

# Tus derechos como trabajador

*Trabajar no es solo cobrar a fin de mes. Es entrar en un contrato con derechos exigibles y obligaciones concretas. Esta unidad es el manual básico de lo que la ley dice que te corresponde desde el primer día, incluso si tu primer contrato dura solo tres meses de verano.*

---

# Objetivos de la unidad

- Conocer los diez derechos básicos que el Estatuto de los Trabajadores reconoce a cualquier persona asalariada en España.
- Distinguir entre la jornada máxima legal (40 horas semanales en cómputo anual) y la jornada efectiva fijada por convenio colectivo.
- Calcular las vacaciones proporcionales en un contrato temporal de tres meses y decidir entre disfrutarlas o cobrarlas en finiquito.
- Reconocer cinco obligaciones del empresario y cinco del trabajador en materia de prevención de riesgos laborales según la Ley 31/1995.
- Identificar el papel del convenio colectivo, del comité de empresa y de los sindicatos en la defensa de los derechos laborales.

---

# Conceptos clave

- **Estatuto de los Trabajadores**
- **derecho al salario**
- **SMI**
- **jornada máxima 40 horas**
- **descanso semanal**
- **vacaciones 30 días naturales**
- **pagas extraordinarias**
- **igualdad de retribución**
- **conciliación**
- **indemnización por despido**
- **prevención de riesgos laborales**

---

# El Estatuto de los Trabajadores: la ley básica del trabajo en España

El **Estatuto de los Trabajadores** (en adelante, ET) es la **norma marco** que regula las relaciones laborales por cuenta ajena en España.

---

# Jornada, descanso y vacaciones en la práctica

Las cifras del Estatuto son el suelo legal. La aplicación concreta depende del **convenio** y del **contrato**. Tres detalles que conviene saber.

---

# Trabajar a partir de los 16 años: derechos y límites especiales

En España **se puede trabajar a partir de los 16 años cumplidos** (ET art. 6).

Antes de esa edad, está prohibido salvo en espectáculos públicos con autorización expresa de la autoridad laboral. Los menores de 18 años tienen un régimen reforzado de protección.

---

# Prevención de Riesgos Laborales: la Ley 31/1995

<Figure src={insstMadrid} alt="Sede del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) en Madrid." caption="Sede del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), organismo técnico del Ministerio de Trabajo creado en 1978 y referente nacional en prevención de riesgos laborales."/>

---

# Convenio colectivo, comité de empresa y sindicatos

<Figure src={primeroMayoMadrid} alt="Manifestación del Primero de Mayo de 2019 en Madrid, con pancartas y banderas sindicales." caption="Manifestación del Primero de Mayo de 2019 en Madrid. CCOO y UGT, los dos sindicatos mayoritarios en España, negocian más del 90 % de los convenios colectivos del país."/>

---

# Si te vulneran un derecho: la ruta para reclamar

Cuando algo no encaja (no te pagan el SMI, te hacen trabajar más horas de las pactadas sin compensar, no te dan los EPI, te discriminan por edad o género), existe una **vía clara, gratuita y razonablemente rápida** para reclamar. Vale tanto para un contrato de verano como para uno indefinido.

· [profedeeconomia.es](http://profedeeconomia.es)