



Organización
Internacional
del Trabajo



GUÍA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO PARA LAS TRABAJADORAS DOMÉSTICAS DE PARAGUAY



**MBA' APO, JEPOROMOMBA' APO HA
TETÄYGUIA JEIKOPORÄ**
MOTENONDEHA
MINISTERIO DE
**TRABAJO, EMPLEO Y
SEGURIDAD SOCIAL**

Copyright © Organización Internacional del Trabajo 2017
Primera edición 2017

Las publicaciones de la Oficina Internacional del Trabajo gozan de la protección de los derechos de propiedad intelectual en virtud del protocolo 2 anexo a la Convención Universal sobre Derecho de Autor. No obstante, ciertos extractos breves de estas publicaciones pueden reproducirse sin autorización, con la condición de que se mencione la fuente. Para obtener los derechos de reproducción o de traducción, deben formularse las correspondientes solicitudes a la Oficina de Publicaciones (Derechos de autor y licencias), Oficina Internacional del Trabajo, CH-1211 Ginebra 22, Suiza, o por correo electrónico a: pubdroit@ilo.org, solicitudes que serán bien acogidas.

Las bibliotecas, instituciones y otros usuarios registrados ante una organización de derechos de reproducción pueden hacer copias de acuerdo con las licencias que se les hayan expedido con ese fin. En www.ifrro.org puede encontrar la organización de derechos de reproducción de su país.

OIT

“Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo para Trabajadoras Domésticas de Paraguay”
Santiago, Organización Internacional del Trabajo, 2017

ISBN 978-92-2-331341-8 (impreso)

ISBN 978-92-2-331342-5 (web pdf)

Trabajo doméstico/ trabajador doméstico /seguridad en el trabajo / salud en el trabajo/accidentes de trabajo /enfermedad profesional / Paraguay.

Datos de catalogación de la OIT

Las denominaciones empleadas, en concordancia con la práctica seguida en las Naciones Unidas, y la forma en que aparecen presentados los datos en las publicaciones de la OIT no implican juicio alguno por parte de la Oficina Internacional del Trabajo sobre la condición jurídica de ninguno de los países, zonas o territorios citados o de sus autoridades ni respecto de la delimitación de sus fronteras.

La responsabilidad de las opiniones expresadas en los artículos, estudios y otras colaboraciones firmados incumbe exclusivamente a sus autores, y su publicación no significa que la OIT las avale.

Las referencias a firmas o a procesos o productos comerciales no implican aprobación alguna por la Oficina Internacional del Trabajo, y el hecho de que no se mencionen firmas o procesos o productos comerciales no implica desaprobación alguna.

Las publicaciones de la OIT así como los catálogos o listas de nuevas publicaciones pueden obtenerse en Av. Dag. Hammarskjöld 3177, Vitacura, Santiago de Chile, o pidiéndolas a Casilla 19034, CP 6681962, e-mail: biblioteca_scl@ilo.org

Vea nuestro sitio en la red: www.ilo.org/santiago

Diagramación e ilustraciones Verity Harrison

Impreso en Chile

ADVERTENCIA

El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres es una de las preocupaciones de nuestra Organización. Sin embargo, no hay acuerdo entre los lingüistas sobre la manera de cómo hacerlo en nuestro idioma. En tal sentido y con el fin de evitar la sobrecarga gráfica que supondría utilizar en español o/a para marcar la existencia de ambos sexos, hemos optado por emplear el masculino genérico clásico, en el entendido de que todas las menciones en tal género representan siempre a hombres y mujeres.

PRÓLOGO

El trabajo doméstico es una de las ocupaciones más antiguas y más importantes para millones de mujeres y hombres en el mundo entero. En los últimos decenios, se ha registrado una creciente demanda del cuidado del hogar en todas partes del mundo, tendencia esta que se ha acentuado con la incorporación masiva de las mujeres a la fuerza laboral, el envejecimiento de la población, la intensificación del trabajo y la frecuente insuficiencia o carencia de medidas para facilitar la conciliación de la vida familiar con la laboral.

No obstante, históricamente el trabajo doméstico se ha subestimado y las necesidades e intereses de los trabajadores y trabajadoras domésticas han permanecido por lo general ocultos, sin llegar a integrarse plenamente en los debates sobre las políticas laborales y de protección social.

La situación de los trabajadores y trabajadoras domésticas ha sido una preocupación de la OIT desde hace varios decenios. Ya en 1965, la Conferencia Internacional del Trabajo adoptó una resolución sobre las condiciones de empleo de los trabajadores domésticos, en que se reconocía la “urgente necesidad” de establecer un nivel de vida mínimo “compatible con el respeto de la persona y de la dignidad humana, que son esenciales para la justicia social”, en beneficio de los trabajadores domésticos, tanto en los países desarrollados como en desarrollo. En el año 2011, la Conferencia Internacional del Trabajo aprobó el Convenio núm. 189 sobre las trabajadoras y los trabajadores domésticos, que reconoce sus derechos laborales, entre otros, el salario mínimo, la jornada legal, el descanso diario y semanal, la protección social y un entorno de trabajo seguro y saludable.

La ratificación por Paraguay el 7 de mayo de 2013 del Convenio núm. 189 de la OIT supuso no solo que el país se convirtiera en el cuarto Estado de América Latina y el Caribe en ratificar esta norma internacional, sino también el impulso a la aprobación de la Ley de Trabajo Doméstico 5.407/2015, nuevo marco legal que les otorga una mayor protección y reconocimiento como sujetos laborales en igualdad de condiciones con el resto de los trabajadores, habiéndose reglamentado la citada ley a través de la Resolución MTESS N° 233/2016 de 22 de abril. La Ley reconoce un salario piso del 60% del salario mínimo legal, el pago de horas extraordinarias, nocturnas y por trabajo en días feriados, la jornada máxima legal de 8 horas diarias y 48 horas semanales, descanso semanal obligatorio y en días feriados, descansos durante la jornada, contrato escrito obligatorio, vacaciones anuales remuneradas. Además prohíbe el trabajo doméstico para menores de 18 años, establece un seguro y reposo de maternidad y la inclusión plena en el régimen general obligatorio del seguro social del IPS.

Para completar la citada regulación, esta Guía de Seguridad y Salud en el Trabajo pretende ser un instrumento de información y difusión de los derechos laborales y obligaciones en el ámbito de la seguridad y la salud ocupacional de las trabajadoras domésticas. La Guía va dirigida tanto a las trabajadoras domésticas como a sus empleadores/as, a fin de promover una cultura bipartita de la prevención y del cumplimiento.

Si bien todos los cuerpos normativos mencionados, el Convenio núm. 189 de la OIT, la Ley 5.407/2015 y la Resolución MTESS N° 233/2016, se aplican tanto a trabajadores como a trabajadoras, para los efectos de esta Guía se utilizará solo el término trabajadoras atendido el objetivo de la misma y el enfoque de género adoptado.

El desarrollo de esta Guía ha sido el resultado de un proceso participativo en el que representantes de las instituciones de gobierno relevantes en la materia, así como de las organizaciones empresariales y de trabajadores más representativas, incluyendo sindicatos de trabajadoras domésticas, han contribuido a través del levantamiento de los principales riesgos laborales que afectan a este sector en un taller tripartito celebrado al efecto. Agradecemos su valiosa colaboración a los representantes del gobierno: Maricruz Méndez (Directora General de Promoción de la Mujer Trabajadora), Mónica Recalde (Directora General de Seguridad Social), Olga Ortiz de Franco (Directora de Salud y Seguridad Ocupacional), María Alejandra Garcete y Paola Franco (Dirección de Seguridad Social), Carlos Carmona (Ministerio de la Mujer) y Rafael Torales (Instituto de Previsión Social-IPS); a las representantes de la Federación de la Producción, la Industria y el Comercio-FEPRINCO: Ana María Gamell, Ana María Ortiz, Celina Lezcano, Graciela Acevedo y Lilian T. Heyn; y a los representantes de las organizaciones de trabajadores Graciela Congo (Central Unitaria de Trabajadores Auténtica-CUT-A), María Rutilia González (Central Sindical de Trabajadores de Paraguay-CESITP), Marlene Ferreira (Central Unitaria de Trabajadores-CUT), Roberto García y Francisco Brítez (Confederación Paraguaya de Trabajadores-CPT), Stella Romero (Central Nacional de Trabajadores-CNT), Celina G. Barrios y Ludi Nélide Jiménez B. (Sindicato de Trabajadoras Domésticas y Afines de Itapúa-SINTRADI), Myrian Agüero (Sindicato de Trabajadoras Domésticas de Paraguay-SINTRADOP), Marciana Santander y Carolina Arrúa (Asociación de Empleadas del Servicio Doméstico- ADESP).

Tuvieron también una importante tarea de acompañamiento técnico Carmen Bueno (Especialista de Seguridad y Salud en el Trabajo de la Oficina de la OIT para el Cono Sur) y Cecilia Sjöberg (Consultora de la OIT).

Esperamos que las orientaciones de esta Guía contribuyan a mejorar las condiciones de seguridad y salud de las trabajadoras domésticas y a construir una cultura preventiva, lo que redundará en el beneficio de todos.

Fabio Bertranou
Director de la Oficina de la OIT
para el Cono Sur

Guillermo Sosa
Ministro de Trabajo, Empleo
y Seguridad Social

CAPITULO I. INTRODUCCIÓN

El trabajo doméstico remunerado es una ocupación muy común entre las mujeres en América Latina y el Caribe. Según cifras recientes de la OIT, existen alrededor de 18 millones de personas que trabajan en este sector en toda la región, de las que un 93% son mujeres.

Las trabajadoras domésticas remuneradas, al igual que los trabajadores de otros sectores económicos, deben desempeñarse en condiciones de trabajo decente. Esto implica poder realizar un trabajo productivo, ganando un salario digno, con protección social, con igualdad de oportunidades y trato y en condiciones de libertad y seguridad.

En Paraguay, existen alrededor de 233.000 trabajadores domésticos, de los que 220.000 son mujeres, es decir un 94% (EPH 2015). Esto representa alrededor del 7% del total de los ocupados. El trabajo doméstico remunerado es la tercera ocupación más común para las trabajadoras del país, representando un 16%, después del trabajo por cuenta propia (30%) y del empleo en el sector privado (26%). Esta ocupación tiende a concentrarse en los principales centros urbanos del país que presentan una alta actividad económica, por ejemplo en el Departamento Central, Alto Paraná e Itapúa.



¿Quiénes son las trabajadoras domésticas según la legislación?

Los trabajadores domésticos son las personas de uno u otro sexo que desempeñan en forma habitual las labores de aseo, asistencia, y demás del servicio interior de una casa u otro lugar de residencia o habitación particular¹. Esto incluye:

- Choferes del servicio familiar.
- Amas de llave.
- Mucamas.
- Lavanderas y/o planchadoras en casas particulares.
- Niñeras.
- Cocineras de la casa de familia y sus ayudantes.
- Jardineros en relación de dependencia y ayudantes.
- Cuidadoras de enfermos, ancianos y minusválidos.
- Mandaderos.
- Trabajadores domésticos para actividades diversas del hogar.

A pesar de ser una ocupación muy común entre las trabajadoras del país, es un colectivo que sufre de un alto déficit de trabajo decente y pleno ejercicio de sus derechos laborales.

Algunas características de las condiciones laborales de las trabajadoras domésticas remuneradas en Paraguay²:

- En promedio, tienen bajos niveles educacionales.
- Tienen índices muy bajos de protección social (IPS).
- La mayoría no tienen contrato escrito.
- Reciben salarios inferiores al mínimo legal y viven cerca de la línea de pobreza.
- Suelen trabajar jornadas muy largas sin descansos.

Sin embargo, después de largos esfuerzos para mejorar las condiciones laborales de este sector, vale mencionar dos hitos importantes: en primer lugar, la ratificación por Paraguay el 7 de mayo de 2013 del Convenio núm. 189 de la OIT, convirtiéndose así en el cuarto país de América Latina y el Caribe en ratificar esta norma internacional, lo que ayudó a poner el tema en la agenda pública y visibilizar las discriminaciones que han afectado a las trabajadoras domésticas por mucho tiempo; en segundo lugar, la aprobación de la nueva Ley de Trabajo Doméstico 5.407/2015, en octubre de 2015, marco legal que les otorga una mayor protección y reconocimiento como sujetos laborales en igualdad de condiciones con el resto de los trabajadores, reglamentado a través de la Resolución MTESS N° 233/2016 de 22 de abril, formulada en el marco de la Comisión Tripartita de Igualdad de Oportunidades (CTIO).



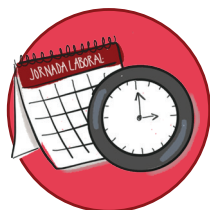
La Ley de Trabajo Doméstico 5.407/2015 reconoce:

Remuneración:

- Salario piso del 60% del salario mínimo legal.
- Pago de horas extraordinarias, nocturnas y por trabajo en días feriados.

Jornada laboral:

- Jornada laboral máxima de 8 horas diarias, 48 hrs semanales.
- Descansos legales diarios de 1 hora para las trabajadoras con retiro y 2 horas para las trabajadoras sin retiro.
- Descanso semanal obligatorio y descanso en días feriados.
- Estabilidad en el empleo.



Seguridad Social:

- Inclusión plena en el régimen general obligatorio del seguro social del IPS: salud y jubilación.

Contrato de trabajo:

- Contrato escrito obligatorio.
- Prohibición de contratar a menores de 18 años.



Se mantienen derechos ya reconocidos en la legislación anterior:

- Aguinaldo.
- Vacaciones anuales remuneradas.
- Seguro y reposo de maternidad.

Los riesgos laborales que enfrentan las trabajadoras domésticas son más serios de lo que se cree, pues estas trabajadoras realizan múltiples funciones en el hogar: limpian pisos, techos y balcones con el riesgo de posibles caídas de altura o desde el mismo nivel; limpian cocinas, inodoros, garajes y cuidan jardines, por lo que pueden estar expuestas a productos químicos tóxicos o peligrosos; mueven cargas de forma manual, como basura, muebles y otros, con el riesgo de desarrollar lesiones lumbares o trastornos musculares. Asimismo, están expuestas a otros factores como el aislamiento en hogares privados que puede llevar a afecciones psicosociales e incluso a algún episodio de violencia física o psíquica, como gritos, insultos o amenazas.

Además, las trabajadoras domésticas se desempeñan en hogares particulares, que son ambientes que no han sido diseñados ni regulados específicamente como lugares de trabajo y no tienen que pasar por los procedimientos de evaluación de riesgos o autorización de funcionamiento como sucede con otros centros de trabajo.

El objetivo de esta Guía es, por tanto, proveer a los empleadores y a las trabajadoras domésticas de un instrumento de información y difusión de los derechos laborales en el ámbito de la seguridad y la salud ocupacional del empleo doméstico remunerado, mejorando las condiciones de trabajo, reduciendo los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales y promocionando los mecanismos de protección social existentes para estos casos.

En ese sentido, la Guía va dirigida tanto a las trabajadoras domésticas como a sus empleadores, a fin de promover una cultura de la prevención y del cumplimiento en temas de seguridad y salud ocupacional.

CAPÍTULO 2. DERECHOS Y OBLIGACIONES EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

En este capítulo veremos en detalle los derechos y obligaciones que tienen los empleadores y las trabajadoras domésticas en materia de prevención de riesgos laborales y protección de la seguridad y salud en el trabajo.



¿Qué derechos y obligaciones tienen los empleadores?



Derechos:

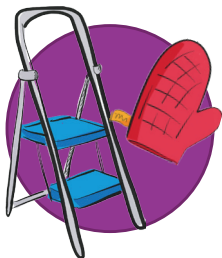
- Controlar que el trabajo se realice correctamente (por ejemplo, que se usen bien los utensilios de cocina y aparatos electrónicos o que no se sobrecargan los enchufes eléctricos).
- Controlar que se cumplen las medidas preventivas y se usan adecuadamente las protecciones de utensilios, máquinas y elementos de protección personal.
- Organizar, dirigir y administrar el trabajo³.
- Solicitar al IPS y al Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTESS) el apoyo para la prevención de riesgos laborales.



Obligaciones:

- Dar un trato digno a las trabajadoras y tratarlas con respeto.
- Establecer un contrato laboral que detalle las condiciones de trabajo e inscribirlo ante la Autoridad Administrativa de Trabajo⁴.
- Respetar las jornadas de trabajo y descanso establecidos por la ley⁵.
- Inscribir a la trabajadora doméstica en el Régimen General de Seguro Social del IPS y pagar mensualmente los aportes correspondientes⁶ (ver más información en el Capítulo 4).
- Denunciar los accidentes del trabajo y enfermedades profesionales al IPS y a la Dirección de Salud y Seguridad Ocupacional del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social⁷.





- Disponer de un examen médico ocupacional periódico a cada trabajadora, asumiendo el empleador el costo⁸. El resultado de dicho examen debe inscribirse en registros apropiados y confidenciales, conservándose solo para fines de referencia⁹.
- Otorgarle un día de licencia remunerada para la realización de los exámenes de mamografía y Papanicolaou¹⁰.
- Evaluar, evitar y combatir los riesgos laborales en su origen, prevaleciendo las medidas colectivas sobre las medidas de protección personal¹¹.
- Establecer las condiciones y métodos de trabajo que menor incidencia negativa produzcan sobre la higiene, seguridad y salud de la trabajadora¹².
- Planificar la prevención y determinar las medidas que deberán utilizarse, así como el material de protección, por ejemplo: escaleras de mano, manoplas, guantes anti corte, o guantes de protección para manipular productos químicos de limpieza¹³.
- Facilitar formación e información práctica y adecuada en materia de salud, seguridad e higiene a las trabajadoras que contrate, o cuando cambie de puesto de trabajo o tengan que aplicar una nueva técnica que pueda ocasionar riesgos¹⁴.
- Velar por el cumplimiento de las medidas sobre prevención y protección en el trabajo e impartir órdenes claras y precisas¹⁵.
- Cumplir la legislación así como las medidas de aplicación inmediata ordenadas por la autoridad administrativa del trabajo, como consecuencia de una intervención o fiscalización¹⁶.



¿Qué derechos y obligaciones tiene la trabajadora?

Derechos:

- A que la traten con dignidad y respeto.
- A recibir copia firmada del contrato de trabajo y comprobantes del pago de sus salarios¹⁷.
- A que se respeten todos sus derechos laborales, incluida la jornada máxima de 8 horas diarias y 48 horas semanales, los descansos diarios y semanales y el salario fijado por la ley¹⁸.
- A recibir instrucción y formación acerca de las medidas generales en materia de seguridad e higiene ocupacional, incluyendo¹⁹:
 - a. Los derechos y deberes generales de los trabajadores en los sitios de trabajo.
 - b. Los medios de acceso y de salida durante el trabajo normal y en caso de emergencia.
 - c. Las medidas para mantener el orden y la limpieza.
 - d. La correcta utilización y cuidado de la ropa y equipos de protección personal proporcionados por el empleador.



e. Las medidas generales para la higiene personal y la protección de la salud, por ejemplo, a no realizar trabajos que pongan en peligro su seguridad como limpiar vidrios en altura sin protección y con riesgos de caídas.

f. Las precauciones contra los incendios.

g. Las medidas que deben tomarse en caso de urgencia.

- A acudir, cuando sufra un accidente laboral o una enfermedad profesional, a cualquier servicio médico de emergencia y que, de allí la deriven, en caso necesario, a un hospital del IPS.



Obligaciones:

- Observar en su trabajo las medidas legales y reglamentarias de higiene, seguridad y medicina laboral. La no utilización de los equipos de protección individual puede ser motivo de medidas disciplinarias, incluso causal de despido.
- Utilizar correctamente las máquinas, herramientas y equipos productivos.
- Utilizar y mantener en condiciones de uso la ropa y el equipo de protección individual puesto a su disposición gratuitamente por su empleador.
- Colaborar con su empleador para disfrutar de las mejores condiciones de seguridad, higiene y salud. La no colaboración con su empleador en materia de seguridad y salud ocupacional según la legislación nacional puede ser motivo de medidas disciplinarias, incluso causal de despido.
- Advertir a su empleador sobre cualquier posible situación de peligro grave, como por ejemplo: los utensilios, electrodomésticos o elementos con desperfectos y de los riesgos que suponen, así como todo otro defecto que se haya comprobado en los sistemas de protección²⁰.
- Tratar con respeto al empleador.



CAPÍTULO 3.

Riesgos laborales y medidas de prevención

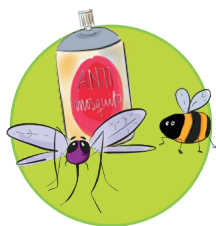
En este capítulo veremos los riesgos para la seguridad y la salud derivados de las diferentes tareas que realizan habitualmente las trabajadoras domésticas, así como las medidas preventivas contra dichos riesgos a fin de prevenir los accidentes y enfermedades profesionales.

En el caso de situación de embarazo puede que deban adoptarse medidas adicionales de las que se incluyen en esta Guía para garantizar la seguridad y salud de la trabajadora y del bebé.



I. Jardinería

El trabajo de jardinería implica preparar y tratar la tierra, así como sembrar, cultivar, trasplantar, cuidar, mantener y podar árboles, arbustos, plantas y matas. Esta actividad se realiza generalmente al aire libre.



1.1. Riesgo de picaduras de insectos, arañas y alimañas

Efectos en la salud: Las picaduras de insectos, arañas y alimañas pueden producir alergias, infecciones e intoxicaciones. Además, hay un tipo de mosquito, *Aedes aegypti* que transmite el virus del Dengue, del Zika y del Chikungunya, con efectos como fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, sarpullido, vómitos y dolor abdominal.

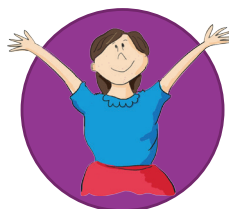
Medidas preventivas: Use equipos de protección adecuados para evitar contacto con insectos, por ejemplo: botas de goma, guantes de protección, gafas protectoras, repelente para insectos y mallas de protección de rostro y cabeza. Además, intente alejarse de zonas donde haya muchos insectos como abejas, avispas o avispones. Si un insecto la ataca, aléjese lentamente y con calma. Evite tener recipientes con agua (cubiertas, botellas, latas, maceteros, floreros, etc.), pues allí se crían los mosquitos. Ponga boca abajo cualquier recipiente, evite que se acumule agua y tape todos los tanques de agua. En caso de síntomas, acuda a un médico u hospital.



1.2. Riesgos por exposición al sol

Efectos en la salud: La exposición prolongada al sol puede producir deshidratación, golpes de calor o insolación, quemaduras o irritación de la piel y alergias. Si pasa mucho tiempo al sol sin protección, puede sufrir síntomas graves como ampollas, inflamación, fiebre y hasta quemaduras de segundo grado, que deben tratarle en urgencias con medicamentos específicos.

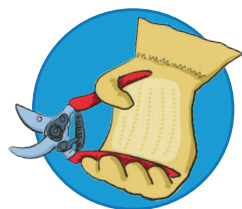
Medidas preventivas: Evite la exposición entre las 10 de la mañana y las 16 de la tarde. Póngase a la sombra cuando los rayos del sol sean más intensos. Use cremas de protección solar, sombreros de ala ancha y ropa protectora contra los rayos UV. Recuerde que los árboles, las sombrillas y los toldos no protegen totalmente contra la radiación solar (resolana). Además, beba agua regularmente.



1.3. Riesgo de posturas forzadas y sobreesfuerzos

Efectos en la salud: Las posturas forzadas y sobreesfuerzos se producen cuando la trabajadora mantiene el tronco, los brazos o piernas en una postura que no es natural o cómoda y provocan dolores que dificultan el movimiento.

Medidas preventivas: Para prevenir las lesiones por posturas forzadas, haga pausas cortas y frecuentes. Descanse 10 ó 15 minutos cada 1 ó 2 horas de trabajo continuado. No acumule los periodos de descanso en pausas largas y espaciadas. Durante el descanso es preferible cambiar de postura y, si es posible, hacer estiramientos musculares. Es bueno cambiar la postura, por ejemplo intercalando tareas que precisen movimientos diferentes y requieran músculos distintos.



1.4. Riesgo de cortes

Efectos en la salud: Por uso de utensilios eléctricos o manuales (tijeras para podar, cuchillos para cortar pasto, etc.).

Medidas preventivas: Mantenga en buen estado el resorte y los filos de la tijera. Mantenga una postura neutra de la muñeca durante el agarre. Cuando manipule elementos corto-punzantes procure tener suficiente luz.

2. Cuidado de niños, adultos mayores, enfermos, personas con discapacidad y mascotas

Se trata de tareas de cuidado y asistencia a niños, adultos mayores, personas enfermas o con discapacidad y mascotas. En ocasiones, implica llevar al niño, adulto dependiente y mascotas fuera del hogar familiar: al colegio, al médico, al veterinario, al parque o a otros lugares al aire libre.



2.1. Riesgo de sobreesfuerzos y posturas forzadas

Efectos en la salud: El sobreesfuerzo implica que la persona realiza más fuerza de la que físicamente puede para manipular una carga manualmente. Las posturas forzadas en estos casos son aquellas en las que las articulaciones o el cuerpo no están en una posición natural o neutra. Pueden darse por estiramientos, flexiones o rotaciones. Ambos producen consecuencias músculo-esqueléticas que generan malestar y dolencias de cuello, hombros, brazos, espalda o piernas.

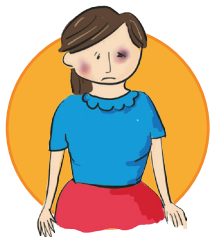
Medidas preventivas: Mueva a personas con ayuda de otra persona, y si fuera imposible ayúdese con cintas. Siempre mueva y cargue a personas con posturas seguras, por ejemplo siguiendo los siguientes consejos:

- Mantenga a la persona que carga tan próxima al cuerpo como sea posible.
- Mantenga los pies separados, adelantando uno en el sentido de la marcha para lograr un buen apoyo.
- Evite hacer giros de tronco y mantenga los hombros y la pelvis alineados.
- Doble ligeramente las rodillas, sin alterar el centro de gravedad del cuerpo y mantenga la curvatura natural de su espalda.
- Realice movimientos suaves evitando los impulsivos y los tirones.
- Tómese descansos y haga ejercicios compensatorios.



2.2. Riesgo de agresiones físicas, verbales y acoso

Efectos en la salud: En ocasiones, los niños o los adultos mayores dependientes pueden tener reacciones agresivas hacia las personas que les atienden para manifestar su desagrado o frustración. Por ejemplo, mediante insultos, empujones, golpes, estirones de pelo, bofetadas, mordiscos o lanzando objetos. Entre los efectos más frecuentes están las contusiones, moretones, heridas, incluso enfermedades infectocontagiosas en el caso de mordeduras. Estas agresiones pueden venir también de las mascotas del hogar pudiendo transmitir enfermedades infecto-contagiosas. El acoso moral y sexual es también violencia en el trabajo²¹.



Medidas preventivas: Solicite un trato respetuoso. Es importante recibir formación para mejorar las habilidades que le ayuden a afrontar situaciones conflictivas y de agresividad (por ejemplo, para aprender a tratar a personas agresivas en situaciones de desequilibrio emocional, técnicas de autoprotección frente a agresiones y técnicas de relajación). Es aconsejable que conserve su vacunación personal al día y mantenga una buena higiene personal. Use siempre guantes cuando mueva a enfermos. Retírese los anillos para evitar que los guantes se rompan. No deje al alcance de los niños o adultos enfermos elementos cortantes o punzantes que puedan arrojar. Cuando los niños tengan edad de comprender, explíqueles por qué está prohibido arrojar objetos. Mantenga el orden y la limpieza.



2.3. Riesgo de desgaste emocional

Efectos en la salud: Cuidar de otras personas puede producir desgaste emocional y afecciones psicosociales. Entre ellas, cansancio físico y mental, vacío emocional, poca energía para trabajar, tendencia a evaluar su trabajo negativamente y falta de motivación. Además, podría tener una actitud negativa al relacionarse con otras personas. Estos efectos se incrementan en los casos de doble jornada, es decir, cuando las mujeres no realizan solamente el trabajo remunerado fuera del hogar, sino que también son las principales responsables de las tareas domésticas y el cuidado de los miembros de su propio hogar.



Medidas preventivas: Realice actividad física, de recreo, respiración y relajación. Es importante que su empleador y usted respeten su tiempo libre y que dedique ese tiempo a actividades de recreación y descanso. No piense que puede o tiene que hacerse cargo de todo, solicite apoyo. Promueva el reparto de las tareas en su hogar.

3. Compra y cocina de alimentos

La compra y preparación de alimentos incluye, entre otras, el desplazamiento al mercado o supermercado, el acarreo de la compra hasta el hogar, las tareas de lavado, corte, manipulación, cocción y conservación. La cocina es uno de los lugares en donde ocurren con más frecuencia los accidentes domésticos.

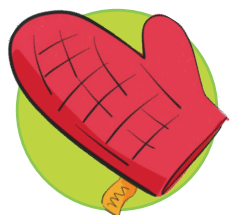
3.1. Riesgo de cortes



Efectos en la salud: Si usa habitualmente utensilios corto-punzantes, tales como cuchillos, tijeras o abrelatas, o maneja vajilla y vasos de vidrio, existe riesgo de que se corte.

Medidas preventivas: Cuando manipule elementos corto-punzantes procure tener suficiente luz. Use una tabla estable y lisa para cortar alimentos y mantenga los cuchillos y otras herramientas de corte ordenados y afilados. El recorrido del corte debe mantener la dirección contraria al cuerpo. Mientras corta, procure tener las manos limpias y secas para evitar que el cuchillo resbale. No use los cuchillos para otros fines distintos (por ejemplo, para abrir latas). Si deja un cuchillo en la mesa, asegúrese de que la cuchilla y el mango no sobresalen del borde. En el escurridor de los cubiertos, deje los cuchillos u objetos cortantes con la punta hacia abajo.

3.2. Riesgo de quemaduras



Efectos en la salud: Las quemaduras provocan lesiones en la piel, en muchas ocasiones de gravedad.

Medidas preventivas: Trabaje con tiempo suficiente y sin presión. No utilice equipo de cocina si está en mal estado. Es más seguro usar cocinas ancladas a la pared o al piso y con barra antivuelco para evitar la caída de ollas. Mantenga en buen estado de limpieza y conservación los filtros de la campana extractora. Proteja sus manos y antebrazos del calor y de salpicaduras de agua o aceite caliente. Procure cocinar en los fogones del fondo para evitar sartenes o cacerolas cerca de la orilla. Use manoplas para mover recipientes calientes o manipularlos dentro del horno caliente. Use recipientes anchos de base amplia, que no se vuelquen fácilmente, con mangos aislantes del calor. Coloque el mango de la sartén hacia dentro, procurando que no sobresalga, para evitar vuelcos. Al freír, use una tapa

para evitar quemaduras por salpicaduras de aceite caliente. Mientras cocine, apague el fuego si llaman a la puerta, atiende el teléfono o sale de casa. Nunca deje comida al fuego sin vigilar. Si se produce un fuego en la sartén, moje un trapo de cocina, escúrralo y tape la sartén con él. Nunca le eche agua ya que lo avivará. Si usa olla a presión, mantenga siempre las gomas en buen estado y la válvula limpia, nunca llene la olla más de dos tercios de su capacidad y evite los cambios bruscos de temperatura, dejándola reposar 15 o 30 minutos hasta que pierda todo el calor antes de abrirla poco a poco. No es aconsejable enfriar la olla de golpe con agua fría. Cierre la llave del gas cuando termine de usar la cocina y antes de proceder a su limpieza.



3.3. Riesgo de movimientos repetitivos

Efectos en la salud: Los movimientos repetitivos generan cansancio, dolor y lesiones. Las lesiones más frecuentes son dolores de cuello, hombros, brazos, espalda y piernas.

Medidas preventivas: Realice pausas durante el trabajo habitual. Varíe sus tareas diarias. Disminuya o dosifique su carga de trabajo para permitir el descanso de sus extremidades. Durante el día realice ejercicios compensatorios de brazos, antebrazos, piernas, etc.



3.4. Otros riesgos

Efectos en la salud: Los desplazamientos fuera del hogar para hacer compras pueden ocasionar otros riesgos, tales como caídas en la calle (que pueden provocar esguinces, fracturas, torceduras y/o contusiones) y sobreesfuerzos por acarreo de bolsas pesadas.

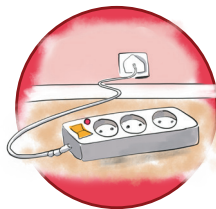
Medidas preventivas: Esté atenta a las condiciones del entorno: desniveles, escaleras, humedad, grasas o aceites. Use zapatos cerrados cómodos, de taco bajo y suela antideslizante. Camine sin correr. Reparta el peso de la compra en dos bolsas, cuyo peso no supere los 5 kilos y porte cada bolsa en una mano. Si el total de la compra supera los 10 kilos, utilice un carro que pueda ser empujado preferiblemente por ambas manos.

4. Lavado, secado y planchado de ropa

Se trata de lavar y planchar prendas de vestir y ropa blanca de la casa. Para ello se utilizan electrodomésticos y aparatos eléctricos, de acuerdo a sus capacidades y condiciones de uso.

4.1. Riesgo de contacto eléctrico

Efectos en la salud: El uso de electrodomésticos y aparatos eléctricos en mal estado puede provocar quemaduras eléctricas e incluso electrocución.



Medidas preventivas: No manipule electrodomésticos y aparatos eléctricos cuando tenga el cuerpo húmedo o con los pies descalzos. Solicite al empleador que le informe si hay electrodomésticos en mal estado. Vigile que los equipos, cables y extensiones siempre estén en buen estado. Si ve que algo no funcionan bien, avise al empleador. No manipule aparatos eléctricos en mal estado, con los cables sueltos, ni intente repararlos. No sobrecargue los enchufes conectando muchos aparatos a la misma toma, y si ha de hacerlo, use una zapatilla adecuada. No deje aparatos eléctricos funcionando sin supervisión. Mantenga los aparatos eléctricos con buena ventilación y no tape los orificios que tienen esta función.

4.2. Riesgo de quemaduras



Efectos en la salud: Es frecuente que durante el planchado se sufran quemaduras que generan lesiones a la piel.

Medidas preventivas: Asegúrese que la plancha está en buenas condiciones. No utilice planchas o artefactos con desperfectos. Avise al empleador si existen elementos de trabajo en mal estado y pídale que la informe sobre los artefactos que tienen desperfectos. Manipule con precaución la plancha. Tenga cuidado con el vapor, ya que también quema. Nunca deje la plancha caliente en la superficie de planchado. Cuando termine de planchar, aguarde hasta que se enfríe en un lugar seguro y después guárdela.

5. Limpieza

La limpieza general incluye básicamente las tareas de barrer, aspirar, trapear, sacudir, sacar la basura, limpieza de baños y cocina, además de los vidrios y ventanales.

5.1 Riesgo de caídas al mismo nivel

Efectos en la salud: Las caídas al mismo nivel pueden provocar esguinces, fracturas, torceduras y contusiones.



Medidas preventivas: Esté atenta a las condiciones del entorno, escaleras, desniveles, humedad, grasas o aceites en los lugares de tránsito habitual de trabajo. Identifique lugares y zonas de peligro en el tránsito habitual. Use zapatos cerrados cómodos, de taco bajo y suela antideslizante. Camine sin correr en el lugar de trabajo. Debe baldear con precaución para evitar caídas y tenga especial cuidado con el piso reciente encerado.

5.2. Riesgo de caídas a distinto nivel

Efectos en la salud: Las caídas a distinto nivel suelen suceder limpiando vidrios y ventanales o zonas altas de muebles. Provocan esguinces, torceduras, contusiones y fracturas de distinta gravedad y en distintas partes del cuerpo. Dependiendo de la altura de la caída, las consecuencias pueden ser incluso fatales.



Medidas preventivas: Para trabajar o alcanzar objetos elevados use escaleras de mano dobles (tipo tijera). Ponga especial atención a tres aspectos básicos: la escalera, donde está colocada y la forma de utilizarla. Revise la escalera antes de usarla. Sólo úsela si está en perfectas condiciones. La escalera debe tener gomas antideslizantes debajo de las patas. Súbase sólo cuando esté totalmente abierta y en perfecto equilibrio. No use sillas, muebles o cajas para alcanzar objetos altos. No realice tareas para las cuales no cuenta con la calificación necesaria como por ejemplo cambiar los focos de las luces.

5.3. Riesgo de golpes contra objetos

Efectos en la salud: Normalmente al darnos un golpe nos provocamos contusiones, moretones y/o raspaduras.



Medidas preventivas: Mantenga el orden y limpieza. Intente tener siempre una buena iluminación. Tenga especial cuidado cuando camine pasando de una zona de trabajo a otra.



5.4. Riesgo de sobreesfuerzos

Efectos en la salud: El sobreesfuerzo implica que la persona realiza más fuerza de la que físicamente puede para manipular una carga manualmente, ya sean muebles u otros objetos pesados. El sobreesfuerzo provoca malestar y dolencias de espalda, brazos, piernas, cuello y hombros.

Medidas preventivas: Use posturas correctas cuando haga fuerza con las piernas, columna y brazos. Pida ayuda cuando necesite hacer un sobreesfuerzo o busque ayuda auxiliar. Tome descansos y haga ejercicios compensatorios.

5.5. Riesgo de movimientos repetitivos



Efectos en la salud: Los movimientos repetitivos generan cansancio, dolor y lesiones. Las lesiones más frecuentes son dolores de cuello, hombros, brazos, espalda y piernas.

Medidas preventivas: Realice pausas durante el trabajo habitual. Varíe sus tareas diarias. Disminuya o dosifique su carga de trabajo para permitir el descanso de sus extremidades. Durante el día realice ejercicios compensatorios de brazos, antebrazos, piernas, etc.

5.6. Riesgo de exposición a agentes químicos

Efectos en la salud: Al limpiar la casa está expuesta a distintos productos químicos, por ejemplo a detergentes, desengrasantes, cloro y anticorrosivos. Cuando entran en contacto con la piel pueden provocarnos dermatitis y alergias. Además, si los ingerimos nos provocarán intoxicaciones, vómitos, dolores de cabeza, mareo, náuseas o envenenamiento. En ocasiones hasta provocando la muerte.



Medidas preventivas: Use mascarillas y guantes de goma de calidad certificada para que esté protegida. Pida a su empleador que siempre compre productos de limpieza etiquetados. Mantenga los productos en su envase original con su etiqueta y nunca los cambie de envase. No mezcle compuestos ni productos porque podrían reaccionar. Tampoco diluya en agua productos. No utilice el olfato para determinar qué producto es: si no está segura, no lo use. Ventile adecuadamente los lugares donde use los químicos. No coma ni beba cerca de productos o mientras los esté usando. En caso de emergencia póngase en contacto con los servicios médicos de urgencia para que le puedan ayudar.

CAPÍTULO 4. EL SEGURO SOCIAL DE ACCIDENTES DE TRABAJO Y ENFERMEDADES PROFESIONALES

¿Qué es y qué incluye?

El Seguro Social del Instituto de Previsión Social (IPS) cubre los riesgos de enfermedad no profesional, maternidad, accidentes del trabajo y enfermedades profesionales, invalidez, vejez, y muerte de los trabajadores asalariados de la República²².

Con la promulgación de la Ley de Trabajo Doméstico 5.407/2015, las personas contratadas para el trabajo doméstico remunerado, independiente de la modalidad (con o sin retiro) serán incorporadas al régimen general del seguro social obligatorio del IPS²³.

¿Cómo se inscriben el empleador y la trabajadora en el Seguro Social?

- La inscripción de la trabajadora y el empleador en el IPS es obligatoria.
- El empleador debe inscribirse en el IPS como patrón de servicio doméstico a través del formulario "Inscripción Patronal-Seguro doméstico". Debe anexar fotocopias de su C.I. y de su cónyuge (en su caso), original de factura de servicios básicos (ejemplo: ANDE, ESSAP, Telefonía) o copia simple del contrato de alquiler del domicilio del empleador donde la trabajadora va a prestar servicios. El trámite se realiza en la Dirección de Aporte Obrero Patronal (ver direcciones en el Capítulo 5).
- El empleador debe también inscribir en el IPS a la trabajadora doméstica a través del Formulario "Movimientos del Trabajador". Debe anexar fotocopia de la C.I. de la trabajadora doméstica.
- La inscripción en el IPS debe efectuarse por el empleador respecto a su trabajadora independiente de los días que la tiene contratada o de los días trabajados.

¿Quién paga el Seguro Social?

- El empleador es el responsable de ingresar mensualmente en el IPS la totalidad de los aportes previsionales para que la trabajadora tenga derecho a todas las prestaciones que otorga el seguro social.
- El aporte mensual del empleador consiste en un 16,5% del salario mensual de la trabajadora, de lo que un 14% corresponde al Seguro Social de IPS y un 2,5% corresponde a los aportes patronales adicionales²⁴.
- El aporte de la trabajadora es del 9% del total de su salario mensual, que le será descontado en su recibo de pago de salarios.
- El aporte total (aporte del empleador y aporte de la trabajadora) se calcula sobre el total del salario recibido (base imponible), que en ningún caso podrá ser menor al 60% del salario mínimo legal vigente (SML)²⁵, sea con un solo empleador o bajo la modalidad de pluriempleo²⁶. Trabajar en modalidad de pluriempleo significa prestar servicios a dos o más empleadores distintos.

El Salario Mínimo Legal vigente para 2017 para el Trabajo Doméstico es de G. 1.178.704²⁷

- En el caso de que la trabajadora tuviera dos o más empleadores y la sumatoria de sus remuneraciones fuera inferior al 60% del SML, será responsabilidad de cada empleador integrar proporcionalmente las diferencias monetarias necesarias para obtener la base mínima imponible para cotizar a IPS²⁸.

¿Cómo se paga el Seguro Social?

- Los empleadores deben declarar en forma mensual el salario de la trabajadora al IPS a través de una Planilla de Aporte y pagar el monto correspondiente. Se abonará por mes vencido, del 1 al 10 de cada mes. Si se paga después del plazo, el IPS aplica una multa de G. 15.000 por día.
- El empleador puede realizar el pago mensual de los aportes al seguro social del IPS personalmente en las Oficinas de la Dirección del Aporte Obrero Patronal (ver direcciones en el Capítulo 5) o a través del Sistema REI (Registro Electrónico de Información) en el sitio web del IPS.

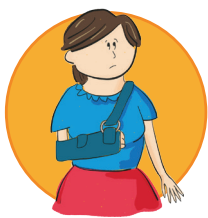
Para más información y para acceder a los formularios, visite el sitio web de IPS:
<http://portal.ips.gov.py/portal/IpsWeb/overview/Formularios/Inscripciondomestico>

¿Qué situaciones cubre el Seguro Social por Riesgos Profesionales?

El Seguro Social de IPS cubre las contingencias derivadas de los accidentes del trabajo y enfermedades profesionales que puedan sufrir las trabajadoras domésticas. Veamos algunos conceptos según la legislación vigente:



- **Riesgos profesionales:** Son los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales a las cuales están expuestas las trabajadoras domésticas a causa de las labores que realizan para su empleador²⁹.
- **Accidente de Trabajo:** Es toda lesión física que la trabajadora sufre con ocasión o por consecuencia del trabajo que realice para su empleador y durante el tiempo que lo realice o debiera realizarlo. Dicha lesión debe ser producida por la acción repentina y violenta de una causa exterior³⁰.
- **Accidente de trayecto:** Es un accidente de trabajo que se produce en el trayecto directo de ida o de regreso entre la casa donde vive la trabajadora y su lugar de trabajo, o viceversa. Un accidente que ocurre en el traslado entre dos lugares de trabajo, también se considera accidente de trabajo³¹.
- **Enfermedad profesional:** Es todo estado patológico que sobreviene por una causa repetida por largo tiempo, como consecuencia del trabajo que desempeña la trabajadora o de la forma en que ejerce sus labores, y que provoca en el organismo una lesión o perturbación funcional, permanente o transitoria. La enfermedad profesional también puede generarse por haber estado expuesta a agentes físicos, químicos o biológicos³².



Existe un **listado de enfermedades profesionales**³³ que reconoce las enfermedades profesionales que los trabajadores podrían contraer en su trabajo. Algunos ejemplos de enfermedades profesionales vinculadas al trabajo doméstico son: enfermedades profesionales de la piel (dermatitis alérgica o irritante, entre otros) debido al uso de químicos de limpieza; o enfermedades profesionales del sistema osteomuscular (tenosinovitis de las manos y muñecas, epicondilitis y síndrome del túnel carpiano) debido a la realización de tareas repetitivas por tiempos prolongados como planchar ropa o limpiar vidrios, entre otras.

Para más información sobre el listado de enfermedades profesionales, visite el sitio web
<http://dsso.mtess.gov.py/pdf/decreto5649.pdf>

¿Qué beneficios otorga el Seguro Social frente a un accidente de trabajo o enfermedad profesional?

En caso de sufrir un accidente de trabajo o enfermedad profesional, la trabajadora tiene derecho a las siguientes prestaciones médicas y económicas:



Prestaciones médicas:

- Hospitalización
- Medicamentos
- Odontología
- Atención Cirúrgica
- Aparatos de prótesis para la restitución funcional
- Laboratorio



Prestaciones económicas:

- Subsidio por incapacidad temporal: Si la trabajadora queda incapacitada para trabajar por más de tres días debido a un accidente de trabajo o enfermedad profesional, el IPS le proporcionará un subsidio equivalente al 75% del promedio salarial calculado sobre los últimos 4 meses. El subsidio podrá extenderse hasta un máximo de 52 semanas (12 meses). Si la trabajadora ha aportado al IPS por menos de 4 meses, se calcula el subsidio (de 75%) sobre los montos declarados por el empleador. En el caso de que llegara a accidentarse durante el primer mes de inscripción al IPS, se calculará el subsidio sobre el 60% del Salario Mínimo Legal del Trabajo Doméstico³⁴.
- Jubilación de invalidez por enfermedad profesional o accidente laboral: Es el beneficio que se paga a una trabajadora que haya quedado con invalidez a causa de sufrir una enfermedad profesional o un accidente laboral que le produce desde el 30% de pérdida de la capacidad en un miembro (brazos, piernas, manos, dedos u otros) a una inmovilidad parcial. Una Junta Médica determina el porcentaje a ser aplicado, según una tabla valorativa³⁵, al salario mensual promedio de los 36 meses anteriores a la iniciación de la incapacidad.
- Fallecimiento de la trabajadora por accidente de trabajo o enfermedad profesional: El IPS entrega, entre otros beneficios, una cuota para cubrir gastos funerarios y una pensión equivalente al 60% de la jubilación (que le hubiera correspondido a la trabajadora) y que podrá ser recibido por el viudo, concubino, los hijos solteros menores de 18 años o los hijos mayores a 18 años con discapacidad³⁶.



Principio de la automaticidad de las prestaciones: La trabajadora tiene derecho a las prestaciones médicas y económicas desde el momento de la inscripción en el Seguro Social de IPS. No obstante, en caso de que el empleador no hubiera inscrito a la trabajadora en el Seguro Social, el IPS le prestará igualmente todos los servicios a la trabajadora, reclamando al empleador que integre las diferencias monetarias correspondientes, por haber incumplido con su obligación legal³⁷.

Para más información, consultar el Manual del Asegurado del IPS o acercarse a las oficinas de atención al público del IPS (ver direcciones en el Capítulo 5).

¿Qué se debe hacer en caso de accidente del trabajo o enfermedad profesional?



Los empleadores deben:

- Comunicar al IPS cualquier accidente laboral que ocurra, dentro de los 8 días posteriores al accidente, salvo caso de fuerza mayor debidamente justificada³⁸.
- Comunicar a la Dirección de Salud y Seguridad Ocupacional, dentro de los 8 días posteriores al accidente o la declaración de la enfermedad profesional, todo evento que genere incapacidad de la trabajadora para trabajar por un periodo de más de 3 días³⁹.
- Comunicar inmediatamente a la Dirección de Salud y Seguridad Ocupacional los accidentes de trabajo o enfermedades profesionales que hayan provocado la muerte de una trabajadora o una lesión grave, así como también los eventos peligrosos tales como incendios o explosiones, hayan o no heridos⁴⁰.

Para más información, ver direcciones en el Capítulo 5.

La trabajadora debe:

- Acudir al servicio médico de emergencia más cercano a su lugar de trabajo para recibir las atenciones médicas necesarias. En caso que sea necesario, debe ser derivada a un hospital de IPS para seguir con el tratamiento.
- Presentar el certificado de reposo (en caso que corresponda) en la siguiente dirección:



- * Accidentes ocurridos en Asunción y sus alrededores: Junta Medica de IPS, Calle Dr. Peña esquina y Odrizola. Lunes a Viernes de 7:15 a 15:00 hrs. Allí podrá obtener el "Formulario de comunicación de accidente de trabajo" y los requisitos para el trámite de cobro de subsidio por reposo médico.
- * Accidentes ocurridos en el interior del país: Agencias de la Dirección de Aporte Obrero Patronal, donde obtendrá los requisitos y se recepcionará su comunicación de accidente de trabajo (Ver direcciones en el Capítulo 5).

- Comunicar el accidente a IPS, a través del "Formulario Comunicación de accidente de trabajo" dentro de 7 días posteriores al accidente. Deberá también llenar y firmar el "Formulario de Declaración jurada de accidente de trabajo", adjuntando una copia del certificado médico de reposo. Estos trámites se realizan en las mismas direcciones de IPS mencionados en el apartado anterior.

Accidente en la vía pública: cuando el accidente ocurre en la vía pública (fuera del lugar de trabajo) debe obtenerse el Parte Policial del hecho, presentando el original para el cobro del subsidio.



¿Cómo se solicita al IPS el subsidio correspondiente de un accidente del trabajo o enfermedad profesional?

La trabajadora debe presentar la siguiente documentación:



- Certificado de reposo original expedido por el médico tratante del IPS. Si es de un servicio médico externo, deberá estar visado por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, Dirección de Control de Profesiones (Brasil c/ Pettirossi, planta baja, Asunción).
- Solicitud de pago del subsidio llenado y en original.
- Fotocopia simple de la C.I. vigente de la trabajadora accidentada.
- El formulario de “Comunicación de accidente laboral” en original, firmado por el empleador.
- Fotocopia simple de la C.I. del empleador que firma el formulario de “Comunicación de accidente laboral”.
- Fotocopia simple de los C.I. de los testigos del accidente (si los hubiere).

¿Quién dictamina el carácter profesional de una enfermedad?

La trabajadora debe presentar los documentos anteriores mencionados ante el IPS. El médico tratante informa si existe posible origen profesional de la enfermedad y solicita el pronunciamiento de la Junta Médica. Posteriormente el IPS dictamina, a través de la Junta Médica, si se trata de una enfermedad profesional o no. Finalmente, el IPS informará a la trabajadora y a su empleador de la decisión tomada⁴¹.

¿Se puede apelar la decisión de IPS sobre el subsidio correspondiente a un accidente del trabajo o enfermedad profesional?

Para apelar una decisión del IPS sobre un subsidio, la trabajadora o su empleador deberán mandar una **Nota de Reconsideración** al Consejo Superior del IPS, quien podrá disponer un nuevo examen por una Comisión Médica formada por otros facultativos del Instituto⁴². En la práctica, esta Nota de Reconsideración va dirigida al Presidente del Consejo de Administración del IPS, quien derivará la misma a la Gerencia de Prestaciones Económicas del Seguro Social y finalmente a la Dirección de Riesgo Laboral y Subsidios para su trámite correspondiente.

* Para conocer más de este procedimiento, se recomienda acercarse a las oficinas de IPS o a través de su Centro de Llamado “IPS te escucha”.

* Para seguir el trámite de una solicitud, la trabajadora puede ingresar en www.ips.gov.py y consultar los procesos con su C.I.

CAPÍTULO 5. Información y redes

En este capítulo puede encontrar información de utilidad sobre distintas instituciones y organizaciones que le pueden ayudar a conocer mejor sus derechos en temas de seguridad y salud en el trabajo. También hay información sobre los trámites y procedimientos para el cobro de subsidios, inscripción de las trabajadoras en el IPS, entre otra información relevante.



Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTESS)

Si necesita información sobre los derechos y condiciones laborales de las trabajadoras domésticas, hacer una denuncia por incumplimiento laboral o conocer todo lo relativo a la labor del Ministerio en temas de seguridad y salud en el trabajo u otras, se puede dirigir al Centro de Atención o bien realizar una consulta online.

Dirección: Luis Alberto de Herrera esq. Paraguari, Asunción

Teléfono: 800 11 73 00

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:30 – 15:00 hrs

Correo electrónico: info@mtess.gov.py

Web: www.mtess.gov.py

Atención ciudadana online: <http://consultas.mtess.gov.py/index.php>

OFICINA REGIONALES DEL MTESS	DIRECCIÓN	TELÉFONO	HORARIO DE ATENCIÓN LUNES - VIERNES
Oficina Regional Pedro J. Caballero - Amambay	1° de diciembre y Lomas Valentinas	(0975)837 971 - (0982)179 643	7:00 a 15:00
Oficina Regional Salto del Guaira - Canindeyú	Barrio Itaipú, previo del SNPP	(0983)449 538	7:00 a 15:00
Oficina Regional Paraguari	Mariscal José Felix Estigarribia y Rosa C. Cabello	(0981)414 164	7:00 a 15:00
Oficina Regional Ñeembucu - Pilar	En la municipalidad de Pilar, en el último piso	(0975)704 010	7:00 a 15:00

Oficina Regional Tte. Irala Fernandez - Ptte. Hates	Ruta Transchaco Km 390, Padre Francisco Boss	(0991)814 171	7:00 a 15:00
Oficina Regional Coordillera	Capitan Dominguez esq. Ruta 2 Mariscal Estigarribia	(0981)236 094	7:00 a 15:00
Oficina Regional Concepción	Mariscal López esq. Iturbe	(0985)244 122 - (0975)400 040	7:00 a 15:00
Oficina Regional Ciudad del Este - Alto Paraná	Trinidad y Tobago c/ Guayana	(0992)626 683	7:00 a 15:00
Oficina Regional Encarnación - Itapua	Tacuary esq. Mayor Peralta	(0985)717 065	7:00 a 15:00
Oficina Regional Coronel Oviedo	Sargento Zaracho y Proyectadas	(0984)389 676	7:00 a 15:00
Oficina Regional Santa Rosa - San Pedro	Santa Rosa. Barrio 30 de agosto	(0973)135 036 - (0981)595 761	7:00 a 15:00

Dirección General de Seguridad Social

Es la autoridad administrativa en materia de Seguridad Social.

Dirección: Avenida Perú esq. Río de Janeiro, Asunción

Teléfono: (+595 981) 873 196

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:30 – 15:00 hrs

Correo electrónico: dgss@mtess.gov.py

Web: <http://www.mtess.gov.py/index.php/dgss>

Dirección de Promoción de la Mujer Trabajadora

Ofrece asesoramiento gratuito sobre los derechos y obligaciones de los empleadores y de las trabajadoras, incluyendo temas como: licencia por maternidad, lactancia, vacaciones, aguinaldo, trabajo insalubre o peligroso para las trabajadoras embarazadas, despido en estado de gravidez, acoso laboral, seguridad social y trabajo doméstico. Cuenta también con un servicio de mediación para empleadores y trabajadoras domésticas.

Dirección: Luis A. de Herrera esq. Paraguarí, Asunción

Teléfono: (+595 21) 490 930

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:30 – 15:00 hrs

Correo electrónico: mujertrabajadora.mteyss@gmail.com

Web: www.mtess.gov.py/index.php

Dirección de Salud y Seguridad Ocupacional

Puede interponer aquí las denuncias correspondientes sobre accidentes laborales y enfermedades profesionales, y obtener información sobre la legislación pertinente y asistencia en la prevención de riesgos laborales.

Dirección: Luis A. de Herrera esq. Paraguarí, Asunción

Teléfono: (+595 21) 446 130

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:30 – 15:00 hrs

Correo electrónico: dsso.mtess@hotmail.com

Web: <http://dsso.mtess.gov.py/index.html>

Descarga de documentos “Nota de Presentación de Formulario de Accidente” y “Formulario de Comunicación de Accidente” en <http://dsso.mtess.gov.py/descargas.html>

Dirección General de Inspección y Fiscalización de Trabajo

Le corresponde la inspección, vigilancia y fiscalización de todos los lugares de trabajo, a fin de velar por el cumplimiento de la legislación laboral y de seguridad social en todo el territorio nacional, relativas a las condiciones de trabajo, la salud y seguridad ocupacional, la protección de los trabajadores y la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

Dirección: Paraguarí 822, casi Fulgencio R. Moreno, Asunción

Teléfono: 800 117 300

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:00 – 15:00 hrs

Web: www.mtess.gov.py/index.php

Centro de Atención a Trabajadoras Domésticas en Encarnación (Oficina Regional de Itapúa del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social)

Dirección: Avda. Irrazábal esq. Jorge Memmel, Encarnación

Teléfono: (+595 71) 201 514

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:00 – 15:00 hrs

Instituto de Previsión Social (IPS)

Se puede dirigir al IPS para realizar todas las consultas relacionadas con la seguridad social: pagar los aportes del seguro, prestaciones médicas, denuncias de accidentes del trabajo y enfermedades profesionales, cobro de subsidios por accidentes enfermedades del trabajo, y cobro de pensiones, entre otros.

Dirección: Constitución y Herrera, Edificio de la Caja Central, Asunción

Teléfono: (+595 21) 223 141/3

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7.15 – 13.15 hrs.

En caso de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales ocurridos en Asunción y sus alrededores, podrá obtener el formulario de comunicación de accidente de trabajo y los requisitos para el trámite de cobro de subsidio por reposo médico en:

Dirección: Calle Dr. Peña y Odrizola, Asunción

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:15 – 15:00 hrs.

Teléfono: 800 11 5000 o 219-3000, Opción 4 (Consulta de reposo, expedientes y lugares de cobro).

Correo electrónico: reposo@ips.gov.py

Web: www.ips.gov.py (permite consulta sobre el estado de subsidios con número de C.I. y datos del expediente)

Descarga de documentación para pago de subsidio en:

<http://portal.ips.gov.py/portal/lpsWeb/overview/Formularios/repacctrabhc>

Dirección de Aporte Obrero Patronal

Dirección: Eduardo Víctor Haedo 195 y Nuestra Señora de la Asunción, Asunción

Teléfono: (+595 21) 450 976

Horario de atención: Lunes a Viernes de 7:15 – 14:15 hrs

En caso de accidentes de trabajo ocurridos en el interior o para inscripción de las trabajadoras domésticas:

OFICINA DE APOORTE OBREZO PATRONAL	DIRECCIÓN	TELÉFONO	HORARIO DE ATENCIÓN LUNES - VIERNES
Ayolas	Predio Us. Ayolas	072-222-382	7:15 a 14:15
Bella Vista Norte	Predio P.S. de Bella Vista Norte	038-238-339	7:15 a 14:15
Puerto Casado	Predio del Puesto Sanitario de Puerto Casado	0351230693-6	7:15 a 14:15
Caacupe	Concepcion c/ Independencia nacional	0511-242-254	7:15 a 14:15
Caaguazu	P.J. Caballero y Roberto I. Petit	0522-41-520	7:15 a 14:15
Caazapa	Dr. Paiva y Mcal Estigarribia	0542-232-807	7:15 a 14:15
Capitan bado	Predio del Hospital Cap. Bado	0337-230-586	7:15 a 14:15
Carapegua	Ruta 1 c/ 14 de mayo	0532-212-279	7:15 a 14:15
Ciudad del Este	Avda. San Blas Edificio Urunday 6to. piso Microcentro cde	061-512029	7:15 a 14:15
Concepcion	Yegros y Mcal. Estigarribia	0331-242-243	7:15 a 14:15
Coronel bogado	22 de Setiembre e/ Padre Mauricio, 804	0741252705	7:15 a 14:15
Coronel oviedo	Predio del Hospital reg. C. Oviedo	0521-202-666	7:15 a 14:15
Curuguaty	Predio del Hospital Curuguaty	048-210-303	7:15 a 14:15
Encarnacion	Ruta 6ª esq. Posadas, Edificio Mburukuja 1er. Piso	071-203-614	7:15 a 14:15
Hernandarias	Predio del Hospital Reg. de Hernandarias	0631-23-492	7:15 a 14:15
Hohenau	Hermanos Sholler esq. Mártires de Acosta Ñu	0775-232-808	7:15 a 14:15

Chaco-Filadelfia	Hindrburt - Colonia Filadelfia	0491-433-407	7:15 a 14:15
Pedro Juan Caballero	Adela Speratti N° 729 c/ Boqueron	0336-272-532	7:15 a 14:15
Pilar	Tacuary y Dr. Mazzei	0786-232-340	7:15 a 14:15
Salto del Guaira	Ruta 10 Las Residentas km, 2	0786-232-340	7:15 a 14:15
San Estanislao	Predio del Hospital de San Estanislao	No tiene	7:15 a 14:15
San Ignacio	Felix Bogado y Cerro Cora	0782-232-220	7:15 a 14:15
San Juan Bautista	Raul Villalba 359 c/ Monseñor Rojas	0217-212-254	7:15 a 14:15
San Juan Nepomuceno	Fulgencio Yegros c/ 15 de Agosto	No tiene	7:15 a 14:15
Santa Rita	Ruta 6ta. frente al Sanatorio Sgdo. Corazón	0673-221-576	7:15 a 14:15
San Pedro	Pedro Garcia y Monseñor Gufanti	0342-222-592	7:15 a 14:15
Puerto Rosario	Jose Felix Estigarribia y EEUU	044-213-423	7:15 a 14:15
Villarrica	Cnel. Bogado esq. Colón	0541-42-665	7:15 a 14:15
Yuty	Fulgencio Yegros c/ Libertad y Ramos Alfaro	0547-257-552	7:15 a 14:15

Fuente: Portal IPS

Organizaciones de Trabajadores

Central Unitaria de Trabajadores Autentica - CUT-A

Dirección: Fulgencio R. Moreno 566 esq. Paraguairí y México, Asunción.
 Teléfono: (+595 21) 451 212
 Web: www.cutautentica.org.py/
 Contacto: Graciela Congo (Secretaria de Educación)
 Teléfono: (+595 991) 70 89 63
 Correo: cutautentica@hotmail.com

Central Nacional de Trabajadores - CNT

Dirección: Piribebuy 1078, Asunción
 Teléfono: (+595 21) 444 084
 Web: <http://www.cnt.org.py>
 Contacto: Stella Romera (Coordinadora Mujeres)
 Teléfono: (+595 961) 306 761
 Correo: cnt@cnt.org.py

Confederación Paraguaya de Trabajadores - CPT

Dirección: Yegros y Simón Bolívar, Asunción

Teléfono: (+595 21) 444 921

Contacto: Francisco Brítez (Presidente)

Correo: francisco_britez@yahoo.com/ cpt_paraguay@yahoo.com

Central Unitaria de Trabajadores - CUT

Dirección provisoria: Rca. de Colombia 777 esq. Tacuarí, Asunción

Teléfono: (+595 21) 450 814 y 448 643

Correo: cut.paraguay@hotmail.com

Contacto: Marlene Ferreira (Secretaria de actas)

Teléfono (+595 991) 212 301

Correo: marle-ferreira82@hotmail.com

Central Sindical de Trabajadores de Paraguay - CESITP

Dirección: Brasil 896 c/ Manuel Domínguez, Asunción.

Web: www.sitramis.com.py

Teléfono: (+595 21) 223 618

Contacto: María Rutilia González (Delegada)

Teléfono: (+595 985) 236 538

Correo: m.a.d.i.69@hotmail.com

Organizaciones de Trabajadoras Domésticas

Sindicato de Trabajadoras Domésticas de Paraguay- Legítima - SINTRADOP

Contacto: Myriam Agüero (Secretaria General)

Correo: myriamaguero88@hotmail.com

Teléfono: (+595 982) 209 069

Sindicato de Trabajadoras Domésticas y Afines de Itapúa - SINTRADI

Contacto: Librada Maciel (Secretaria General)

Correo: domesticasitapua@gmail.com

Teléfonos: (+595 985) 145 375; (+595 986) 725 372

Asociación de Empleadas del Servicio Doméstico - ADESP

Contacto 1: Marciana Santander (Presidenta)

Correo: marciana.santander@yahoo.com

Teléfono: (+595 976) 866 344

Contacto 2: Carolina Arrúa

Teléfono: (+595 981) 917 868

Organizaciones de Empleadores

Federación de la Producción, la Industria y el Comercio - FEPRINCO

Dirección: Palma 751, Edif. Unión Club, piso 3, Asunción

Teléfono: (+595 21) 446 638; (+595 21) 444 963

Correo: feprinco@feprinco.com

Liga de Amas de Casa del Paraguay

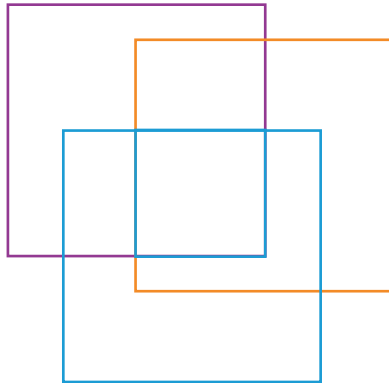
Contacto: Leni Pane (Presidenta)

Teléfono: (+595 21) 445 597; (+595 21) 445 208

Correo: lenipane700@hotmail.com

NOTAS DE PÁGINA

1. Ley N° 5.407/2015, artículo 3.
2. OIT, 2014. *Trabajo doméstico remunerado en Paraguay*.
3. Código Laboral, artículo 64.
4. Ley N° 5.407/2015, artículos 6 y 7.
5. Ley N° 5.407/2015, artículos 13-16.
6. Ley N° 5.407/2015, artículo 18.
7. Decreto Ley N° 1.860/50, artículo 51; Reglamento General Técnico de SST, Decreto N° 14.390/92, artículos 16.1, 16.2 y 16.3
8. Código Laboral, artículo 275.
9. Reglamento General Técnico de Seguridad y Salud en el Trabajo, Decreto N° 14.390/92, artículo 266.
10. Ley N° 3.803/2009, artículo 1.
11. Código Laboral, artículo 275.
12. Código Laboral, artículo 275.
13. Código Laboral, artículo 275.
14. Código Laboral, artículo 276.
15. Código Laboral, artículo 275.
16. Código Laboral, artículo 275.
17. Ley N° 5.407/2015, artículos 6 y 7.
18. Ley N° 5.407/2015, artículos 13-16.
19. Reglamento General Técnico de SST, Decreto N° 14.390/92, artículo 15.5.
20. Código del Trabajo, artículo 277.
21. Código del Trabajo, artículo 84, y Código Penal, artículo 133.
22. Decreto Ley N° 1.860/50, artículo 1.
23. Ley N° 5.407/2015, artículo 18.
24. <http://portal.ips.gov.py/portal/IpsWeb/overview/Formularios/Inscripciondomesticox>
25. Ley N° 5.407/2015, artículo 10.
26. Ley N° 5.407/2015, artículo 19.
27. Ley N° 5.764/16 de 28 de noviembre, y Decreto Reglamentario N° 6.414/2016 de 29 de noviembre, que por el cual se dispone el reajuste de los sueldos y jornales mínimos de trabajadores del sector privado, fijando el Salario Mínimo Legal Vigente en G. 1.964.507.
28. Reglamentación de la Ley 5.407/2015.
29. Decreto Ley N° 1.860/50, artículo 40 a.
30. Decreto Ley 1.860/50, artículo 40 b.
31. Carta Orgánica del Seguro Social de IPS, 2013, artículo 40 b.
32. Decreto Ley N° 1.860/50, artículo 40 c.
33. Decreto N° 5.649/2010.
34. Decreto Ley N° 1.860/50, artículo 41 c.
35. Tabla valorativa, Decreto N° 10.810/52.
36. Decreto Ley N° 1.860, artículo 44.
37. Decreto Ley N° 1.860/50, artículos 48-49
38. Decreto Ley N° 1.860/50, artículo 51
39. Decreto N° 14.390/92 Reglamento General Técnico de SST, artículo 16.2
40. Reglamento General Técnico de SST, artículos 16. 1 y 16.3
41. Carta Orgánica del Seguro Social de IPS, artículo 52.
42. Decreto N° 10.810/52, artículo 58.



Oficina Internacional del Trabajo

Av. Dag Hammarskjöld 3177, Vitacura
Santiago de Chile

Tlfno. (+56 2) 225805500

www.ilo.org/santiago