



**Su salud, su seguridad:  
Guía del trabajador**  
Your health, your safety: A guide for workers

Esta información ha sido elaborada por el Health and Safety Executive (HSE) del Reino Unido en cooperación con la Confederación de Sindicatos Británicos (Trade Union Congress, TUC). El HSE es el organismo encargado de proteger la salud, la seguridad y el bienestar de los trabajadores mediante la regulación de los riesgos para la salud y la seguridad en las actividades laborales y la provisión de asesoramiento y apoyo. La Confederación de Sindicatos Británicos (TUC) engloba a más de 70 sindicatos y cuenta con más de 6,5 millones de afiliados. Promueve el establecimiento de estándares decentes y equitativos en el trabajo.

Si usted es una persona contratada (a jornada completa o parcial, con contrato temporal o indefinido), este folleto le explica sus derechos, qué puede esperar de su empresa, cuáles son sus responsabilidades y a quién dirigirse si necesita ayuda. Esta información también es para usted si está realizando prácticas laborales, si es aprendiz, trabajador voluntario, trabajador ambulante o si trabaja desde casa.

Si usted es un trabajador eventual, temporero o si le subcontratan las agencias, la empresa o agencia contratante, el contratista o la persona para la que trabaja tiene la obligación legal de asegurarse de que reciba los derechos aquí descritos.

**Tiene derecho a:**

- trabajar en lugares que tengan medidas de control apropiadas de los riesgos de salud y seguridad;
- dejar de trabajar y abandonar el lugar de trabajo si cree que está en peligro;
- comunicar a su patrón cuestiones o inquietudes de salud o seguridad;
- ponerse en contacto con el HSE o la administración local si todavía tiene inquietudes de salud o seguridad sin que suponga problemas para usted;
- afiliarse a un sindicato y a ser delegado sindical de seguridad;
- recibir retribución por las horas que no esté presente en el trabajo si está formándose como delegado sindical de seguridad;
- un descanso de al menos 20 minutos si trabaja más de seis horas seguidas y a unas vacaciones anuales retribuidas;

**Debe:**

- cuidar de su propia salud y seguridad y la de aquellas personas que puedan verse afectadas por lo que usted haga (o deje de hacer);
- cooperar con los demás en cuanto a salud y seguridad, y no debe manipular ni usar indebidamente los artículos proveídos para su salud, seguridad o bienestar;

**Su patrón debe informarle de:**

- los riesgos de salud o seguridad asociados con las prácticas laborales vigentes o propuestas;
- las cosas o cambios que puedan dañar o afectar a su salud o seguridad;
- cómo realizar su trabajo de manera segura;
- qué se hace para proteger a su salud y seguridad;

- cómo obtener primeros auxilios;
- qué hacer en situaciones de emergencia;

**El patrón debe proporcionar de manera gratuita:**

- formación para poder llevar a cabo su actividad laboral de manera segura;
- cuando sea necesario, equipamiento de protección (como indumentaria apropiada, zapatos o botas, protección para los ojos y oídos, guantes, máscaras, etc.);
- revisiones médicas si existen riesgos de salud ocasionados por las actividades laborales;
- revisiones médicas regulares si realiza turnos de noche, y una revisión antes de empezar;

(Nota: si usted es autónomo, la responsabilidad por los primeros auxilios, la formación, el equipamiento de protección, las revisiones médicas y la organización de su propio tiempo de trabajo es suya.)

**Su patrón debe proporcionarle la siguiente información:**

- *Health and safety law: What you should know (Legislación de salud y seguridad: lo que debe saber)*. Esta información provee los datos de contacto de las personas que le pueden ayudar;
- la declaración de su política sobre salud y seguridad;
- el certificado en vigor de la póliza de responsabilidad empresarial (seguro obligatorio) expuesto de manera visible en el lugar de trabajo;

**Qué hacer si tiene alguna inquietud respecto a su salud o seguridad:**

- llame a la línea de información de HSE 08701 545500 para recibir orientación o realizar una queja, o, si prefiere, llame a la línea 'conozca sus derechos' de la Confederación de Sindicatos Británicos (TUC) 0870 600 4882;
- si desea realizar la llamada en el idioma en el que mejor se desenvuelve, llame al 08701 545500 y diga al operador qué idioma prefiere;
- si ha perdido su trabajo por una cuestión de salud o seguridad puede que tenga derecho a llevar su caso ante el Employment Tribunal (Tribunal Laboral). Para más información, póngase en contacto con su sindicato o con la oficina de información al ciudadano más cercana (Citizens Advice Bureau).