

Accidentes en el trabajo y sus derechos

(Work injuries and your rights)

Author

Northwest Justice Project

Last Review Date

July 31, 2025

Si se lesiona en el trabajo o sufre una enfermedad ocupacional, tiene derecho a recibir compensación para trabajadores por su lesión o enfermedad. Esto también es válido para los trabajadores indocumentados y los trabajadores que no tienen documentos legales de trabajo.

¿Qué pasa si me enfermo o me lesiono en el trabajo?

En el estado de Washington, la compensación para trabajadores por accidentes de trabajo es 'sin culpa'. Eso significa que no importa quién o qué haya causado la lesión o la enfermedad. Si estaba trabajando cuando se lesionó, tiene derecho a recibir beneficios.

Los trabajadores lesionados pueden recibir:

- Pagos para gastos médicos
- Compensación por parte del salario que pierde mientras se recupera
- Pagos por discapacidades parciales o totales

- Orientación vocacional y/o capacitación
- Oportunidades de transición laboral

¿Qué pasos debo seguir si me lesioné en el trabajo?

Si se lesiona en el trabajo o sufre una enfermedad ocupacional:

- **Busque atención médica de inmediato.** Diga al doctor que se lesionó en el trabajo.
- **Dígale a su empleador.** Si su empleador es autoasegurado, llene un formulario de "informe de accidente para autoasegurados".
- **Obtenga los nombres y números de teléfono** de cualquier compañero de trabajo que haya presenciado su lesión.
- Si es miembro de un sindicato, **avíseles.**

¿Cuándo debiera aplicar para la compensación para trabajadores?

Por lo general, tiene que aplicar dentro de 1 año de la lesión o dentro de 2 años del descubrimiento de una enfermedad ocupacional. Recomendamos que **aplique lo antes posible.**

¿Dónde puedo obtener los formularios para aplicar para la compensación para trabajadores?

Si su empleador no es autoasegurado, por lo general puede obtener los formularios correspondientes en línea o en hospitales, clínicas o consultorios médicos. También puede obtenerlos en las oficinas locales del Departamento de Labor e Industrias (L&I) (<https://www.lni.wa.gov/agency/contact/%23office-locations>).

Si su empleador es autoasegurado, debería obtener del empleador un formulario para Reporte de Accidentes.

¿Tienen algún consejo para presentar una reclamación?

Tiene que incluir a todos los dependientes, incluyendo a sus hijos y cónyuge cuando presente una reclamación. El número de dependientes que usted indique en el formulario de reclamación determina los beneficios por “tiempo de trabajo perdido”.

También puede llamar a teléfonos directos gratuitos para más información y ayuda.

¿Mi doctor tiene que llenar algún papeleo?

Sí. Su doctor (o asistente médico) llena la parte del “Informe Inicial del Médico” del formulario para Reporte de Accidentes. Asegúrese que el doctor envíe este formulario a su empleador o a la empresa proveedora de servicios del empleador.

¿Qué otros derechos tengo?

Tiene muchos. Incluyen:

- El derecho a elegir o cambiar de doctor
- El derecho a recibir la atención médica necesaria para el tratamiento sin costo
- El derecho a recibir pago de beneficios por tiempo de trabajo perdido si no puede trabajar por más de 3 días
- El derecho a rechazar (rehusar) ofertas de "trabajo liviano" a menos que su doctor lo apruebe
- El derecho a recibir un pago por discapacidad parcial permanente si su lesión es permanente

- El derecho a no sufrir represalias por hacer valer sus derechos al amparo de la ley de compensación para los trabajadores
- El derecho a recibir **todas** las cartas, avisos y otras comunicaciones del Departamento de Labor e Industrias en su idioma natal

¿Qué hago después de presentar mi reclamación?

- Mientras L&I decide si usted reúne los requisitos, es posible que un proveedor médico le envíe una factura. Guarde una copia. Envíe una a L&I. La factura se pagará si L&I aprueba su reclamación.
- Siga contactando a sus compañeros de trabajo o a otras personas que puedan haber sido testigos de su lesión, y reúna sus nombres y números de teléfono.
- Si su empleador le ofrece trabajo liviano y usted cree que el trabajo está empeorando su lesión, comuníquese inmediatamente con su doctor. Si el doctor está de acuerdo con usted, puede volver a recibir los beneficios por tiempo de trabajo perdido. Para ello, avise a su manager de reclamaciones que ya no puede hacer trabajos livianos. Si el trabajo liviano solo está disponible en un horario parcial, usted aún podría recibir beneficios adicionales por tiempo de trabajo perdido.
- **Asegúrese de conocer el plazo que hay para protestar o apelar.** Si L&I **niega** su reclamación, usted puede protestar o apelar, pero solo por un tiempo limitado.

L&I dijo que puedo trabajar a pesar de mi lesión o me envió el aviso de una decisión con la que no estoy de acuerdo. ¿Qué hago?

Usted puede protestar o apelar esa decisión.

(https://www.projecthelpwa.com/_files/ugd/7e2fff_453784e629754ef599051712a47b5d7c.pdf)

En general, tiene que hacerlo dentro del plazo de **60** días, o menos, de recibir

la decisión.

Si no protesta o apela dentro del plazo permitido, pierde su derecho a hacerlo. La decisión se convierte en definitiva.

¿Puedo obtener ayuda para mi reclamación?

Sí. Llame a su **manager de reclamaciones del Departamento de Labor e Industrias** de la localidad suya o al teléfono gratuito 1-800-LISTENS (1-800-547-8367). En este teléfono gratuito, hay personal que habla español y hay otros servicios disponibles.

También puede comunicarse con el **PROYECTO HELP** (<https://www.projecthelpwa.com/>). Ofrecen información y ayuda gratuitas. Cuentan con personal bilingüe de español-inglés, pero usted debería proveer su propio intérprete si fuera necesario.

Debería tratar de obtener ayuda legal (<https://www.mywsba.org/PersonifyEbusiness/Default.aspx?TabID=1536&ShowSearchResults=> si su empleador lo despide, le reduce las horas, no le programa sus turnos habituales, o toma represalias contra usted de alguna otra manera por su lesión o porque ha presentado (o piensa presentar) una reclamación de compensación para trabajadores.

Si usted es un trabajador agrícola y su lesión es el resultado de la exposición a pesticidas, puede comunicarse con la Unidad Campesina del Proyecto de Justicia del Noroeste (NJP), al (509) 225-0026 para obtener ayuda legal gratuita.

WashingtonLawHelp.org gives general information. It is not legal advice. Find organizations that provide free legal help on our [Get legal help](#) page.