se requiera, seguir las reglas de seguridad, usar equipo de protección cuando se requiera
<b>\$400</b>	Un lugar de trabajo seguro y saludable; capacitación sobre seguridad (cuando lo requiera la ley); vestimenta y equipo de protección (cuando lo requiera la ley); pago de atención médica si se produce una lesión en el trabajo	Homear; limpieza o lavandería en seco; trabajar con escaleras de mano o andamios; construcción; carga o descarga de camiones, vagones o cintas transportadoras; ventas a domicilio; sostener carteles publicitarios (a menos que sea adentro o justo frente al lugar de empleo); ser guardavidas sobre plataformas elevadas o en lagos, canteras, muelles, ríos o playas; procesamiento de carne	10 p. m.	La División de Salarios y Horarios del Departamento de Trabajo de EE. UU.
<b>\$500</b>	El derecho a denunciar problemas relacionados con la seguridad; trabajar sin sufrir acoso o discriminación por raza, color de piel, religión, sexo, nacionalidad de origen, discapacidad o información genética; y unirse a un sindicato	Demolición; colocación y reparación de techos; excavación y derribo	18 horas (40 horas es el máximo en una semana no escolar)	OSHA (Administración de Seguridad y Salud Ocupacional); División de Salarios y Horarios, Departamento de Trabajo de EE. UU. (restricciones de edad para trabajos peligrosos)

# Notas para el instructor: Paso 4

Repase y resuma los puntos principales de la lección.

5 minutos



Muestre la diapositiva 48 de PowerPoint.

Concluya la lección 5 recordándoles a los alumnos sobre estos 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 14 a 17 años de edad de trabajar demasiadas horas, hasta demasiado tarde, desde demasiado temprano o en ciertos trabajos peligrosos.
- Los jóvenes pueden trabajar de manera más segura si conocen sus derechos. Sin embargo, los trabajadores jóvenes también tienen responsabilidades importantes, como informar peligros y respetar todas las reglas de seguridad, para protegerse a sí mismos y a los demás en el trabajo.

(Nota para el instructor: Es posible que el departamento de trabajo de su estado tenga regulaciones que protejan incluso más a los adolescentes de 14 a 17 años de edad.)

Recuerde a los alumnos que guarden sus fotocopias del material para entregar al alumno 14. Las utilizarán nuevamente para completar las actividades de las Lecciones 5B, 6 y 6B.

## Tareas para el hogar

En esta lección, los alumnos aprendieron sobre sus derechos en el trabajo, según lo establecido en las leyes laborales estatales y federales. La lección se enfocó en enseñar a los alumnos qué deben hacer los empleadores para preservar la salud y la seguridad de los trabajadores.

Como tarea, los alumnos deben usar al menos tres fuentes para aprender sobre las responsabilidades importantes que tienen en el trabajo. Algunos ejemplos de las responsabilidades de los trabajadores adolescentes en el trabajo incluyen:

- Conocer y seguir todas las reglas de seguridad y salud.
- Saber qué hacer si se produce una emergencia en el trabajo.
- Denunciar todos los problemas en el trabajo.
- No quedarse callado ante amenazas, peligros o acoso en el trabajo.
- Buscar primeros auxilios de inmediato si ocurre una lesión.
- Usar vestimenta y equipo de protección cuando sea necesario.
- Evitar juegos bruscos o comportamiento inapropiado/riesgoso en el trabajo.
- No consumir alcohol ni drogas en el trabajo.

Los alumnos luego escribirán un ensayo de una página en el que relacionen esas responsabilidades con un empleo que hayan tenido. Los alumnos que nunca hayan trabajado pueden entrevistar a una persona que sí trabaje (como padres, docentes) sobre sus responsabilidades en cuanto a seguridad y salud.

Si dicta la Lección 5B, puede incluir un breve debate de las ideas que tienen los alumnos sobre sus responsabilidades en el trabajo (en el Paso 2).

---

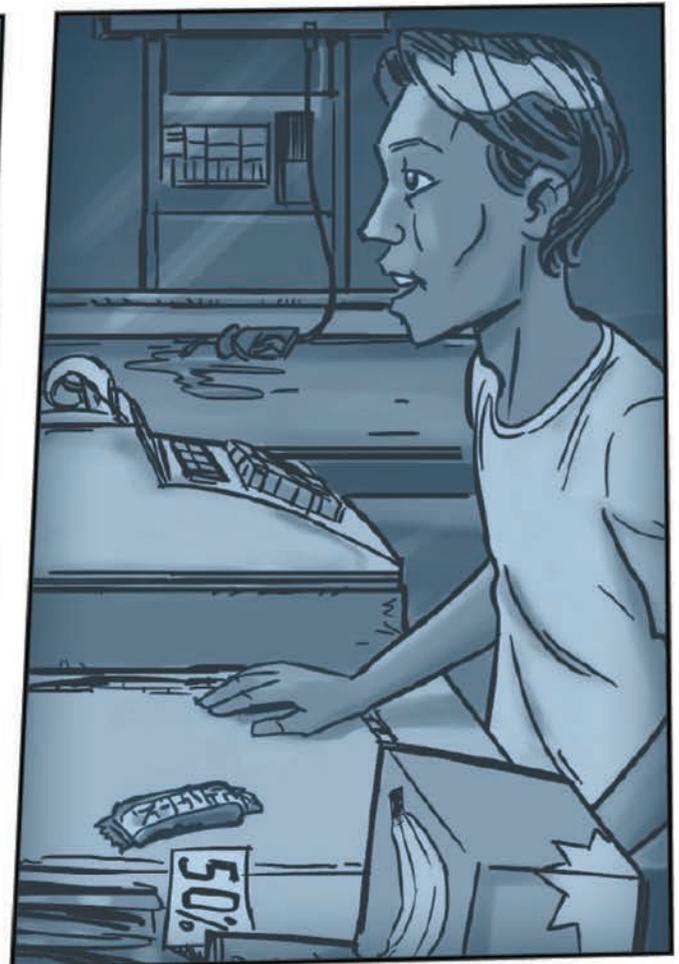
## Sus Notas para la Lección 5: Conozca sus derechos y responsabilidades

---

# LECCIÓN 5B

## Conozca sus derechos y responsabilidades

Reforzar lo que los alumnos ya saben sobre leyes de seguridad laboral y trabajo infantil. Ayudar a los alumnos a entender sus responsabilidades en el trabajo.



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety



## Plan de clase

**Reforzar lo que los alumnos ya saben sobre leyes de seguridad laboral y trabajo infantil. Ayudar a los alumnos a entender sus responsabilidades en el trabajo.**

---

### Paso 1

**Repasar y resumir los puntos clave de la lección anterior.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 2

**Explorar las responsabilidades que tienen los jóvenes en el trabajo.**

*10 minutos*

Breve disertación, exposición de la clase

---

### Paso 3

**Reforzar el conocimiento de los alumnos sobre los problemas de seguridad y salud en el lugar de trabajo, y repasar las protecciones legales que tienen los jóvenes en el trabajo. ○ Aplicar lo que los alumnos ya saben sobre leyes laborales y de seguridad laboral a un proyecto para la vida real.**

*25 minutos*

Juego *Bingo de la ley laboral* ○ actividad *Anuncio de interés público* (Public Service Announcement, PSA)\*

\*Como alternativa, puede optar por usar la actividad de PSA (descrita en la sección Tarea para el hogar) en clase en lugar del juego.

---

### Paso 4

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

## Objetivos del alumno

**Al final de esta lección, los alumnos podrán:**

Analizar las funciones y las responsabilidades en la creación de un lugar de trabajo seguro.

Reflexionar sobre la necesidad de considerar tanto los derechos como las responsabilidades al promover la seguridad en el lugar de trabajo.

Hacer una lista y dar ejemplos de responsabilidades que promueven la seguridad y la salud en el lugar de trabajo.

**Competencias centrales de *Talking Safety*: 4, 6**

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 2, 6, 8 (vea el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

La Lección 5 se enfoca en la obligación legal de los empleadores de brindar un entorno laboral seguro y saludable a todos los empleados, incluidos los trabajadores jóvenes. En esta lección, ayudará a sus alumnos a comprender que ellos también tienen la responsabilidad en el trabajo de mantenerse a sí mismos y a otros a salvo y libres de lesiones o enfermedades.

Los trabajadores jóvenes tienen derechos, pero también tienen responsabilidades —como seguir las reglas de seguridad y salud en el lugar donde trabajan. Por ejemplo, las reglas de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) indican que los trabajadores deben utilizar protección para los oídos (como tapones) en lugares ruidosos. Los empleadores deben darles tapones a los trabajadores. A su vez, los trabajadores son responsables de usar los tapones que les dio su empleador.

# Preparación

## Leer

Cartones para el Bingo de la ley laboral (n.º 1 a 13), proporcionados en el Material para entregar al alumno 15 (en las páginas 259-284)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 48 y 49 de PowerPoint

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 48 y 49 en una computadora (con proyector)

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

Fichas de juego (como dulces o pedacitos de papel) para el juego *Bingo de la ley laboral*

O

Si está usando la actividad *Anuncios de servicio público* en lugar del juego *Bingo*—varias hojas de cartulina (o un papel más grande)

## Fotocopia

Cartones para el *Bingo de la ley laboral* (n.º 1 a 13), proporcionados en el Material para entregar al alumno 15. (Cada estudiante recibirá un cartón).

Hacer fotocopias extra del Material para entregar al alumno 14 (ficha de datos *¿Es usted un adolescente que trabaja?*) para los alumnos que hayan extraviado sus copias de la Lección 5. Nota para el instructor: Recuerde a los alumnos que guarden estas fotocopias. Las utilizarán nuevamente en las Lecciones 6 y 6B.

Nota para el instructor: La información del Material para entregar al alumno 14 refleja las leyes laborales estatales y/o federales. Se aplican las leyes que brinden mayor protección. Verifíquelo con los organismos de su estado que figuran en la página 6 de la ficha de datos.

## Repaso

El salario mínimo de su estado (consulte el sitio web del Departamento de Trabajo de EE. UU., <http://go.usa.gov/jnBW>, o el sitio web del Departamento de Trabajo de su estado).

# Notas para el instructor: Paso 1

**Explorar con la clase los derechos y protecciones legales importantes que tienen los jóvenes en el trabajo.**

*5 minutos*



**Muestre la diapositiva 48 de PowerPoint.**

Recuérdelos a los alumnos sobre las leyes que se aplican en su caso:

Las leyes laborales federales y estatales establecen una edad mínima para ciertos tipos de trabajos peligrosos. También protegen a los adolescentes de trabajar demasiadas horas, hasta demasiado tarde o desde demasiado temprano.

Las reglas de la OSHA indican que todos los empleadores deben darles a los trabajadores lo que necesitan para estar seguros:

- Un lugar de trabajo seguro y saludable.
- Capacitación sobre cómo manipular sustancias químicas y manejar otros peligros para la seguridad y la salud en el trabajo (en la mayoría de los casos).
- Equipo de seguridad que los trabajadores necesitan para realizar el trabajo (en la mayoría de los casos).

La OSHA estipula leyes básicas de seguridad y salud en el lugar de trabajo. (Nota para el instructor: Si su estado cuenta con un programa de la OSHA, puede establecer límites que sean más rígidos que las reglas federales).

La División de Salarios y Horarios del Departamento de Trabajo de EE. UU. establece y hace cumplir las leyes de trabajo infantil que se aplican a las horas de trabajo. También enumera los tipos de trabajo y las tareas que los adolescentes de 14 a 17 años de edad pueden y no pueden realizar. (Nota para el instructor: El Departamento de Trabajo de su estado puede exigir el cumplimiento de las leyes que brinden más protección que las leyes federales).

Por ley, los empleadores no pueden despedir ni castigar a sus empleados por denunciar un problema relacionado con la seguridad.

## Notas para el instructor: Paso 2

### Explorar las responsabilidades que tienen los jóvenes en el trabajo.

10 minutos

**Dígales a los alumnos que todos deben trabajar juntos para ponerle fin a las lesiones.**

Los empleadores deben darles a los trabajadores jóvenes la capacitación sobre seguridad requerida por la ley. Los trabajadores jóvenes deben obtener la supervisión necesaria en el trabajo. Los empleadores también deben obedecer todas las reglas y leyes federales y estatales que aplican a los trabajadores jóvenes. Los supervisores necesitan asegurarse de que los empleados sigan todas las reglas y regulaciones de seguridad.

**Hágale saber a la clase que los trabajadores adolescentes deben cumplir con su parte también.**

Pida a voluntarios que hablen brevemente sobre las responsabilidades en el trabajo que escribieron en los ensayos de una página que tenían como tarea.

Confeccione una lista en la pizarra o en el rotafolio de las ideas que los alumnos le den sobre cómo pueden los jóvenes protegerse a sí mismos contra las lesiones y las enfermedades en el trabajo.

**A continuación se presentan algunas de las responsabilidades que los adolescentes tienen en el trabajo:**

Conocer y seguir todas las reglas de seguridad y salud.

Seguir todas las prácticas laborales seguras, según lo indicado por el empleador o supervisor.

Saber qué hacer si se produce una emergencia en el trabajo.

Informar todas las lesiones. Obtener primeros auxilios de inmediato.

Usar protectores y equipos que lo protejan. Por ejemplo, usar tapones para los oídos cuando trabaje en lugares ruidosos.

Usar la herramienta adecuada para el trabajo. Usarlos de manera correcta y segura.

Informarle a alguien si ve equipos o máquinas rotas.

Obtener ayuda al levantar cargas pesadas. Flexionar las rodillas al levantar pesos.

Tomar la iniciativa. Hacer sugerencias que mejoren la seguridad en el trabajo.

Permanecer conectados con el entorno. Tener cuidado en todo momento. No correr riesgos.

Evitar juegos bruscos o comportamiento inapropiado/riesgoso en el trabajo.

No consumir alcohol ni drogas. El consumo de alcohol y drogas nunca es aceptable en el lugar de trabajo. Los trabajadores que consuman alcohol o drogas tienen más posibilidades de lastimarse en el trabajo.

***Confiar en los instintos. Nunca haga algo que le parezca inseguro o incómodo. Consulte a un supervisor, a otro empleado o al encargado de seguridad de la oficina antes de realizar una tarea que sea nueva para usted.***

Pida que respondan a sus preguntas si está confundido o no está seguro sobre cómo trabajar de manera segura. Hacer preguntas como:

- ¿Qué capacitación sobre seguridad en el trabajo recibiré?
- ¿Qué peligros debo esperar?
- ¿Cuáles son los planes de emergencia para este lugar de trabajo?
- ¿Necesitaré usar un equipo de seguridad? Si es así, ¿cómo lo uso?
- ¿Con quién puedo hablar sobre mis preocupaciones por la salud y la seguridad?
- ¿Qué debo hacer si me lastimo en el trabajo?

**Hable con el supervisor, o si es necesario con un padre u otro adulto, si ve amenazas, acoso o peligros en el trabajo.**

- Si un empleador no presta atención a las inquietudes de seguridad, denuncie las condiciones peligrosas a la OSHA (la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional), la División de Salarios y Horarios del Departamento de Trabajo (si se violan restricciones de edad en trabajos peligrosos) o los organismos estatales enumerados en el mMaterial para entregar al alumno 14.
- Denunciar la discriminación. Esto incluye el acoso por raza, color de piel, religión, sexo (incluido el embarazo), nacionalidad de origen, discapacidad o información genética. Puede comunicarse con la Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (Equal Employment Opportunity Commission, EEOC) o un organismo estatal que se encargue de la discriminación. Puede obtener más información sobre los organismos estatales en <http://go.usa.gov/jU9e>.
- Recuerde, la ley lo protege de ser castigado por informar preocupaciones de seguridad o discriminación. Al dar un paso al frente y decir algo, usted ayuda a hacer de su lugar de trabajo un lugar más seguro para usted y sus compañeros de trabajo.

## Notas para el instructor: Paso 3

Reforzar el conocimiento de los alumnos sobre los problemas de seguridad y salud en el lugar de trabajo, y repasar las protecciones legales que tienen los jóvenes en el trabajo (juego *Bingo de la ley laboral*).

25 minutos



Muestre la diapositiva 49 de PowerPoint. Hágales saber a los alumnos que jugarán un tipo especial del juego *Bingo*.



Dé a cada estudiante un cartón del *Bingo del Material* para entregar al alumno 15.

Nota para el instructor: Los cartones 2, 3, 4, y 5 producirán ganadores después de las primeras 13 preguntas; los cartones 9 y 11 producirán ganadores después de la pregunta 14 hasta la 26. Asegúrese de repartir al menos un cartón ganador en cada ronda de juego.

Dé a cada estudiante un suministro de fichas.

Los jugadores las usarán para tapar los recuadros de sus cartones cuyas respuestas se hayan dado.



---

## Preguntas y respuestas del *Bingo de la ley laboral (California)*

---

**Comience la primera ronda. Lea las siguientes preguntas del *Bingo*. Las respuestas deben coincidir exactamente con el texto en el tablero del *Bingo*.**

**1. ¿Cuál es el salario mínimo en nuestro estado?**

El salario mínimo en nuestro estado es \$ \_\_\_\_\_ por hora (pida a los alumnos que completen los cartones del *Bingo* con la información del salario mínimo en su estado, que se halla en el Material para entregar al alumno 14).

**2. Mencione un tipo de maquinaria que no puede usar los menores de 18 años.**

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen cortadora de carne, montacargas, compactadora.

**3. Mencione un peligro habitual en el trabajo de conserjería.**

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen productos de limpieza y agujas desechadas.

**4. Nombre una tarea laboral que está prohibida por ley para adolescentes de 14 y 15 años de edad.**

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen cargar y descargar camiones, trabajar en una lavandería en seco, operar equipos eléctricos.

**5. Mencione una tarea que por ley requiera tener al menos 18 años de edad para poder realizarla.**

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen colocación y reparación de techos, minería, explotación forestal o serrería.

**6. Si tiene 16 o 17 años en nuestro estado, ¿cuántas horas puede trabajar en un día de escuela?**

4 horas (Nota para el instructor: Antes de un día no escolar—por ejemplo, un viernes—adolescentes de 16 y 17 años de edad pueden trabajar 8 horas).

**7. Mencione un peligro habitual en el trabajo de oficina.**

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen estaciones de trabajo con computadora deficientes, estrés.

8. Si tiene 14 o 15 años en nuestro estado, ¿cuántas horas puede trabajar un sábado o un domingo?

8 horas.

9. Si tiene 14 o 15 años en nuestro estado, ¿hasta cuántas horas puede trabajar en una semana escolar?

18 horas.

10. Además de usar equipo de protección personal (personal protective equipment, PPE), mencione una cosa que puede hacer para prevenir una lesión en el trabajo.

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen seguir las reglas de seguridad, obtener capacitación sobre seguridad, informar condiciones inseguras, evaluar peligros en el lugar de trabajo.

11. Por ley, ¿quién es responsable de brindar un lugar de trabajo seguro y saludable?

El empleador.

12. En nuestro estado, ¿hasta qué hora pueden trabajar los jóvenes de 16 y 17 años por la noche si el día siguiente tienen escuela?

10 p. m.

13. ¿Hasta qué hora pueden trabajar los jóvenes de 16 y 17 años los viernes y sábados por la noche (o antes de otro día al que no se va a la escuela)?

12:30 a. m.

**Dé premios a los ganadores de la primera ronda. Pídales a los estudiantes que limpien sus cartones de *Bingo*.**

**Comience la segunda ronda. Lea las siguientes preguntas del Bingo.**

14. Durante el ciclo lectivo, ¿hasta qué hora por la noche pueden trabajar los jóvenes de 14 y 15 años en nuestro estado?

7 p. m.

15. En verano, ¿hasta qué hora por la noche pueden trabajar los jóvenes de 14 y 15 años en nuestro estado?

9 p. m.

16. En nuestro estado, si alguien tiene menos de 18 años, ¿necesita un permiso de trabajo para empezar un trabajo nuevo?

Sí.

17. ¿Qué debe hacer si se lastima en el trabajo?

Informar al supervisor de inmediato, obtener el tratamiento adecuado, completar un formulario de reclamación de compensación para los trabajadores (una respuesta).

18. ¿Quién tiene más posibilidades de lastimarse en el trabajo, los trabajadores jóvenes o los adultos?

Los trabajadores jóvenes.

19. Mencione algunas áreas de recreación con agua en las que una persona de 15 años no puede trabajar como guardavidas.

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen toboganes de agua elevados, lagos y océanos, playas marítimas, canteras y muelles. (Nota para el instructor: La ley federal establece que, con la capacitación apropiada, los jóvenes de 15 años pueden trabajar como guardavidas en piletas y parques acuáticos. Las leyes de su estado pueden decir que debe ser mayor).

20. ¿Cuáles son algunos trabajos que, según la ley federal, usted puede realizar si es menor de 14 años?

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen cuidado de niños y jardinería. (Nota para el instructor: Los trabajadores menores de 14 años también pueden ser actores o artistas. Las leyes de su estado pueden decir que debe ser mayor).

21. Si tienes 14 o 15 años en nuestro estado, ¿cuántas horas a la semana puedes trabajar cuando la escuela no está en sesión?

40 horas.

22. ¿Cuál es el nombre de la agencia estatal que hay que llamar para averiguar sobre los horarios en que puede trabajar o el tipo de trabajos que puede hacer?

División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California.

23. ¿Cuál es el nombre de la agencia estatal que se encarga de las quejas sobre la seguridad en el lugar de trabajo?

Cal / OSHA. (Nota para el instructor: La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional de California).

24. ¿Cuál es el nombre de la agencia estatal que se encarga de las quejas sobre discriminación racial o acoso sexual?

Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California.

25. ¿Qué se paga con la compensación para los trabajadores?

Tratamiento médico y lucro cesante (una respuesta).

26. Mencione algunos tipos de equipo de protección personal (PPE) que podrían protegerlos de lesiones o enfermedades en el trabajo.

Las respuestas (que se encuentran en los cartones) incluyen tapones para los oídos, guantes, gafas de seguridad y vestimenta especial.

**Entregue los premios a los ganadores de la segunda ronda.**

## Notas para el instructor: Paso 4

**Repase y resuma los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

**Concluya la Lección 5B recordando a los alumnos estos puntos principales:**

- La OSHA exige el cumplimiento de las leyes de seguridad y salud que protegen a los trabajadores de los peligros laborales. La ley de la OSHA establece que el empleador es responsable de brindar un lugar de trabajo seguro y saludable, capacitación y equipos de seguridad.
- ¡Infórmele a su supervisor de inmediato si se lastima en el trabajo! No lo pueden despedir por informar peligros laborales u otros problemas de seguridad.
- Los Departamentos de Trabajo federales y estatales 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 contra la discriminación y el acoso en el trabajo.
- Las leyes de trabajo infantil protegen a los adolescentes de 14 a 17 años de edad de trabajar demasiadas horas, hasta demasiado tarde, desde demasiado temprano o en ciertos trabajos peligrosos.
- Los jóvenes pueden trabajar de manera más segura si conocen sus derechos. Sin embargo, los trabajadores jóvenes también tienen responsabilidades importantes, como informar peligros y seguir las reglas de seguridad, para protegerse a sí mismos y a otros en el trabajo.

(Nota para el instructor: Es posible que el departamento de trabajo de su estado tenga reglas que protejan incluso más a los adolescentes de 14 a 17 años de edad.)

Recuerde a los alumnos que guarden sus fotocopias del Material para entregar al alumno 14. Las utilizarán nuevamente para completar las actividades de las Lecciones 6 y 6B.

## Tareas para el hogar

### Actividad Anuncio de interés público

Los alumnos deben crear un anuncio de servicio público (public service announcement, PSA) relacionado con los derechos de los trabajadores jóvenes. El PSA puede ser un comercial escrito de 30 segundos para televisión o radio o un diseño para una valla publicitaria o un cartel. Si usa esta actividad como tarea para el hogar, elija uno o dos PSA para compartir con la clase la siguiente vez que se reúnan.

---

Sus notas para la Lección 5B: Conozca sus derechos y responsabilidades

---

# LECCIÓN 6

## Entrar en acción

Ayudar a los alumnos a aplicar lo que aprendieron sobre la seguridad y la salud en el lugar de trabajo.  
Animar a los alumnos a comunicarse con sus empleadores cuando hay problemas en el trabajo.



**YOUTH @ WORK**  
Talking Safety



# Plan de clase

**Ayudar a los alumnos a aplicar lo que aprendieron sobre la seguridad y la salud en el lugar de trabajo. Animar a los alumnos a comunicarse con sus empleadores cuando hay problemas en el trabajo.**

---

## Paso 1

**Comentar algunos de los pasos para resolver problemas en el trabajo.**

*10 minutos*

Exposición de la clase

---

## Paso 2

**Representar situaciones que podrían suponer problemas para la salud y/o la seguridad de los trabajadores jóvenes.**

*20 minutos*

Mini representaciones\*

\* El juego de roles del Paso 2 puede ser un desafío para que los docentes lo usen en el salón de clases. Usted decidirá si usará o no esta técnica. En algunas clases, el juego de roles puede ser demasiado exigente, según la edad de los alumnos, lo cómodos que se sientan con sus compañeros o sus capacidades cognitivas. Como alternativa, puede leer las situaciones en voz alta y comentarlas de forma grupal.

---

## Paso 3

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección. Comentar brevemente los proyectos finales.**

*10 minutos*

Breve disertación

---

## Paso 4

**Repartir la evaluación del curso y pedir a los alumnos que la completen. Darles a los alumnos sus certificados de finalización.<sup>†</sup>**

*5 minutos*

Formulario de evaluación, certificados

<sup>†</sup> Nota para el instructor: Si planea dictar la Lección 6B, entregará la evaluación (Material para entregar al alumno 17) y el certificado de finalización (Material para entregar al alumno 18) al final de la siguiente clase.

---

## Objetivos del alumno

### Al final del curso, los alumnos podrán:

Reconocer que hablar francamente con otros sobre los problemas en el lugar de trabajo lleva a soluciones.

Reflexionar sobre el concepto de que, si bien los empleadores deben proporcionar un lugar de trabajo seguro y saludable, los trabajadores tienen la responsabilidad de comentar los problemas con sus empleadores, compañeros de trabajo, delegados sindicales u otros adultos responsables.

Reconocer que, si un trabajo parece riesgoso o si tienen preguntas sobre cómo hacerlo, los alumnos deben detenerse y pedir consejo.

Demostrar la capacidad de resolver un problema en el trabajo y abogar por la seguridad personal y de los compañeros.

Crear estrategias de comunicación y soluciones apropiadas para problemas comunes, las cuales aboguen por la seguridad personal y de los compañeros.

### Competencias centrales de *Talking Safety*: 3, 4, 8

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES):** nros. 1, 3, 4, 5, 8 (vea el Apéndice en la página 291 para obtener más información)

## Puntos clave para tener en cuenta

**Los jóvenes, por lo general, se esfuerzan por hacer un buen trabajo para sus empleadores.**

Están ansiosos por probarse a sí mismos. Desafortunadamente, esa característica positiva puede producirles un daño si aceptan trabajos o tareas que la ley prohíbe o si hacen un trabajo para el que no fueron capacitados.

**En esta lección, recuerde repetidamente a los alumnos que tienen derechos en su trabajo.**

Nunca deben sentirse mal por pedir ayuda o hacer preguntas sobre una tarea que parece peligrosa, incómoda o potencialmente ilegal. Los adolescentes suelen tener buenos instintos.

**Si los jóvenes tienen un problema en el trabajo, tal vez no se sientan cómodos enfrentando directamente al empleador.**

Está bien. Anime a los alumnos a comentar lo que les preocupa con cualquier adulto responsable: sus padres, un docente, el director de la escuela o un compañero de trabajo. Esas personas pueden dar al alumno buenos consejos y guía sobre dónde pedir ayuda. En algunos casos, tal vez puedan ayudarlo directamente.

**Los alumnos deben entender que no deben callarse cuando enfrentan un problema en el trabajo.**

Los problemas podrían empeorar y ellos —u otras personas— podrían sufrir daños.

# Preparación

## Leer

Sección A y Sección B de las Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección (en las páginas 185–186)

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 50–52 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

Diapositivas 50–52 de PowerPoint

Las mini representaciones de la Sección A de Notas complementarias para el docente, en las páginas 185–186

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

## Fotocopia

Material para entregar al alumno 14, la ficha de datos *¿Es usted un adolescente que trabaja?* (usada en las lecciones 5 y 5B, en las páginas 253–258), una para cada alumno

Nota para el instructor: Si dicta la Lección 6B, pida a los alumnos que conserven las copias del Material para entregar al alumno 14 para la clase siguiente.

Material para entregar al alumno 17, evaluación (en las páginas 287–288), una para cada alumno

Certificado de finalización (en la página 289), uno para cada alumno

Nota para el instructor: Si planea dictar la Lección 6B, repartirá las copias de la evaluación y el certificado al final de la siguiente lección.

## Prepare

Material para entregar al alumno 18, certificado de finalización, completado para cada alumno (vea la nota anterior)

# Notas para el instructor: Paso 1

**Comentar algunos de los pasos para resolver problemas en el trabajo.**

*10 minutos*



**Presente la lección con la diapositiva 50 de PowerPoint.**

Diga a los alumnos que ahora aprenderán y practicarán qué hacer cuando surge un problema de seguridad en el trabajo.

Informe a los alumnos que también usarán algunas de las destrezas que aprendieron en lecciones anteriores, como identificar los peligros, controlarlos para prevenir lesiones, comprender los derechos legales y saber dónde pedir ayuda.

Tal vez sea bueno recordar a sus alumnos que los trabajadores jóvenes, por lo general, se esfuerzan por hacer un buen trabajo para sus empleadores. Desafortunadamente, eso puede conducir a lesiones.

Un empleador puede aprovecharse de la disposición a hacer todo, incluso cosas que no son legales para los adolescentes o para las que no fueron capacitados correctamente. La mayoría de los empleadores no pondrá a los alumnos en peligro a propósito, pero hay demasiados casos en los que los empleadores permitieron que un trabajador joven y entusiasta hiciera una tarea para la que no estaba capacitado. En algunos casos, los resultados fueron mortales. (Consulte las historias de la Lección 3 para ver ejemplos).

**Haga a la clase la siguiente pregunta:**

“¿Alguno de ustedes tuvo algún problema en el trabajo o se enteró de un problema de otro trabajador joven y le gustaría comentarlo con la clase? No tiene por qué ser un problema para la seguridad y la salud”.

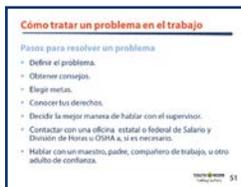
### A los jóvenes que respondan, pregúnteles:

“¿Qué pasos dieron usted o la otra persona para resolver ese problema?”.

### Haga a toda la clase esta pregunta:

“¿Qué otros pasos piensan que podría dar alguien con este problema?”.

Haga una lista en la pizarra con los pasos que mencionen los alumnos. Aunque escuchará las experiencias particulares de los alumnos cuando haga esta lista, trate de que los pasos que incluya sean lo bastante generales para aplicar a toda una gama de problemas posibles.



### Muestre la diapositiva 51 de PowerPoint.

En la diapositiva, hay una lista de los pasos para la resolución de problemas en el lugar de trabajo (tanto de seguridad como otro tipo de problemas).

### Hable de esos pasos con la clase.

- **Definir el o los problemas.** Saber cómo describir el problema claramente es el primer paso para resolverlo.
- **Pedir consejo a los padres, docentes o compañeros de trabajo.** Averigüe si esa persona tiene ideas para manejar el problema y si lo ayudará. Si el lugar de trabajo tiene un sindicato, también se puede pedir ayuda al sindicato.
- **Elegir las metas.** Piense en lo que quiere que suceda para solucionar el problema. Puede escribir las posibles soluciones.
- **Conocer los derechos.** Conozca en qué horarios puede trabajar y qué tareas no tiene permitido hacer por ser adolescente. Conozca también sus derechos sobre seguridad.
- **Decidir cuál es la mejor manera de hablar con el supervisor.** Piense en lo que quiere decir y si llevará a alguien con usted cuando hable con el supervisor.

- **Comuníquese con un organismo externo para pedir ayuda (si es necesario).** Si sigue teniendo problemas después de hablar con el supervisor, pida ayuda a alguien de su confianza. Si todo lo demás falla, tal vez deba llamar al organismo gubernamental apropiado.

## Notas para el instructor: Paso 2

**Representar situaciones que podrían suponer problemas para la salud o seguridad de los trabajadores jóvenes (mini representaciones).**

*20 minutos*

**Explique la actividad.**

Comuníquese a los alumnos que la clase va a hacer varias dramatizaciones de situaciones que pueden ocurrirle a los jóvenes trabajadores en el trabajo.

Para cada dramatización, pida dos voluntarios para actuar. Uno será el trabajador; el otro será el jefe. Va a presentar un escenario que incluya un problema de salud y seguridad, y los estudiantes actuarán lo que el trabajador y el jefe podrían decir y hacer.

**Comience con un juego de roles de práctica.**

Pida a dos voluntarios que le ayude a representar la siguiente historia de práctica.

**Instructor:** El estudiante trabaja en una tienda de comestibles como embolsador. El gerente de la tienda le pide al estudiante ayuda para limpiar una máquina de cortar carne. El estudiante nunca ha hecho este trabajo y es menor de 18 años de edad. ¿Cuál es el problema aquí? ¿Qué puede decir al estudiante al gerente de la tienda para protegerse a sí mismos?

**El trabajador puede decir algo de lo siguiente:** No sé cómo hacer este trabajo, y no estoy seguro de que debo de hacerlo, porque soy menor de 18 años. Pero me gustaría ayudar en alguna otra manera.

**Asegúrese de que los alumnos todavía tengan las copias del Material para entregar al alumno 14, la ficha de datos que usaron en la lección anterior.**

Tenga más copias preparadas. Diga a los alumnos que pueden usar las fichas durante el juego de roles si lo necesitan.

Busque los escenarios en la Sección A de Notas complementarias para el docente, en las páginas 185–186.

### Comience los juegos de roles.

Primero, lea la escenario a la clase y comenten un poco los problemas que plantea. A continuación, pida que un estudiante desempeñe el papel de trabajador y que actúe lo que le diría al jefe. Después, pida que el estudiante interprete el papel del jefe.

Presente la mayor cantidad posible de los escenarios que figuran a continuación dentro del tiempo que queda. Pida nuevos voluntarios cada vez que se presenta un nuevo escenario para la clase.

Cuando finalice cada escenario, pregunte a los integrantes de la clase si tienen algo diferente para acotar. Pida a todos los alumnos que tengan otras ideas que pasen al frente a representar su respuesta.

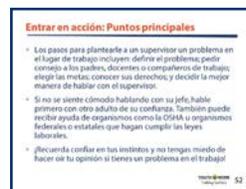
## Notas para el instructor: Paso 3

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección. Comente brevemente los proyectos finales asignados al final de la Lección 3.**

*10 minutos*

**Recuerde a los alumnos que, durante esta lección, aprendieron a dar su opinión efectivamente cuando hay un problema en el trabajo.**

Repita a los alumnos que deben conocer sus derechos, pero que también deben pensar cuidadosamente en cómo plantear un problema a un supervisor. Tal vez primero quieran hablar con sus padres, docentes, compañeros de trabajo, delegados sindicales u otra persona de su confianza. Si necesitan ayuda, pueden comunicarse con organismos como la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) o con organismos federales o estatales que hagan cumplir las leyes laborales.



**Muestre la diapositiva 52 de PowerPoint.**

**Concluya la Lección 6 recordando a los alumnos estos 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.
- ¡Recuerde confiar en sus instintos y no tenga miedo de hacer oír su opinión si tiene un problema en el trabajo!

Si saltea la Lección 6B, dígales a los alumnos:

“Así concluye *Youth@Work—Talking Safety*. Las destrezas que aprendió en este curso le servirán para mantener la seguridad y la salud en el trabajo, ahora y durante toda su vida laboral”.

Hable (si hay tiempo) de los proyectos finales asignados al final de la Lección 3.

## Notas para el instructor: Paso 4

Si saltea la Lección 6B, reparta la evaluación del curso y pida a los alumnos que la completen. Reparta los certificados de finalización.

5 minutos

**¿QUÉ APRENDIÓ? EVALUACIÓN DEL CURSO**

Responde a estas preguntas para ayudarnos a diseñar cursos mejores.

**NO ES NECESARIO QUE ESCRIBAS SU NOMBRE.**

1. ¿Le ha resultado útil el contenido de este curso?
  - SI
  - NO
2. ¿Le ha resultado útil el contenido de este curso?
  - SI
  - NO
3. Si una persona tiene 18 años, ¿puede trabajar en un trabajo que implique el uso de herramientas?
  - SI
  - NO
4. Si una persona es menor de 18 años, ¿puede trabajar en un trabajo que implique el uso de herramientas?
  - SI
  - NO
5. ¿Qué nos ayudaría a mejorar este curso?
  - MÁS EJEMPLOS
  - MÁS INFORMACIÓN
  - MÁS EJERCICIOS
  - MÁS INFORMACIÓN

Entregue una copia del Material para entregar al alumno 17, evaluación, a cada alumno de la clase.

Pida a los alumnos que completen los formularios y los devuelvan. No es necesario que escriban su nombre en el formulario.

Diga a los alumnos que sus comentarios e ideas son importantes y servirán para mejorar el curso para los futuros alumnos.



Reparta los certificados de finalización a todos los alumnos.

### Tarea para el hogar/actividad opcional

La discriminación en el lugar de trabajo, incluido el acoso, es un problema grave. Pida a los alumnos que visiten el sitio web de *Youth@Work* de la Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (Equal Employment Opportunity Commission, EEOC), [www.youth.eeoc.gov](http://www.youth.eeoc.gov), para obtener más información. También puede visitar el sitio web del organismo que hace cumplir las leyes contra la discriminación en su estado (enumeradas en el Material para entregar al alumno 14, ¿Es usted un adolescente que trabaja?). Los alumnos pueden poner a prueba sus conocimientos en el desafío “Challenge Yourself” del sitio de la EEOC, <http://go.usa.gov/jPsw>. Los alumnos pueden preparar informes escritos u orales, carteles u otro tipo de mensajes informativos sobre el acoso, que incluyan cómo prevenirlo y cómo responder al acoso en el lugar de trabajo, si es necesario.

Los docentes que opten por incluir esta actividad deben dedicar algo de tiempo al comienzo de la siguiente clase para hablar sobre los proyectos de los alumnos.

# Notas complementarias para el docente:

## Sección A

### Situaciones para las mini representaciones

#### Situación 1

Un estudiante trabaja en una clínica de animales ayudando a cuidar de los animales. El supervisor del estudiante les pide limpiar una de las habitaciones que ensució un perro y les dice que utilice un producto químico de olor fuerte en los pisos y en las mesas. El estudiante tiene asma y le preocupa que el producto químico pueda dificultarle la respiración. ¿Qué puede decirle el estudiante a su supervisor?

#### Situación 2

Un estudiante trabaja en el almacén de una ferretería. El supervisor del estudiante les dice saque herramientas de los estantes para completar una orden, pero habla de forma rápida y no da claras instrucciones ¿Qué puede decir el estudiante a su supervisor?

#### Situación 3

Un estudiante trabaja en el equipo de limpieza del Departamento de Parques y Recreación de su ciudad. Un día hace mucho calor y el estudiante ha estado trabajando fuera durante varias horas. El estudiante comienza a sentirse caliente y mareado. ¿Qué puede decir el estudiante a su supervisor?

#### Situación 4

Un estudiante trabaja en una librería. Son las 9:30 en un miércoles por la noche y la tienda es esta todavía muy ocupado. El supervisor le dice al estudiante que uno de los otros trabajadores se fue a casa enfermo y pide que se quede para ayudar a cerrar la tienda a medianoche. El estudiante tiene 15 años de edad, y sabe que no se supone que debe trabajar tan tarde en una noche de escuela. ¿Qué puede decir el estudiante a su supervisor?

### Situación 5

El estudiante trabaja ensamblando partes en la fábrica local. Han oído que las fábricas pueden ser lugares peligrosos, y parece que hay una gran cantidad de peligros en el trabajo. Cuando el estudiante comenzó el trabajo, se le dio algunos materiales escritos sobre seguridad. Sin embargo, el estudiante todavía no tiene idea de las normas de seguridad que debe seguir. El supervisor quiere que el estudiante firme un papel diciendo que ha sido capacitado en las normas de seguridad. ¿Qué puede decir el estudiante a su supervisor?

**Si lo desea, puede crear y usar otras historias basadas en problemas que hayan tenido sus alumnos en el trabajo.**

---

## Sus Notas para la Lección 6: Entrar en acción

---



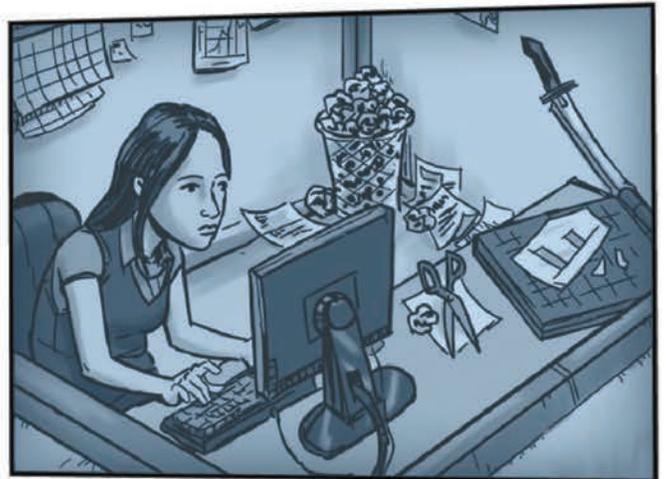
# LECCIÓN 6B

## Entrar en acción

Reforzar lo que los alumnos ya saben sobre sus derechos en el trabajo.

Repasar qué hacer si surge un problema de seguridad en el trabajo.

Practicar cómo comunicarse con los empleadores acerca de inquietudes de seguridad y salud en el lugar de trabajo.





## Plan de clase

**Reforzar lo que los alumnos ya saben sobre sus derechos en el trabajo.  
Repasar qué hacer si surgen problemas de seguridad en el trabajo.  
Practicar cómo comunicarse con los empleadores acerca de inquietudes relacionadas con la salud y la seguridad en el lugar de trabajo.**

---

### Paso 1

**Repasar y resumir los puntos clave de la lección anterior.**

*10 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 2

**Practicar cómo reconocer los problemas en el trabajo y ejercer los derechos de los trabajadores jóvenes en una situación real (la historia de Elena, Manual para entregar al alumno 16).**

*25 minutos*

Juego de roles, trabajo en grupos pequeños, exposición de la clase

---

### Paso 3

**Repasar y resumir los puntos principales de la lección.**

*5 minutos*

Breve disertación

---

### Paso 4

**Repartir la evaluación del curso y pedir a los alumnos que la completen. Darles a los alumnos sus certificados de finalización.**

*5 minutos*

Formulario de evaluación, certificado

---

## Objetivos del alumno

### Al final del curso, los alumnos podrán:

Definir los problemas, seleccionar las metas apropiadas y hacer planes que se ocupen de los peligros en el lugar de trabajo.

Reflexionar sobre la capacidad de identificar una situación peligrosa en el lugar de trabajo y tomar medidas para corregirla/prevenirla.

Demostrar maneras eficaces de crear un lugar de trabajo seguro.

### Competencias centrales de *Talking Safety*: 2, 3, 4, 8

**Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES): nros. 1, 3, 4, 5 (consulte el Apéndice en la página 291 para obtener más información)**

## Puntos clave para tener en cuenta

Los docentes que usan este programa de estudios hallaron que la historia de Elena, que se usa en el Paso 2 de esta lección, presenta muchos problemas de salud y seguridad a la vez.

Por lo tanto, las mini representaciones usadas en la Lección 6 dan a los alumnos una buena base para comprender el conjunto de problemas más complejos y superpuestos de la Lección 6B.

En esta lección, recuerde repetidamente a los alumnos que tienen derechos en su trabajo.

Nunca deben sentirse mal por pedir ayuda o hacer preguntas. Deben pedir más información cuando se les pida que hagan un trabajo que no entienden o que parece peligroso, incómodo o potencialmente ilegal.

Si los jóvenes tienen un problema en el trabajo, no deben quedarse callados.

El problema podría empeorar y ellos, u otras personas, podrían salir lastimados. Anime a los alumnos a comentar lo que les preocupa con cualquier adulto responsable: sus padres, un docente, el director de la escuela o un compañero de trabajo.

# Preparación

## Leer

Sección A y Sección B de las Notas complementarias para el docente, que se encuentran al final de esta lección (en la página 200)

## Preparar

Una presentación en PowerPoint para las diapositivas 51–52 en una computadora (con proyector)

## Hacer una visualización previa

La historia de Elena (Material para entregar al alumno 16, en la página 285)

## Obtener

Un rotafolio y marcadores, o usar una pizarra blanca y marcadores

## Fotocopia

Entregue una copia a cada alumno:

La historia de Elena (Material para entregar al alumno 16, en la página 285)

Material para entregar al alumno 14, ficha de datos *¿Es usted un adolescente que trabaja?* (de las lecciones 5, 5B y 6, en las páginas 253–258)

Material para entregar al alumno 17, evaluación (en las páginas 287–288), una para cada alumno

Certificado de finalización (en la página 289), uno para cada alumno

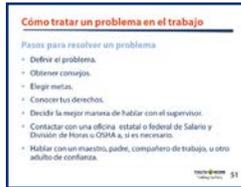
## Prepare

Certificado de finalización (en la página 289) completado, uno para cada alumno

# Notas para el instructor: Paso 1

Repasar y resumir los puntos clave de la lección anterior.

10 minutos



Muestre la diapositiva 51 de PowerPoint.

Repase los pasos para resolver problemas en el lugar de trabajo (tanto problemas de seguridad como de otro tipo).

Hable de esos pasos con la clase.

Vea si los alumnos recuerdan ideas de la Lección 6 sobre cómo manejar los problemas y comenten si las ideas servirían.

- **Definir el o los problemas.** Saber cómo describir el problema claramente es el primer paso para resolverlo.
- **Pedir consejo a los padres, docentes o compañeros de trabajo.** Si el lugar de trabajo tiene un sindicato, también se puede pedir ayuda al sindicato.
- **Elegir las metas.** Piense en lo que quiere que suceda para solucionar el problema. Puede escribir las posibles soluciones.
- **Conocer los derechos.** Conozca en qué horarios puede trabajar y qué tareas no tiene permitido hacer por ser adolescente. Conozca también sus derechos sobre seguridad.
- **Decidir cuál es la mejor manera de hablar con el supervisor.** Piense en lo que quiere decir y si llevará a alguien con usted cuando hable con el supervisor.
- **Comuníquese con un organismo externo para pedir ayuda, si es necesario.** Si sigue teniendo problemas después de hablar con el supervisor, pida ayuda a alguien de su confianza. Si todo lo demás falla, tal vez deba llamar a un organismo gubernamental que pueda ayudar.

Dedique unos minutos a hablar con los alumnos sobre la asignación de tarea relacionada con el acoso en el lugar de trabajo (de la Lección 6).

# Notas para el instructor: Paso 2

**Practicar cómo reconocer los problemas en el trabajo y ejercer los derechos de los trabajadores jóvenes en una situación real (la historia de Elena).**

25 minutos



Reparta copias del Material para entregar al alumno 16, la historia de Elena. Consulte la Sección A de Notas complementarias para el docente, en la página 200.

Pida a voluntarios que representen los roles de Elena, el señor Johnson y Joe.

Pida a los voluntarios que pasen al frente de la clase y lean sus líneas en voz alta.

Pregunte a los alumnos qué leyes se violaron en la historia.

Sugiera a los alumnos que miren el Material para entregar al alumno 14, la ficha de datos, si es necesario. A medida que los voluntarios respondan, escriba las respuestas en el rotafolio o en la pizarra.

Estos son algunos ejemplos de qué leyes se podrían haber violado en la historia de Elena:

- Elena no recibió información sobre las sustancias químicas para limpieza.
- El empleador no dio vestimenta protectora (guantes) a Elena.
- Ningún trabajador menor de 18 años puede usar una cortadora de fiambre.
- Ninguna persona de 14 o 15 años puede trabajar hasta tan tarde por la noche si el día siguiente tiene escuela.

Divida a la clase en grupos de tres a seis alumnos.

Explique que cada grupo deberá pensar un final alternativo para la historia de Elena que muestre lo que ella podría haber hecho acerca de los problemas de seguridad y salud.

Asigne a cada grupo un problema de la historia para que se centre en él (por ejemplo, trabajar hasta tarde, trabajar con sustancias químicas o usar la cortadora de fiambre).

**Invite a los grupos a pensar en estas preguntas:**

- ¿Cómo debería hablar Elena con su supervisor acerca de este problema?
- ¿De qué maneras diferentes podría responder su supervisor?
- ¿En qué otra parte podría recibir ayuda Elena?

Pida a los grupos que consulten la ficha de datos (Material para entregar al alumno 14) si es necesario.

**Explique que representarán sus finales alternativos.**

Deben asignarse los papeles, decidir a grandes rasgos que dirá cada persona y tomar notas si es necesario.

**Vuelva a reunir a la clase tras unos 15 minutos.**

Pida a varios grupos (o a todos si hay tiempo) que representen el final alternativo que crearon para la representación de la historia de Elena.

**Estos son algunos finales alternativos posibles:**

- Elena pide consejo a un compañero de trabajo, amigo, a sus padres o docentes.
- Elena le dice a su supervisor que no se siente cómoda trabajando hasta tarde y realizando tareas prohibidas.
- Elena pide información sobre los derechos de los trabajadores al sindicato o a una organización comunitaria.
- Elena renuncia al trabajo porque le exige muchas horas o por otros pedidos inapropiados.
- Elena informa a su empleador que, por ley, ella es demasiado joven para usar la cortadora de fiambre.
- Elena presenta una queja ante la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA), la División de Horas y Salarios del Departamento de Trabajo de EE. UU. o un organismo laboral estatal.

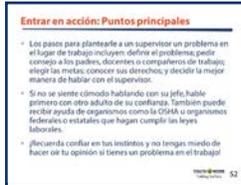
**Pida a la clase que comenten qué tan bien funcionó el final de cada grupo.****Considere estas preguntas:**

- ¿Qué tan serio es el problema?
- ¿Hay que solucionarlo de inmediato?
- ¿Alguna de estas ideas llevará a Elena a perder el trabajo?
- ¿Qué idea sería la mejor manera de resolver el problema?

# Notas para el instructor: Paso 3

Repasar y resumir los puntos principales de la lección.

5 minutos



Muestre la diapositiva 52 de PowerPoint.

Concluya la Lección 6B recordando a los alumnos estos 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 o con organismos federales o estatales que hagan cumplir las leyes laborales.
- ¡Recuerde confiar en sus instintos y no tenga miedo de hacer oír su opinión si tiene un problema en el trabajo!

Finalice la Lección 6B leyendo este mensaje:

*“Así concluye Youth@Work—Talking Safety. Las destrezas que aprendieron en este curso les servirán para mantener la seguridad y la salud en el trabajo, ahora y durante toda su vida laboral”.*

# Notas para el instructor: Paso 4

**Repartir la evaluación del curso y pedir a los alumnos que la completen.  
Reparta los certificados de finalización.**

*5 minutos*

**¿QUÉ APRENDÍ?  
EVALUACIÓN DEL CURSO**

Responde a estas preguntas para ayudarnos a mejorar nuestro programa.  
**NO ES NECESARIO QUE ESCRIBAS SU NOMBRE.**

1. ¿Las actividades que el instructor hizo proporcionaron un buen enfoque y contenido para nosotros?
   
 SIEMPRE  SIEMPRE
2. ¿Las herramientas que nos enseñó ayudaron a mejorar el conocimiento de los riesgos de los trabajos?
   
 SIEMPRE  SIEMPRE
3. ¿El instructor tiene un plan claro para enseñar los temas de los cursos?
   
 SIEMPRE  SIEMPRE
4. ¿El instructor se enfocó en el trabajo, el aprendizaje y el pago de la educación?
   
 SIEMPRE  SIEMPRE
5. ¿Qué me gustaría ver mejor en el futuro?
   
 MÁS ACTIVIDADES  MÁS HERRAMIENTAS  MÁS HERRAMIENTAS

**Entregue una copia del Material para entregar al alumno 17, evaluación, a cada alumno.**

Pida a los alumnos que completen los formularios y los devuelvan. No es necesario que escriban su nombre en el formulario.

Diga a los alumnos que sus comentarios e ideas son importantes y sirven para mejorar el curso para los futuros alumnos.



**Reparta los certificados de finalización a todos los alumnos.**

# Notas complementarias para el docente:

## Sección A

### La historia de Elena

- Escena:** Tienda de sándwiches. Elena tiene 15 años y va a la preparatoria. El señor Johnson es su supervisor y Joe es un compañero de trabajo. Es jueves al atardecer.
- Sr. Johnson:** Elena, Andre acaba de avisar que está enfermo, así que necesito que trabaje horas extra. Le agradecería que se quedara hasta las 10 de la noche.
- Elena:** Pero señor Johnson, tengo un examen mañana y necesito ir a casa a estudiar.
- Sr. Johnson:** Lo siento mucho, pero es una emergencia. Si quiere trabajar aquí, tendrá que estar dispuesta a colaborar cuando haga falta.
- Elena:** Pero nunca hice el trabajo de Andre.
- Sr. Johnson:** Esto es lo que quiero que haga. Primero, vaya detrás del mostrador y tome los pedidos de sándwiches un rato. Pídale a Joe que le muestre cómo usar la cortadora de fiambre. Luego, cuando haya menos gente, limpie el piso del armario de suministros. Se derramaron algunos suministros de limpieza y es un verdadero desastre.
- Más tarde:** Elena busca el trapeador y va al armario de suministros.
- Elena:** ¡Escuche, Joe! ¿Sabe qué es esta cosa que se derramó en el piso?
- Joe:** Ni idea. Pero tenga cuidado de que no le caiga en las manos. Tendría que ponerse unos guantes si encuentra un par. A Andre le salió sarpullido por esa cosa la semana pasada.

---

## Sus notas para la Lección 6B: Entrar en acción

---





# YOUTH WORK

## Talking Safety

**Materiales para entregar  
al alumno**  
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





# CUESTIONARIO SOBRE SEGURIDAD COMERCIAL

Trabajen juntos de manera grupal para responder a estas preguntas. ¡Se puede adivinar! No se calificarán las respuestas. Elijan a una persona del grupo para que después informe las respuestas a la clase.

## MARCA LA RESPUESTA CORRECTA.

**1** La ley establece que el empleador debe proporcionar un lugar seguro y saludable para trabajar.

VERDADERO

FALSO

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

VERDADERO

FALSO

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

VERDADERO

FALSO

**4** Si una persona se lastima en el trabajo, el empleador debe pagar la atención médica.

VERDADERO

FALSO

**5** ¿Con qué frecuencia se lesionan gravemente los adolescentes en el trabajo en los Estados Unidos?

UNO POR DÍA

UNO POR HORA

UNO CADA 9 MINUTOS

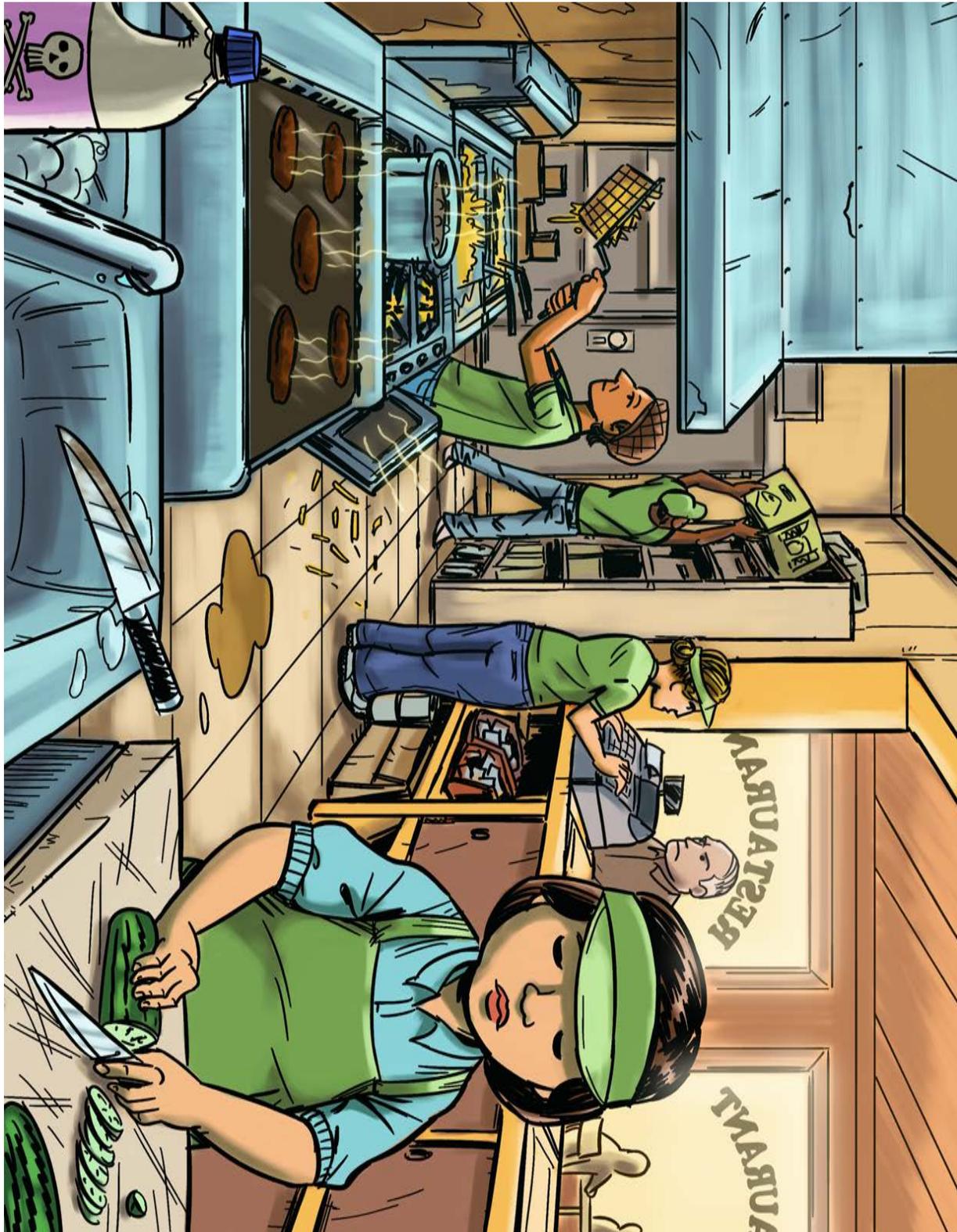


# ENCONTRAR LOS PELIGROS: RESTAURANTE DE COMIDA RÁPIDA

YOUTH @ WORK

Talking Safety

Material para entregar al alumno 2





# ENCONTRAR LOS PELIGROS: TIENDA DE COMESTIBLES

YOUTH @ WORK

Talking Safety

Material para entregar al  
alumno 3





# ENCONTRAR LOS PELIGROS: OFICINA

YOUTH @ WORK

Talking Safety  
Material para entregar  
al alumno 4





# ENCONTRAR LOS PELIGROS: GASOLINERA

YOUTH @ WORK

Talking Safety  
Material para entregar  
al alumno 5





# CACERÍA DE PELIGROS

PELIGRO

POSIBLE DAÑO

COCINA

PELIGRO

POSIBLE DAÑO

OFICINA

PELIGRO

POSIBLE DAÑO

OTRA ÁREA...

---



# SOLUCIONES A LOS PELIGROS: RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

Peligro	Efecto posible	Solución posible
<b>Seguridad</b>		
Equipo de cocina	Quemaduras o descargas eléctricas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener los aparatos en buenas condiciones.</li> <li>• Tener protección alrededor de las superficies calientes.</li> <li>• Usar guantes o mitones como protección contra quemaduras.</li> </ul>
Grasa caliente	Quemaduras	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar bateas para grasa que se vacíen automáticamente.</li> <li>• Tener protección contra salpicaduras.</li> <li>• Usar ropa protectora.</li> </ul>
Rebanadoras y cortadoras eléctricas	Cortes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La persona debe tener 18 años o más para usarlas.</li> <li>• Mantener las protecciones en su lugar.</li> <li>• Recibir capacitación apropiada.</li> <li>• Apagar y desenchufar para limpiar.</li> </ul>
Pisos mojados/resbaladizos	Resbalones o caídas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpiar derrames rápidamente.</li> <li>• Usar tapetes.</li> <li>• Usar calzado con suela antideslizante.</li> </ul>
Vidrios rotos	Cortes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpiar los vidrios rotos con cuidado.</li> <li>• Usar guantes.</li> <li>• Manipular con cuidado la basura que pueda contener vidrios rotos.</li> </ul>
<b>Químicos</b>		
Productos para lavar vajilla	El contacto con la piel puede provocar irritación, erupciones, quemaduras químicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar productos más seguros.</li> <li>• Usar los guantes adecuados como protección.</li> </ul>
Productos de limpieza	Algunos vapores provocan dolor de cabeza, mareos y otros problemas de salud; el contacto con la piel podría provocar irritación, erupciones, quemaduras químicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar productos más seguros.</li> <li>• Usar los guantes adecuados como protección.</li> <li>• Tener buena ventilación.</li> </ul>
<b>Otro</b>		
Estar de pie durante períodos prolongados	Lesión/daño en la espalda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar tapetes.</li> <li>• Tomar descansos regulares.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> </ul>
Doblarse, alcanzar objetos por encima de la cabeza, estirarse y levantar cosas pesadas	Torceduras y esguinces musculares	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guardar los objetos pesados en los estantes más bajos.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> <li>• Usar ayudantes.</li> </ul>
Violencia, acoso, hostigamiento, discriminación (de clientes, compañeros de trabajo)	Estrés, trauma emocional/físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener medidas de seguridad suficientes.</li> <li>• Programar al menos 2 personas por turno.</li> <li>• Usar barreras donde se maneje dinero.</li> <li>• Obtener capacitación sobre servicio al cliente.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> <li>• Llevar un diario para describir el acoso.</li> <li>• Informar el acoso al empleador o a un adulto de confianza.</li> </ul>



# SOLUCIONES A LOS PELIGROS: TIENDA MINORISTA

Peligro	Efecto posible	Solución posible
<b>Seguridad</b>		
Cúter para cajas	Cortes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar con cuidado.</li> <li>• Guardar de forma segura.</li> </ul>
Compactadoras de cajas	Lesiones corporales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La persona debe tener 18 años o más para usarlas.</li> <li>• Recibir capacitación apropiada.</li> </ul>
Cuchillos afilados	Cortes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener en buenas condiciones.</li> <li>• Usar con cuidado.</li> <li>• Guardar de forma segura.</li> </ul>
Cortadoras de fiambre	Cortes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La persona debe tener 18 años o más para usarlas.</li> <li>• Mantener las protecciones en su lugar.</li> <li>• Recibir capacitación apropiada.</li> <li>• Apagar para limpiar. Desenchufar la máquina.</li> </ul>
Carritos de compras	Pellizcarse o aplastarse los dedos; lesión de espalda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limitar la cantidad de carritos que se empujan por vez.</li> <li>• Usar guantes como protección para no aplastarse los dedos en las manijas.</li> </ul>
Automóviles (en un estacionamiento)	Lesiones corporales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar indumentaria estándar para que los autos puedan verlo.</li> <li>• Recibir capacitación sobre seguridad/peligros en el estacionamiento.</li> </ul>
<b>Químicos</b>		
Productos de limpieza	Algunos vapores provocan dolor de cabeza, mareos y otros problemas de salud; el contacto con la piel podría provocar irritación, erupciones, quemaduras químicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar productos más seguros.</li> <li>• Usar los guantes adecuados como protección.</li> <li>• Tener buena ventilación.</li> </ul>
<b>Otro</b>		
Violencia, acoso, hostigamiento, discriminación (de clientes, compañeros)	Estrés, daño emocional/físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener medidas de seguridad suficientes.</li> <li>• Programar al menos 2 personas por turno.</li> <li>• Usar barreras donde se maneje dinero.</li> <li>• Obtener capacitación sobre servicio al cliente.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> <li>• Llevar un diario que documente el acoso.</li> <li>• Informar el acoso al empleador/adulto de confianza.</li> </ul>
Cajero	Lesiones musculares, tendinosas o nerviosas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asegurarse de que el mobiliario esté diseñado para trabajar cómodamente.</li> <li>• Tomar descansos regulares.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> </ul>
Doblarse, alcanzar objetos por encima de la cabeza, estirarse y levantar cosas pesadas	Torceduras y esguinces musculares.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar maquinaria en su lugar.</li> <li>• Guardar los objetos pesados en los estantes más bajos.</li> <li>• Recibir capacitación apropiada.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> <li>• Pedir ayuda a compañeros de trabajo.</li> </ul>
Temperatura fría (en zonas de almacenamiento en frío, congeladores)	Congelamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limitar el tiempo de trabajo en áreas frías.</li> </ul>



# SOLUCIONES A LOS PELIGROS: CINE

Peligro	Efecto posible	Solución posible
<b>Seguridad</b>		
Máquinas de palomitas de maíz, perros calientes y café	Quemaduras o descargas eléctricas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener los aparatos en buenas condiciones de funcionamiento.</li> <li>• Usar guantes o mitones.</li> <li>• Desenchufar la máquina.</li> </ul>
Pisos resbaladizos	Resbalones o caídas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpiar derrames rápidamente.</li> <li>• Usar tapetes.</li> <li>• Usar calzado con suela antideslizante.</li> </ul>
Escaleras de mano	Caídas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La persona debe tener 16 años o más para usarlas.</li> <li>• Usar escaleras de mano seguras.</li> <li>• Recibir capacitación apropiada.</li> </ul>
<b>Químicos</b>		
Productos de limpieza	Algunos vapores provocan dolor de cabeza, mareos y otros problemas de salud; el contacto con la piel podría provocar irritación, erupciones, quemaduras químicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar productos más seguros.</li> <li>• Tener buena ventilación.</li> </ul>
<b>Otro</b>		
Violencia, acoso, hostigamiento, discriminación (de clientes, compañeros)	Estrés, trauma emocional/físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener medidas de seguridad suficientes.</li> <li>• Programar al menos 2 personas por turno.</li> <li>• Usar barreras donde se maneje dinero.</li> <li>• Obtener capacitación sobre servicio al cliente.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> <li>• Llevar un diario que documente el acoso.</li> <li>• Informar el acoso al empleador o a un adulto de confianza.</li> </ul>
Ambientes oscuros	Esfuerzo ocular, resbalones o caídas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar linternas.</li> </ul>
Estar de pie durante períodos prolongados	Lesión/daño en la espalda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar tapetes.</li> <li>• Tomar descansos regulares.</li> <li>• Rotar los puestos.</li> </ul>



# SOLUCIONES A LOS PELIGROS: OFICINA

Peligro	Efecto posible	Solución posible
<b>Seguridad</b>		
Cables y alfombras sueltas	Tropezones y caídas	<ul style="list-style-type: none"> <li>No hacer pasar cables por áreas abiertas al público.</li> <li>Asegurarse de que las alfombras/tapetes estén fijados al piso.</li> </ul>
Muebles que no están fijados en su lugar	Pueden caerse, derrumbarse	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fijar todos los muebles pesados, bibliotecas, ficheros.</li> </ul>
Circuitos eléctricos sobrecargados	Incendios	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tener suficientes tomacorrientes.</li> <li>Usar protectores contra sobrecargas.</li> </ul>
<b>Químicos</b>		
Ozono de las copadoras	Dificultad para respirar, dolor de cabeza, mareos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Colocar las copadoras en un área separada.</li> <li>Ventilar apropiadamente.</li> </ul>
Mala ventilación de interiores	Dificultad para respirar, dolor de cabeza, mareos, fatiga	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tener buena ventilación.</li> </ul>
<b>Otro</b>		
Teclados y mouse de computadora	Esfuerzo ocular, esguince muscular/tendinoso	<ul style="list-style-type: none"> <li>Usar sillas y estaciones de trabajo ajustables.</li> <li>Adoptar una buena postura.</li> <li>Tomar descansos regulares.</li> </ul>
Permanecer sentado durante períodos de tiempo prolongados	Dolor de espalda	<ul style="list-style-type: none"> <li>Usar sillas adecuadas.</li> <li>Adoptar una buena postura.</li> <li>Tomar descansos regulares.</li> </ul>
Trabajo repetitivo y aburrido	Estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rotar los puestos.</li> </ul>
Violencia, acoso, hostigamiento, discriminación (de clientes, compañeros)	Estrés, daño emocional/físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tener medidas de seguridad suficientes.</li> <li>Programar al menos 2 personas por turno.</li> <li>Usar barreras donde se maneje dinero.</li> <li>Obtener capacitación sobre servicio al cliente.</li> <li>Rotar los puestos.</li> <li>Llevar un diario que documente el acoso.</li> <li>Informar el acoso al empleador/adulto de confianza.</li> </ul>



# BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN

## A. HOJA DE TRABAJO

Se le asignará una historia para investigar de la parte C de este material.

### RESPONDA A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS.

**1** ¿Cuál es el problema (peligro) de salud y seguridad en su historia?

**2** ¿Qué información podría encontrar en el lugar de trabajo? ¿Dónde la buscaría?

**3** Elija tres posibles fuentes en las que podría encontrar la información fuera del lugar de trabajo.

Deben incluir al menos un organismo gubernamental y al menos una organización u organismo que no forme parte del gobierno. Puede buscar en Internet o pedir información por teléfono. En la parte B de este material, se sugieren algunos recursos. No es necesario que se limite a ellos. Cada integrante del equipo puede obtener información de una fuente diferente o pueden trabajar juntos. Use estas fuentes para responder a las siguientes preguntas.

**Efectos a corto plazo para la salud. ¿Cómo podría este peligro afectar su cuerpo en lo inmediato?**

Información	Fuente

Efectos a largo plazo para la salud. ¿Cómo podría este peligro afectar su cuerpo con el tiempo?

Información	Fuente

Soluciones. ¿Cuáles son algunas maneras de reducir o eliminar este peligro?

Información	Fuente

**4** ¿Cuál fue la información más importante que aprendió y por qué fue importante?

**5** ¿Qué fuente de información le pareció más útil a su equipo y por qué?

## B. RECURSOS: DÓNDE OBTENER INFORMACIÓN

Aquí hay algunos sitios web y números de números de teléfono para obtener hojas de datos y otra información sobre peligros para la seguridad y la salud. También puede buscar organismos locales y estatales (departamentos de salud, oficinas secretario de justicia del estado, departamentos de trabajo) que podrían tener información útil sobre restricciones específicas del estado para los trabajadores menores de 18 años. Consulte algunos recursos de su estado en el Material para entregar al alumno 14.

### ORGANISMOS GUBERNAMENTALES

#### **Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH) – Página sobre el tema de los trabajadores jóvenes**

Realiza investigaciones sobre peligros y tiene publicaciones gratuitas sobre sustancias químicas, ergonomía, trabajo infantil y otros peligros.

<http://www.cdc.gov/niosh/>

<http://www.cdc.gov/niosh/topics/youth> (Seguridad y salud de trabajadores jóvenes)

1-800-232-4636 (Llame a este número para obtener respuestas a preguntas de seguridad comercial.)

#### **Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) de los EE.UU. – Página sobre trabajadores jóvenes**

Dicta y hace cumplir regulaciones y normas federales. Ofrece publicaciones gratuitas y una videoteca.

<https://www.osha.gov/youngworkers/>

1-800-232-4636

#### **Departamento de Trabajo de los EE.UU. – Youth Rules! (¡La juventud manda!)**

Brinda información sobre las regulaciones que se aplican a los trabajadores jóvenes en los Estados Unidos.

<http://www.youthrules.gov/>

1-866-487-8243

#### **Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo (Equal Employment Opportunity Commission, EEOC) – Youth@Work**

Brinda información para jóvenes sobre sus derechos y responsabilidades como trabajadores.

<http://www.eeoc.gov/youth/>

1-800-669-4000

TTY: 1-800-669-6820

#### **Servicios de Salud Ocupacional de Nueva Jersey**

El sitio web contiene “Right To Know—Hazardous Substance Fact Sheets” (Derecho a saber: Hojas de datos de sustancias peligrosas) de más de 1500 sustancias químicas.

<http://go.usa.gov/jVu9>

#### **Departamento de Salud Pública de Massachusetts**

El sitio web contiene numerosos recursos para trabajadores jóvenes y carteles de seguridad diseñados por jóvenes.

<http://www.mass.gov/dph/teensatwork>

(617) 624-5632

Correo electrónico: [teens.atwork@state.ma.us](mailto:teens.atwork@state.ma.us)

#### **Departamento de Trabajo e Industria del estado de Washington – Página de trabajadores adolescentes**

Contiene diversos recursos sobre seguridad y salud para trabajadores jóvenes e información sobre las leyes de trabajo infantil del estado.

<http://www.lni.wa.gov/WorkplaceRights/TeenWorkers/>

1-866-219-7321

Correo electrónico: [teensafety@Lni.wa.gov](mailto:teensafety@Lni.wa.gov)

## OTRAS ORGANIZACIONES

### **Federación Estadounidense del Trabajo y Congreso de Organizaciones Industriales (AFL-CIO) Seguridad y salud en el trabajo**

Información básica de seguridad y salud, incluido un listado alfabético de enlaces directos a hojas de datos elaboradas por sindicatos y la OSHA. Algunas están disponibles en español.

<http://www.aflcio.org/Issues/Job-Safety/Safety-and-Health-Sites>

### **Programa de salud ocupacional comercial (Labor Occupational Health Program, LOHP), University of California, Berkeley**

Capacita a trabajadores, sindicatos, comités conjuntos de trabajo-gestión, y otros sobre seguridad y salud. Vende publicaciones y videos. Ofrece asistencia y referencias sobre temas de trabajadores jóvenes, violencia en el lugar de trabajo, desechos peligrosos, ergonomía y más.

<http://www.lohp.org>

(510) 642-5507

### **Comité de Seguridad y Salud Ocupacional de Nueva York (New York Committee for Occupational Safety and Health, NYCOSH)**

El sitio web tiene enlaces de Internet y recursos sobre seguridad y salud por industria y tema, además de información básica sobre derechos de seguridad y salud en el trabajo.

<http://nycosh.org>

### **Centro Nacional Infantil para la Seguridad y la Salud Rural y Agrícola (National Children's Center for Rural and Agricultural Health and Safety)**

Lucha por mejorar la seguridad y la salud de todos los niños expuestos a peligros asociados con el trabajo agrícola y los ambientes rurales.

1-800-662-6900

<http://www.marshfieldresearch.org/nccrahs>

## C. SITUACIONES

### SITUACIÓN 1: LEVANTAR OBJETOS PESADOS

Jacob trabaja en un depósito. Tiene 17 años. Un día, mientras descargaba cajas de 40 libras de un palé de madera, sintió un dolor agudo en la parte baja de la espalda. Jacob tuvo que faltar al trabajo una semana para recuperarse y, a veces, todavía le duele la espalda. Le preocupa volver a lesionarse la espalda e intenta ser cuidadoso, pero quiere saber más información sobre cómo levantar cosas de manera segura y otras maneras de prevenir lesiones de la espalda.

### SITUACIÓN 2: PUESTO DE COMPUTADORA INCÓMODO

Aasif tiene 16 años y hace 6 meses que trabaja como asistente administrativo en una gran oficina. Es el empleado más nuevo de la oficina y parece tener todo el equipo descartado por los demás. Su teclado y mouse están en el escritorio, junto con el monitor de la computadora. La palanca para ajustar la altura de su silla no funciona más. Aasif trabaja la mayor parte del día en la computadora. Conoce al menos a una persona de la oficina que usa soportes en las muñecas porque le duelen mucho y que ya no puede hacer muchas cosas en su casa por la debilidad de la prensión con las manos. Aasif no quiere tener problemas como esos y quiere averiguar qué puede hacer.

### SITUACIÓN 3: REMOVEDOR DE PINTURA PELIGROSO

Emma tiene 15 años y un trabajo de verano en el programa de parques de la ciudad. Estuvo usando un limpiador llamado “Adiós grafitis” para eliminar los grafitis de los baños. Tiene que tomar muchos descansos porque el producto químico le hace arder la garganta. A veces también la hace sentir mareada, especialmente cuando los baños no tienen muchas ventanas. En la etiqueta, ve que el limpiador contiene cloruro de metileno. Emma siente que está logrando hacer el trabajo, pero le preocupa el hecho de sentirse mareada. Quiere saber más sobre esta sustancia química, qué daño puede causar y si hay maneras más seguras de hacer este trabajo.



### **SITUACIÓN 4: RUIDO EN EL TRABAJO**

José tiene 18 años y hace aproximadamente un año que trabaja para una compañía que construye casas prefabricadas. Pasa gran parte del día usando una motosierra. Por la noche, suelen zumbarle un rato los oídos, pero el zumbido parece desaparecer por la mañana. Le preocupa un poco que el ruido esté dañando su audición, pero no difiere mucho de como siente los oídos después de un concierto. Quiere encontrar un poco de información sobre cuánto ruido es malo para uno y qué puede hacer.

### **SITUACIÓN 5: AGUJAS EN LA PILA DE LA LAVANDERÍA**

Kim tiene 17 años y trabaja como ayudante en un asilo. Su mejor amiga, Julia, trabaja en el departamento de lavandería. Kim oyó a Julia quejarse del personal médico porque pueden ser descuidados. A veces aparecen agujas hipodérmicas usadas entre la ropa sucia. Kim está preocupada por Julia, pero también piensa que el personal médico debería esforzarse más por proteger a sus compañeros de trabajo. Desea conseguir más información sobre qué se puede hacer.

### **SITUACIÓN 6: TRABAJAR SOLO Y DE NOCHE**

Shanice tiene 17 años y trabaja en una tienda. Ella y otros empleados rotan para trabajar el turno de cierre. A Shanice la pone nerviosa estar sola en la tienda tarde en la noche, pero sabe que si se niega a hacer el último turno, el dueño buscará a otra persona para que lo haga. Lleva gas lacrimógeno en la cartera y el dueño le dijo que entregue el efectivo de la caja registradora si alguna vez enfrenta a un ladrón. Ella quiere saber qué más puede hacer para sentirse segura.



# CARRERAS PROFESIONALES SOBRE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL (OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH, OSH)

- **Los higienistas industriales** prevén, reconocen, evalúan, comunican y controlan las exposiciones en el lugar de trabajo que podrían provocar lesiones o enfermedades a los trabajadores. Buscan maneras de transmitir datos de seguridad y salud a los trabajadores y empleadores, y elaboran políticas para aumentar la seguridad de los trabajadores.
- **Los médicos de salud ocupacional** tratan a las personas con una enfermedad o lesión debida a su trabajo. Estudian las enfermedades para entender cómo identificar a las personas que están enfermas y encontrar mejores maneras de tratarlas.
- **Los enfermeros de salud ocupacional** son enfermeros con licencia se ocupan de los efectos en la salud causados por el trabajo y su prevención. Tratan a trabajadores enfermos o lesionados.
- **Los especialistas en seguridad y salud ocupacional** elaboran programas de capacitación para trabajadores y promueven la seguridad y la salud en el lugar de trabajo. Buscan maneras de transmitir datos de seguridad y salud a los trabajadores y empleadores, y elaboran políticas para aumentar la seguridad de los trabajadores.
- **Los profesionales de seguridad** prevén, reconocen, evalúan, comunican y controlan peligros de seguridad en el lugar de trabajo para detectar y corregir condiciones y prácticas comerciales inseguras. Capacitan sobre maneras de mejorar la seguridad e implementan programas de seguridad, y miden y analizan cuán bien funcionan dichas iniciativas.
- **Los epidemiólogos** estudian los patrones de las enfermedades, los riesgos para la salud o las lesiones de ciertos grupos de personas o culturas.
- **Los ergonomistas** diseñan herramientas, muebles, maquinarias y procesos que protegen la salud de los trabajadores al reducir el desgaste físico, la fatiga del operador, y las molestias.
- **Los psicólogos de salud ocupacional (Occupational health psychologists, OHP)** trabajan en el campo de la psicología para mejorar la calidad de la vida comercial y proteger y promover la seguridad, salud y el bienestar de los trabajadores.



# ¡ROMPEDESASTRES!

MATERIAL PARA ENTREGAR AL ALUMNO 10

INFORMÓ UNA EMERGENCIA AL 911. AVANCE UN ESPACIO.

INTERRUPCIÓN EN EL SUMINISTRO ELÉCTRICO. RETROCEDA UN ESPACIO.

KITS DE PRIMEROS AUXILIOS DISPONIBLES. AVANCE UN ESPACIO.

NO HAY SIMULACROS DE INCENDIOS. RETROCEDA UN ESPACIO.

SALIDA BLOQUEADA. RETROCEDA UN ESPACIO.

SDS DISPONIBLE. AVANCE UN ESPACIO.

APRENDIÓ REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP). AVANCE UN ESPACIO.

BROTE DE INFLUENZA (GRIPE). RETROCEDA TRES ESPACIOS.

PLAN DE EMERGENCIA IMPLEMENTADO. AVANCE UN ESPACIO.

VERTIÓ AGUA SOBRE FUEGO PRODUCIDO POR GRASA. RETROCEDA TRES ESPACIOS.

DERRAME QUÍMICO. RETROCEDA TRES ESPACIOS.

ALERTA DE TORNADO VIGENTE. RETROCEDA UN ESPACIO.

SE MANTUVO TRANQUILO EN UNA EMERGENCIA. AVANCE UN ESPACIO.

NO HAY EXTINTOR DE INCENDIOS. RETROCEDA UN ESPACIO.

SE INSTALARON CÁMARAS DE VIDEO. AVANCE UN ESPACIO.

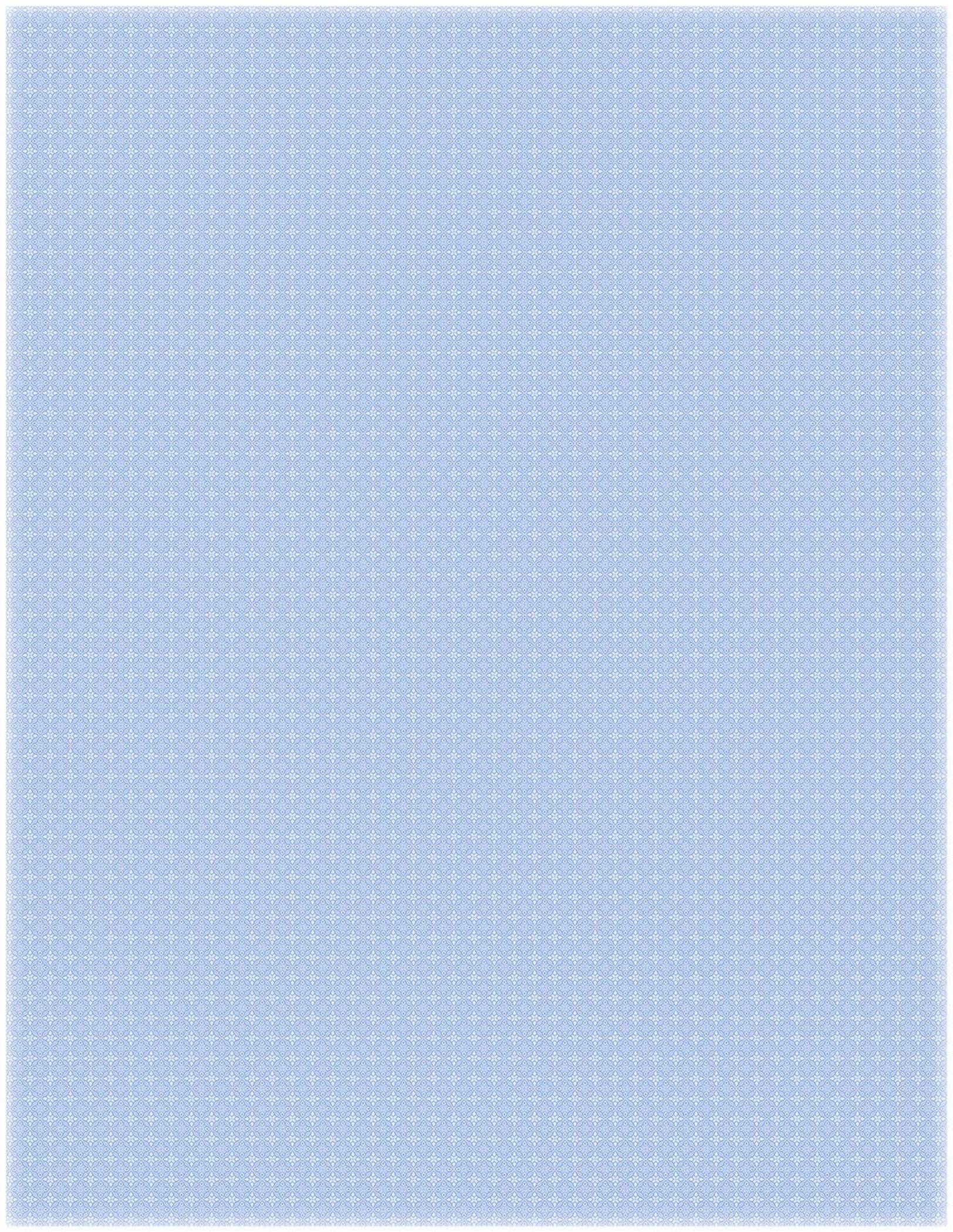
NO ESTÁ EL NÚMERO DEL CENTRO DE CONTROL DE INTOXICACIONES. RETROCEDA UN ESPACIO.

LINTERNAS Y BATERÍAS DISPONIBLES EN UNA EMERGENCIA. AVANCE UN ESPACIO.

SALIDAS INDICADAS CLARAMENTE. AVANCE UN ESPACIO.

 **INICIO**





# ¡Rompedesastres! Cartas del juego

**YOUTH @ WORK**

Talking Safety

Material para entregar  
al alumno 11

**P:** Si está en un edificio y escucha una sirena de advertencia de tornado, ¿qué debe hacer?

**R:** Ir al nivel más bajo del edificio (al sótano, si tiene), un refugio contra tormentas o una habitación interna sin ventanas.

**P:** Si huele humo y sospecha que hay un incendio en algún lugar del edificio, ¿qué debe hacer?

**R:** Alertar a los demás. Hacer sonar la alarma de incendio, si hay. Salir del edificio. Llamar al 911 desde afuera.

**P:** Si alguien intenta robar a su lugar de trabajo con una pistola, ¿qué debe hacer?

**R:** Cooperar plenamente con lo que le indique del ladrón. No hacerse el héroe.

**P:** Si se derrama una sustancia química desconocida en su lugar de trabajo, ¿qué debe hacer?

**R:** Dejarla como está y llamar al supervisor.

**P:** ¿Cuántas salidas debe tener un lugar de trabajo?

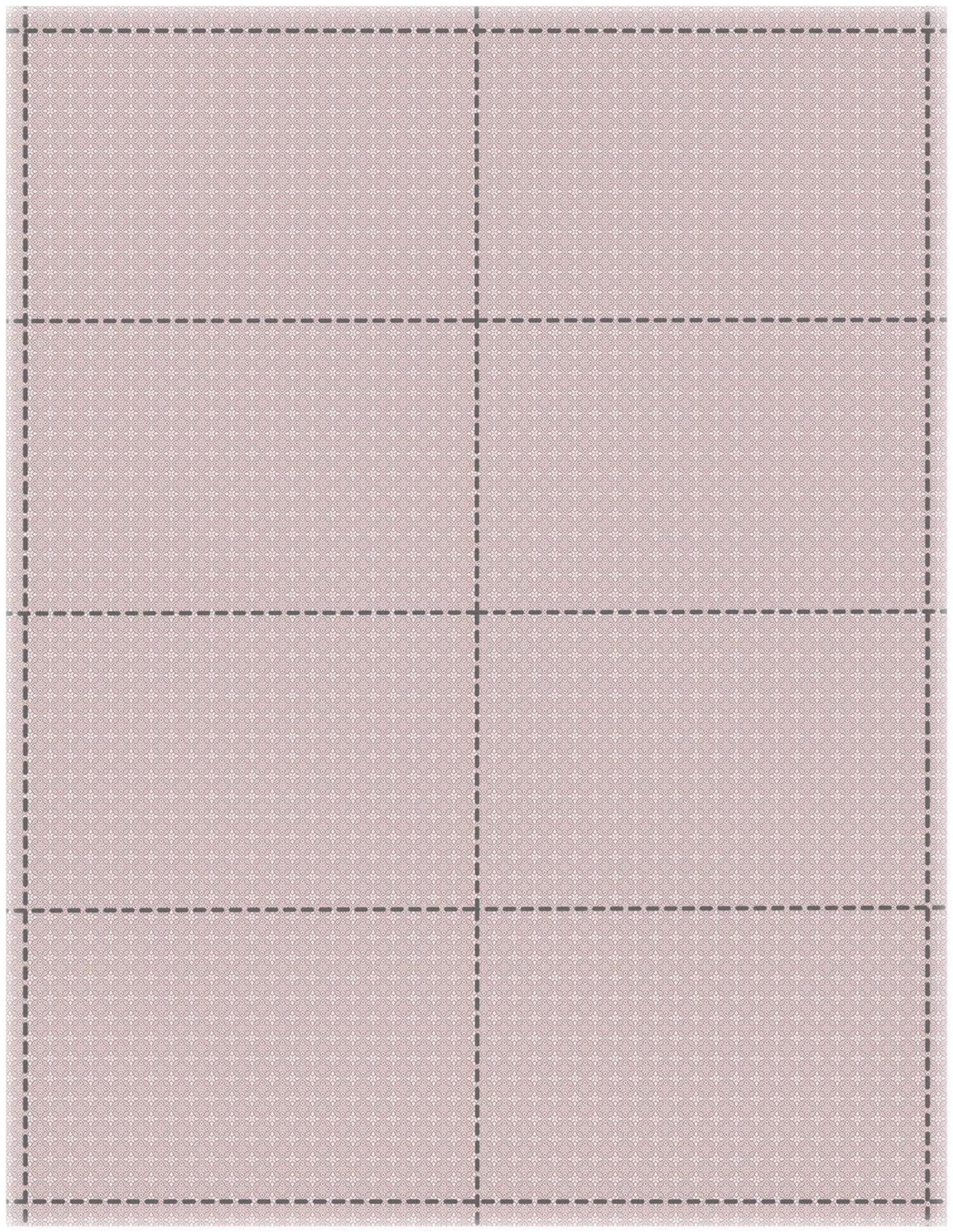
**R:** Las suficientes para que todos los empleados y clientes salgan de manera segura, pero como mínimo dos.

**P:** ¿Verdadero o falso?  
Si queda atrapado en un incendio, debe permanecer cerca del suelo.

**R:** Verdadero.

**P:** ¿Cuáles son los pasos para usar un extinguidor de incendios?

**R:** P-A-S-S:  
Quite (Pull) el precinto de seguridad y la traba; apunte (Aim) la boquilla; presione (Squeeze) la palanca; barra (Sweep) de lado a lado el extinguidor en la base del fuego.



**P:** ¿A qué número debe llamar para informar una emergencia?

**R:** 911

**P:** ¿Qué debe hacer ante una cortadura grave?

**R:** Presionar la herida y, si no hay huesos fracturados, elevar la herida por encima del nivel del corazón. Buscar atención médica.

**P:** Está trabajando en una construcción y un compañero cae en una zanja y se desmaya. ¿Qué hace usted?

**R:** Avisar a un supervisor. No ir tras él, usted puede ser la segunda víctima. Puede llamar al 911 (en zonas donde esté disponible el servicio).

**P:** ¿Qué debe hacer ante una quemadura muy grave?

**R:** Llamar al 911. No quitar ropa pegada a la zona quemada.

**P:** ¿Qué debe usar para apagar fuego producido por grasa sobre una estufa?

**R:** Usar la tapa de una olla o bicarbonato de sodio. Nunca usar agua ni harina.

**P:** ¿Qué debe hacer si está en un edificio y se corta la electricidad?

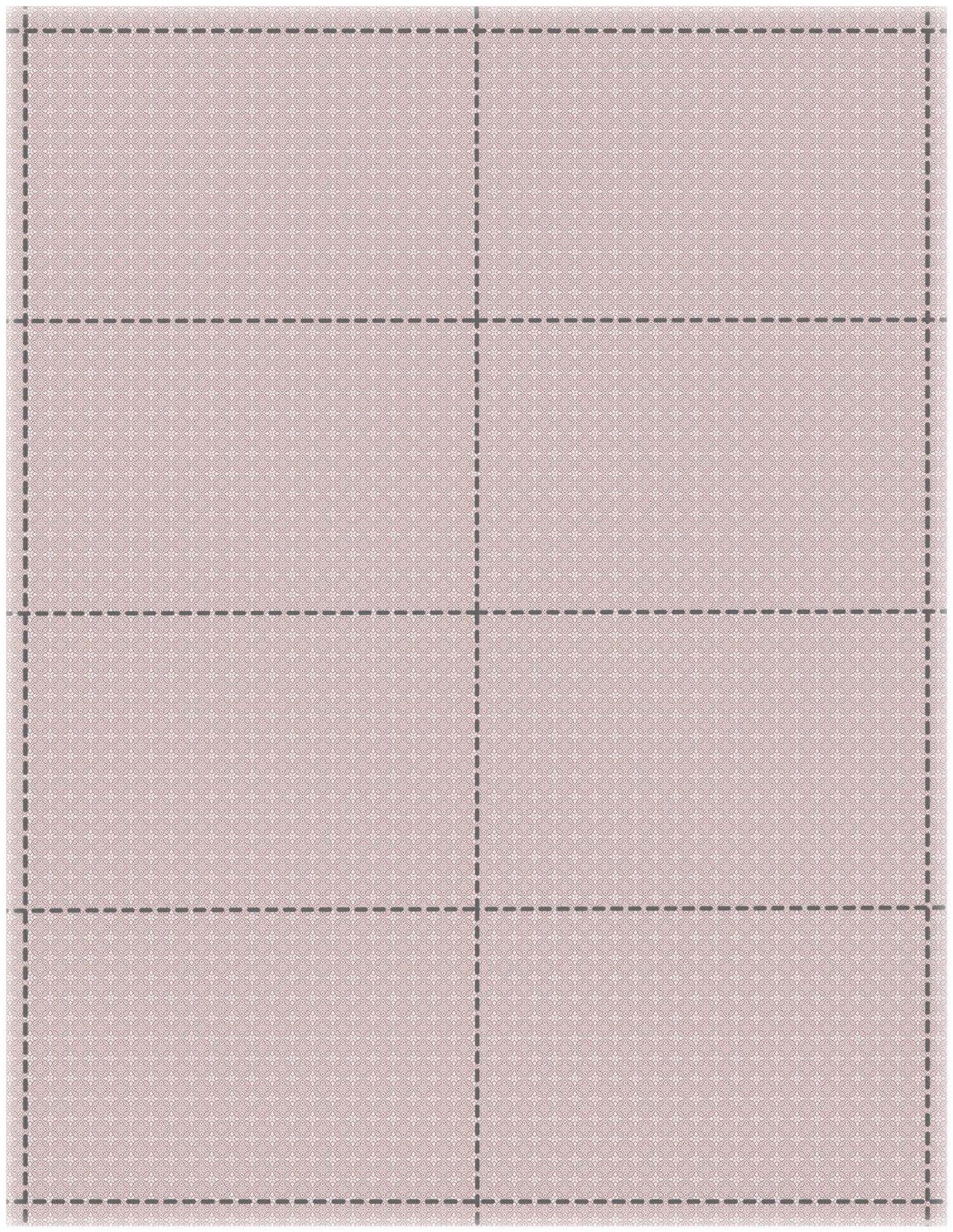
**R:** Mantener la calma; si se puede salir, buscar las señales de salida iluminadas. De lo contrario, quedarse en el lugar y consultar al supervisor.

**P:** Un compañero se resbala en el piso mojado, se golpea la cabeza y se desmaya. ¿Qué hace usted?

**R:** No moverlo, llamar al 911. Verificar la respiración y los latidos cardíacos. Administrar RCP si sabe hacerlo. Cubrirlo y mantenerlo abrigado.

**P:** Si una compañera se cae de una escalera y se lastima la espalda, ¿Qué hace usted?

**R:** No moverla (eso podría causar más daño). Pedir ayuda al 911.



**P:** Si se le prende fuego la ropa, ¿Qué debe hacer?

**R:** Parar, tirarse al suelo y rodar; o sofocar las llamas con una manta. Nunca correr.

**P:** Mencione al menos un factor que aumente su riesgo de sufrir un robo en el trabajo.

**R:** Trabajar solo; trabajar de noche; tener acceso a dinero.

**P:** ¿Qué letras aparecen en un extinguidor que pueden usarse en la mayoría tipos de incendio?

A-B-C

**R:** (A) Basura, madera, papel.  
(B) Líquidos, gases, solventes.  
(C) Equipo eléctrico.

Incendios de aceite y grasa requieren extintores tipo K.

**P:** ¿Cómo se llaman las fichas que brindan información sobre los productos químicos?

**R:** Fichas de datos de seguridad—SDS.

**P:** Mencione por lo menos un artículo que debe incluirse en un kit para emergencias.

**R:** Agua, linterna y baterías; suministros para primeros auxilios.

**P:** ¿Qué significa el símbolo de una calavera con tibias cruzadas?

**R:** Veneno.

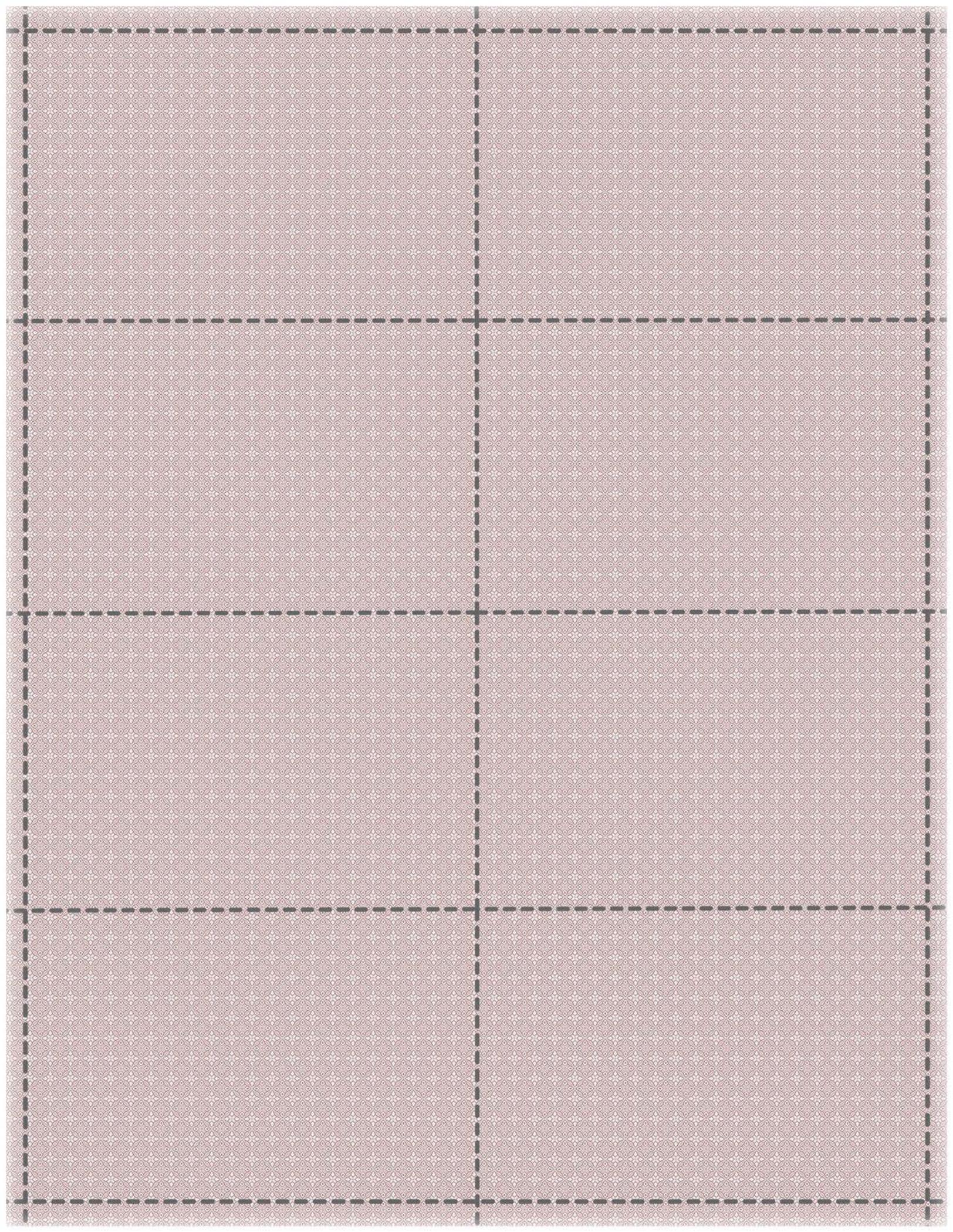


**P:** Si le entra una sustancia química en el ojo, ¿Qué debe hacer?

**R:** Enjuagar el ojo con agua durante al menos 15 minutos.

**P:** Mencione una medida de seguridad que pueda reducir la violencia en una tienda minorista.

**R:** Buena iluminación, botón antipánico u otro dispositivo de comunicación, guardia de seguridad, videocámara o ventanas despejadas (buena visibilidad desde el exterior).



**P:** ¿Cómo se previene el contagio de virus de la gripe?

**R:** Al toser o estornudar, cubrirse la nariz/boca con un pañuelo desechable. Lavarse las manos; no tocarse los ojos, la nariz ni la boca; quedarse en casa cuando está enfermo.

**P:** ¿Qué dos productos de limpieza comunes nunca deben mezclarse porque pueden formar un gas mortal?

**R:** Amoniaco y lejía (la mezcla libera gas de cloro, que puede ser mortal).

**P:** ¿Cuál es la diferencia entre un alerta meteorológico y un aviso meteorológico?

**R:** Alerta: Posible condiciones climáticas adversas durante las próximas horas.  
Aviso: Condiciones climáticas adversas observadas o previstas a la brevedad.

**P:** Si está conduciendo hacia su trabajo y ve el embudo de un tornado que se aproxima, ¿Qué debe hacer?

**R:** Salir del auto y acostarse en un lugar bajo.

**P:** Si está trabajando al aire libre cuando comienza una tormenta eléctrica y no puede refugiarse, ¿Qué debe hacer?

**R:** Ponerse en cuclillas cerca del suelo, sobre los metatarsos y permanecer lejos de árboles y objetos metálicos.

**P:** ¿Qué debe hacer si tiene contacto con una sustancia pero no sabe si es tóxica?

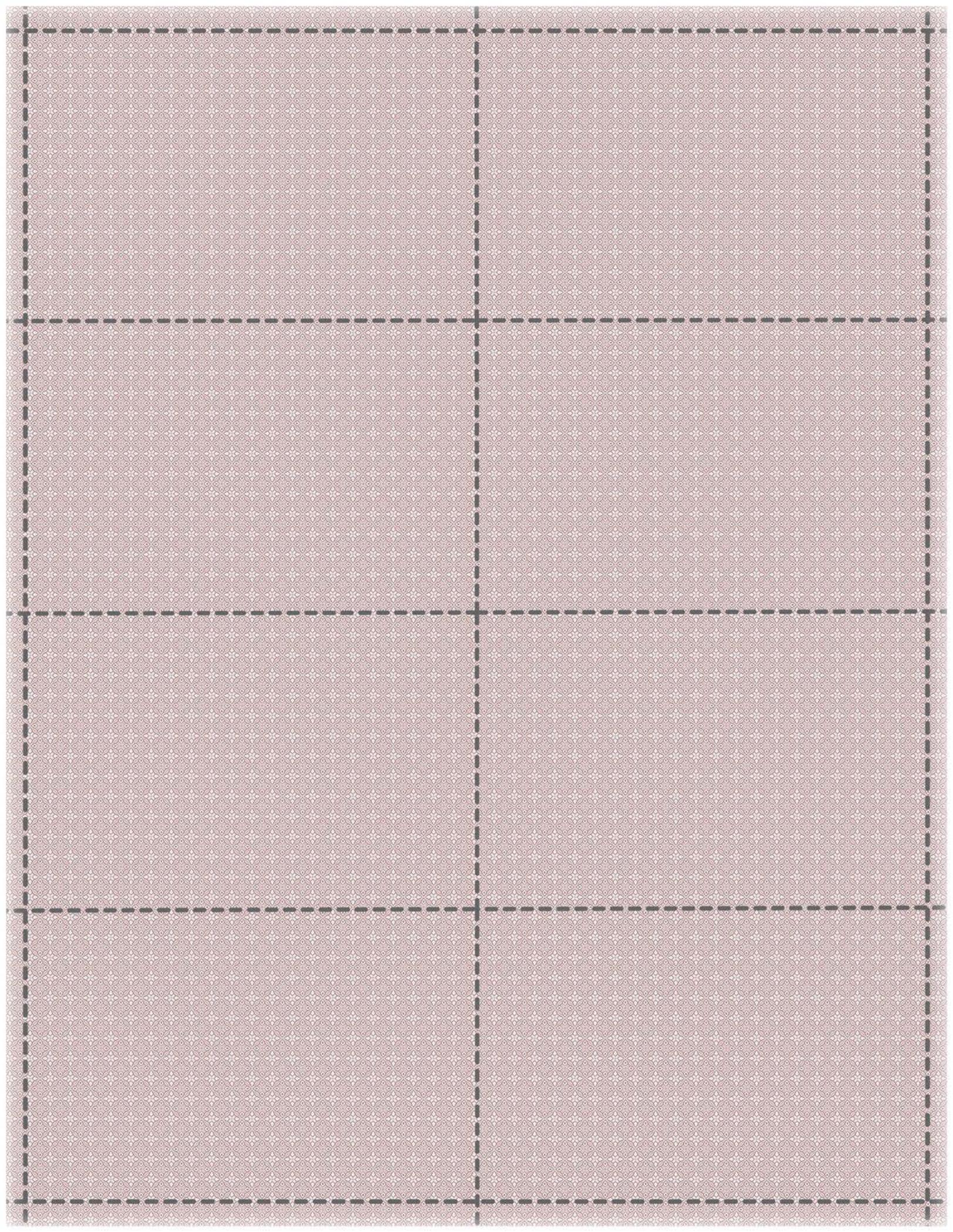
**R:** Llamar al Centro Nacional de Control de Intoxicaciones: 1-800-222-1222. No tratar de identificarla probándola, tocándola ni oliéndola.

**P:** ¿Qué pueden usar para derretir hielo sobre la acera en invierno?

**R:** Sal de roca.

**P:** Mencione al menos dos cosas que deben incluirse en un plan de acción ante emergencias.

**R:** Nombre de la persona a cargo, vías de escape, simulacros de práctica, sistemas de alarma, lugar de encuentro.



**P:** ¿Qué significa RCP y qué es?

**R:** Reanimación cardiopulmonar. La RCP es una combinación de respiración de rescate y compresiones de pecho que se practican a una víctima a la que dejó de latirle el corazón.

**P:** ¿Es seguro usar un teléfono celular o inalámbrico durante una tormenta?

**R:** Sí, son seguros porque no hay ninguna vía directa entre usted y los rayos. Solo se debe usar un teléfono con cable para emergencias.

**P:** Si una compañera sufre agotamiento por calor, ¿Qué debe hacer usted?

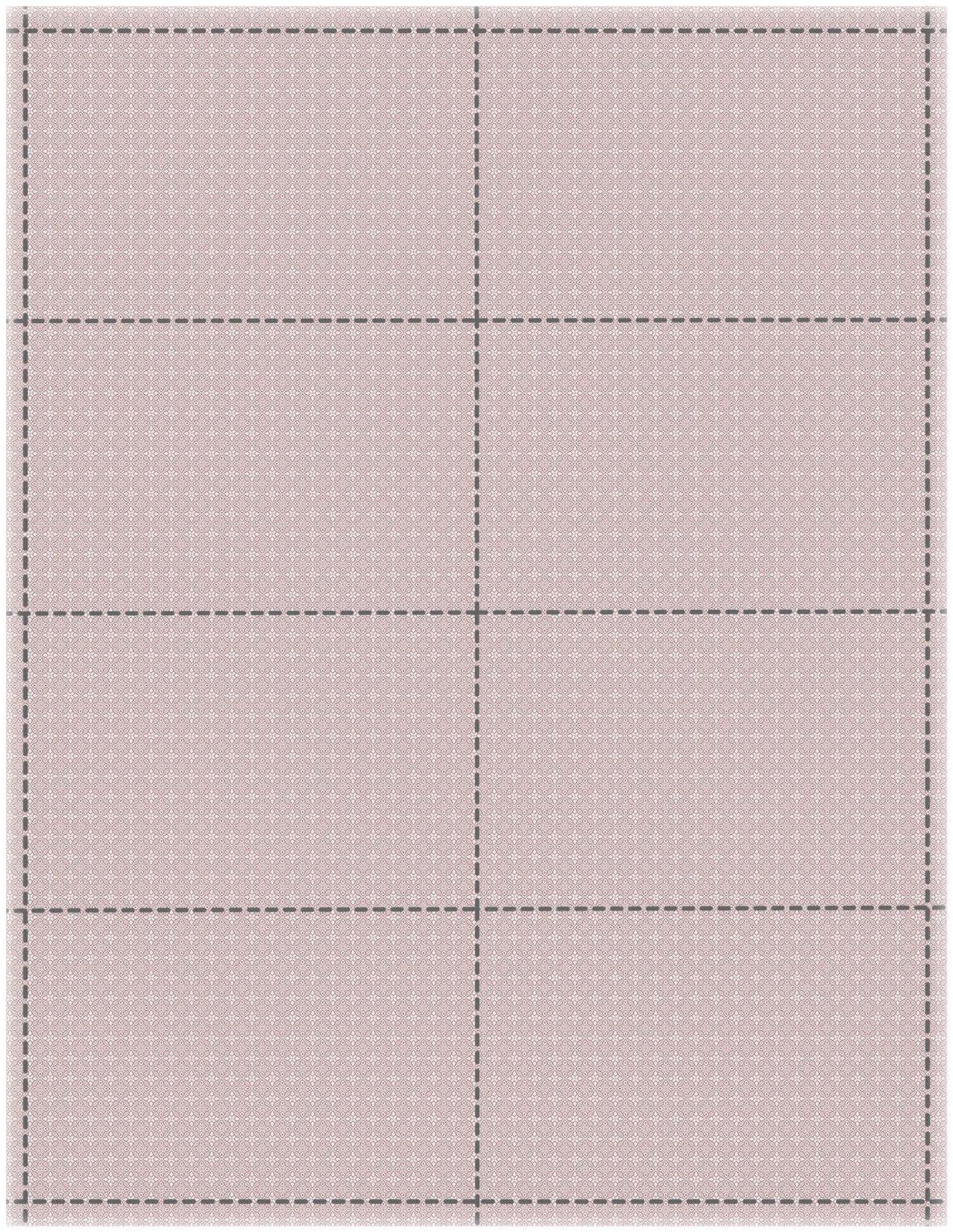
**R:** Retirar a la persona del sol. Darle agua fría. Acostarlo y levantarle los pies. Llamar al 911 (en áreas donde esté disponible el servicio).

**P:** Si está dentro de un edificio y comienza a sentir el temblor de un terremoto, ¿Qué debe hacer usted?

**R:** Ubicarse debajo de algo pesado o sólido, como un escritorio o una mesa.

**P:** Es tarde a la noche y está volviendo a casa del trabajo; su auto se descompone. ¿Qué hace?

**R:** Encender las luces intermitentes, poner seguro a las puertas y permanecer en el auto. Llamar para pedir ayuda o colocar un letrero que diga "Llame al 911." No abrir la puerta a desconocidos.



# EMERGENCIAS EN LAS NOTICIAS

## **HISTORIA 1:** Un incendio provocado por grasa en un restaurante quema a un empleado

El martes a la noche, en el restaurante Sunny's Family Restaurant, se inició un incendio que provocó lesiones críticas a un empleado y causó daños por \$100,000 al edificio. El fuego se inició cuando una sartén de freír llena de aceite que estaba calentándose en la estufa quedó sin vigilancia. El fuego se esparció rápidamente a los paños de cocina que colgaban cerca. Un empleado vio el fuego e intentó apagarlo echando agua sobre la estufa. Esto hizo que la grasa caliente le salpicara la cara, los brazos y el pecho. Al escuchar la conmoción, un compañero de trabajo les gritó a todos que salieran del restaurante de inmediato y llamó al 911. El departamento de bomberos apagó el incendio y asistió al empleado quemado. La víctima fue llevada al Mercy Hospital con heridas graves.

- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

## **HISTORIA 2:** Ladrón amenaza con un arma a joven empleado

El empleado de 16 años de una tienda local fue asaltado a punta de pistola la noche del jueves por un hombre enmascarado que le exigía dinero. El empleado estaba trabajando solo y estaba cerrando la tienda. El empleado luego le dijo a la policía que, después de vaciar la caja registradora, el asaltante lo ató y se fue con el dinero. Aunque el robo conmocionó al empleado, no sufrió heridas físicas. El nombre del empleado no se reveló por su edad.

¿Qué se hizo bien?

- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

### **HISTORIA 3: Padres elogian la rápida acción de una adolescente local**

Los padres Charlene Cook y Kelly Nelson, cuyos hijos asisten a la guardería Happy Go Lucky, llamaron esta semana a *Daily Times* para elogiar la rápida medida de Tamara Thompson, de 17 años, una de las empleadas estrella de Happy Go Lucky. Tamara vio que un recipiente lleno de lejía se había derramado cerca del armario de limpieza y que emanaba vapor en uno de los salones cercanos. Como sabe que algunos niños tienen asma, Tamara los llevó a la sala de otra maestra para evitar la exposición. Luego regresó corriendo con toallas de papel para limpiar el derrame. Desafortunadamente, Tamara tuvo problemas respiratorios después de limpiar la lejía y tuvieron que llevarla a la sala de emergencias para un examen. Actualmente se está recuperando en su casa, pero planea regresar al trabajo cuando se sienta mejor.

- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

### **HISTORIA 4: Joven trabajador de la construcción cae de una escalera**

Un pintor de casas, de 18 años, que estaba pintando el segundo piso de una casa ayer se cayó de la escalera y se quebró las piernas. También sufrió cortes graves cuando se enganchó el brazo en una valla de metal mientras caía. Los compañeros corrieron a ayudarlo y llamaron a una ambulancia. Los técnicos en emergencias médicas (emergency medical technicians, EMT) locales dijeron que los compañeros de trabajo llevaron al empleado que se había caído al jardín del frente y luego le aplicaron presión sobre la herida abierta para detener el sangrado.

- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

## **HISTORIA 5: La madre de un adolescente discapacitado cuestiona la respuesta del empleador durante un terremoto**

Los trabajadores administrativos de R&D Business Solutions se refugiaron bajo los escritorios y los marcos de las puertas durante un terremoto de 6.1 de magnitud que sacudió su edificio. Cuando el terremoto terminó, los trabajadores siguieron las señales de salida iluminadas hacia las escaleras. Bajaron 10 pisos por las escaleras y salieron a la calle. Gladys Royce, de Washington Township, tiene un hijo, Jason, que es empleado de la compañía. Se quejó de que a su hijo, que tiene síndrome de Down, lo dejaron solo para resolver qué hacer durante y después del terremoto. Los empleados y los supervisores no tenían idea de que Jason se había quedado en el piso 11. La compañía promete revisar su plan de acción ante emergencias y garantizar que el plan prepare y proteja a todos los empleados, incluidos aquellos que pueden necesitar más ayuda. (La Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo [EEOC] de los EE.UU. ofrece una ficha de datos sobre cómo obtener y usar la información médica de los empleados como parte de los procedimientos de evacuación de emergencia, disponible en [www.eeoc.gov/facts/evacuation.html](http://www.eeoc.gov/facts/evacuation.html). Esta información puede ayudar a responder a las preguntas de esta historia).

- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?

## **HISTORIA 6: Un tornado rompe las ventanas de una tienda de departamentos local**

Ayer pasó un tornado por la ciudad, que dejó sin electricidad a grandes áreas y dañó muchos edificios. El tornado hizo explotar la mayoría de las ventanas de la tienda de departamentos Johnson, en la calle 8 Este. Mientras volaban los vidrios, los empleados reunieron a los clientes en la sección central de cada piso del edificio de tres niveles. El cliente Tom Wilson agradeció la ayuda proporcionada por los empleados para alejar a todas las personas de las ventanas.

- ¿Qué se hizo bien?
- ¿Qué se hizo mal?
- ¿Qué se puede hacer para proteger mejor a los empleados y prepararlos?



# PLANES DE ACCIÓN ANTE EMERGENCIAS

La planificación puede preservar la seguridad de los trabajadores, los lugares de trabajo y las viviendas cuando hay una emergencia. El gobierno federal establece que casi todos los negocios deben tener un plan de acción de emergencia por escrito. El plan cubre lo que se necesita antes, durante y después de una emergencia. También establece los pasos que deben seguir todos en una emergencia.

El plan debe indicar quién estará a cargo en una emergencia. Debe indicar dónde se guardan las sustancias químicas y dónde encontrar las hojas de datos de seguridad. El plan también debe decir cómo proteger a los empleados, incluidos los trabajadores discapacitados.

## Capacitación y simulacros

Los empleados deben participar en capacitaciones y simulacros de práctica regulares para que todos sepan qué hacer en distintos tipos de emergencias. Los simulacros y la capacitación deben incluir esta información:

- Cómo informar una emergencia.
- Qué deben hacer los trabajadores.
- Cómo sonarán y se verán las alarmas y cómo se dará el aviso de “fin de peligro”.
- Dónde reunirse.
- Qué hacer si se derraman sustancias químicas.
- Cuándo y cómo usar equipo de emergencia.

## Sistemas de alarma

Todos los empleados deben poder ver, oír y entender las alarmas.

## Refugios y evacuación

El plan debe decir cómo se enterará usted de lo que debe saber si hay una emergencia. Debe saber dónde están los refugios internos y las salidas. Debe saber cuáles son las mejores vías de salida y las reglas que debe seguir mientras sale. Debe saber dónde encontrarse con los demás afuera.

El plan debe indicar claramente a qué parte del edificio dirigirse si hay posibilidad de un tornado o huracán. Ocasionalmente, alguien del trabajo debe verificar que no haya nada que obstruya las salidas y las vías de escape. El lugar de trabajo debe tener suficientes salidas y estas deben ser lo bastante anchas para que los trabajadores puedan salir rápidamente. Todos deben saber dónde reunirse afuera, para que alguien pueda contar quiénes salieron.

## Luces de emergencia

Las vías de salida deben tener luces de emergencia en todos los lugares donde trabajan personas.

## Equipo de emergencias

El plan debe enumerar el equipo de emergencia que necesita su lugar de trabajo. Eso puede incluir sistemas de rociado en el edificio, extintores de incendios, sistemas de lavado de ojos y duchas de seguridad, si se utilizan sustancias químicas.

## Qué hacer si alguien se lastima

El plan debe decir cuántos botiquines de primeros auxilios habrá disponibles, dónde encontrarlos y quién estará capacitado para usarlos. Los empleados deben saber quién está capacitado en primeros auxilios o RCP y dónde obtener ayuda médica, si es necesario.

**Para obtener más información sobre los planes de acción ante emergencias, visite el sitio web de la OSHA:**

<http://go.usa.gov/jvVT>



# ¿ES USTED UN ADOLESCENTE QUE TRABAJA EN CALIFORNIA?

¡PROTEJA SU SALUD! ¡CONOZCA SUS DERECHOS!

## ¿PODRÍA LASTIMARME O ENFERMARMEN EN EL TRABAJO?

La mano de Maya, de quince años, quedó atrapada en un rallador eléctrico de repollo en un restaurante de comida rápida. Su mano nunca volverá a ser igual y nunca podrá recuperar su funcionamiento completo.

Joe, de 17 años, era peón de albañil. Lo mató una descarga eléctrica cuando subió por una escalera de metal mientras sostenía un taladro eléctrico.

A Emily, de 16 años, la golpearon y le robaron a punta de pistola en una tienda de sándwiches. Estaba trabajando sola después de las 11 p. m.

Cada año, unos 179,000 adolescentes menores de 18 años sufren lesiones comerciales en los Estados Unidos. Cerca de 60,000 jóvenes llegan a una sala de emergencias para recibir tratamiento por una lesión relacionada con el trabajo. En promedio, mueren 37 adolescentes al año por lesiones comerciales.

Los trabajadores jóvenes enfrentan riesgos por equipos peligrosos, trabajo demasiado rápido o inseguro, y estrés. Como trabajadores jóvenes, tienen más probabilidades de lesionarse en el trabajo que una persona mayor. Hasta es posible que les pidan que realicen tareas que la ley prohíbe que hagan a su edad.



## ¿A QUÉ PELIGROS DEBO PRESTAR ATENCIÓN?

Tipo de trabajo	Ejemplos de peligros
Servicio de comidas	Pisos resbaladizos Parrillas Cuchillos Acoso o discriminación
Venta minorista/Ventas	Delitos violentos Levantar objetos pesados Acoso o discriminación
Oficina/Administrativo	Estrés Mal diseño de la estación de trabajo Acoso o discriminación
Cuidado de la salud/Limpieza	Sustancias químicas tóxicas Agujas desechadas Levantar objetos pesados Acoso o discriminación

# ¿CUÁLES SON MIS DERECHOS EN EL TRABAJO?

## Usted tiene derecho legal a:

Un lugar de trabajo seguro y saludable. Esto debe incluir ser capacitado con palabras que usted comprenda. Es posible que su jefe también tenga que enseñarle cómo manejar emergencias y peligros, como sustancias químicas.

Equipo de seguridad gratuito, como tapones para los oídos, guantes, gafas de seguridad y vestimenta especial (si es necesaria).

Ganar al menos el salario mínimo. En California, el salario mínimo es de \$11.00 por hora para las empresas con 26 o más empleados y \$10.50 por hora para las empresas con 25 o menos empleados. Esto no se aplica a algunos empleos. Consulte <http://go.usa.gov/jvVT>.

Beneficios de compensación para los trabajadores si se lastima en el trabajo, incluyendo:

- Atención médica, aunque no falte al trabajo.
- Pago de parte del lucro cesante.
- Otro tipo de ayuda si sufre problemas médicos a largo plazo por la lesión comercial.

## También tiene derecho a lo siguiente:

Denunciar problemas de seguridad a la OSHA (Administración de Seguridad y Salud Ocupacional).

Reporte un problema de seguridad y salud laboral de manera anónima o confidencial.

Trabajar donde no sea acosado (maltratado) por su raza, color de piel, religión, sexo, embarazo, lugar de nacimiento, discapacidad, edad o información genética. El acoso puede venir de cosas como chistes o imágenes ofensivas, insultos raciales, presión para mantener relaciones sexuales, comentarios indeseados sobre religión y graffiti.

Pedir cambios en su lugar de trabajo por creencias religiosas o una afección médica.

Hablar con sus compañeros de trabajo sobre cuánto ganan y las condiciones en las que trabajan.

Ayudar a personas que estén investigando o inspeccionando su lugar de trabajo para ver si se está violando alguna ley. Esto podría incluir leyes que promueven la seguridad en el lugar de trabajo, que protegen a los menores que trabajan o relativas a la paga que se recibe. Las leyes también pueden protegerlo de ser discriminado o acosado. Usted no puede ser maltratado ni despedido por responder a preguntas a alguien que está haciendo este tipo de revisión.

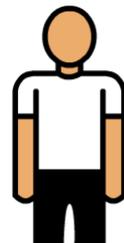
Unirse a un sindicato o crear uno. También puede participar en iniciativas para mejorar las condiciones de trabajo, la paga y los beneficios.

## ¿Está bien hacer cualquier tipo de trabajo?

**¡NO!** Las leyes comerciales protegen a los adolescentes de realizar trabajos peligrosos. Se aplican otras leyes a los trabajos rurales.

### LISTED TIENE DERECHO A HACERSE OÍR

Si cree que no se están cumpliendo las leyes de seguridad, trabajo infantil o salarios. También debe hacerse oír si piensa que se están violando leyes que protegen a los trabajadores de la discriminación y el acoso. Está prohibido por ley que lo despidan o maltraten de cualquier otra manera por denunciar esos problemas. La ley también lo protege si se lastima en el trabajo y solicita que le paguen los gastos médicos.



# TRABAJOS PROHIBIDOS PARA TRABAJADORES NO AGRÍCOLAS JÓVENES

Las leyes federales de trabajo infantil para los trabajadores no agrícolas dependen de la edad del trabajador joven y el tipo de trabajo. La edad mínima para el trabajo no agrícola cubierta por estas leyes es de 14 años de edad. Ciertos trabajos son muy peligrosos para cualquier persona menor de 18 años. A las personas de 14 y 15 años de edad se les aplican otras restricciones. Se deben seguir estas reglas a menos que se aplique una de las exenciones de trabajo infantil.

**LAS LEYES DE TRABAJO INFANTIL DE MUCHOS ESTADOS SON MÁS RESTRICTIVAS QUE LAS LEYES FEDERALES. ¡CONSULTE CON EL DEPARTAMENTO DE TRABAJO DE SU ESTADO PARA ASEGURARSE DE QUE EL TRABAJO QUE USTED ESTÁ HACIENDO ESTÁ PERMITIDO!**

<http://www.dir.ca.gov/DLSE/>

## SI ES MENOR DE 18 AÑOS, PODRÍA NO TRABAJAR EN O CON LO SIGUIENTE:

1. Fabricación y almacenamiento de explosivos.
2. Conducir un vehículo automotor y ser un ayudante externo en un vehículo automotor.
3. Minería de carbón.
4. Extinción y prevención de incendios forestales, gestión de terrenos madereros, servicios de silvicultura, explotación forestal, y ocupaciones de aserradero.
5. Máquinas de carpintería eléctricas.\*
6. Exposición a sustancias radioactivas.
7. Dispositivos elevadores eléctricos (incluyendo montacargas).
8. Máquinas eléctricas para moldear, perforar y cortar metal.\*
9. Minería, además de minería de carbón.
10. Envasado o procesamiento de carne vacuna o de aves de corral (incluido el uso de máquinas cortadoras de carne eléctricas).
11. Máquinas de panadería eléctricas.
12. Compactadoras de papel, compactadoras y máquinas para productos de papel.\*
13. Fabricación de ladrillos, azulejos y productos relacionados.
14. Sierras eléctricas circulares, sierras de banda, hojas de guillotina, motosierras, sierras recíprocas, trituradoras de madera y discos de corte abrasivos.\*
15. Operaciones de demolición, derribo y desguace.
16. Operaciones de colocación de techos y todo el trabajo realizado en o sobre el techo.\*
17. Operaciones de excavación.\*

## ADEMÁS, UNA PERSONA DE 14 O 15 AÑOS PODRÍA NO TRABAJAR EN:

- |   |  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. Trabajos peligrosos identificados por la Secretaría de Trabajo.</li><li>2. Fabricación, procesamiento (incluyendo servicios de tintorería) y ocupaciones de minería.</li><li>3. Comunicaciones o trabajos de servicios públicos.</li><li>4. Construcción o trabajos de reparación.</li><li>5. Operación o asistencia en el manejo de maquinaria eléctrica o aparatos elevadores que no sean las típicas máquinas de oficina.</li><li>6. Trabajar como asistente de atracciones u operador de atracciones en un parque de diversiones o "despachante" en lo más alto de los toboganes de agua elevados.</li><li>7. Conducir un vehículo automotor o ser ayudante de un conductor.</li><li>8. Venta ambulante, publicidad con carteles o ventas a domicilio.</li><li>9. Caza o cuidado de aves de corral.</li><li>10. Ser salvavidas en un ambiente natural como lagos, ríos, playas marítimas, canteras, estanques (el joven debe tener al menos 15 años de edad y estar certificado adecuadamente para poder ser guardavidas en una piscina de natación tradicional o en un parque de diversiones acuático).</li><li>11. Trabajos de mensajería pública.</li><li>12. Transporte de personas o bienes.</li><li>13. Salas de trabajo donde se fabrican, extraen o procesan productos.</li><li>14. Bodega y almacenamiento.</li></ol> | <ol style="list-style-type: none"><li>15. Trabajar en un cuarto de calderas o sala de máquinas, ya sea dentro o en los alrededores.</li><li>16. Cocinar, excepto con parrillas a gas o eléctricas que no requieran cocinar sobre una llama y con freidoras automáticas profundas que estén equipadas con y utilicen dispositivos que automáticamente coloquen y saquen las cestas dentro y fuera de la grasa o el aceite caliente.</li><li>17. Hornear.</li><li>18. Operar, instalar, ajustar, limpiar, aceitar, o reparar rebanadoras eléctricas de alimentos, trituradoras, picadoras o cortadoras y mezcladoras para panadería.</li><li>19. Trabajos en cámaras de frío para carne o congeladores, excepto que los menores pueden ingresar ocasionalmente a un congelador por un corto período de tiempo para buscar artículos.</li><li>20. Carga o descarga de camiones, vagones o cintas transportadoras excepto en circunstancias muy limitadas.</li><li>21. Procesamiento de carne y trabajos en áreas donde se procesa la carne.</li><li>22. Mantenimiento o reparación de un edificio o su equipo.</li><li>23. Lavado exterior de ventanas que involucre trabajar desde el alféizar de una ventana.</li><li>24. Cualquier trabajo que involucre el uso de escaleras de mano, andamios o equipos similares.</li><li>25. Trabajo en un depósito, excepto el trabajo administrativo y en oficinas.</li></ol> |
|---|--|

El Departamento de Trabajo de los EE.UU. brinda información más detallada sobre los trabajos mencionados anteriormente:

[www.dol.gov/whd/regs/compliance/childlabor101\\_text.htm#6](http://www.dol.gov/whd/regs/compliance/childlabor101_text.htm#6)

Se aplican exenciones generales, mientras que las exenciones limitadas de aprendiz/estudiante-participante se aplican a los trabajos marcados con un \*.

## ¿HAY OTROS TRABAJOS QUE NO PUEDO HACER?

**¡SI!** Muchos trabajos, además de los mencionados aquí, están restringidos para los **trabajadores jóvenes**. La edad mínima para la mayoría de los empleos es de 14 años, excepto trabajos como cuidar niños, jardinería, reparto de periódicos, actuación y entretenimiento. **Consulte al departamento de trabajo de su estado, consejero escolar o coordinador de colocación de empleos para estar seguro de que se le permite realizar un trabajo.**

## ¿NECESITO UN PERMISO DE TRABAJO?

**¡SI!** Si tiene menos de 18 años y planea trabajar, debe obtener un permiso de trabajo de su escuela o de la oficina del distrito escolar (a menos que se haya graduado de la escuela secundaria). Su empleador también debe tener en archivo una copia de “prueba de edad” (tal como un certificado de nacimiento o licencia de conducir).

## ¿QUÉ DEBO HACER PARA ESTAR SEGURO EN EL TRABAJO?

**Para trabajar de manera segura, usted debe**

- Seguir todas las reglas e instrucciones de seguridad.
- Usar equipo y vestimenta de seguridad que lo protejan, cuando sea necesario.
- Conocer los peligros que los afectan a usted y a sus compañeros.
- Mantener las áreas de trabajo limpias y ordenadas.
- Saber qué hacer en una emergencia.
- Notificar cualquier peligro para la salud y la seguridad al supervisor.
- Hacer preguntas si hay algo que no entiende.

### **HOSTIGAMIENTO COMERCIAL: ¡¿ES ILEGAL?**

El hostigamiento comercial se produce cuando alguien lo intimida, usa palabras abusivas, lo maltrata o lo amenaza. Toda persona que haga eso puede estar incumpliendo la política de la empresa o violando la ley. ¿Qué puede hacer si siente que es víctima de hostigamiento en el lugar de trabajo? Llevar registros de los momentos en los que se sintió maltratado. Hablar con un adulto de confianza. El hostigamiento en el lugar de trabajo puede afectar su trabajo... ¡y su salud!



## ¿DEBERÍA TRABAJAR HASTA TAN TARDE O TANTAS HORAS?

Las leyes de trabajo infantil protegen a los adolescentes de 14 a 17 años de trabajar demasiadas horas, hasta demasiado tarde, desde demasiado temprano o en ciertos trabajos peligrosos. La siguiente tabla muestra las horas que en California pueden trabajar los adolescentes. (Algunos distritos escolares pueden tener reglas que restrinjan los horarios todavía más. Además, puede que algunas de las reglas no se apliquen a los adolescentes en programas educativos de experiencia comercial, o a los adolescentes que trabajen en un negocio que sea de sus padres/tutores). Los trabajos rurales tienen otras reglas de horarios comerciales para los menores de 16 años.



### HORARIOS DE TRABAJO PARA ADOLESCENTES EN CALIFORNIA

Permitido	De 14 y 15 años	De 16 y 17 años
Horario de trabajo	De 7 a. m. a 7 p. m., desde el Día del Trabajo hasta el 1 de junio, excepto durante las horas escolares requeridas. De 7 a. m. a 9 p. m., desde el 1. de junio hasta el Día del Trabajo.	De 5 a. m. a 10 p. m. cuando hay que ir a la escuela al día siguiente De 5 a. m. a 12:30 a. m. cuando no hay que ir a la escuela al día siguiente
Cantidad máxima de horas que se puede trabajar durante el periodo lectivo	18 horas por semana, pero no más de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 horas por día los días de clase, incluidos los viernes.</li> <li>• 8 horas por día los sábados y domingos.</li> </ul>	48 horas por semana, pero no más de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 horas al día de lunes a jueves</li> <li>• 8 horas al día de viernes a domingo y días festivos</li> </ul>
Cantidad máxima de horas que se puede trabajar fuera del periodo lectivo	40 horas por semana 8 horas por día 6 días por semana	48 horas por semana 8 horas por día 6 días por semana

## ¿QUÉ PASA SI ME LASTIMO EN EL TRABAJO?

Informe al supervisor de inmediato. Si es menor de 18 años, informe también a sus padres o tutores. Busque tratamiento médico de emergencia si es necesario. Pida un formulario de reclamación a su empleador u obtenga uno de su proveedor de atención médica si su empleador no le da uno de inmediato.

Complete el formulario y entréguelo a su empleador para estar seguro de recibir los beneficios de la compensación para los trabajadores.

## COMPENSACIÓN PARA LOS TRABAJADORES:

### ¿Sabía usted que...?

- Puede recibir ayuda incluso si
  - **Es menor de 18 años.**
  - **Trabaja de forma temporal o medio tiempo (en la mayoría de los casos).**
- Recibirá ayuda aunque piense que la lesión fue culpa suya.
- No está obligado a ser residente legal de Estados Unidos para recibir ayuda.
- No puede demandar a su empleador por una lesión comercial (en la mayoría de los casos).

## ¿QUÉ PASA SI TENGO UN PROBLEMA RELACIONADO CON LA SEGURIDAD?

Informe el problema al supervisor, padres, docentes, representante de capacitación comercial o delegado sindical.

Comuníquese con el NIOSH (Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional) para obtener información general sobre seguridad:

1-800-232-4636  
[www.cdc.gov/niosh](http://www.cdc.gov/niosh)

Llame al Centro Nacional de Recursos de Seguridad para Trabajadores Jóvenes (National Young Worker Safety Resource Center) a fin de obtener información y asesoramiento sobre seguridad y salud. Hay mucho material disponible en español.

1-510-642-5507  
<http://youngworkers.org/nywsrsc/>

### PARA DENUNCIAR UN PROBLEMA DE SEGURIDAD O SALUD

Cal / OSHA  
1-866-924-9757  
<http://www.dir.ca.gov/DOSH>

OSHA (Administración de  
Seguridad y Salud Ocupacional)  
1-800-321-OSHA (6742)  
<http://www.osha.gov/>

### PARA DENUNCIAR UN PROBLEMA RELACIONADO CON LA PAGA O CON LAS LEYES DE TRABAJO INFANTIL

División para el Cumplimiento de las Normas  
Laborales de California  
1-415-703-5300  
<http://www.dir.ca.gov/DLSE>

División de Salarios y Horarios del  
Departamento de Trabajo de los EE.UU.  
1-866-487-9243  
<http://www.dol.gov/whd>

### PARA DENUNCIAR ACOSO O DISCRIMINACIÓN

Departamento de Empleo Justo y Vivienda de  
California  
1-800-884-1684  
<http://www.dfeh.ca.gov>

Comisión para la Igualdad de  
Oportunidades en el Empleo de los EE.UU.  
1-800-669-4000  
TTY: 1-800-669-6820  
<http://www.eeoc.gov/employees/charge.cfm>

### PARA AVERIGUAR SOBRE AYUDA PARA TRABAJADORES LESIONADOS

División de Compensación para Trabajadores de California  
1-800-736-7401  
<http://www.dir.ca.gov/DWC>

# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 1

# B I N G O



4 horas



7:00 p. m.

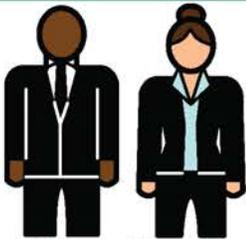
**Si**



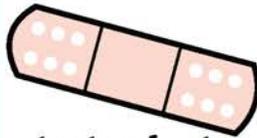
compactador



18 horas



el empleador



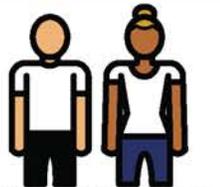
tratamiento  
médico y lucro  
cesante

División para el  
Cumplimiento  
de las Normas  
Laborales de  
California

Departamento  
de Empleo Justo  
y Vivienda de  
California



estaciones de  
trabajo con  
computadoras  
deficientes



trabajadores  
jóvenes

\$ \_\_\_\_\_  
por hora

**ESPACIO**



**LIBRE**



taponos para  
los oídos



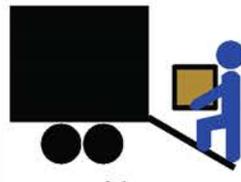
minería



productos  
de limpieza



toboganes de  
agua elevados



cargar/descargar  
camiones



9:00 p. m.



respetar las reglas  
de seguridad

informar al  
supervisor;  
recibir  
tratamiento;  
completar un  
formulario de  
reclamación.



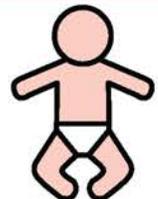
8 horas



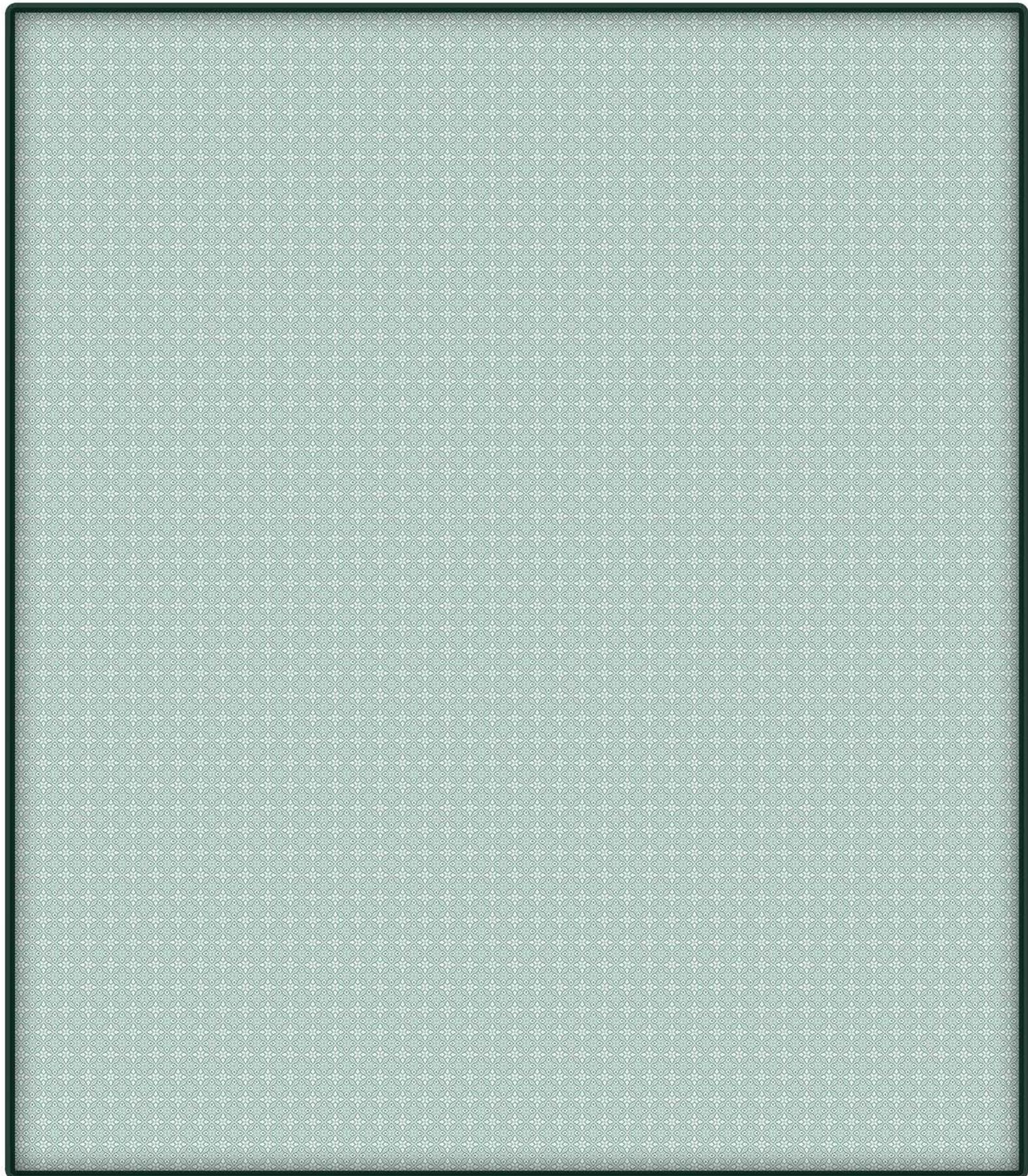
12:30 a. m.



10:00 p. m.



cuidado de niños

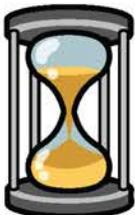
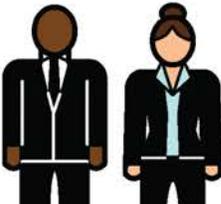
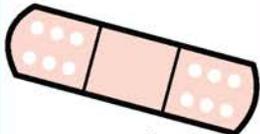


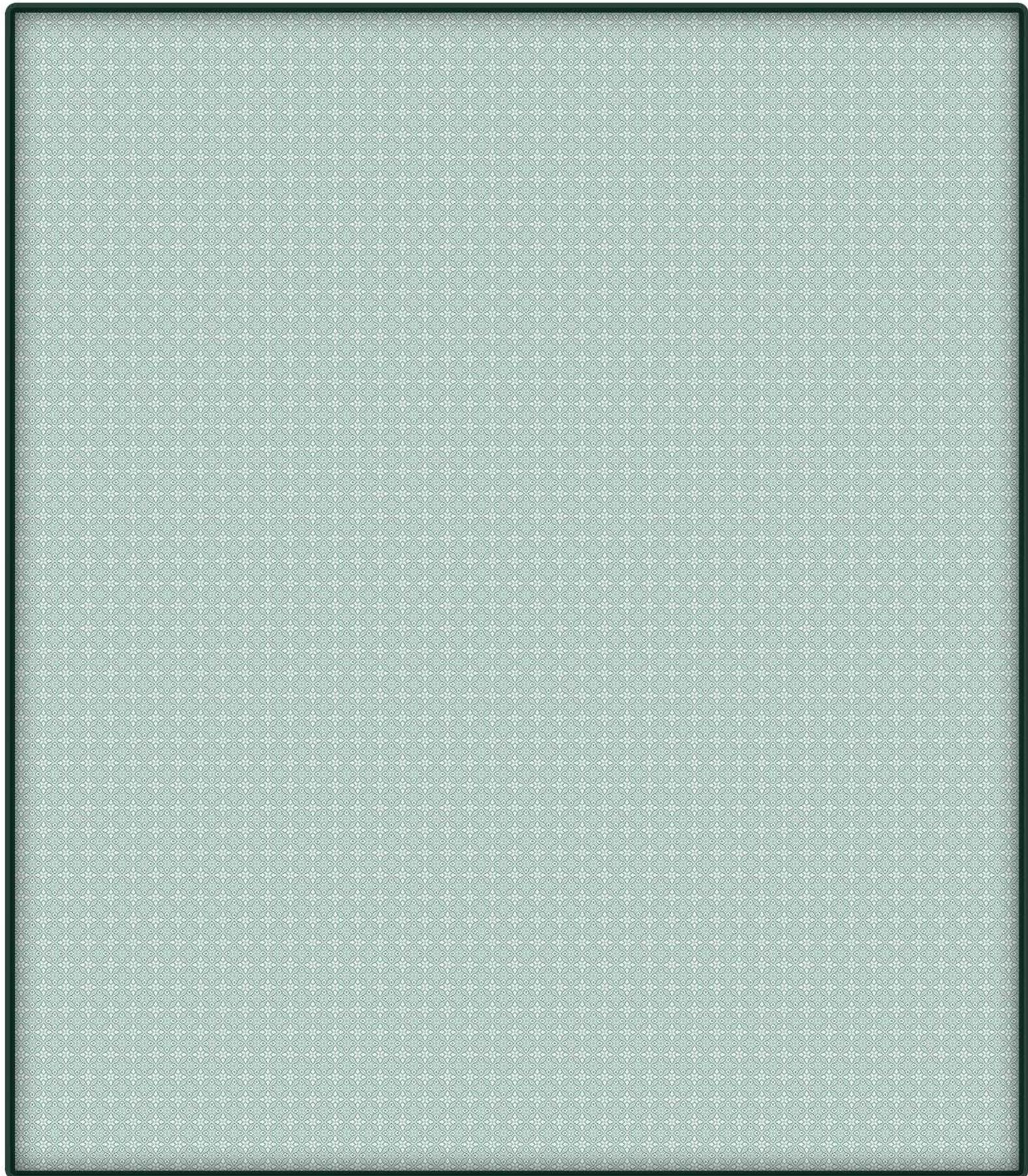
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 2

# B I N G O

 <p><b>evaluar los peligros</b></p>	 <p><b>8 horas</b></p>	 <p><b>40 horas</b></p>	<p><b>\$ _____ por hora</b></p>	 <p><b>guantes</b></p>
 <p><b>4 horas</b></p>	 <p><b>el empleador</b></p>	 <p><b>18 horas</b></p>	<p><b>Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California</b></p>	 <p><b>tratamiento médico y lucro cesante</b></p>
 <p><b>7:00 p. m.</b></p>	 <p><b>equipo eléctrico</b></p>	<p><b>ESPACIO</b></p>  <p><b>LIBRE</b></p>	 <p><b>montacargas</b></p>	<p><b>Cal/OSHA</b></p>
<p><b>Si</b></p>	 <p><b>12:30 a. m.</b></p>	 <p><b>trabajo de jardinería</b></p>	 <p><b>9:00 p. m.</b></p>	 <p><b>estrés</b></p>
<p><b>División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California</b></p>	 <p><b>agujas desechadas</b></p>	 <p><b>colocar y reparar techos</b></p>	 <p><b>lagos y rios</b></p>	 <p><b>10:00 p. m.</b></p>

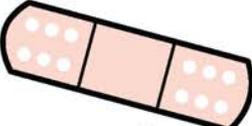
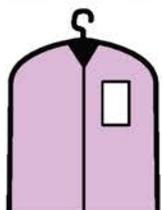
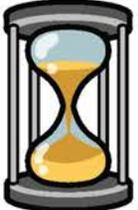


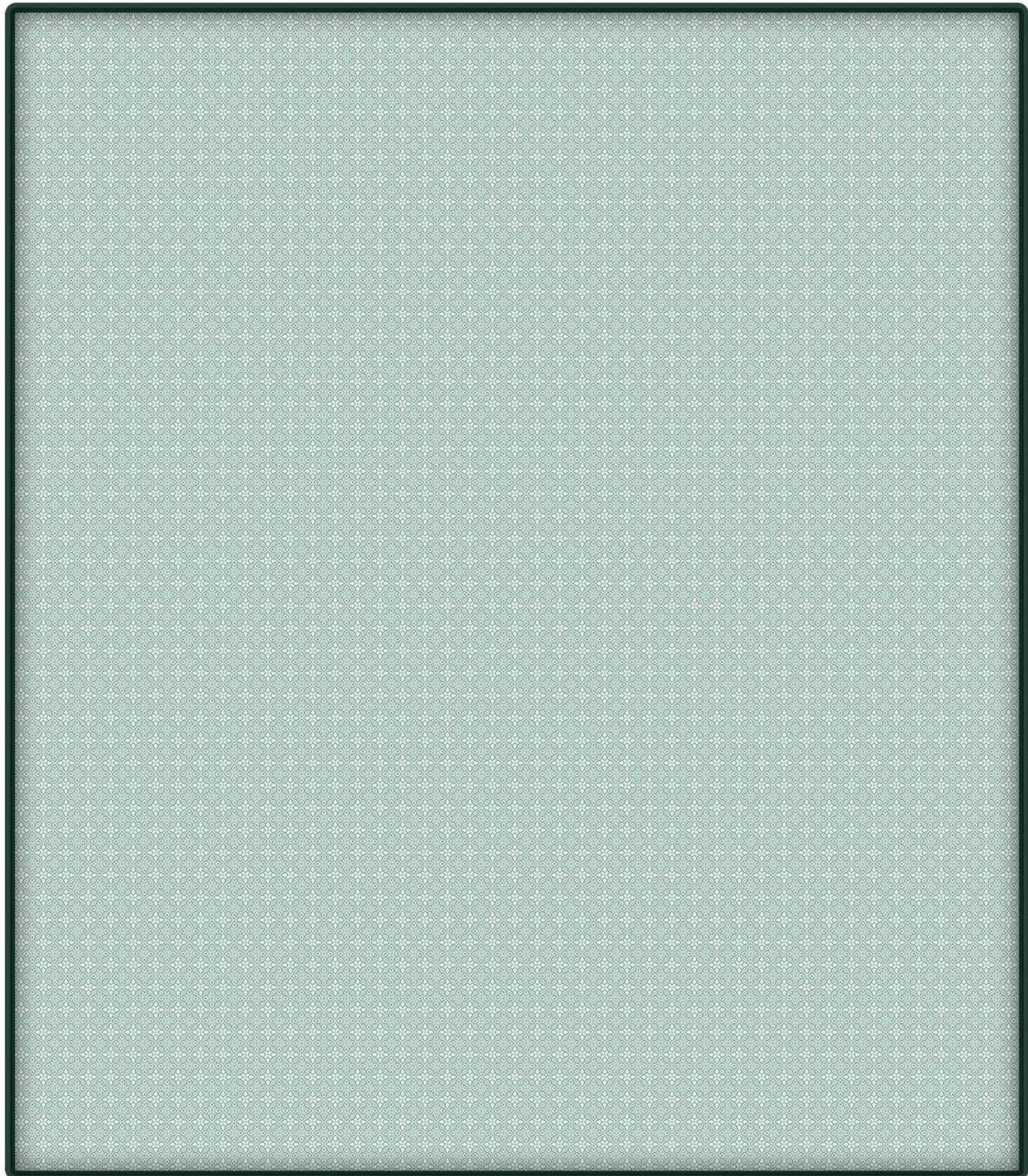
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 3

# B I N G O

 <p>recibir capacitación en seguridad</p>	 <p>8 horas</p>	<b>Si</b>	 <p>compactador</p>	 <p>18 horas</p>
 <p>tratamiento médico y lucro cesante</p>	 <p>explotación forestal y serrería</p>	 <p>9:00 p. m.</p>	 <p>12:30 a. m.</p>	 <p>playas marítimas</p>
 <p>estrés</p>	 <p>trabajadores jóvenes</p>	<b>ESPACIO</b>  <p><b>LIBRE</b></p>	<b>Cal/OSHA</b>	 <p>lavado en seco</p>
<p>\$ _____ por hora</p>	 <p>agujas desechadas</p>	Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California	 <p>cuidado de niños</p>	 <p>7:00 p. m.</p>
 <p>el empleador</p>	informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.	 <p>10:00 p. m.</p>	 <p>4 horas</p>	División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California



# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 4

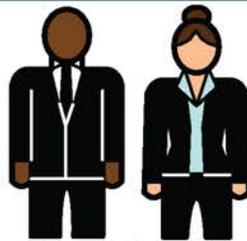
# B I N G O



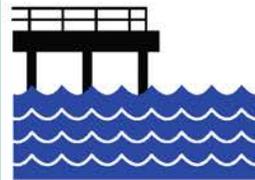
4 horas



agujas  
desechadas



el empleador



canteras y  
muelles

informar al  
supervisor;  
recibir  
tratamiento;  
completar un  
formulario de  
reclamación.



18 horas

\$ \_\_\_\_\_  
por hora



12:30 a. m.



respetar las reglas  
de seguridad



compactador



10:00 p. m.



minería

ESPACIO

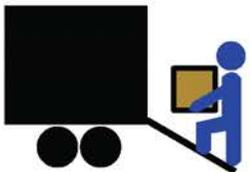


LIBRE

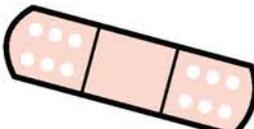


9:00 p. m.

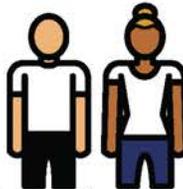
Departamento  
de Empleo Justo  
y Vivienda de  
California



cargar/descargar  
camiones



tratamiento  
médico y lucro  
cesante



trabajadores  
jóvenes



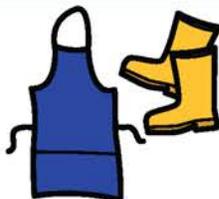
40 horas



8 horas



7:00 p. m.



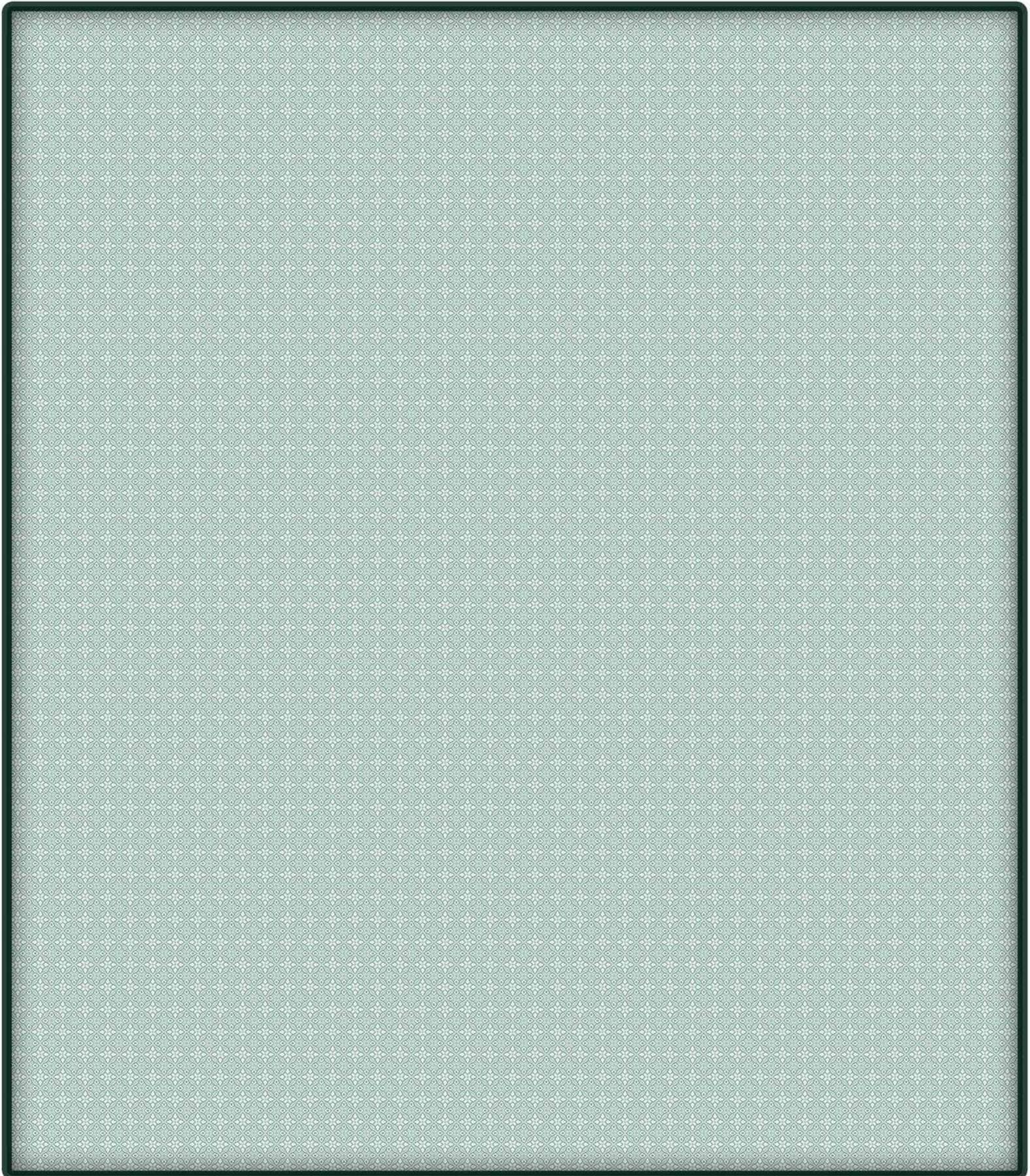
vestimenta  
especial

División para el  
Cumplimiento  
de las Normas  
Laborales de  
California

Si



estrés

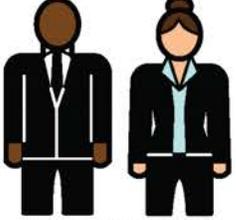
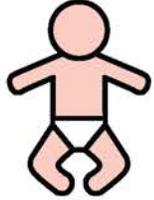
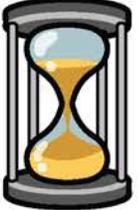
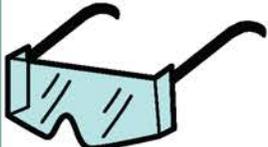
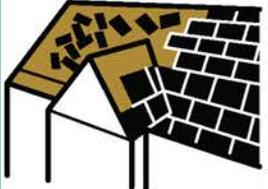
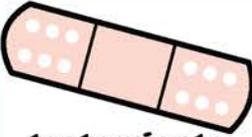
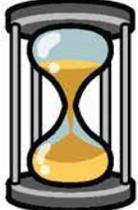


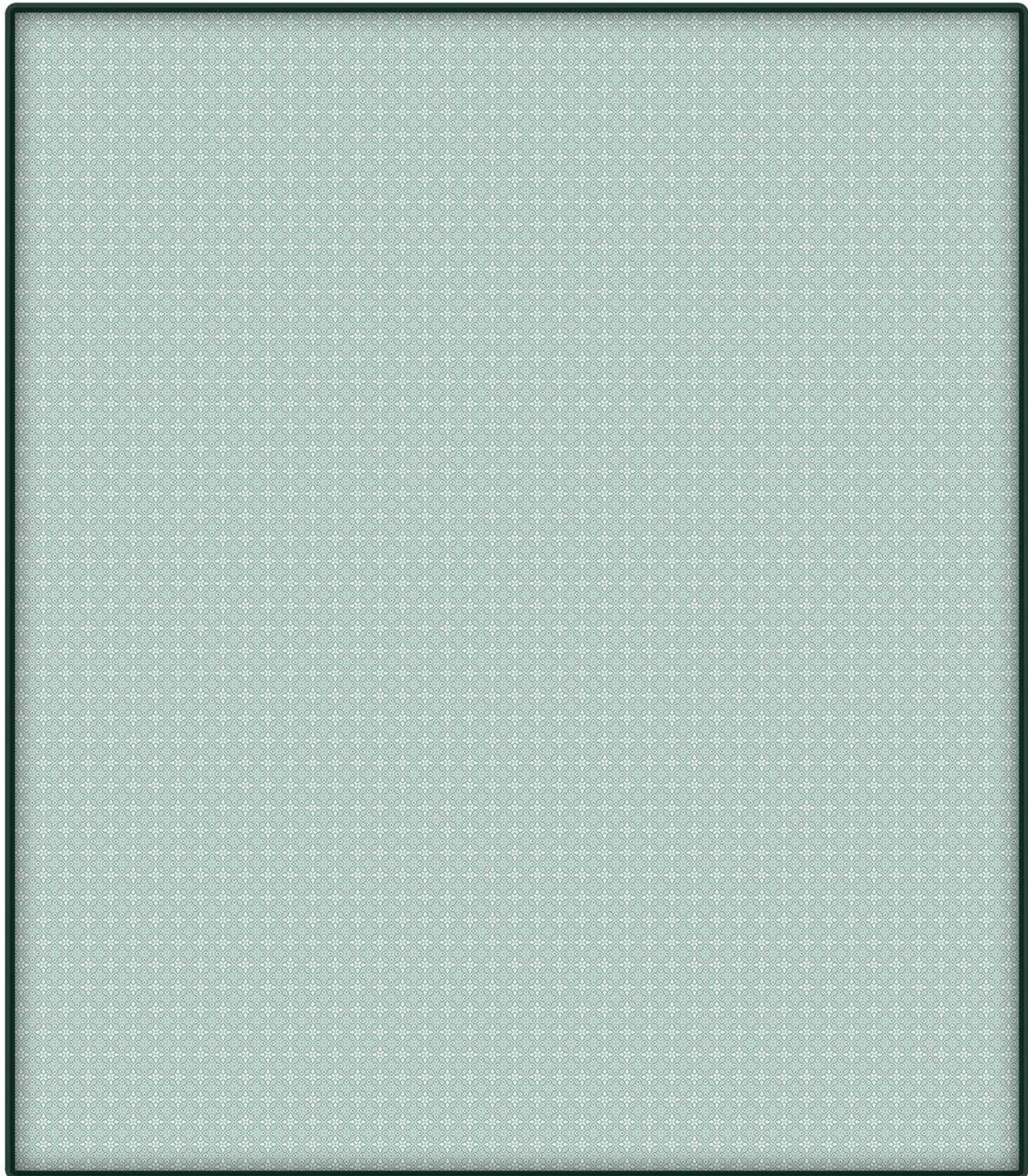
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 5

# B I N G O

 <p>lagos y ríos</p>	 <p>equipo eléctrico</p>	 <p>18 horas</p>	 <p>7:00 p. m.</p>	 <p>el empleador</p>
 <p>cuidado de niños</p>	 <p>agujas desechadas</p>	<p>División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California</p>	 <p>10:00 p. m.</p>	<p>\$ _____ por hora</p>
 <p>cortadora de carne</p>	 <p>recibir capacitación en seguridad</p>	<p>ESPACIO</p>  <p>LIBRE</p>	 <p>12:30 a. m.</p>	 <p>8 horas</p>
 <p>4 horas</p>	<p>informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.</p>	<p>Si</p>	 <p>gafas de seguridad</p>	 <p>colocar y reparar techos</p>
 <p>9:00 p. m.</p>	 <p>estrés</p>	<p>Cal/OSHA</p>	 <p>tratamiento médico y lucro cesante</p>	 <p>40 horas</p>

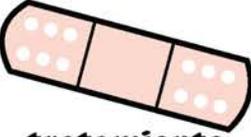
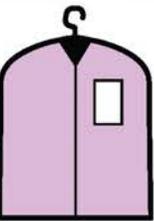
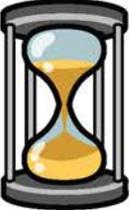
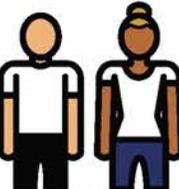
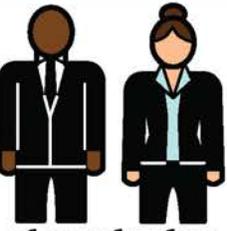


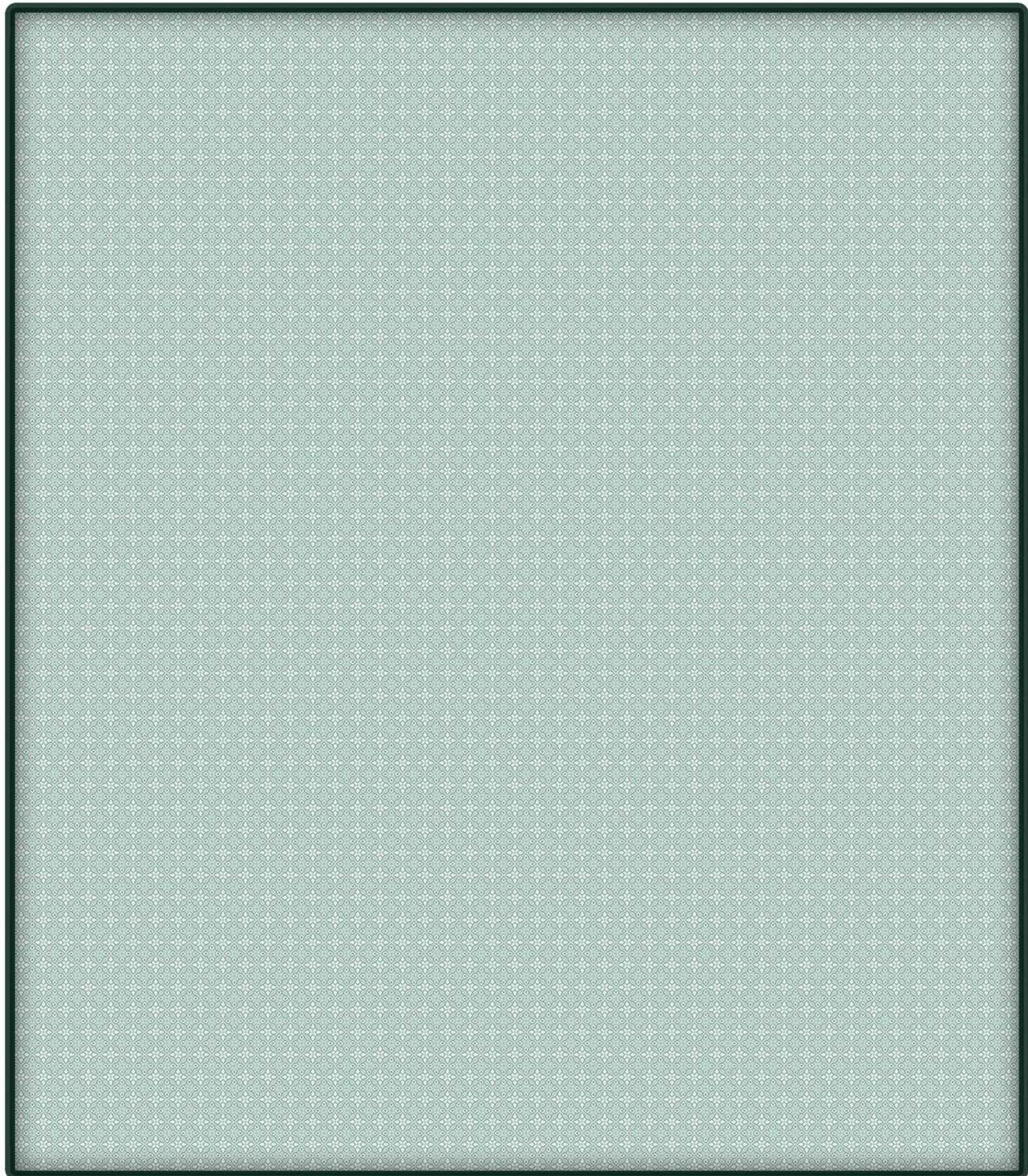
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 6

## B I N G O

 <p><b>estrés</b></p>	 <p><b>guantes</b></p>	 <p><b>12:30 a. m.</b></p>	<b>Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California</b>	 <p><b>18 horas</b></p>
<b>División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California</b>	<b>Si</b>	 <p><b>tratamiento médico y lucro cesante</b></p>	<b>\$ _____ por hora</b>	 <p><b>agujas desechadas</b></p>
 <p><b>lavado en seco</b></p>	 <p><b>10:00 p. m.</b></p>	<b>ESPACIO</b>  <p><b>LIBRE</b></p>	 <p><b>4 horas</b></p>	 <p><b>toboganes de agua elevados</b></p>
 <p><b>minería</b></p>	 <p><b>40 horas</b></p>	 <p><b>7:00 p. m.</b></p>	<b>Cal/OSHA</b>	 <p><b>informar de condiciones inseguras</b></p>
 <p><b>cuidado de niños</b></p>	 <p><b>cortadora de carne</b></p>	 <p><b>trabajadores jóvenes</b></p>	 <p><b>el empleador</b></p>	 <p><b>8 horas</b></p>

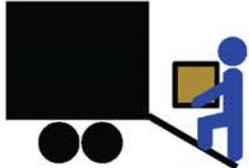
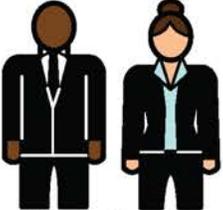
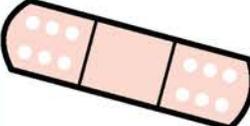
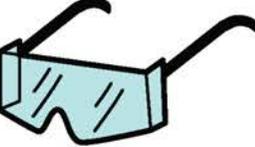


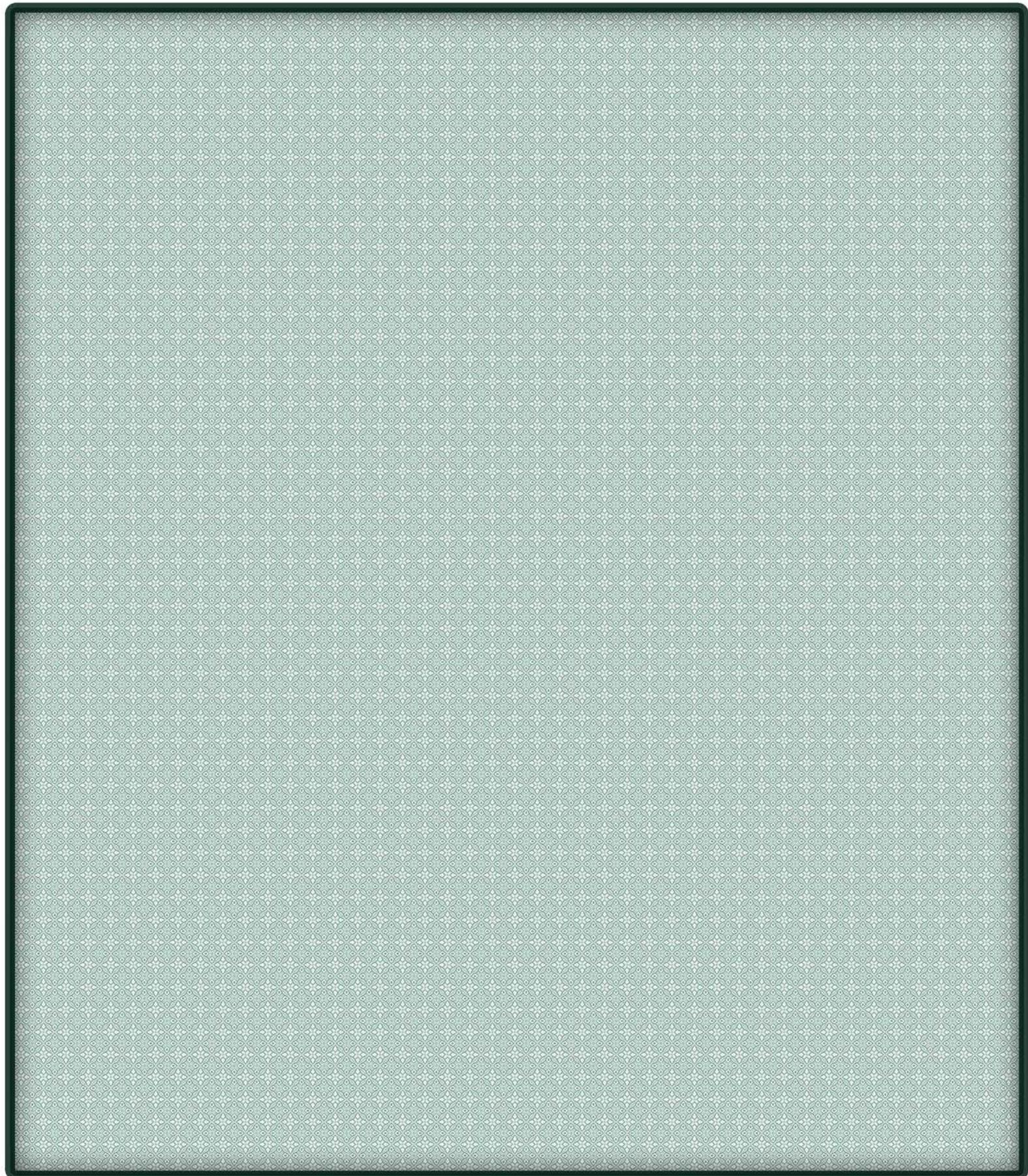
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 7

# B I N G O

 <b>respetar las reglas de seguridad</b>	 <b>cargar/descargar camiones</b>	 <b>40 horas</b>	 <b>explotación forestal y serrería</b>	 <b>18 horas</b>
 <b>8 horas</b>	 <b>12:30 a. m.</b>	 <b>trabajo de jardinería</b>	 <b>montacargas</b>	 <b>productos de limpieza</b>
 <b>lagos y ríos</b>	<b>informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.</b>	<b>ESPACIO</b>  <b>LIBRE</b>	<b>División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California</b>	 <b>4 horas</b>
<b>\$ _____ por hora</b>	<b>Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California</b>	 <b>el empleador</b>	 <b>tratamiento médico y lucro cesante</b>	<b>Si</b>
 <b>gafas de seguridad</b>	 <b>10:00 p. m.</b>	 <b>estaciones de trabajo con computadoras deficientes</b>	 <b>7:00 p. m.</b>	<b>Cal/OSHA</b>

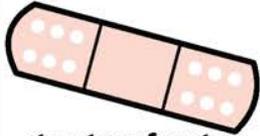
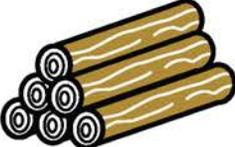
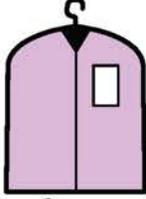
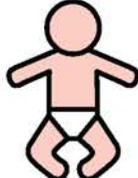
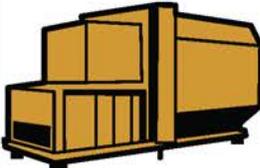
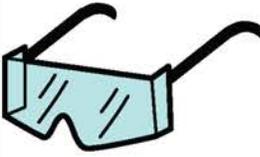
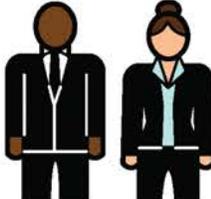


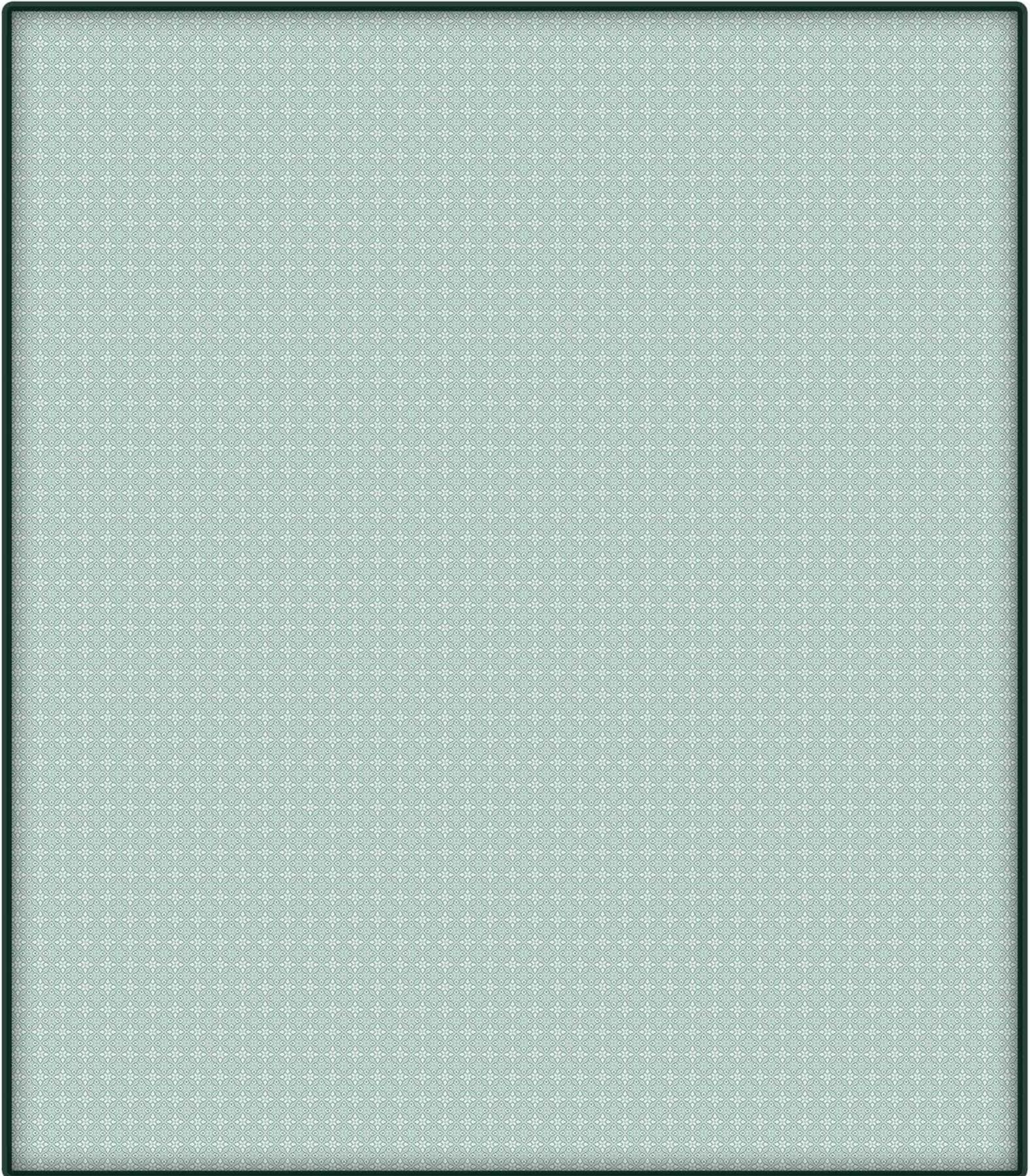
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 8

# B I N G O

 <b>recibir capacitación en seguridad</b>	 <b>tratamiento médico y lucro cesante</b>	<b>Si</b>	 <b>explotación forestal y serrería</b>	 <b>estaciones de trabajo con computadoras deficientes</b>
<b>División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California</b>	 <b>lavado en seco</b>	 <b>cuidado de niños</b>	 <b>7:00 p. m.</b>	 <b>productos de limpieza</b>
<b>informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.</b>	 <b>10:00 p. m.</b>	<b>ESPACIO</b>  <b>LIBRE</b>	<b>Cal/OSHA</b>	 <b>8 horas</b>
<b>\$ _____ por hora</b>	 <b>compactador</b>	 <b>4 horas</b>	 <b>9:00 p. m.</b>	 <b>12:30 a. m.</b>
 <b>18 horas</b>	 <b>gafas de seguridad</b>	 <b>playas marítimas</b>	 <b>el empleador</b>	<b>Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California</b>

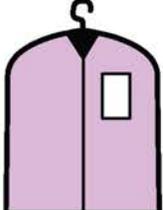
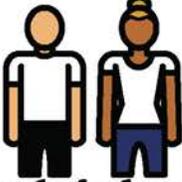
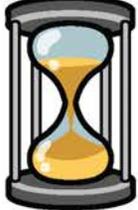
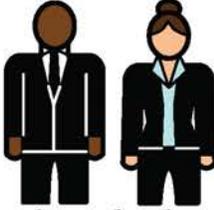
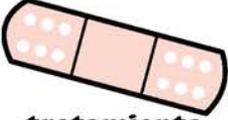


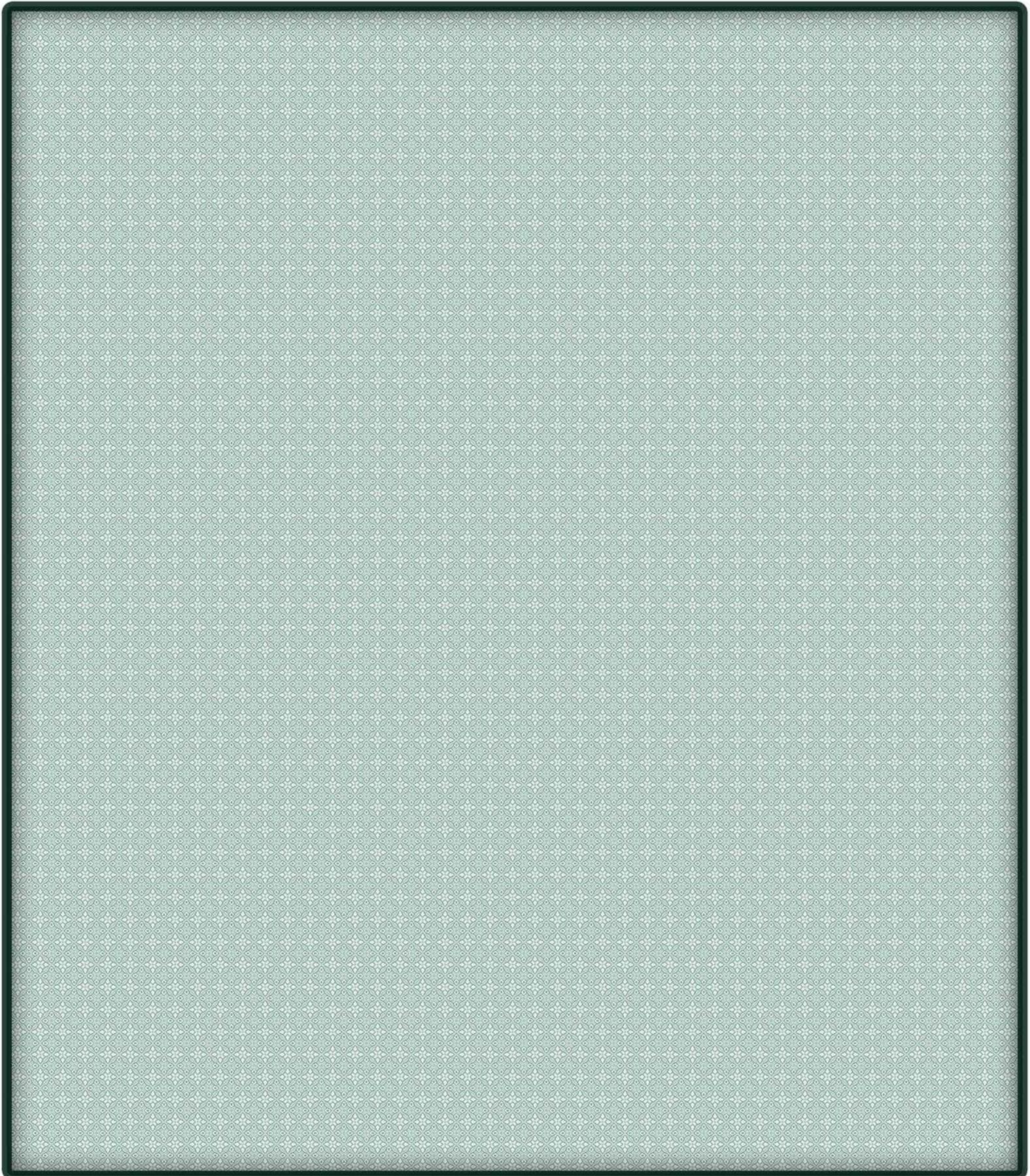
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 9

# B I N G O

<b>Cal/OSHA</b>	 <b>10:00 p. m.</b>	 <b>9:00 p. m.</b>	 cortadora de carne	 <b>18 horas</b>
 productos de limpieza	 lavado en seco	 estaciones de trabajo con computadoras deficientes	División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California	Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California
 trabajo de jardinería	 canteras y muelles	<b>ESPACIO</b>  <b>LIBRE</b>	 vestimenta especial	 trabajadores jóvenes
 <b>7:00 p. m.</b>	 <b>8 horas</b>	 <b>12:30 a. m.</b>	 <b>4 horas</b>	<b>\$ _____</b> <b>por hora</b>
 minería	<b>Si</b>	 evaluar los peligros	 el empleador	 tratamiento médico y lucro cesante

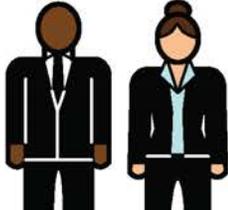
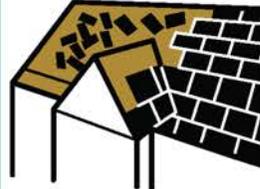
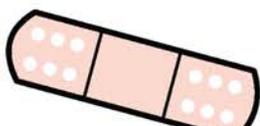
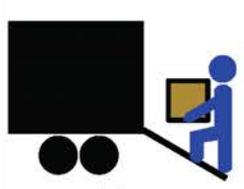
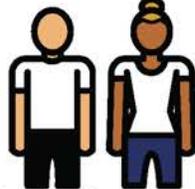
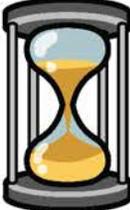


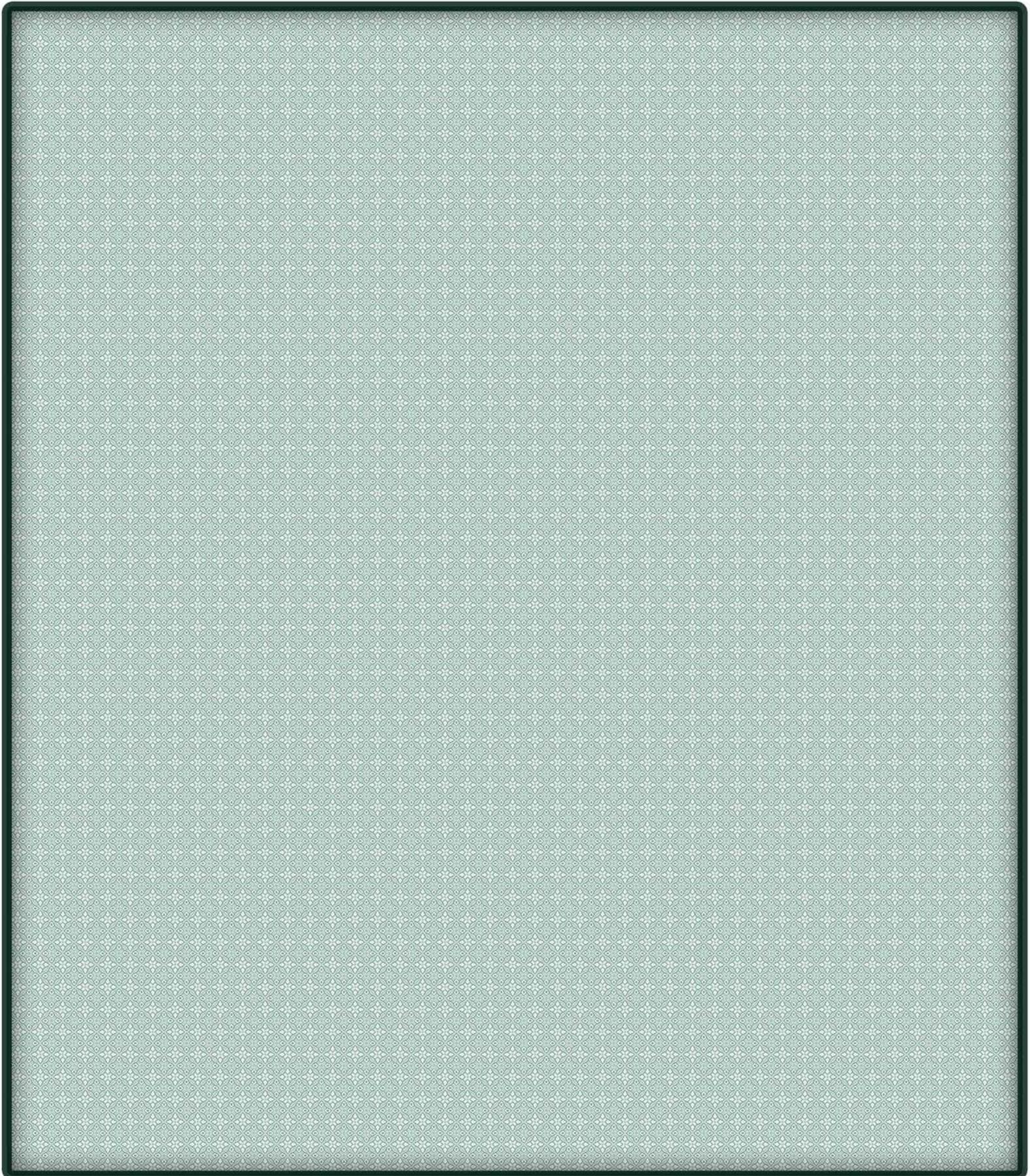
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 10

# B I N G O

 el empleador	 colocar y reparar techos	<b>Si</b>	Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California	 18 horas
 tratamiento médico y lucro cesante	 12:30 a. m.	 cuidado de niños	informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.	 cargar/descargar camiones
 estrés	 compactador	<b>ESPACIO</b>  <b>LIBRE</b>	<b>Cal/OSHA</b>	 9:00 p. m.
<b>\$ _____</b> por hora	 trabajadores jóvenes	 agujas desechadas	 8 horas	 7:00 p. m.
 4 horas	 informar de condiciones inseguras	 10:00 p. m.	 tapones para los oídos	División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California

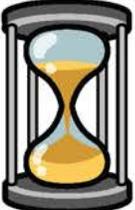
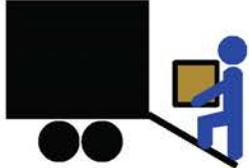
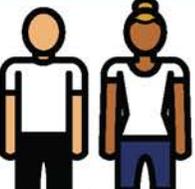


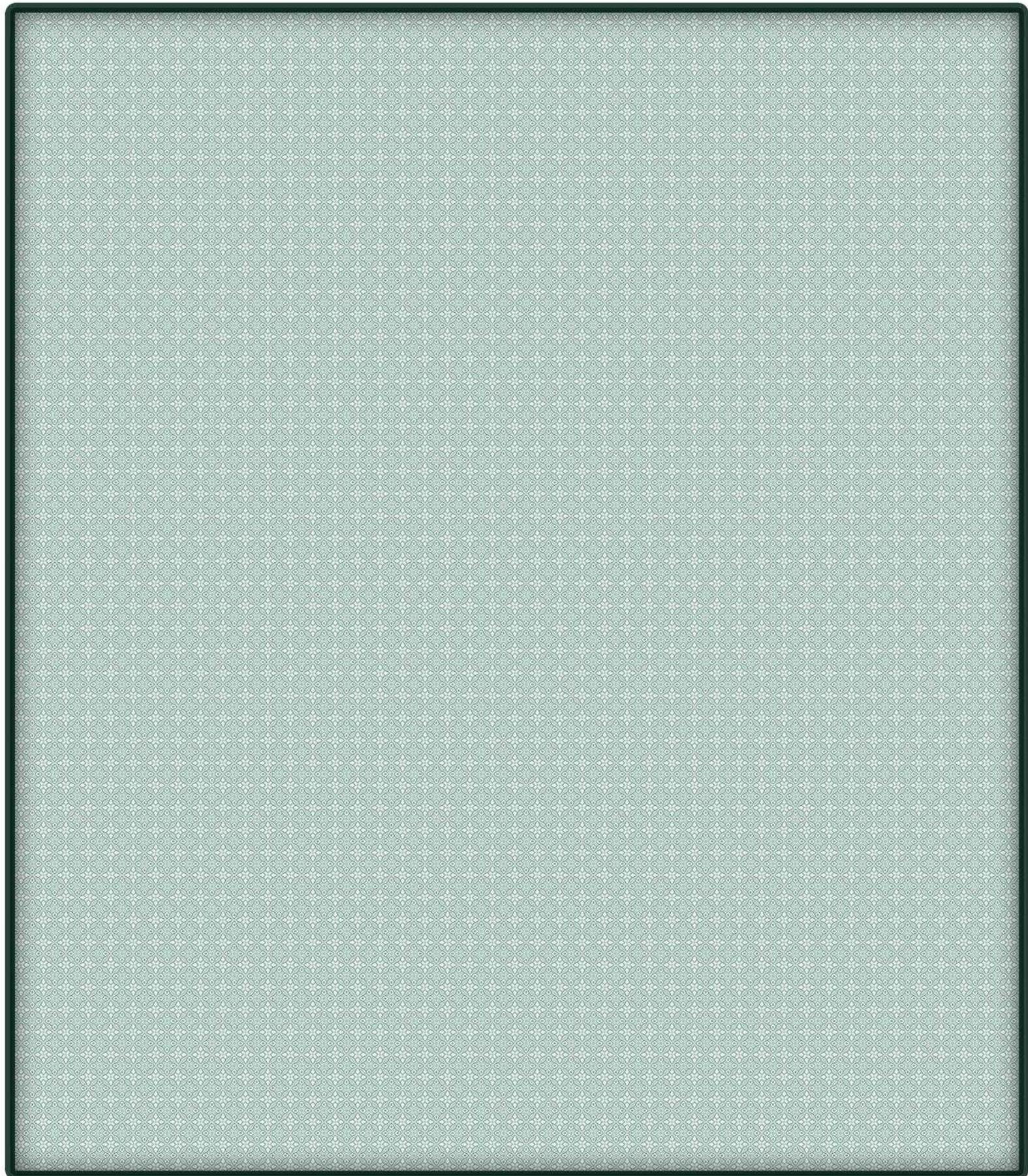
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 11

# B I N G O

 <p>trabajo de jardinería</p>	 <p>18 horas</p>	<p>Cal/OSHA</p>	 <p>12:30 a. m.</p>	<p>\$ _____ por hora</p>
 <p>productos de limpieza</p>	 <p>guantes</p>	<p>Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California</p>	<p>Si</p>	 <p>estaciones de trabajo con computadoras deficientes</p>
 <p>8 horas</p>	 <p>cargar/descargar camiones</p>	<p>ESPACIO</p>  <p>LIBRE</p>	 <p>40 horas</p>	 <p>10:00 p. m.</p>
 <p>respetar las reglas de seguridad</p>	 <p>toboganes de agua elevados</p>	 <p>minería</p>	 <p>7:00 p. m.</p>	 <p>el empleador</p>
 <p>trabajadores jóvenes</p>	<p>informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.</p>	 <p>cortadora de carne</p>	 <p>4 horas</p>	 <p>9:00 p. m.</p>

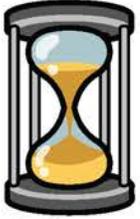
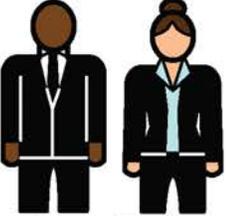
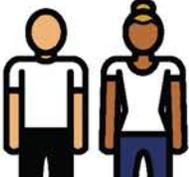
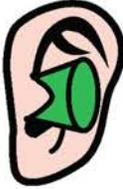
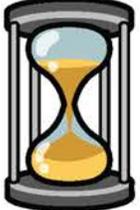


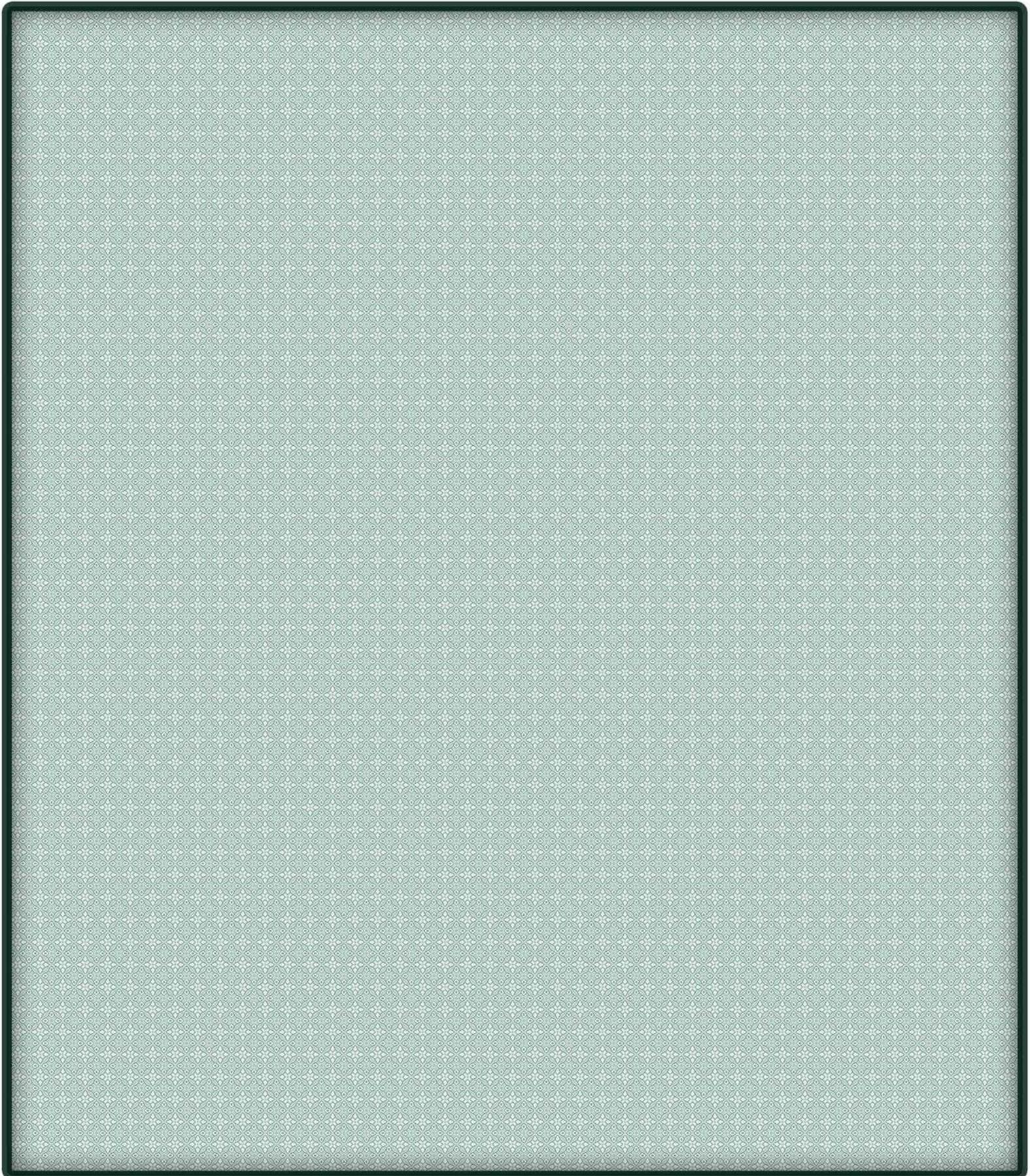
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 12

# B I N G O

<b>Cal/OSHA</b>	informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.	<b>Si</b>	 9:00 p. m.	 18 horas
 el empleador	División para el Cumplimiento de las Normas Laborales de California	Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California	\$ _____ por hora	 productos de limpieza
 equipo eléctrico	 10:00 p. m.	<b>ESPACIO</b>  <b>LIBRE</b>	 trabajadores jóvenes	 40 horas
 4 horas	 tapones para los oídos	 7:00 p. m.	 montacargas	 estaciones de trabajo con computadoras deficientes
 trabajo de jardinería	 evaluar los peligros	 12:30 a. m.	 colocar y reparar techos	 8 horas

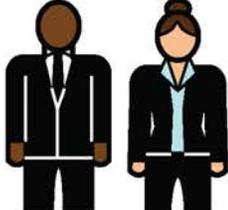
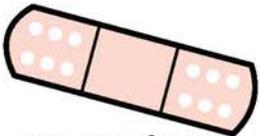
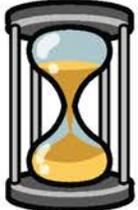
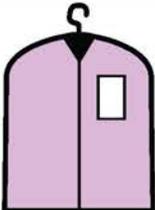


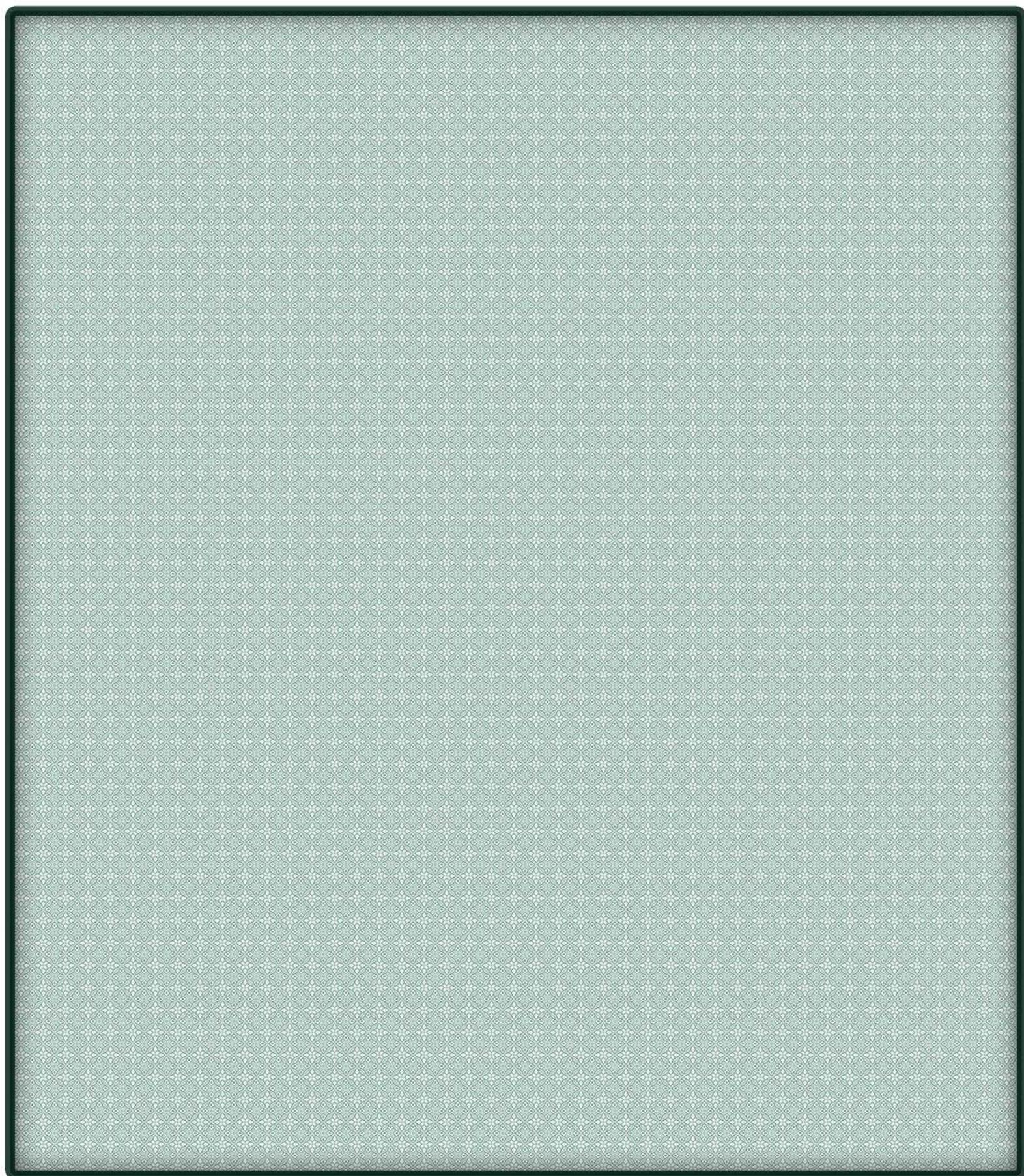
# Derecho laboral

Material para entregar al alumno 15

Cartón n.º 13

# B I N G O

 <p>estaciones de trabajo con computadoras deficientes</p>	 <p>8 horas</p>	<b>Si</b>	 <p>explotación forestal y serrería</p>	<b>Cal/OSHA</b>
 <p>el empleador</p>	 <p>18 horas</p>	 <p>trabajo de jardinería</p>	 <p>12:30 a. m.</p>	 <p>productos de limpieza</p>
 <p>playas marítimas</p>	 <p>10:00 p. m.</p>	<b>ESPACIO</b>  <p><b>LIBRE</b></p>	<b>Departamento de Empleo Justo y Vivienda de California</b>	 <p>cortadora de carne</p>
<b>\$ _____ por hora</b>	 <p>tratamiento médico y lucro cesante</p>	 <p>7:00 p. m.</p>	 <p>4 horas</p>	 <p>evaluar los peligros</p>
 <p>40 horas</p>	<b>informar al supervisor; recibir tratamiento; completar un formulario de reclamación.</b>	 <p>lavado en seco</p>	 <p>9:00 p. m.</p>	 <p>vestimenta especial</p>



# LA HISTORIA DE ELENA

**ESCENA:** Tienda de sándwiches. Elena tiene 15 años y va a la escuela secundaria superior. El señor Johnson es su supervisor y Joe es un compañero de trabajo. Es jueves al atardecer.

**Sr. Johnson:** Elena, Andre acaba de avisar que está enfermo, así que necesito que trabaje horas extra. Le agradecería que se quedara hasta las 10 de la noche.

**Elena:** Pero señor Johnson, tengo un examen mañana y necesito ir a casa a estudiar.

**Sr. Johnson:** Lo siento mucho, pero es una emergencia. Si quiere trabajar aquí, tendrá que estar dispuesta a colaborar cuando haga falta.

**Elena:** Pero nunca hice el trabajo de Andre.

**Sr. Johnson:** Esto es lo que quiero que haga. Primero, vaya detrás del mostrador y tome los pedidos de sándwiches un rato. Pídale a Joe que le muestre cómo usar la cortadora de fiambre. Luego, cuando haya menos gente, limpie el piso del armario de suministros. Se derramaron algunos suministros de limpieza y es un verdadero desastre.

**Más tarde:** Elena busca el trapeador y va al armario de suministros.

**Elena:** ¡Escuche, Joe! ¿Sabe qué es esta cosa que se derramó en el piso?

**Joe:** Ni idea. Pero tenga cuidado de que no le caiga en las manos. Tendría que ponerse unos guantes si encuentra un par. A Andre le salió sarpullido por esa cosa la semana pasada.

## DESARROLLO DEL JUEGO DE ROLES

1. Analice con la clase qué leyes se están violando aquí.
2. Trabaje con un grupo pequeño para pensar otro final para la historia. Elija un problema de la historia en el cual enfocarse. Reflexione sobre estas tres preguntas:
  - ¿Cómo debería hablar Elena con su supervisor acerca de estos problemas?
  - ¿De qué maneras diferentes podría responder su supervisor?
  - ¿En qué otra parte podría recibir ayuda Elena?
3. Practique hacer el juego de roles del final que crearon con el grupo. Más tarde actuarán para la clase.



# ¿QUÉ APRENDIÓ? EVALUACIÓN DEL CURSO

Responda a estas preguntas para ayudarnos a entender cuánto aprendió.

**NO ES NECESARIO QUE ESCRIBA SU NOMBRE.**

**1** La ley establece que el empleador debe proporcionarle un lugar seguro y saludable para trabajar.

VERDADERO

FALSO

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

VERDADERO

FALSO

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

VERDADERO

FALSO

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

VERDADERO

FALSO

**5** ¿Con qué frecuencia se lesionan gravemente los adolescentes en el trabajo en Estados Unidos?

UNO POR DÍA

UNO POR HORA

UNO CADA 9 MINUTOS

**6** Si tuviera un problema de seguridad y salud en el trabajo, ¿cuáles son dos cosas que haría?

**7** Nombre al menos dos cosas nuevas que aprendió acerca de la salud y la seguridad.

**8** ¿Qué fue lo que más le gustó de esta capacitación sobre seguridad y salud?

**9** ¿Cómo deberíamos mejorar esta capacitación sobre seguridad y salud?

Certificado de finalización

# Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

*reconoce a...*

*por completar exitosamente el curso de capacitación sobre destrezas básicas de seguridad y salud en el lugar de trabajo*

**YOUTH @ WORK**

*Talking Safety*

Instructor

Fecha



WORKPLACE  
SAFETY AND HEALTH

**NIOSH**

[www.cdc.gov/niosh/topics/youth](http://www.cdc.gov/niosh/topics/youth)

CENTRO DE RECURSOS DE SEGURIDAD PARA  
TRABAJADORES JÓVENES  
[www.youngworkers.org](http://www.youngworkers.org)



# YOUTH WORK

Talking Safety

**Apéndice: Tablas resumidas de los Estándares nacionales de educación para la salud (National Health Education Standards, NHES) de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)**



# Resultados de comportamiento en salud para el programa de estudios *Talking Safety*

El programa de estudios *Youth@Work—Talking Safety* posibilitará que los alumnos:

- Usen el equipo de seguridad apropiado.
- Se nieguen a participar o a alentar a otros a participar en actos riesgosos.
- Apliquen reglas y procedimientos de seguridad para evitar lesiones.
- Planeen cómo evitar situaciones peligrosas y lesiones.
- Busquen ayuda en caso de intoxicación, enfermedad súbita y lesiones.
- Ayuden de inmediato a otras personas con lesión o enfermedad súbita.

Lección	Estándares nacionales de educación para la salud
<b>1: Lesiones en trabajadores jóvenes</b>	nros. 1, 2, 3, 5
<b>2: Encontrar los peligros</b>	nros. 1, 7, 8
<b>2B: Encontrar los peligros</b>	nros. 1, 3, 4, 5, 8
<b>3: Hacer que el trabajo sea más seguro</b>	nros. 1, 5, 6, 7, 8
<b>3B: Hacer que el trabajo sea más seguro</b>	nros. 1, 5, 7, 8
<b>4: Emergencias en el trabajo</b>	nros. 1, 3, 5, 7
<b>4B: Emergencias en el trabajo</b>	nros. 1, 5, 7
<b>5: Conozca sus derechos y responsabilidades</b>	nros. 1, 2, 6
<b>5B: Conozca sus derechos y responsabilidades</b>	nros. 1, 2, 6, 8
<b>6: Entrar en acción</b>	nros. 1, 3, 4, 5, 8
<b>6B: Entrar en acción</b>	nros. 1, 3, 4, 5

# Estándares y conceptos y destrezas esenciales de la Herramienta de análisis de programas de educación para la salud (Health Education Curriculum Analysis Tool, HECAT): Desglose por Lecciones

Lección 1: Lesiones en trabajadores jóvenes	
<b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b>	<p><b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p>Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.	<p>Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.</p> <p>Determinar qué situaciones podrían acarrear riesgos para la seguridad que provoquen lesiones.</p> <p>Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.</p> <p>Explicar maneras de reducir los riesgos de lesiones con herramientas eléctricas.</p> <p>Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.</p> <p>Analizar la relación entre el consumo de alcohol u otras drogas y las lesiones.</p> <p>Analizar los factores conductuales y ambientales asociados con las principales causas de muerte en los Estados Unidos.</p>
<b>Estándar n.º 2:</b> Los alumnos analizarán la influencia que la familia, amigos, cultura, medios de comunicación, tecnología y otros factores tienen en su comportamiento.	Resumir leyes federales, estatales y locales que tienen por fin prevenir lesiones.
<b>Estándar n.º 3:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de acceder a información, productos y servicios válidos para mejorar la salud.	Seleccionar productos y servicios válidos y confiables. Acceder a productos válidos y confiables que fomenten la salud. Acceder a personas útiles para obtener información válida. Identificar a adultos y profesionales de confianza.
<b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para mejorar la salud.	<p>Analizar las consecuencias positivas y negativas de las decisiones relacionadas con la seguridad.</p> <p>Elaborar y aplicar un proceso de toma de decisiones para evitar situaciones que podrían conducir a lesiones.</p>

## Lección 2: Encontrar los peligros

<b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b>	<b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)  Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a>  <b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b>
<b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.	Resumir maneras de reducir peligros de seguridad en la comunidad.
<b>Estándar n.º 7:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de practicar comportamientos que mejoren la salud y eviten o disminuyan los riesgos para la salud.	Demostrar estrategias para mejorar o mantener la seguridad personal y evitar o reducir lesiones.
<b>Estándar n.º 8:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de abogar por la salud personal, familiar y comunitaria.	Abogar por cambios en el hogar, la escuela o la comunidad que aumenten la seguridad.

## Lección 2B: Encontrar los peligros

<p><b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b></p>	<p><b>Conceptos y destrezas esenciales</b>          (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p>Para obtener más información, visite:  <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<p><b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.</p>	<p>Resumir maneras de reducir peligros de seguridad en la escuela.</p>
<p><b>Estándar n.º 3:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de acceder a información, productos y servicios válidos para mejorar la salud.</p>	<p>Los alumnos demostrarán la capacidad de evaluar fuentes precisas de información sobre cómo prevenir lesiones accidentales.</p>
<p><b>Estándar n.º 4:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de comunicación interpersonal para mejorar la salud y evitar o disminuir los riesgos para la salud.</p>	<p>Demostrar cómo informar situaciones que podrían conducir a lesiones accidentales.</p>
<p><b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para mejorar la salud.</p>	<p>Sugerir alternativas seguras a situaciones riesgosas en el hogar, la escuela y la comunidad que podrían conducir a lesiones.</p>
<p><b>Estándar n.º 8:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de abogar por la salud personal, familiar y comunitaria.</p>	<p>Abogar por cambios en el hogar, la escuela o la comunidad que aumenten la seguridad.</p>

## Lección 3: Hacer que el trabajo sea más seguro

<b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b>	<p style="text-align: center;"><b>Conceptos y destrezas esenciales</b>                      (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p style="text-align: center;">Para obtener más información, visite:  <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p style="text-align: center;"><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<p><b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.</p>	<p>Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.</p> <p>Determinar qué situaciones podrían acarrear riesgos para la seguridad que provoquen lesiones.</p> <p>Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.</p> <p>Explicar maneras de reducir los riesgos de lesiones con herramientas eléctricas.</p> <p>Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.</p>
<p><b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para mejorar la salud.</p>	<p>Sugerir alternativas seguras a situaciones riesgosas en el hogar, la escuela y la comunidad que podrían conducir a lesiones.</p> <p>Elaborar y aplicar un proceso de toma de decisiones para evitar situaciones que podrían conducir a lesiones.</p>
<p><b>Estándar n.º 6:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de establecimiento de metas para mejorar la salud.</p>	<p>Demostrar la capacidad de monitorear comportamientos relacionados con la prevención de lesiones accidentales.</p>
<p><b>Estándar n.º 7:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de practicar comportamientos que mejoren la salud y eviten o disminuyan los riesgos para la salud.</p>	<p>Demostrar la capacidad de identificar y corregir peligros de seguridad en el hogar, la escuela, la comunidad y al conducir un vehículo motorizado.</p>
<p><b>Estándar n.º 8:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de abogar por la salud personal, familiar y comunitaria.</p>	<p>Abogar por cambios en el hogar, la escuela o la comunidad que aumenten la seguridad.</p>

## Lección 3B: Hacer que el trabajo sea más seguro

<p><b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b></p>	<p><b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p>Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<p><b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.</p>	<p>Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.</p> <p>Determinar qué situaciones podrían acarrear riesgos para la seguridad que provoquen lesiones.</p> <p>Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.</p> <p>Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.</p>
<p><b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para mejorar la salud.</p>	<p>Sugerir alternativas seguras a situaciones riesgosas en el hogar, la escuela y la comunidad que podrían conducir a lesiones.</p> <p>Elaborar y aplicar un proceso de toma de decisiones para evitar situaciones que podrían conducir a lesiones.</p>
<p><b>Estándar n.º 7:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de practicar comportamientos que mejoren la salud y eviten o disminuyan los riesgos para la salud.</p>	<p>Mostrar la capacidad de identificar y corregir peligros de seguridad en el hogar, la escuela, la comunidad y al conducir un vehículo motorizado.</p>
<p><b>Estándar n.º 8:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de abogar por la salud personal, familiar y comunitaria.</p>	<p>Abogar por cambios en el hogar, la escuela o la comunidad que aumenten la seguridad.</p>

## Lección 4: Emergencias en el trabajo

<b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b>	<b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)  Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a>  <b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b>
<b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.	Determinar qué situaciones podrían acarrear riesgos para la seguridad que provoquen lesiones.
<b>Estándar n.º 3:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de acceder a información, productos y servicios válidos para mejorar la salud.	Mostrar cómo evaluar a un adulto de confianza que puede ayudar a alguien que tal vez se haya lesionado o intoxicado.
<b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para fomentar la salud y evitar o reducir las lesiones.	Elaborar y practicar un proceso de toma de decisiones para responder a situaciones de emergencia.
<b>Estándar n.º 7:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de practicar comportamientos que mejoren la salud y eviten o disminuyan los riesgos para la salud.	Mostrar la capacidad de identificar y corregir peligros de seguridad en el hogar, la escuela y la comunidad.

## Lección 4B: Emergencias en el trabajo

<b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b>	<b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)  Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyouth/HECAT/index.htm</a>  <b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b>
<b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.	Determinar qué situaciones podrían acarrear riesgos para la seguridad que provoquen lesiones.
<b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para fomentar la salud y evitar o reducir las lesiones.	Elaborar y practicar un proceso de toma de decisiones para responder a situaciones de emergencia.
<b>Estándar n.º 7:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de practicar comportamientos que mejoren la salud y eviten o disminuyan los riesgos para la salud.	Demostrar la capacidad de identificar y corregir peligros de seguridad en el hogar, la escuela y la comunidad.

## Lección 5: Conozca sus derechos y responsabilidades

<b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b>	<b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)  Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a>  <b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b>
<b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.	Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.  Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.  Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.
<b>Estándar n.º 2:</b> Los alumnos analizarán la influencia que la familia, amigos, cultura, medios de comunicación, tecnología y otros factores tienen en su comportamiento.	Resumir leyes federales, estatales y locales que tienen por fin prevenir lesiones.
<b>Estándar n.º 6:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de establecimiento de metas para mejorar la salud.	Demostrar la capacidad de monitorear comportamientos relacionados con la prevención de lesiones accidentales.

## Lección 5B: Conozca sus derechos y responsabilidades

<p><b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b></p>	<p><b>Conceptos y destrezas esenciales</b>          (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p>Para obtener más información, visite:  <a href="http://www.cdc.gov/healthyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<p><b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.</p>	<p>Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.</p> <p>Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.</p> <p>Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.</p>
<p><b>Estándar n.º 2:</b> Los alumnos analizarán la influencia que la familia, amigos, cultura, medios de comunicación, tecnología y otros factores tienen en su comportamiento.</p>	<p>Resumir leyes federales, estatales y locales que tienen por fin prevenir lesiones.</p>
<p><b>Estándar n.º 6:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de establecimiento de metas para mejorar la salud.</p>	<p>Demostrar la capacidad de monitorear comportamientos relacionados con la prevención de lesiones accidentales.</p>
<p><b>Estándar n.º 8:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de abogar por la salud personal, familiar y comunitaria.</p>	<p>Abogar por cambios en el hogar, la escuela o la comunidad que aumenten la seguridad.</p>

## Lección 6: Entrar en acción

<p><b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b></p>	<p><b>Conceptos y destrezas esenciales</b> (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p>Para obtener más información, visite: <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<p><b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.</p>	<p>Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.</p> <p>Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.</p> <p>Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.</p>
<p><b>Estándar n.º 2:</b> Los alumnos analizarán la influencia que la familia, amigos, cultura, medios de comunicación, tecnología y otros factores tienen en su comportamiento.</p>	<p>Resumir leyes federales, estatales y locales que tienen por fin prevenir lesiones.</p>
<p><b>Estándar n.º 4:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de comunicación interpersonal para mejorar la salud y evitar, o disminuir los riesgos para la salud.</p>	<p>Demostrar habilidades de comunicación para evitar situaciones inseguras o salir de ellas.</p>
<p><b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para fomentar la salud y evitar o reducir las lesiones.</p>	<p>Elaborar y practicar un proceso de toma de decisiones para responder a situaciones de emergencia.</p>
<p><b>Estándar n.º 8:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de abogar por la salud personal, familiar y comunitaria.</p>	<p>Abogar por cambios en el hogar, la escuela o la comunidad que aumenten la seguridad.</p>

## Lección 6B: Entrar en acción

<p><b>Estándares nacionales de educación para la salud (NHES)</b></p>	<p><b>Conceptos y destrezas esenciales</b>          (Como se identifican en el módulo de seguridad de HECAT - Herramienta de análisis de programas de educación para la salud)</p> <p>Para obtener más información, visite:  <a href="http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm">http://www.cdc.gov/healthyyouth/HECAT/index.htm</a></p> <p><b>Después de implementar este programa, el alumno también podrá:</b></p>
<p><b>Estándar n.º 1:</b> Los alumnos comprenderán conceptos relacionados con el fomento de la salud y la prevención de enfermedades.</p>	<p>Analizar de qué manera los cambios en comportamientos individuales, el medio ambiente o las características de los productos pueden interactuar para provocar o prevenir lesiones.</p> <p>Analizar los beneficios de reducir los riesgos de sufrir lesiones.</p> <p>Explicar maneras de reducir el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.</p>
<p><b>Estándar n.º 3:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de acceder a información, productos y servicios válidos para mejorar la salud.</p>	<p>Demostrar cómo acceder a un adulto de confianza que puede ayudar a alguien que tal vez se haya lesionado o intoxicado.</p>
<p><b>Estándar n.º 4:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de comunicación interpersonal para mejorar la salud y evitar o disminuir los riesgos para la salud.</p>	<p>Demostrar habilidades de comunicación para evitar situaciones inseguras o salir de ellas.</p>
<p><b>Estándar n.º 5:</b> Los alumnos demostrarán la capacidad de usar habilidades de toma de decisiones para fomentar la salud y evitar o reducir las lesiones.</p>	<p>Elaborar y practicar un proceso de toma de decisiones para responder a situaciones de emergencia.</p>



