

Su empleador está obligado a concederle descansos durante los cuales no tenga que realizar ninguna tarea laboral. Existen normas específicas sobre el pago de horas extras y los recibos de sueldo.

COMIDAS Y DESCANSOS

- ▶ Tiene derecho a un descanso remunerado de 10 minutos, sin obligaciones laborales (15 minutos si es menor de 18 años), por cada cuatro horas trabajadas durante la jornada laboral (más un descanso adicional por cualquier período restante superior a dos horas). La División de Seguridad y Salud Ocupacional de Oregón (OR-OSHA, por sus siglas en inglés) exige descansos adicionales por trabajo en altas temperaturas.
- ▶ Tiene derecho a un descanso para comer de 30 minutos no remunerado y sin obligaciones laborales (por lo general dentro de las dos horas posteriores a su tercera hora de trabajo, aunque existen excepciones para hospitales) cuando el período laboral sea de al menos seis horas
- ▶ En esta tabla se encuentran los detalles; también puede visitar: oregon.gov/boli/workers/Pages/meals-and-breaks.aspx.
- ▶ También se le concederán descansos razonables, según sea necesario, para extraer leche (y un espacio privado que no sea un baño para hacerlo) hasta que su hijo cumpla 18 meses.

Duración del Turno	Tiempo de descanso	Descanso de Comidas
2 horas o menos?	0	0
2 horas 1 minuto - 5 horas 59 minutos	1	0
6 horas	1	1
6 horas 1 minuto - 10 horas	2	1
10 horas 1 minuto - 13 horas 59 minutos	3	1
14 horas	3	2
14 horas 1 minuto - 18 horas	4	2

HORAS EXTRAS Y CHEQUES DE PAGO

- ▶ Debe recibir pago de horas extras equivalente a 1.5 veces su tarifa regular por las horas trabajadas que superen las 40 en una semana laboral. Las excepciones son limitadas.
- ▶ En algunos rubros, como las fábricas y las plantas de procesamiento de productos del mar, es posible que se acumulen horas extras diarias. También se aplican normas especiales sobre horas extras a determinados trabajos realizados por organismos públicos, proyectos de obras públicas, fábricas de enlatados y algunos empleados de hospitales.
- ▶ La ley exige que los días de pago sean fijos. Debe recibir un sueldo al menos cada 35 días. Su empleador debe proporcionarle un recibo de sueldo detallado.
- ▶ Si fue despedido o suspendido, debe recibir su último pago a más tardar al final del siguiente día hábil, excepto en casos muy concretos.
- ▶ Si renuncia con al menos 48 horas de aviso, debe recibir su último pago en su último día de trabajo. Si no da el aviso de 48 horas, debe recibirlo dentro de los 5 días hábiles o en el siguiente día de pago, lo que ocurra primero
- ▶ Existen diferentes leyes relativas a las horas extras y los pagos que aplican a los empleadores del sector agrícola. Consulte el aviso "Trabajadores agrícolas" de BOLI.

COMUNIQUESE CON NOSOTROS

Si su empleador no está cumpliendo con la ley o algo no le parece bien, llámenos. El Departamento de Trabajo e Industrias está aquí para hacer cumplir estas leyes y protegerlo.

Lláme al: 971-245-3844

Correo electrónico: BOLI_help@boli.oregon.gov

Web: oregon.gov/boli

Se habla español.



LAS LEYES DE OREGON

lo protegen en el trabajo

Julio 2026 a junio 2027 (Spanish)