

CONOZCA SUS DERECHOS

Usted tiene derechos mientras
trabaja en los Estados Unidos

Línea Nacional contra la Trata de Personas
1-888-373-7888 (dentro de los Estados Unidos)

ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL 233733
CON LA PALABRA "HELP" (DENTRO DE LOS ESTADOS UNIDOS)
O MANDE UN CORREO ELECTRÓNICO A
HELP@HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG



CONOZCA SUS DERECHOS

Estos son sus derechos mientras trabaja en los Estados Unidos:

- Recibir un salario justo
- Trabajar en un lugar limpio y seguro
- Pedir ayuda a grupos sindicales, de inmigrantes y de derechos laborales
- Dejar un empleo que sea peligroso
- Estar en un ambiente libre de discriminación, acoso y explotación

En *MigrantWorker.gov* encontrará más información sobre estos derechos

SI ALGUIEN VIOLA SUS DERECHOS, LLAME A LA LÍNEA NACIONAL CONTRA LA TRATA DE PERSONAS AL 1-888-373-7888 (EN LOS ESTADOS UNIDOS), ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL 233733 CON LA PALABRA “HELP” (EN LOS ESTADOS UNIDOS) O MANDE UN CORREO ELECTRÓNICO A HELP@HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG.

TODAS LAS LLAMADAS SON ANÓNIMAS, CONFIDENCIALES Y SEGURAS, SIN IMPORTAR SU SITUACIÓN MIGRATORIA. HAY ESPECIALISTAS DISPONIBLES PARA AYUDAR EN MÁS DE 200 IDIOMAS. OBTENGA MÁS INFORMACIÓN EN WWW.HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG

Si usted está en los Estados Unidos y se encuentra en peligro inminente, llame al 911 para hablar con la policía local. Diga cuál es su emergencia, su ubicación y el número de teléfono desde donde llama. Puede pedir un intérprete si así lo necesita.

Si usted solicitó una visa A-3, G-5, H, J, NATO-7, TN o B-1 de no inmigrante para trabajadores domésticos, usted debería recibir este folleto:

- Junto con la visa expedida (si no tuvo una entrevista); o
- Durante la entrevista para la visa. Un funcionario consular debe comprobar que usted ha recibido, leído y entendido el folleto antes de que usted reciba la visa.

Los funcionarios consulares de los Estados Unidos quieren ayudarlo a entender sus derechos y están a su disposición para responder a cualquier pregunta que tenga.

También puede recibir ayuda del consulado de su país en los Estados Unidos a través del Programa de Asociación Consular del Departamento de Trabajo. A través de ese programa, su consulado puede darle asistencia y ayudarlo a encontrar recursos o a presentar una queja si usted cree que alguien ha violado sus derechos. Puede encontrar una lista de países asociados al programa en <https://www.dol.gov/general/trabajadormigrante/support>

SIN IMPORTAR SU SITUACIÓN MIGRATORIA, USTED TIENE DERECHOS

Su empleador no lo puede despedir ni maltratar, y tampoco puede negarle su salario por ejercer sus derechos.

USTED TIENE DERECHO A:

1. Usted tiene derecho a recibir un salario justo.

- Su empleador tiene que pagarle por todo el trabajo que usted hace y, en la mayoría de los trabajos, su salario tiene que ser por lo menos el salario mínimo federal¹.
- Su empleador tiene que pagarle más del salario mínimo federal en los casos siguientes:
 - Si usted trabaja en un estado, ciudad, condado u otro lugar donde el salario mínimo es más alto.
 - Si su contrato de trabajo o su visa lo exige.
 - Si usted trabaja más de 40 horas a la semana, es posible que su empleador tenga que pagarle las horas extra multiplicando la paga habitual por 1,5. Por ejemplo, si usted gana US \$10 por hora, es posible que tengan que pagarle US \$15 por cada hora extra.
- Una deducción es una cantidad de dinero que su empleador retiene de su salario. Todas las deducciones tienen que estar indicadas en el recibo o talón de pago. Algunas deducciones pueden ser por algo que usted elige libremente, como el seguro médico o las cuotas sindicales, y otras pueden ser obligatorias para pagar ciertos impuestos.
- Normalmente su empleador no le puede restar nada de su cheque para pagar uniformes, equipo de seguridad, herramientas necesarias, materiales, equipo ni cuotas de contratación. Con algunas visas, le tienen que dar vivienda gratis.

¹ En www.dol.gov/wbd/minimumwage.htm puede ver cuál es el salario mínimo actual.



CONSEJO: Dependiendo de cuánto tiempo vaya a permanecer en los Estados Unidos, puede que tenga que obtener un seguro médico. También es posible que tenga derecho a recibir ayuda financiera para reducir el costo del seguro médico.

- Su empleador no puede acosarlo, intimidarlo ni tomar represalias o medidas negativas contra usted por preguntar por sobre su salario, sus horas de trabajo u otros derechos, y tampoco por presentar una queja o cooperar con una investigación de la División de Horas y Salarios.
- Le pueden aplicar deducciones para pagar algo que usted elige libremente, como el seguro médico o las cuotas sindicales. Otras deducciones pueden ser obligatorias para pagar ciertos impuestos.

Si tiene alguna pregunta o preocupación sobre su salario y su cheque del salario, llame al 1-866-487-9243 o vaya a una oficina local de la División de Horas y Salarios: www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices.

2. Usted tiene derecho a trabajar en un lugar limpio y seguro.

Un lugar de trabajo seguro: Su empleador tiene que mantener el lugar de trabajo en condiciones limpias y seguras.

Capacitación: Su empleador debe darle información y capacitación sobre riesgos en el trabajo, sobre cómo evitar lesiones y accidentes y sobre las normas de salud y seguridad en su lugar de trabajo. La capacitación debe ofrecerse en un idioma que usted entienda.

Equipo de seguridad obligatorio: Usted tiene derecho a recibir el equipo de seguridad obligatorio, como guantes, un arnés o un cordón de seguridad, y su empleador tiene que enseñarle a usarlo correctamente.

Denunciar lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo: Usted tiene derecho a denunciar cualquier lesión o enfermedad y a que su empleador le permita ver sus informes médicos y le dé una copia.



CONSEJO: Antes de salir hacia los Estados Unidos, busque orientación de organizaciones de trabajadores migrantes o de alguien que haya sido trabajador migrante. Le pueden proporcionar nombres y números de teléfono de personas u organizaciones con las que puede comunicarse en caso de tener problemas o preguntas cuando esté en los Estados Unidos.

Presentar una queja por un problema de salud y seguridad: Si usted cree que su trabajo no es seguro o que es peligroso para su salud, usted (u otra persona en su nombre) puede presentar una queja confidencial ante la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés). Si es posible, es buena idea que otro trabajador vaya con usted como testigo cuando usted le hable a su empleador sobre la situación que no es segura, y también que usted comunique su preocupación por escrito (en un mensaje de texto o por correo electrónico) para que haya un registro sobre lo ocurrido. Usted puede hablar con los inspectores de OSHA en privado y de forma confidencial y puede ver los resultados de las inspecciones o las pruebas que se hagan para establecer si hay riesgos en la zona de trabajo.

Protección contra las represalias: Usted puede decir lo que piensa sobre los riesgos en el trabajo. Usted tiene derecho a presentar una queja ante OSHA si cree que su empleador lo está castigando por hablar de sus preocupaciones sobre riesgos de salud y seguridad. Si cree que lo están castigando por hablar de sus preocupaciones, presente una queja en el plazo de 30 días desde el presunto castigo. Para más información, visite: www.whistleblowers.gov.

Para más información sobre los derechos de los trabajadores en relación con la salud y la seguridad ocupacional, vea www.osha.gov/workers

Atención médica: Usted puede ir a ver a un doctor o enfermero por su cuenta si lo necesita. Si se lastima o se enferma en el trabajo, su empleador debe pagar su atención médica y una parte del salario



no recibido. Pida copias de todos los documentos en la consulta del doctor, la clínica o el hospital. En la mayoría de los casos, usted puede solicitar una indemnización en el estado donde trabaja, es decir, una cantidad de dinero para pagar los gastos relacionados con enfermedades o accidentes laborales. Aquí se indican las oficinas locales donde solicitar la indemnización: www.dol.gov/agencies/owcp/wc

Vivienda: Si su empleador le proporciona vivienda, debería ser un lugar limpio y seguro. Usted tiene derecho a salir de la vivienda libremente.

Baños: Los baños deberían estar limpios y ser de fácil acceso. Su empleador debe permitirle usar el baño siempre que usted lo necesite y darle acceso a un lavamanos con agua y jabón o algún producto similar para que pueda lavarse las manos.

Agua potable: Usted tiene derecho a disponer de agua potable gratis.

Temperatura: Los empleadores cubiertos por OSHA deben proteger a sus trabajadores de las temperaturas extremas, y deben tener un programa para prevenir los golpes de calor.

Si usted trabaja con plaguicidas o productos químicos peligrosos, o cerca de ellos, su empleador debe:

- Asegurarse de que usted tenga jabón y agua para lavarse las manos.
- Darle el equipo de seguridad correcto para el trabajo (por ejemplo, una mascarilla con filtro o guantes) y enseñarle a usarlo correctamente.
- Darle capacitación pagada sobre los productos químicos que usará en el trabajo, para que usted entienda los riesgos relacionados con ellos.
- Explicarle dónde y cuándo se rociaron pesticidas y cuándo es seguro volver a entrar en una zona donde se aplicaron los mismos para evitar una exposición accidental. Evite las zonas donde se estén rociando pesticidas.

Si cree que su trabajo no es seguro y quiere que se haga una inspección o que le den más información sobre sus derechos, llame al 1-866-4-USA-DOL o vaya al sitio web del Departamento de Trabajo (dol.gov o migrantworker.gov).

Si usted es un trabajador con visa H-2A y tiene alguna pregunta o preocupación sobre las condiciones de salud y seguridad en su lugar de trabajo, vivienda o transporte, llame al 1-866-487-9243 o vaya a una oficina local de la División de Horas y Salarios: www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices.

3. Usted tiene derecho a pedir ayuda de grupos sindicales, de inmigrantes y de derechos laborales.

En la mayoría de los casos, usted tiene derecho a:

- Unirse a sus compañeros de trabajo para pedirle al empleador mejores salarios o condiciones de trabajo.
- Formar un sindicato en su trabajo, afiliarse a uno, o apoyarlo. **Para saber más sobre estos derechos, vaya a www.nlr.gov/es**
- Asistir a discursos públicos, asambleas y manifestaciones en las que se pidan mejores salarios o condiciones de trabajo.

4. Usted tiene derecho a dejar un trabajo.

- Usted no tiene que permanecer en su trabajo si su empleador no lo está tratando bien o si usted no se siente seguro. **Puede llamar a la Línea Nacional contra la Trata de Personas, al 1-888-373-7888 para pedir ayuda.**
- Su situación migratoria dejará de ser válida si usted deja a su empleador, pero tal vez pueda pasar a otra situación migratoria o trabajar para otro empleador que lo patrocine. Si a su empleador lo está investigando algún organismo laboral, usted podría acogerse a una protección temporal de la deportación y recibir un permiso de trabajo temporal. Para más información, visite: www.dhs.gov/apoyo-del-dhs-la-aplicacion-de-las-leyes-laborales-y-de-empleo

Si importar su situación migratoria, si usted cree que es víctima de trata, puede llamar a la Línea Nacional contra la Trata de Personas, al 1-888-373-7888, para pedir ayuda, o a la Junta Nacional de



Relaciones del Trabajo al 1-844-762-6572 y pedir hablar con un coordinador regional de inmigración.

Para más información acerca de los derechos de los trabajadores y puntos de contacto en el Gobierno de los Estados Unidos, visite la página *TrabajadorMigrante.gov*.

5. Usted tiene derecho a un ambiente libre de discriminación y acoso.

- Su empleador no puede tratarlo mal o de forma diferente por su edad (si usted es mayor de 40 años), sexo, raza, origen nacional o etnia, ni por su color de piel, religión, información genética, incluido el historial médico familiar, o por tener discapacidades.
- Para presentar una denuncia por discriminación, vaya a *www.eeoc.gov/es/como-presentar-un-cargo-de-discriminacion-laboral*. Para presentar una denuncia por discriminación relacionada con su situación de ciudadanía, visite a *www.justice.gov/es/crt/la-presentaci-n-de-denuncias*.
- Nadie puede someterlo a acoso verbal, físico ni sexual.

6. Usted tiene derecho a un ambiente libre de explotación.

- Nadie tiene derecho a explotarlo sexualmente, lo cual incluye hacerle tocamientos sexuales, ni a obligarlo a realizar actos sexuales, como besos, penetración, sexo oral o voyerismo (es decir, la observación de actos íntimos o sexuales), ni a engañarlo o presionarlo para ello.
- En la página 14 hay más información sobre la explotación laboral y la trata de personas.

Si cree que se han violado sus derechos, denúncielo a la Línea Nacional contra la Trata de Personas, al 1-888-373-7888 (en los Estados Unidos), o en alguno de los sitios web que se indican en las páginas 17 y 18 de este folleto. Si usted no habla inglés, pida un intérprete.



CONSEJO: El asesoramiento legal que le pueda dar su empleador, contratista o reclutador puede no ser neutral. Consulte a un abogado independiente.

ESTOS SON OTROS DERECHOS, DEPENDIENDO DE SU SITUACIÓN DE NO INMIGRANTE

Empleados domésticos con visa A-3, G-5, NATO-7 y B-1

Su empleador debe darle un contrato de trabajo que cumpla las leyes de los Estados Unidos. Esto significa, entre otras cosas, que el contrato debe cumplir los siguientes requisitos:

- Estar escrito en un idioma que usted entienda.
- Indicar su sueldo por hora, que debe ser el salario mínimo federal, estatal o local (el que sea mayor de estos).
- Indicar que el empleador le dará alojamiento y alimentos gratis (si usted vive en la residencia de su empleador) y un boleto de avión de ida y vuelta.
- Indicar exactamente cuánto tiempo debe darle el empleador antes de dar por terminado el empleo, y cuánto tiempo debe darle usted al empleador si quiere dejar el empleo.
- Mencionar cualquier otro beneficio obligatorio para los trabajadores domésticos en los Estados Unidos, como pausas pagadas, faltas medicas al trabajo sin salario, e indemnización por lesiones o accidentes laborales.

Asegúrese de entender bien el contrato y de que le den una copia. No firme un contrato si no entiende lo que dice.



Otros requisitos para los empleados domésticos con visa A-3, G-5 y NATO-7

Como mínimo, el contrato debe incluir lo siguiente:

- El compromiso de su empleador de cumplir las leyes de los Estados Unidos.
- Información sobre la frecuencia con que le pagarán, la forma en que le pagarán, las tareas que debe realizar, las horas de trabajo semanales, los días feriados, los días de licencia por enfermedad y los días de vacaciones.
- El compromiso de su empleador de no quedarse con su pasaporte, su contrato de empleo o ninguna de sus pertenencias.

Visa H-2A para trabajadores agrícolas temporales

- Usted nunca debería pagar para conseguir un trabajo. Si alguien le dice que tiene que pagar, comuníquese con la embajada o consulado de los Estados Unidos si se encuentra todavía en su país, o con la División de Horas y Salarios, en el 1-866-487-9243, si está en los Estados Unidos.
- Ni su empleador ni nadie que trabaje para él puede obligarlo a endeudarse ni a pagar una deuda. **Si esto ocurre, llame a la línea Nacional contra la Trata de Personas, al 1-888-373-7888, si se encuentra en los Estados Unidos, o comuníquese con la embajada o consulado de los Estados Unidos si está en su país.**

Su empleador tiene las siguientes obligaciones:

- Pagarle, al menos dos veces al mes, por todo el trabajo que usted haga, según el salario indicado en su orden o contrato de trabajo y conforme a los tiempos indicados en el mismo. Es posible que el salario indicado sea más alto que el salario mínimo federal, estatal o local.
- Proporcionarle transporte desde el lugar de contratación hasta el lugar de trabajo, o pagar ese transporte, y también los alimentos durante el viaje, o rembolsarle los costos una vez que usted haya cumplido la mitad del tiempo del contrato.

- Reembolsarle los costos del viaje al lugar de trabajo y de obtención de la visa durante la primera semana de trabajo si su salario menos sus gastos es una cantidad inferior al salario mínimo de los Estados Unidos.

Si usted es un trabajador con visa H-2A o H-2B y tiene alguna pregunta o preocupación sobre sus derechos, llame al 1-866-487-9243 o visite a una oficina local de la División de Horas y Salarios: www.dol.gov/agencias/whd/contact/local-offices.

Para trabajadores agrícolas temporales con visa H-2A

Su empleador tiene las siguientes obligaciones:

- Darle un contrato de trabajo por escrito en un idioma que usted entienda. Debe incluir información detallada sobre el salario, la duración del trabajo, el horario de trabajo, las prestaciones (como transporte, vivienda, comidas o instalaciones de cocina) y cualquier deducción que se le haga en su cheque. Mientras esté trabajando en un empleo con visa H-2A, no le deberían deducir nada en su cheque por concepto de seguro social de los Estados Unidos ni Medicare.
- **Proporcionarle sin costo una vivienda segura y limpia.**
- **Proporcionarle sin costo transporte desde la vivienda que le faciliten hasta el lugar de trabajo.**
- **Proporcionarle transporte seguro con conductores con licencia y vehículos con el seguro necesario y con todo el equipo de seguridad obligatorio.**
- **Proporcionarle sin costo tres comidas al día, o un lugar donde le sea fácil cocinar.**
- No castigarlo si usted se reúne con funcionarios del Gobierno o con asesores legales que le informen de sus derechos y lo ayuden a presentar quejas, ni impedirle que se reúna con ellos.
- Proporcionarle o pagarle el transporte, el hospedaje y los alimentos desde el lugar de trabajo hasta su casa en su país, después de que termine el período previsto en el contrato de trabajo.
- Ofrecerle la posibilidad de trabajar durante al menos 3/4 de los días previstos en el contrato de trabajo, o pagarle las horas que no le ofrezcan.

Para los trabajadores no agrícolas temporales con visa H-2B

Su empleador tiene las siguientes obligaciones:

- Darle una orden de trabajo por escrito en un idioma que usted entienda. Debe incluir información detallada sobre el salario, la



duración del empleo, el horario de trabajo, las prestaciones que el empleador proporcione voluntariamente (como transporte, vivienda, comidas o instalaciones de cocina) y cualquier deducción que se le haga en su cheque.

- Pagar el transporte, el hospedaje y los alimentos desde el lugar de trabajo hasta su casa en su país, si termina el período indicado en el contrato de trabajo o si su empleador lo deja marchar antes de que termine su período de trabajo.

Visa J-1 de visitante en régimen de intercambio

- En el formulario DS-2019 firmado se explican las fechas y la categoría de su programa, el nombre de su patrocinador y la entidad donde va a tener lugar su programa de intercambio. Su patrocinador debe actualizar el formulario DS-2019 durante el programa para reflejar cualquier cambio en el financiamiento, el lugar de la actividad y las fechas del programa.
- Su patrocinador debe explicarle los costos, las condiciones y las reglas de su programa de intercambio, y debe entregarle información por escrito sobre el trabajo que usted ha aceptado hacer, cuánto le pagarán y cuántas horas deberá usted suponer que trabajará, según corresponda. **Si tiene alguna duda o preocupación urgente relacionada con la salud, la seguridad o el bienestar, por favor, comuníquese con la línea de atención telefónica de emergencia para las visas J: 1-866-283-9090. Si tiene preguntas o problemas de tipo general, por favor, envíe un correo electrónico a Jvisas@state.gov.**
- Su patrocinador debe asegurarse de que usted tenga una póliza de seguro que cubra atención médica, repatriación y evacuación, pero no tiene obligación de proporcionárselo ni de pagarlo.



CONSEJO: Su empleador debe pagarle a tiempo. En los Estados Unidos, muchos empleados cobran cada dos semanas, aunque es posible que su contrato de trabajo tenga un calendario de pagos diferente.

Viaje para empleo de verano

Si usted viene de un país con dispensa de visa y llegó sin empleo al país, su patrocinador debe ayudarlo a encontrar un trabajo después de una semana de búsqueda en los Estados Unidos. Los patrocinadores también deben proporcionar asistencia razonable a todos los participantes en el programa de viaje para empleo de verano que quieran cambiar de trabajo durante el programa. Según las normas del programa, los patrocinadores deben evaluar y confirmar las colocaciones de trabajo iniciales y cualquier colocación adicional de todos los participantes en el programa de viaje para empleo de verano antes de que estos puedan empezar a trabajar.

Pasantes o aprendices

Su patrocinador debe entregarle un plan de aprendizaje o pasantía (formulario DS-7002) con explicación por escrito de los ingresos que usted vaya a recibir, y un resumen de los objetivos de capacitación del programa. Le deben dar por lo menos 32 horas de trabajo semanales.

Su patrocinador debe informarle por escrito de los costos y pagos que usted tendrá que hacer y un cálculo de los gastos de manutención en los Estados Unidos.

Su patrocinador debe asegurarse de que usted tenga una póliza de seguro que cubra atención médica, evacuación y repatriación, pero no tiene obligación de proporcionárselo ni de pagarlo.

Au Pair

La familia anfitriona debe ayudarlo a inscribirse en una institución de educación postsecundaria y a asistir a las clases, y debe pagar hasta US \$500 del costo de las clases. Si usted es *au pair* en el programa EduCare, su familia anfitriona debe pagar hasta US \$1.000 del costo de las clases.



Usted no tiene obligación de trabajar más de 10 horas diarias ni más de 45 horas semanales. Si usted es *au pair* en el programa EduCare, no tiene obligación de trabajar más de 10 horas diarias ni más de 30 horas semanales.

Su consejero local debe ponerse en contacto con usted todos los meses y comunicarse regularmente con su familia anfitriona.

SU VISA DE NO INMIGRANTE

Una visa de no inmigrante es un documento del gobierno de los Estados Unidos que permite a las personas viajar a este país para un fin en particular, como trabajar, estudiar o participar en un programa de intercambio cultural. **Usted debe solicitar una visa en una embajada o consulado de los Estados Unidos en el extranjero** (Nota: los ciudadanos canadienses solicitan la admisión con estatus J-1 en el puerto de entrada). Cuando tenga la visa, puede viajar a los Estados Unidos y presentarla a un oficial de inmigración estadounidense (un oficial de la Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza) para entrar al país. Si su visa expira, tendrá que obtener una nueva antes de volver a entrar a los Estados Unidos. Para ver más detalles sobre el proceso de solicitud de visas y sobre las visas que existen en los Estados Unidos, visite usvisas.state.gov.

Cuando un oficial de la Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza lo admite a los Estados Unidos, se crea electrónicamente un formulario I-94 (a veces puede parecer un documento en papel). El formulario I-94 muestra su fecha de entrada, su tipo de visa y la fecha antes de la cual tiene que marcharse de los Estados Unidos. Usted debe salir del país antes de esa fecha máxima para conservar su condición legal, a menos que solicite una prórroga al Servicio de Ciudadanía e Inmigración de los Estados Unidos (USCIS). **Usted puede consultar el historial de su I-94 en <https://i94.cbp.dhs.gov>.**

- No dejarle salir de su lugar de trabajo o de su vivienda;
- Negarle o impedirle el acceso a medicamentos para usted o para alguien que esté a su cuidado, por el motivo que sea;
- Amenazas de daño, deportación o detención contra usted o su familia si se quejan del maltrato, denuncian la situación o piden ayuda;
- Daños a otras personas que hayan tratado de irse, quejarse, denunciar la situación o pedir ayuda; o
- Amenazas de poner a alguien en una lista negra para que no pueda volver a trabajar en los Estados Unidos.

Si lo están obligando a hacer algo para pagar una deuda

Nadie puede obligarlo a realizar o seguir realizando un trabajo, un servicio o actos sexuales comerciales, ni impedirle que se vaya. Tampoco pueden cambiar de repente su deuda para que a usted le sea más difícil pagarla, ni hacerle pensar que tiene que seguir trabajando hasta que termine de pagar la deuda. Estos son algunos ejemplos:

- Decir que usted debe una cantidad enorme de dinero que es difícil de devolver en un tiempo razonable;
- Decir que usted debe más dinero de lo acordado, o que debe dinero por algo que usted no acordó antes;
- Agregar a la deuda costos de transporte, vivienda, alimentación u otros gastos que usted no acordó antes; y
- Agregar gastos, multas o recargos por incumplir las normas, por no ganar lo suficiente o por no realizar suficiente trabajo, servicios o actos sexuales comerciales.

CONSEJO: Guarde notas detalladas de cualquier comentario o acción inapropiados de su empleador hacia usted y escriba el nombre y el número de teléfono de cualquier testigo.

Si no le dejan irse, decir lo que piensa o pedir ayuda

Nadie puede impedirle a usted ni a otra persona irse, decir lo que piensa o pedir ayuda. Un ejemplo de esto sería decirle que no puede irse del lugar de trabajo o limitar los lugares a donde puede ir cuando no esté trabajando.

- Usted debería tener acceso en todo momento a su pasaporte, visa, acta de nacimiento u otros documentos que le identifican. Nadie más que usted debe tenerlos en su poder;

- Usted debe comer, descansar y dormir lo suficiente y recibir asistencia médica cuando la necesite. Nadie debe limitar estas cosas; y
- Usted debe poder hablar con su familia y con otros compañeros de trabajo, clientes o cualquier otra persona con quien tenga que hablar, como empleados de servicios legales o sociales. Nadie debe impedirle que se comunique libremente ni vigilar lo que dice.

Si le mienten

Nadie puede mentirle ni engañarlo para obligarlo a trabajar o a realizar actos sexuales comerciales. Estos son algunos ejemplos de mentiras y engaños:

- Hacer promesas falsas sobre el tipo, los horarios o las condiciones de trabajo, las condiciones de vida o el salario;
- Hacerle trabajar muchas más horas, en peores condiciones o con menos salario de lo prometido;
- Decirle que no tiene derechos;
- Decirle que nadie le va a creer o que lo deportarán si intenta irse o pedir ayuda; o
- Decirle que mienta sobre su empleador o sobre otros trabajadores.
- Estos son algunos ejemplos de promesas falsas: decirle que le darán trabajo como enfermero calificado, pero después obligarlo a limpiar en un hogar de ancianos; o decirle que trabajará de niñera y después obligarla a ser bailarina exótica o sensual, o a llevar a cabo actos sexuales comerciales.



ALTO

CONSEJO: Cuando llegue a los Estados Unidos, guarde su pasaporte y otros documentos de viaje en un lugar seguro al que usted pueda acceder en cualquier momento. Es ilegal que su empleador se quede con su pasaporte.

¿Su empleador puede hacer que lo deporten si usted denuncia una situación de maltrato?

Hay programas que protegen a quienes denuncian situaciones de maltrato o abuso. Estos programas pueden permitirle seguir en los Estados Unidos incluso si usted deja de trabajar para su empleador. No debe tener miedo de pedir ayuda, aunque le preocupen las cuestiones de inmigración. **Llame a la Línea Nacional contra la Trata de Personas, al 1-888-373-7888, para entender cuáles son sus opciones.** Las personas que atienden en la Línea Nacional contra la Trata de Personas no trabajan para el Gobierno ni para la policía.

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE:

- El trámite para solicitar una visa y su visa para los Estados Unidos: usvisas.state.gov.
- Trata de personas: www.state.gov/j/tip.
- El programa de visitante en régimen de intercambio con visa J-1: j1visa.state.gov.
- Igualdad y su derecho a estar en un ambiente libre de discriminación en el lugar de trabajo por motivos de raza, color de piel, religión, sexo (incluido el embarazo), origen nacional, edad (40 años o más), discapacidades o información genética, y a presentar denuncias por discriminación: www.eeoc.gov/es.
- Su derecho a trabajar en un lugar seguro, o solicitar una inspección si cree que su trabajo no es seguro: www.osha.gov.
- Cómo saber si alguna organización ha cobrado en nombre de usted un salario que no le dio su empleador: webapps.dol.gov/wow.
- Su derecho a recibir un salario justo: www.dol.gov/WHD/immigration.
- Cómo presentar una queja relacionada con el salario: <https://www.dol.gov/agencies/whd/contact/complaints>.
- Su derecho a no sufrir discriminación por su situación de ciudadanía y presentar una denuncia por discriminación: www.justice.gov/es/crt/la-presentaci-n-de-denuncias.
- Su derecho a unirse a otros trabajadores para conseguir mejoras en el salario o en las condiciones laborales, y cómo presentar una denuncia: www.nlr.gov/es.
- Sus derechos, obligaciones y exenciones relacionadas con el seguro médico: localhelp.healthcare.gov (en inglés) y ayudalocal.cuidadodesalud.gov (en español).

- Sus derechos si es víctima de algún delito. Ley de derechos de las víctimas de delitos: <https://www.justice.gov/es/criminal/criminal-vns/victim-rights-derechos-de-las-v-ctimas>
- I-94: <https://i94.cbp.dhs.gov/I94>
- Situación de la petición de un posible empleador, consulta en línea de la situación de los casos de USCIS: <https://egov.uscis.gov>
- Recursos de USCIS sobre la trata de personas:
 - <https://www.dhs.gov/blue-campaign/resources-available-victims>
 - <https://www.uscis.gov/es/humanitarian/victimas-de-la-trata-de-personas-y-de-otros-crimenes>
- Programas de USCIS que proporcionan beneficios migratorios a los trabajadores con estatus de no inmigrante T o U:
 - <https://www.uscis.gov/es/humanitarian/victimas-de-la-trata-de-personas-y-de-otros-crimenes>
- Beneficios para los refugiados y servicios de gestión de casos ante una situación de trata: visite la página web de la Oficina contra la Trata de Personas (OTIP) en
 - <https://www.acf.hhs.gov/otip/victim-assistance/child-eligibility-letters>
 - <https://www.acf.hhs.gov/otip/victim-assistance/certification>

*Preguntas comunes sobre los trabajadores
migrantes y recursos en 8 idiomas (inglés,
español, árabe, chino, criollo haitiano,
portugués, vietnamita y tagalo):
MigrantWorker.gov o TrabajadorMigrante.gov*



CONSEJO: Es buena idea tomar nota de todas las horas que trabaja. Consiga un cuaderno y escriba todos los días y horas que haya trabajado, cuánto le pagaron, las fechas en las que recibió el salario, cualquier deducción que le hayan aplicado en su cheque y el motivo de esas deducciones.

EJEMPLO DE REGISTRO DE TRABAJO SEMANAL

Empleado:		Supervisor:	
Fecha	Actividades	Horas	Salario
		Entrada: _____ Salida: _____ Total: _____	

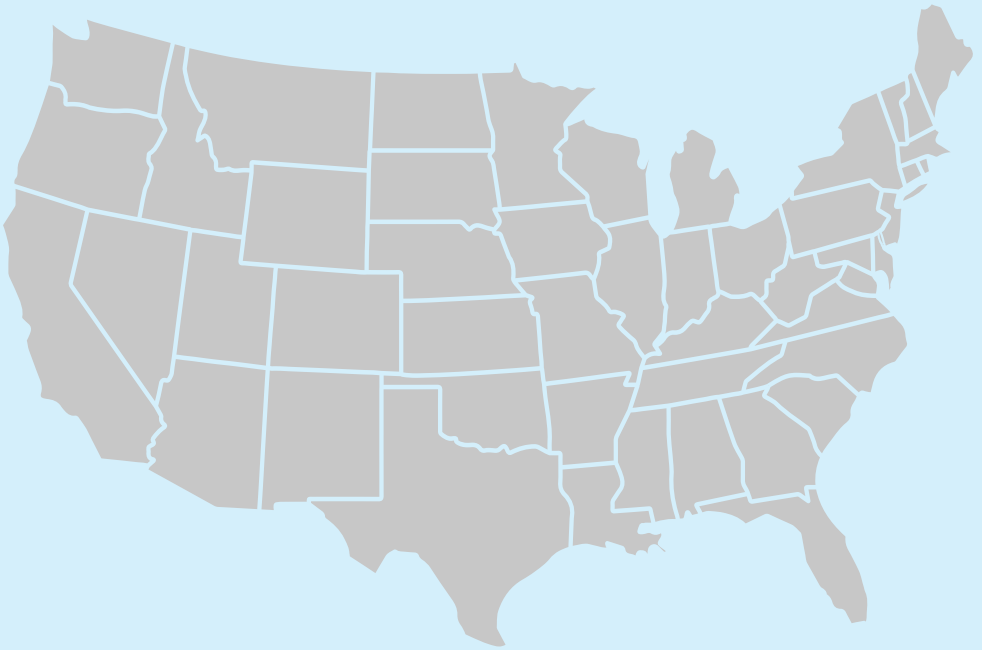
Empleado:		Supervisor:	
Fecha	Actividades	Horas	Salario
		Entrada: _____ Salida: _____ Total: _____	

Empleado:		Supervisor:	
Fecha	Actividades	Horas	Salario
		Entrada: _____ Salida: _____ Total: _____	

Empleado:		Supervisor:	
Fecha	Actividades	Horas	Salario
		Entrada: _____ Salida: _____ Total: _____	



THE UNITED STATES *of* AMERICA



Si desea ver una versión en línea de este folleto y el video que lo acompaña, apunte a este código QR con la cámara de su teléfono inteligente y abra el enlace que aparecerá:



U.S. DEPARTMENT *of* STATE

Este folleto se preparó conforme a la sección 202 de la Ley William Wilberforce de Reautorización de la Protección de las Víctimas de la Trata de Personas, Ley pública 110-457.