VITORIA GASTEIZ
green capital

Salud y prevención de riesgos laborales

para trabajadoras de hogar y de cuidados.

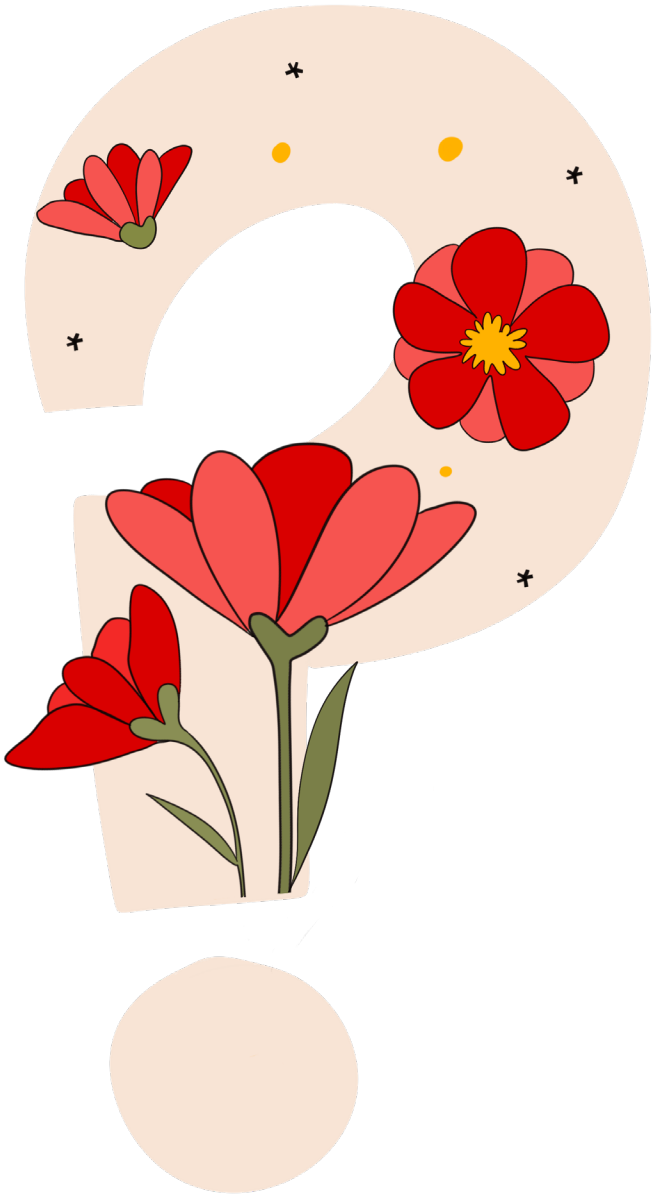
Cuaderno Nº15

Materiales del Servicio de información y orientación para trabajadoras de hogar y de cuidados de la Casa de las Mujeres

Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko Udala

4-7	La importancia de la salud laboral y la prevención
8-14	Derechos de las trabajadoras en la nueva normativa
15	Rincón de pensar

Contenidos: Enarak Kooperatiba y
Aitziber Romero.

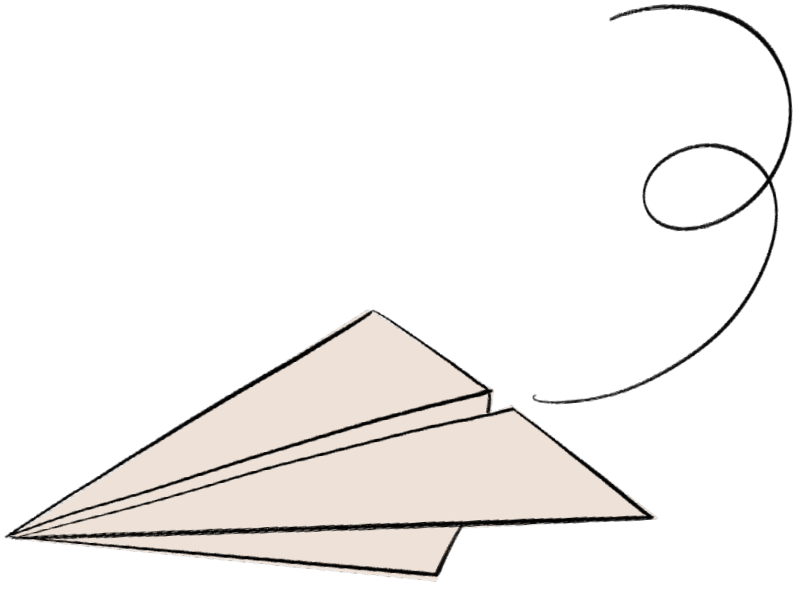


En este cudernillo aprenderemos sobre salud y seguridad laboral un elemento indispensable para hacer bien nuestro trabajo y cuidar nuestra salud.

1. La importancia de la salud laboral y la prevención en el trabajo.

El año 2022 fue un año muy importante de cara al largo camino de **reconocimiento de los derechos laborales de las trabajadoras de hogar y de cuidados.** Se aprobó el derecho a cotizar al desempleo gracias a la denuncia en instancias europeas de una trabajadora de hogar y una empleadora.

También, se aprobó la mejora de las condiciones de trabajo y de seguridad social mediante un proceso de aprobación de normativa específica para trabajadoras de hogar y de cuidados y armonización con la normativa general. Se incluye a las trabajadoras de hogar y de cuidados en la actualización de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos laborales.



En 2024 se aprobó el Decreto 893/2024 de regulación específica en seguridad y salud en el que se establece que la protección de las trabajadoras de hogar y de cuidados será como la de cualquier otra persona trabajadora.
Y en la que se establecen obligaciones de cumplimiento para las personas empleadoras como formación, EPIs en el trabajo, un Protocolo de prevención frente a riesgos graves y acoso, que más adelante desarrollaremos.

En mayo de 2025 en Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo INSST, pone en marcha una **herramienta gratuita y obligatoria para personas empleadoras**, a la que pueden acceder también trabajadoras para realizar una **Evaluación Inicial de Riesgos** que da un informe de medidas preventivas.

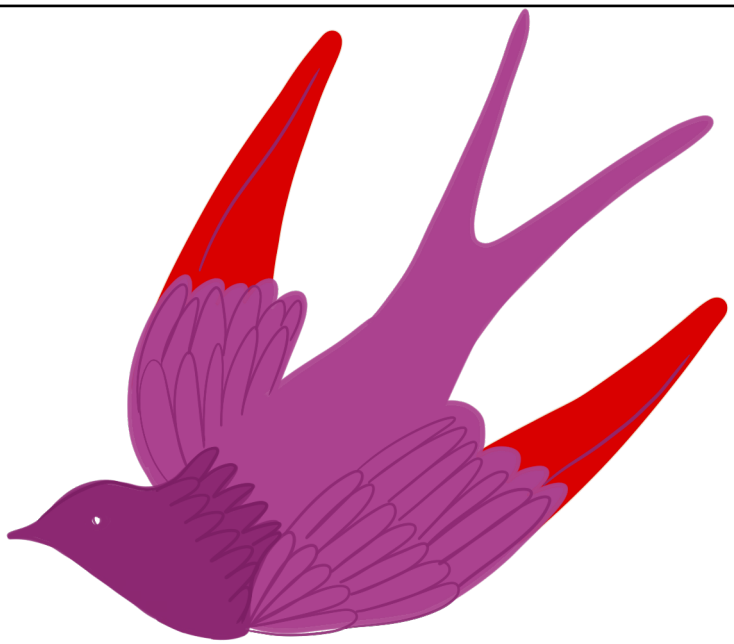
En junio de 2019 el Instituto Vasco de Salud y Seguridad Laborales OSALAN editó una **guía básica de prevención de riesgos laborales para trabajadoras de hogar** en relación con una guía estatal en la que se detallaban algunas medidas de prevención que aún resultan importantes.

Es muy importante que las personas empleadoras se informen y cumplan con esta normativa obligatoria a partir del 14 de noviembre de 2025

Las trabajadoras también están obligadas a seguir todas las recomendaciones y mantener la seguridad en el trabajo, ya que realizar en malas condiciones una tarea, puede tener consecuencias graves en la salud física o emocional.

La mayoría de trabajadoras de hogar realizan cuidados, pero ésta es una actividad que no se suele reconocer en el contrato, ni se toma en consideración para el resto de consecuencias, algunas de las cuales pueden convertirse en enfermedades no reconocidas laboralmente.

Para las trabajadoras es importante que cuando se vaya al médico se especifique en el expediente si una enfermedad es común o laboral, y a que esto determina las prestaciones de la Seguridad Social.



2. Derechos de las trabajadoras en la nueva normativa

Como hemos mencionado hay varios derechos en la nueva normativa que se deben cumplir:

La trabajadora tiene derecho a que en su actividad se realice una EVALUACIÓN INICIAL DE RIESGOS.

Esta **evaluación Inicial de Riesgos** se realiza mediante la plataforma https://www.prevencion10.es y toda persona empleadora está obligada a realizarla. Está herramienta gratuita y fácil de usar, después de una serie de preguntas relacionadas con la actividad de la trabajadora, sus condiciones de trabajo físicas y de derechos laborales, etc; elabora de forma automática un informe y determina si existen riesgos y la manera de reducirlos y/o prevenirlos y determina la periodicidad con la que debe hacerse las evaluaciones.

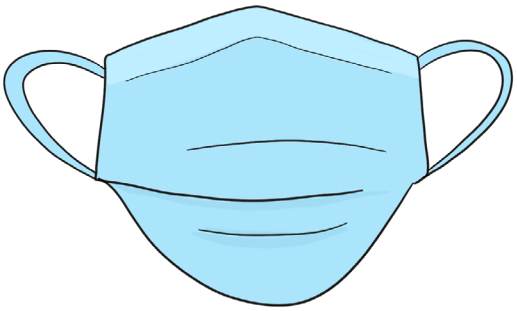
La trabajadora tiene derecho a que se implanten MEDIDAS PREVENTIVAS en el desarrollo de su actividad.

Si el Informe Inicial da medidas preventivas al determinar algún riesgo para la salud física o emocional de la trabajadora, éstas deben implantarse de manera obligatoria para reducir o eliminar esos riesgos.

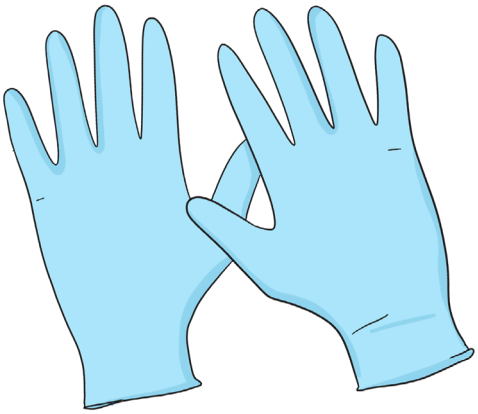
La trabajadora debe informar de cualquier situación de riesgo y velar por que éste sea disminuido o eliminado, así como seguir las recomendaciones dadas para ello, de lo contrario esto puede conllevar alguna sanción o incumplimiento.

La Trabajadora tiene derecho a **que se le proporcionen de manera gratuita** equipos de trabajo y protección adecuados.

A la trabajadora se le deben proporcionar equipos necesarios para el desarrollo de sus tareas, como por ejemplo: **uniformes** para que no se le dañe su ropa, **equipos de protección como mascarillas y guantes** si debe manipular algunas sustancias químicas que algunas veces se utilizan en la limpieza, para evitar el contagio de enfermedades, etc.



También la persona empleadora está obligada a proporcionar **herramientas de trabajo en buen estado**, si tienes manipular a personas dependientes, como grúas, sillas de ruedas, etc.



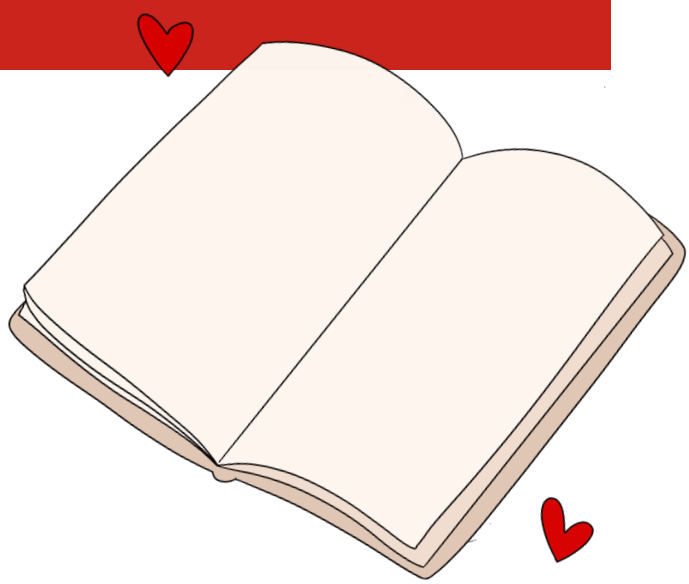
La trabajadora tiene derecho a que se le FORME de manera gratuita y se le INFORME de los riesgos y las medidas de protección.

Se debe informar a la trabajadora acerca de los riesgos para su salud que puede conllevar el desarrollo del puesto de trabajo, así como las medidas de protección que se llevarán a cabo. De igual manera, las trabajadoras tienen derecho a recibir una formación de prevención de riesgos laborales. Esta formación será facilitada por una plataforma pública y deberá realizarse dentro del horario de trabajo.

Aquí te dejamos la **Guía de OSALAN** (Instituto Vasco de Salud y Prevención laborales)
https://www.osalan.euskadi.eus/contenidos/libro/gestion_201935/es_def/adjuntos/guia_basica_prl_trabajo_hogar.pdf

La trabajadora tiene derecho a **reconocimientos médicos gratuitos** y de manera voluntaria al menos cada 3 años. Obligatoriamente tienen que ser ofrecidos por la persona empleadora.

Este reconocimiento es uno de los avances más importantes de la normativa. Todavía hace falta que sanidad promueva la realización de estos reconocimientos y dé a conocer en qué medida se documentará dicho reconocimiento.



La trabajadora tiene derecho a **protección frente a riesgos graves y acoso.**

La ley reconoce a la trabajadora el **derecho a paralizar su actividad y abandonar el domicilio si percibe un riesgo grave e inminente para su vida o salud**. En cualquier caso debe comunicarlo inmediatamente a la persona empleadora y no puede sufrir ningún perjuicio ni represalia por haber actuado para protegerse.

También se establece la **protección en contra de la violencia doméstica o el acoso** ya sea éste sexual o por razones de origen racial, étnico, de nacionalidad o de identidad u orientación sexual.

Si la trabajadora frente a una situación de acoso o malos tratos decide abandonar el domicilio por su seguridad, esto no se considerará una dimisión ni causa de despido disciplinario.

Finalmente la trabajadora **tiene derecho a participar y efectuar propuestas en el marco de todas las cuestiones que afecten a su seguridad y salud laboral.**
Estas propuestas o negativas a realizar alguna actividad que pueda afectar su salud laboral deben estar **encaminadas a mejorar los niveles de seguridad y salud laboral**.

RINCÓN DE PENSAR

1. ¿Qué significan las palabras: Prevención y riesgos?
Pon ejemplos

2. ¿Qué son las EPIs para protección en el trabajo?

3. ¿Qué implica que las trabajadoras participen y hagan propuestas en el marco de protección de su salud laboral?

4. ¿Cuáles pueden ser dos enfermedades laborales que podrían afectar a las trabajadoras de hogar y de cuidados?

Este librillo forma parte de una colección de 18 tomos, en los cuales se tratan y reivindican los derechos laborales de las trabajadoras de hogar y de cuidados en el País Vasco.

hegoaldetik
ENARAK
kooperatiba

EMAKUMEEN ETXEA
CASA de las MUJERES
Vitoria-Gasteiz