



GUÍA RÁPIDA PARA TRABAJADORXS DEL HOGAR

NOSOTR·X·S



UNDEF



The United States
Democracy Fund

GUÍA RÁPIDA PARA PERSONAS TRABAJADORAS DEL HOGAR.
© Nosotr@s por la Democracia, 2022.

Coordinadora de la publicación: Teresa Lazcano Martínez.
Colaboradores: Ana Laura Huerta y Patricia Guzmán González.
Diseño gráfico: Dafne Angélica Carmona Gámiz y Dolores Vargas Santos..

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

Nosotrxs

Dr. Salvador Alvarado 72
Colonia Escandón.
Alcaldía Miguel
CP 11800
Ciudad de México, México.
Correo electrónico: contacto@nosotrxs.org
Página web: www.nosotrxs.org

En México hay 2.2 millones de trabajadoras del hogar que laboramos de manera informal, desprotegida, con extensas jornadas laborales, baja remuneración, sin seguridad social ni prestaciones de ley, además de estar expuestas a prácticas discriminatorias en nuestros lugares de trabajo.

Desde un inicio en Nosotrxs decidimos enarbolar la Causa de “Trabajadoras del Hogar”, convencidas de que es tiempo de sentar en nuestras leyes, políticas públicas y relaciones sociales, condiciones de igualdad todas las personas trabajadoras del hogar a quienes sistemáticamente nos han negado el acceso a sus derechos.

“Hoy las reformas legales reconocieron el derecho por ley a que las trabajadoras cuenten con seguro social”

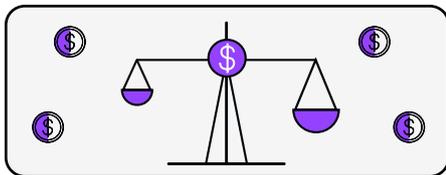
.....

El 23 de noviembre del año 2022, se logró con la aprobación y publicación del decreto en el Diario Oficial de la Federación (DOF), la modificación de la Ley del Seguro Social, estableciendo que quienes contraten a personas trabajadoras del hogar, tienen la obligación de otorgarles seguridad social.

NUESTRAS CONDICIONES DE TRABAJO.

En México hay muchas trabajadoras del hogar que vivimos situaciones que no son favorables para nosotras y nuestras familias, por ejemplo:

2



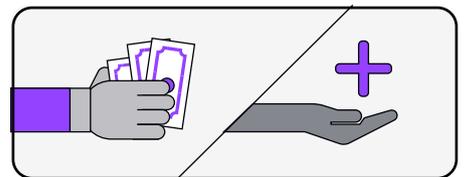
Como trabajadoras del hogar nos encontramos en condiciones de desigualdad económica con relación al resto de las personas, particularmente con las personas que nos emplean.

4



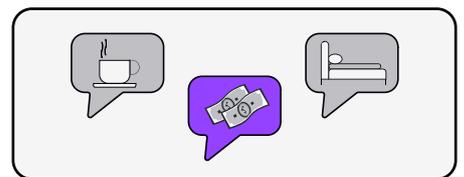
En nuestro trabajo generalmente importa más la salud y el bienestar de los empleadores por encima de nuestro bienestar y el de nuestras familias.

1



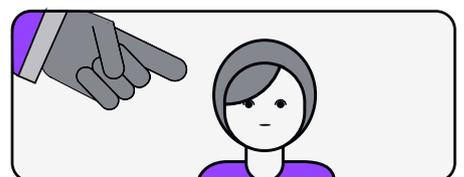
No siempre contamos con prestaciones derivadas de nuestro empleo, como el acceso a la seguridad social o el pago de aguinaldo.

3



Muchas veces trabajamos en condiciones laborales poco favorables como, por ejemplo, tenemos exceso de trabajo, sueldos bajos, dificultades de acceso a prestaciones, acuerdos informales de trabajo y falta de seguridad social.

5



En muchas ocasiones como trabajadoras del hogar hemos sido maltratadas por el trabajo que realizamos.

ES MOMENTO DE NUESTROS DERECHOS



¿Sabías que?

Las personas trabajadoras del hogar, como cualquier otra persona trabajadora, debemos gozar de los derechos laborales establecidos en la Ley Federal del Trabajo.

Hay un apartado en la ley (el Capítulo 13) donde se habla específicamente de nuestro trabajo y nuestros derechos.

1



DERECHO A UN CONTRATO POR ESCRITO

Tu empleador y tú pueden redactar un contrato en una hoja agregando los siguientes datos:

- Nombre y apellidos de la persona empleadora y de la trabajadora del hogar.
- Dirección del lugar de trabajo.
 - Fecha de inicio de contrato y fecha de cuando se firmó, así como cuánto durará (puede ser un tiempo definido o indefinido).
- Las herramientas de trabajo que nos darán para realizar nuestro trabajo.
 - Las condiciones de vivienda y alimentación que tendremos en caso de una jornada completa y de trabajar bajo la modalidad “de planta”.
 - Las prestaciones de ley que recibirás como: vacaciones, aguinaldo, prima vacacional, seguridad social, día de descanso semanal, prima dominical, prima de antigüedad (en caso de llevar más de 15 años trabajando en el mismo lugar), licencia de maternidad, periodo de lactancia, finiquito laboral y liquidación.

CONOCER

2



DERECHO A UNA JORNADA LABORAL NO MAYOR A 8 HORAS DIARIAS

La jornada diaria debe respetar este límite u otorgar un pago extra en caso de ser necesario tal como se estipula en el artículo 68 de la Ley Federal del Trabajo.

3



DERECHO A UN DESCANSO DIARIO (BAJO LA MODALIDAD “DE PLANTA”)

Descanso mínimo de tres horas entre las actividades de la mañana y de la tarde y mínimo nueve horas de descanso consecutivas en horario nocturno. Recuerda que aun así debe respetarse tu jornada de 8 horas.



Toma en cuenta que:

- Durante esas horas se debe de respetar tu descanso.
- Además, el horario laboral es el tiempo que estás disponible para la persona empleadora, estés haciendo algo o no.

4



DERECHO A DÍAS DE VACACIONES

Estas prestaciones se basan en los días que trabajamos para cada empleador.



Toma en cuenta que:

Ir de vacaciones con tu empleadora para “ayudarla” no son vacaciones, es trabajo, por lo que se te debe pagar y dar un trato igual que la familia en cuanto al hospedaje y alimentos.

Las vacaciones corresponden a:			
Años de servicio	Días de trabajo a la semana	Días trabajados al año	Días de vacaciones
1 año	1 día	52 días	2 días
	2 días	104 días	4 días
	3 días	156 días	6 días
	4 días	208 días	8 días
	5 días	260 días	10 días
	6 días	312 días	12 días
2 años	1 día	52 días	6 días
	2 días	104 días	8 días
	3 días	156 días	10 días
	4 días	208 días	12 días
	5 días	260 días	14 días
	6 días	312 días	16 días
3 años	1 día	52 días	10 días
	2 días	104 días	12 días
	3 días	156 días	14 días
	4 días	208 días	16 días
	5 días	260 días	18 días
	6 días	312 días	20 días

Años de servicio	Días de trabajo a la semana	Días trabajados al año	Días de vacaciones
4 años	1 día	52 días	14 días
	2 días	104 días	16 días
	3 días	156 días	18 días
	4 días	208 días	20 días
	5 días	260 días	22 días
	6 días	312 días	24 días
5 a 9 años	1 día	52 días	18 días
	2 días	104 días	20 días
	3 días	156 días	22 días
	4 días	208 días	24 días
	5 días	260 días	26 días
	6 días	312 días	28 días
10 a 14 años	1 día	52 días	22 días
	2 días	104 días	24 días
	3 días	156 días	26 días
	4 días	208 días	28 días
	5 días	260 días	30 días
	6 días	312 días	32 días
15 a 19 años	1 día	52 días	26 días
	2 días	104 días	28 días
	3 días	156 días	30 días

5



DERECHO A UN DESCANSO SEMANAL

Derecho a un descanso semanal de día y medio ininterrumpido, preferiblemente en sábado y domingo.

6



DERECHO A UNA PRIMA VACACIONAL

Nos deben pagar mínimo 25% más de lo que recibimos como pago normal por nuestros días de trabajo. Es decir, si por trabajar 12 días nos pagan \$2000, cuando sean nuestras vacaciones nos tienen que dar \$2000 + \$500. Esto es para que tengamos un dinero extra para nosotras en estos días de descanso.

7

DERECHO A UNA COMPENSACIÓN POR JORNADA EXTRAORDINARIA U HORAS EXTRAS

Se consideran como horas extras todas las horas de trabajo que excedan la jornada laboral establecida. Lo máximo de horas extra que te pueden pedir en una semana son 3 horas por máximo 3 días.

8

DERECHO A PAGO POR DÍAS NO LABORADOS POR CAUSAS ATRIBUIBLES AL EMPLEADOR

Son días que se nos deben pagar completos porque nosotras no decidimos la inasistencia, sino que nuestros empleadores por alguna razón nos pidieron no ir.

9

DERECHO A UN AGUINALDO

Es una retribución por nuestro trabajo de cada año. Corresponde mínimo al pago de una quincena de nuestro trabajo y se tiene que pagar antes del 20 de diciembre.

Ejemplo: Si trabajamos todo el año y al mes nos pagan \$6000, en diciembre nos tendrían que pagar \$6000 + \$3000.

Si no trabajamos todo el año, solo dividimos la cantidad de meses trabajados entre 12 y lo multiplicamos por los meses que trabajamos.

Ejemplo: Yo trabajé 10 meses este año porque entré en marzo a trabajar, me corresponderían \$6000 + \$2500 ($\$3000/\$12=\$250$, $\$250 \times 10 = \2500)

Recuerda que: El aguinaldo se paga en efectivo, no con ropa, comida o muebles. Estos regalos nos los pueden dar como extra, pero no en lugar del aguinaldo.

10

DERECHO A UN SALARIO DIGNO

La Comisión Nacional de los Salarios Mínimos ya estableció que el salario mínimo que debe pagarse a las trabajadoras del hogar al 2024 es de \$374.89 en los estados de la frontera y de \$270.60 en el resto del país. Es importante que sepas que el salario mínimo es el recurso económico básico que nos pueden pagar, si las personas empleadoras nos pagan menos entonces están incumpliendo la ley. Por otro lado, sabemos que nuestro trabajo cuenta y vale más.

11

DERECHO A UN LUGAR SEGURO DE TRABAJO

Recuerda que todas las personas trabajadoras deben de estar protegidas contra accidentes, enfermedades profesionales y riesgos de trabajo. Si bien la casa de nuestros empleadores es un espacio privado, es importante minimizar riesgos físicos y emocionales para quienes ahí trabajamos, y así hacer de este un lugar seguro de trabajo, por esta razón te recomendamos que:

- Revises las condiciones que puedan ser peligrosos en el hogar donde trabajas (áreas resbalosas, desniveles, escaleras en mal estado), y le pidas a tu empleadora (or) que las mejore.
- Pidas escaleras seguras para alcanzar objetos alejados
- Evites el sobreesfuerzo por la carga de muebles u objetos muy pesados
 - Pidas descansos regulares ante situaciones que pueden resultar agotadoras o repetitivas (descansos de algunos minutos en tus horarios de trabajo).
- Solicites productos de limpieza etiquetados, y evites mezclarlos
- Ventiles adecuadamente el espacio cuando se usen químicos
- Solicites guantes y mascarilla para el uso de productos químicos
- Solicites un lugar de descanso, donde además puedas consumir tus alimentos

En el caso de las actividades de cuidado a personas adultas mayores o infantes, es importante :

- Cobra un tanto extra , o bien una tarifa especial por este tipo de tareas. Solicitar capacitación adecuada para atender estos casos
- Solicita números de emergencia para poder localizar a tu empleador (a)
 - Da un informe sobre las cosas que pueden mejorarse para que hagas mejor tu trabajo
- Considera decir un No como respuesta si es que no te sientes capacitada para realizar estas tareas

Cuida que tu trabajo este libre de violencia y agresión, tales como :

- Burlas o insultos
- Descalificar y culpar
- Ignorar
- Exceso de trabajo

LAS TRABAJADORAS DEL HOGAR TENEMOS DERECHO A LA SEGURIDAD SOCIAL

Debemos saber que las personas empleadoras tienen la responsabilidad de afiliarnos al IMSS y que todas las personas que trabajamos en el hogar tenemos derecho a la seguridad social. Ésta nos protege a nosotras y a nuestra familia, sí, a todos los miembros que dependan económicamente de nosotras:

- A nuestros hijos menores de 16 años o menores de 25 años si siguen estudiando.
- Nuestra pareja, ya sea que estemos casados o vivamos con ella.
- A nuestros padres y madres.

En ese mismo periodo la persona empleadora debe pagar las contribuciones a la seguridad social, para ello se debe hacer el cálculo de la cuota correspondiente. El IMSS tiene una calculadora en su sitio de internet para hacer este cálculo.

Al cumplirse el pago oportuno de las cuotas, nosotras tendremos acceso en el mes siguiente a los servicios y prestaciones de los regímenes de protección administrados por el IMSS, en caso contrario no.

Para ingresar al programa piloto y poder afiliarnos al IMSS debemos seguir ciertos pasos:

Vía digital o en línea



1

Ingresar a la página: Incorporación de las personas trabajadoras del hogar (imss.gob.mx).

2

Registrar nuestros datos como trabajadoras del hogar y registrar los datos de la persona o personas que nos emplean, esto debe ocurrir durante los primeros 20 días naturales de un mes.

Para esto se requieren los siguientes documentos:

Personal empleadora
• Nombre completo
• Domicilio
• CURP
• Correo electrónico
• En su caso, RFC (opcional) y teléfono celular (opcional)
Trabajadora del hogar
• Nombre completo
• CURP
• Número de Seguro Social
• Domicilio
• Salario base de cotización diario integrado y días trabajados

3

En ese mismo periodo la persona empleadora debe pagar las contribuciones a la seguridad social, para ello se debe hacer el cálculo de la cuota correspondiente. El IMSS tiene una calculadora en su sitio de internet para hacer este cálculo.

4

Al cumplirse el pago oportuno de las cuotas, nosotras tendremos acceso en el mes siguiente a los servicios y prestaciones de los regímenes de protección administrados por el IMSS, en caso contrario no.

Vía presencial



En esta ocasión, el trámite puede ser realizado por nosotras o nuestros empleadores, sin embargo, como tiene que presentarse nuestra identificación oficial original, podemos acompañarlos.

1

Identificar la subdelegación del IMSS que nos corresponde de acuerdo al domicilio donde vayamos a trabajar. Podemos identificarla en el sitio web: www.imss.gob.mx/directorio o por teléfono, llamando al 800 623 23 23.

2

Asistir a la subdelegación que corresponde en un horario de 8-15:30 horas de lunes a viernes y presentar los siguientes documentos:

Personal empleadora
• Nombre completo
• Domicilio
• CURP
• Correo electrónico
• En su caso, RFC (opcional) y teléfono celular (opcional)
Trabajadora del hogar
• Identificación oficial original (con foto y firma)
• Copia certificada del acta de nacimiento
• Nombre completo
• CURP
• Número de Seguro Social
• Comprobante de Domicilio
• Salario base de cotización diario integrado y días trabajados

3

Al llegar a la subdelegación, en la entrada se encontrará un módulo de atención, ahí nos deberán indicar en qué ventanilla realizar el trámite.

4

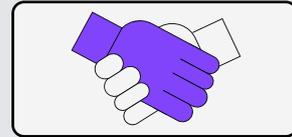
Después de llenar la solicitud, la persona que nos atendió debe proporcionar una copia para la persona trabajadora del hogar y una para la persona empleadora y la línea de captura para hacer el pago de las cuotas.

5

Recuerda que los pagos deben realizarse dentro de los primeros 20 días de cada mes, para que tengamos cobertura de todos los servicios de la seguridad social a lo largo del mes siguiente.

6

En caso de que tengas varios empleadores tendremos que realizar el mismo trámite con cada uno de ellos.



¿Cuáles son los beneficios de la seguridad social?

- IMSS con cobertura extendida a nuestra familia.
- Guarderías.
- Tendremos acceso a los programas integrados de salud PREVENIMSS. Estos programas se centran en la prevención de enfermedades como cáncer, diabetes u obesidad, entre otras.
- Tenemos la oportunidad de una pensión para un retiro digno.
- Contamos con protección por riesgos laborales.
- Contamos con prestaciones sociales. Se formaliza nuestro trabajo. Ganamos condiciones de igualdad.

Considera que al ser hoy una ley que las trabajadoras del hogar cuenten con seguro social, si tu empleador no te inscribe por seguro social, estaría incumpliendo los artículos 334 Bis de la Ley Federal del Trabajo y el 239-C de la Ley del Seguro Social, entre otros ordenamientos.

EMPLEADORES Y TRABAJADORAS DEL HOGAR, UN EQUIPO QUE PUEDE TRABAJAR UNIDO.

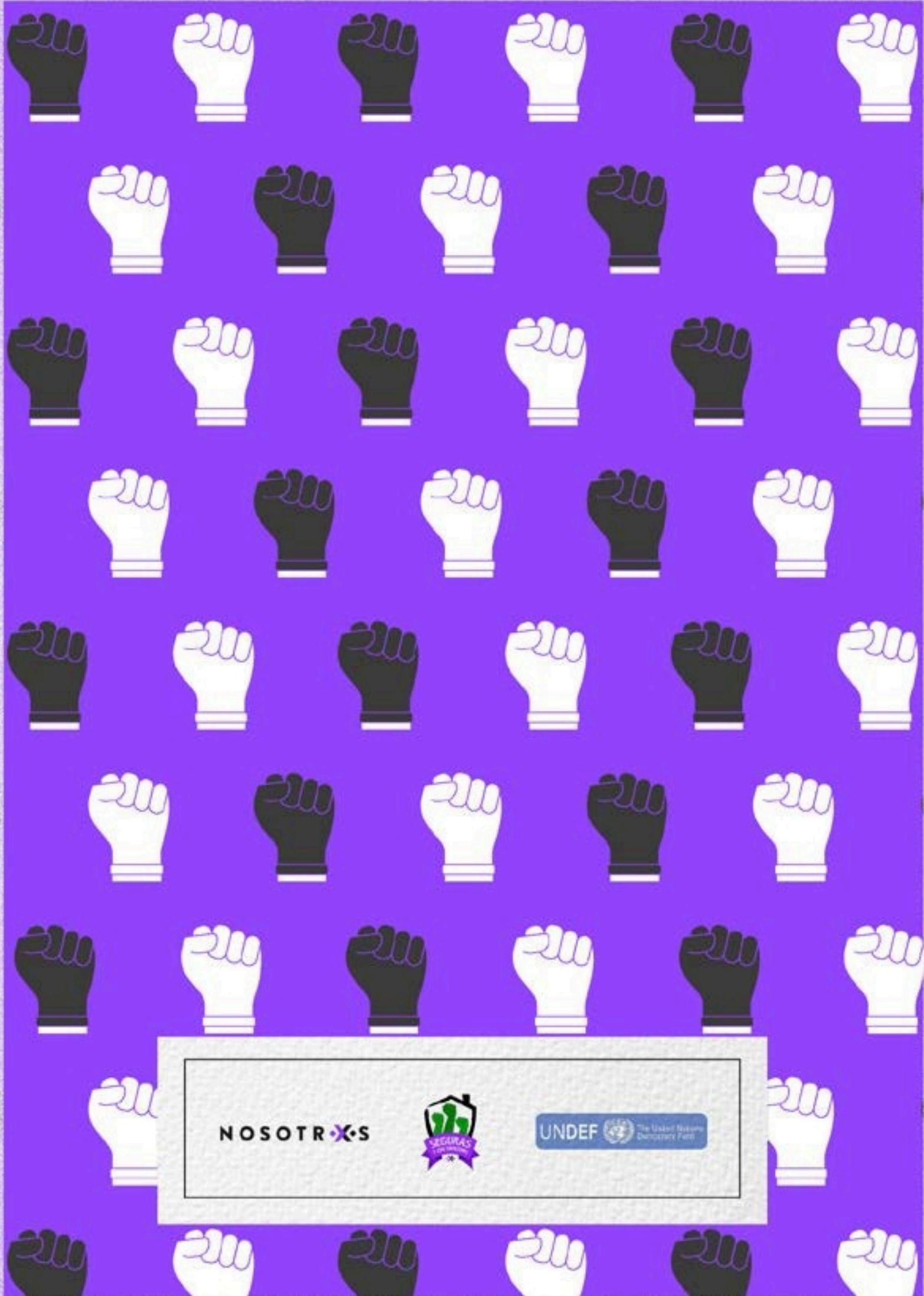
.....

Apostamos a la construcción de una nueva cultura de respeto al trabajo en el hogar, caracterizado por el respeto a los derechos y a la dignidad de quienes realizan este trabajo. Sabemos que muchxs empleadorxs son conscientes y quieren contribuir a disminuir la brecha de desigualdad que existe, así que pensemos que es posible trabajar de manera conjunta.

Hoy sabemos que cada vez más empleadores y trabajadoras del hogar, colaboran en equipo para el reconocimiento de los derechos laborales y la mejora de las condiciones laborales, lográndose con esto, una mejor relación entre empleadores y trabajadoras.

Empleadores y trabajadoras pueden compartir información, dialogar, y negociar todos los temas necesarios para crear un trabajo digno ,¡esto puede lograrse!.

Tambien considera que al ser hoy una ley el que las trabajadoras del hogar cuenten con seguro social, de no ser inscrita por tu empleadora o empleador, estos estarán incumpliendo los artículos 334 Bis de la Ley Federal del Trabajo y el 239-C de la Ley del Seguro Social, entre otros ordenamientos.



NOSOTROS



UNDEF



The United Nations
Democracy Fund