



¿Quieres trabajar? ¡Tienes derechos!

Dónde encontrar ayuda, capacitación laboral y otros recursos

Todas las personas que trabajan en los Estados Unidos tienen derechos y protecciones, sin importar la edad que tengan o de dónde provengan. Si tiene menos de 18 años, tiene protección especial adicional.

Las leyes laborales pueden diferir dependiendo en su trabajo y en la ciudad y en el estado donde trabaje. Además, las leyes son diferentes para los trabajos agrícolas. A veces, es posible que los empleadores no sigan las reglas, lo que puede conducir a la explotación laboral.

Por ejemplo, un empleador puede exigirle que trabaje por más horas de las que se supone que debe trabajar o pedirle a un trabajador joven que haga un trabajo que es peligroso y no permitido para personas de su edad. Para obtener más información, consulte el folleto de KIND ¿Quieres Trabajar? Tienes Derechos! así como estos videos.

La siguiente información puede ayudarle a obtener más información sobre los derechos en el trabajo y los derechos de los trabajadores jóvenes, cómo encontrar un abogado, programas de capacitación laboral, y recursos adicionales.

¿Cómo puedo encontrar un abogado?

Si usted o alguien que conoce está experimentando explotación laboral, puede preguntarle a un abogado sobre sus opciones. Si no tiene un abogado, puede usar los siguientes recursos para encontrar una organización o un abogado en su área que pueda ayudarlo. Algunas organizaciones ofrecen servicios legales gratuitos. Otros abogados pueden solicitar una tarifa por una consulta. KIND no proporciona representación legal para asuntos laborales y de empleo.

American Bar Association

- Proporciona servicios de referencia legal y orientación sobre la contratación de un abogado a través de un directorio de una asociación de abogados. [FindLegalHelp.org](https://www.americanbar.org/finding-a-lawyer/)

LawHelp.org

- Proporciona referencias a organizaciones de ayuda legal sin fines de lucro en todos los estados y territorios, recursos gratuitos de derechos legales, formularios judiciales y herramientas de autodefensa. Los sitios de LawHelp se asocian con docenas de programas de asistencia legal sin fines de lucro, pro bono, basados en tribunales y bibliotecas en todo el país comprometidas con el acceso a la justicia. [LawHelp.org | Encuentre ayuda legal gratuita e información sobre sus derechos legales de proveedores de asistencia legal sin fines de lucro en su estado](https://www.lawhelp.org/)



KIDS IN NEED OF DEFENSE

National Employment Lawyers Association (NELA)

- NELA tiene una herramienta “Encuentre un abogado” que ayuda a los miembros del público a identificar abogados laborales locales que pueden ayudar con un caso de derechos laborales. Estos abogados cobrarán honorarios. [Encuentre a un abogado - NELA Exchange](#)

También puede solicitar una lista de miembros en su estado, si está disponible, enviando un sobre con su dirección y estampilla a:

National Employment Lawyers Association
Attorney Listing
1800 Sutter Street
Suite 210
Concord, CA 94520

Recursos de agencias federales

Si desea obtener más información sobre cómo protegerse en el trabajo o qué leyes existen para protegerlo como trabajador joven, visite los sitios web de las agencias del gobierno federal. Estos sitios web incluyen información sobre las leyes laborales federales y las leyes laborales estatales.

- Página web del U.S. Department of Labor sobre el empleo de jóvenes y trabajadores jóvenes
 - Proporciona información sobre el empleo juvenil y tiene hipervínculos a materiales relevantes, como leyes laborales específicas.
 - [Empleo juvenil y de trabajadores jóvenes | U.S. Department of Labor \(dol.gov\)](#)
- Página web sobre trabajo infantil del U.S. Department of Labor.
 - Proporciona información sobre violaciones comunes del trabajo infantil y enlaces a las leyes estatales junto con otra información importante, como qué trabajos califican como peligrosos.
 - [Trabajo infantil | U.S. Department of Labor. \(dol.gov\)](#)
- Página web de Reglas juveniles del U.S. Department of Labor para empleados jóvenes
 - Proporciona información sobre las protecciones laborales para los empleados jóvenes a través de preguntas frecuentes, videos y más.
 - [Reglas de la juventud | U.S. Department of Labor \(dol.gov\)](#)
- Página web de la Occupational Safety and Health Administration (OSHA), por sus siglas en inglés) para trabajadores jóvenes
 - Proporciona recursos para la seguridad y la salud de los trabajadores jóvenes
 - [Jóvenes trabajadores - Recursos para la seguridad y salud de los trabajadores jóvenes | Occupational Safety and Health Administration \(osha.gov\)](#)

- Página web de los Centers for Disease Control and Prevention sobre la seguridad de los trabajadores jóvenes
 - Proporciona investigación sobre el trabajo infantil, así como consejos para empleados jóvenes sobre cómo protegerse en el lugar de trabajo.
 - [Acerca de la seguridad y salud de los trabajadores jóvenes | Seguridad y salud de los trabajadores jóvenes | Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\) \(cdc.gov\)](#)
 - [Kit de herramientas Conozca sus derechos - Centro de recursos y conocimientos para la organización de los trabajadores \(workcenter.gov\)](#)

Líneas directas

Si usted o alguien que conoce está pasando por una crisis, estas líneas directas pueden ayudar:

- Servicios de emergencia: 911
- Línea directa de suicidio y crisis: 1-800-273-8255 o 988
- Línea directa de violencia doméstica: 1-800-799-7233
- Línea Directa Nacional contra la Trata de Personas: 1-888-373-7888
- Línea directa de agresión sexual: 1-800-656-4673
- Línea directa nacional para fugas: llame al 1-800-786-2929 o envíe un mensaje de texto al 1-800-786-2929
- Línea directa de control de envenenamientos: 1-800-222-1222
- Localizador de tratamientos de salud mental y abuso de sustancias de la Substance Abuse and Mental Health Services Administration: 1-800-662-4357

Recursos para jóvenes que buscan empleo a través de programas de capacitación laboral

Si está buscando oportunidades de empleo juvenil y capacitación laboral, puede utilizar los siguientes recursos para buscar capacitación laboral y pasantías patrocinadas por el gobierno federal y que pueden ayudarlo con el desarrollo de su carrera. Cada programa tiene diferentes requisitos, por lo tanto, comuníquese con programas específicos para obtener información adicional.

- Página web de Apprenticeship USA
 - Información sobre qué es el aprendizaje, así como los puestos disponibles para jóvenes de entre 16 y 24 años. Por lo general, los participantes de Apprenticeship USA cumplen con los requisitos de ciudadanía, residencia, DACA u otros requisitos de estatus aprobados.
 - Para obtener más información sobre qué es el aprendizaje: [Buscadores de empleo | Apprenticeship.gov](#)
 - Para buscar un aprendizaje: [Buscador de aprendizajes | Apprenticeship.gov](#)

- Job Corps
 - Información sobre un programa de educación y capacitación laboral para jóvenes entre 16 y 24 años. Por lo general, los participantes de Job Corps deben cumplir con los requisitos de ciudadanía, residencia, DACA u otros requisitos de estatus aprobados.
 - [Job Corps | Las carreras comienzan aquí \(jobcorps.gov\)](https://www.jobcorps.gov)
- Programas de fuerza laboral
 - Estos programas brindan servicios de carrera y capacitación a millones de personas que buscan empleo. Estos servicios incluyen asistencia para la búsqueda de empleo, preparación de la fuerza laboral y servicios de desarrollo profesional. Estos servicios están disponibles para los trabajadores y las empresas a través de una red de aproximadamente 2,400 ubicaciones en todo el país, también conocidas como
 - Workforce Programs/Centros de carreras One-Stop. Por lo general, los participantes del Programa de la fuerza laboral deben cumplir con los requisitos de ciudadanía, residencia, DACA u otros requisitos de estado aprobados.
 - [Programas de fuerza laboral de WIOA | U.S. Department of Labor \(dol.gov\)](https://www.dol.gov)

Otros recursos

Si desea obtener más información sobre los sindicatos de trabajadores, visite los siguientes sitios web que explican los sindicatos y las leyes que protegen a los trabajadores que quieren organizarse para defender sus derechos.

Worker Organizing and Resource Center

- Proporciona información sobre los derechos de organización de los trabajadores y las protecciones contra represalias.
 - [Worker Organizing and Resource Center \(workcenter.gov\)](https://www.workcenter.gov)