



**Percepción de Riesgos Laborales en el Servicio Doméstico: Análisis de Peligros,  
Conocimiento y Experiencia de los Trabajadores**

**Julián Andrés Valencia Hernández**

**Melissa Villamizar Arias**

**Corporación Universitaria Minutos de Dios**

**Rectoría Oriente / Centro Regional Bucaramanga**

**Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo**

**Marzo de 2025**

**Percepción de Riesgos Laborales en el Servicio Doméstico: Análisis de Peligros,  
Conocimiento y Experiencia de los Trabajadores**

**Julián Andrés Valencia Hernández**

**Melissa Villamizar Arias**

**Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Especialista en  
Gerencia de Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo**

**Asesor(es)**

**Hermes Ramón Gonzales Acevedo**

**Julio Cesar Barón Rueda**

**Magister en Riesgos Laborales**

**Corporación Universitaria Minutos de Dios**

**Rectoría Oriente / Centro Regional Bucaramanga**

**Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo**

**Marzo de 2025**

## Tabla de Contenido

	Pág.
<b>Resumen</b> .....	<b>8</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>9</b>
<b>Introducción</b> .....	<b>10</b>
<b>1. Justificación</b> .....	<b>12</b>
<b>2. Descripción del Problema</b> .....	<b>14</b>
2.1 Planteamiento del Problema.....	14
2.2 Formulación de Investigación.....	16
<b>3. Objetivos</b> .....	<b>16</b>
3.1 Objetivo General .....	16
3.2 Objetivos Específicos.....	16
<b>4. Marco Referencial</b> .....	<b>17</b>
4.1. Marco Histórico .....	17
4.2. Marco Teórico.....	21
4.3. Marco Conceptual .....	23
4.4 Marco Legal .....	25
<b>5. Metodología</b> .....	<b>27</b>
5.1 Tipo de Investigación.....	27
5.2 El Enfoque de la Investigación .....	27
5.3 Población y Muestra Poblacional.....	28
5.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información.....	29

<b>6. Desarrollo de los Objetivos .....</b>	<b>32</b>
6.1 Objetivo específico 1. Identificación de riesgos .....	32
6.2 Objetivo específico 2. Evaluación del conocimiento y conciencia en prevención .....	36
6.3 Objetivo específico 3. Relación entre formación, experiencia y percepción del riesgo .....	43
6.4 Objetivo específico 4. Medidas preventivas para las labores domésticas.....	50
<b>7. Conclusiones .....</b>	<b>56</b>
<b>8. Recomendaciones .....</b>	<b>58</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>60</b>
<b>Apéndice.....</b>	<b>68</b>

## Lista de Tablas

Pág.

<b>Tabla 1</b> <i>Descripción desarrollo de objetivos</i> .....	29
<b>Tabla 2.</b> <i>Actividades que desempeña</i> .....	32
<b>Tabla 3.</b> <i>Riesgos del trabajo</i> .....	33
<b>Tabla 4.</b> <i>Afección de accidentes laborales</i> .....	34
<b>Tabla 5.</b> <i>Frecuencia de accidentes</i> .....	34
<b>Tabla 6.</b> <i>Capacitación en Seguridad y Salud en el trabajo</i> .....	36
<b>Tabla 7.</b> <i>Afiliación a la seguridad social</i> .....	37
<b>Tabla 8.</b> <i>Claridad sobre su afiliación</i> .....	37
<b>Tabla 9.</b> <i>Importancia de la prevención de riesgos</i> .....	38
<b>Tabla 10.</b> <i>Medidas preventivas</i> .....	38
<b>Tabla 11.</b> <i>Importancia del acceso a la información sobre SST</i> .....	39
<b>Tabla 12.</b> <i>Tipo de capacitación recibida</i> .....	40
<b>Tabla 13.</b> <i>Edad</i> .....	43
<b>Tabla 14.</b> <i>Sexo</i> .....	44
<b>Tabla 15.</b> <i>Nivel educativo</i> .....	45
<b>Tabla 16.</b> <i>Tiempo laborado</i> .....	45
<b>Tabla 17.</b> <i>Experiencia laboral vs. riesgos laborales</i> .....	46
<b>Tabla 18.</b> <i>Acciones de mejora</i> .....	50
<b>Tabla 19.</b> <i>Recomendaciones al SST</i> .....	51

## Lista de Figuras

	Pág.
<b>Figura 1.</b> <i>Importancia de la prevención según capacitación recibida .....</i>	41
<b>Figura 2.</b> <i>Distribución de la percepción sobre la identificación de riesgos según el nivel educativo .....</i>	47
<b>Figura 3.</b> <i>Percepción sobre la identificación de peligros y su relación entre los años de experiencia .....</i>	48
<b>Figura 4.</b> <i>Percepción sobre la utilidad de la información en prevención según experiencia con accidentes .....</i>	52
<b>Figura 5.</b> <i>Folleto prevención seguridad y salud en el trabajo para el sector domestico</i>	55

## Lista de Apéndices

	Pág.
Apéndice A. <i>Encuesta</i> .....	68

## Resumen

La propuesta de grado tuvo como objetivo analizar la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales, considerando su conocimiento, percepción y experiencia. El estudio se fundamentó en teorías como el riesgo profesional, responsabilidad objetiva, la teoría del efecto dominó y la pirámide de Bird, que explican la ocurrencia de accidentes laborales. Se utilizó la metodología cuantitativa, de tipo descriptivo, mediante encuestas estructuradas, aplicados a 44 trabajadores de Bucaramanga y su área metropolitana. Los resultados permitieron identificar los riesgos más frecuentes y debilidades en la prevención aportando evidencias para la formulación de medidas preventivas y abriendo líneas de discusión sobre la precariedad laboral y la gestión del riesgo en este sector laboral.

**Palabras Clave.** Riesgo laboral, percepción del riesgo, prevención, percepción, servicio doméstico.

### **Abstract**

The objective of the degree proposal was to analyze the perception of domestic service workers on occupational hazards and risks, considering their knowledge, perception and experience. The study was based on theories such as professional risk, objective responsibility, the domino effect theory and Bird's pyramid, which explain the occurrence of occupational accidents. A descriptive quantitative methodology was used, by means of structured surveys applied to 44 workers in Bucaramanga and its metropolitan area. The results made it possible to identify the most frequent risks and weaknesses in prevention, providing evidence for the formulation of preventive measures and opening lines of discussion on labor precariousness and risk management in this labor sector.

**Keywords.** Occupational risk, risk perception, prevention, perception, domestic service

## Introducción

Las actividades de los trabajadores domésticos como menciona Valenzuela (2019) en muchos países no es reconocida como debe ser, la falta de reconocimiento genera entornos de discriminación, largas jornadas, bajos salarios sin prestaciones sociales, ambientes laborales inseguros que conlleva al incumplimiento de las normas generando afectaciones a la salud de los trabajadores.

Los trabajadores domésticos realizan una variedad de trabajos, que incluyen limpieza, cuidado de niños y ancianos, cocina, lavandería, planchado y otras tareas, que pueden provocar quemaduras, intoxicaciones, traumatismos y hematomas cuando ocurre el accidente.

Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT), existe un aproximado de 75,6 millones de trabajadores en el mundo, donde el 76,2% corresponde a mujeres, donde tienen condiciones laborales precarias, jornadas de trabajo largas, bajo salario, una falta al acceso a la seguridad social y áreas inseguras. (Ministerio de Trabajo, 2022). En Colombia, y especialmente en ciudades como Bucaramanga, la falta de estadísticas o datos actualizados dificulta la implementación de políticas públicas dirigidas a una mejora de las condiciones laborales. Por ello esta investigación busca responder a la pregunta: ¿Cuál es la percepción que tienen los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos a los cuales están expuestos durante el desarrollo de sus actividades?

El presente trabajo pretende dar a conocer la percepción que tienen los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales a los que están expuestos en su entorno laboral mientras desempeñan sus funciones. Comprender esta percepción permite conocer de primera mano las condiciones laborales, los desafíos que enfrentan y las estrategias que utilizan para afrontar los riesgos. Además, facilita la identificación de deficiencias en la aplicación de

normas de seguridad y contribuye al diseño de estrategias y programas de prevención adaptados a sus necesidades.

El objetivo general de este estudio es analizar la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales a los que están expuestos durante el desarrollo de sus actividades en el hogar, considerando su conocimiento, conciencia y experiencia en relación con la seguridad.

Este análisis también busca generar conciencia y visibilizar la importancia del trabajo doméstico como una actividad formal que debe garantizar derechos y protección a quienes la desempeñan.

Esta investigación es de tipo descriptiva con enfoque cuantitativo, en el cual se analizarán los datos de las encuestas estructuradas realizadas a los trabajadores con el fin de identificar la percepción que tienen de los riesgos y peligros a los que están expuestos, esto permitirá implementar medidas preventivas y recomendaciones para mejorar la condición laboral en este sector. La población objeto de este estudio está conformada por trabajadores domésticos de la ciudad de Bucaramanga, Santander. Con una muestra representativa mediante muestreo por conveniencia, considerando la accesibilidad de los participantes y su disposición a responder a la encuesta, que sean mayores de edad y acepten la participación voluntaria en la encuesta.

El siguiente trabajo se encuentra estructurado por una parte inicial donde se aborda la justificación al definir la delimitación del trabajo, seguidamente se plantea el problema de investigación, los objetivos, el marco de referencia en el cual se recopilan los antecedentes y normatividad el cual permite tener un punto de partida para el análisis del trabajo.

## **1. Justificación**

Este proyecto surge de la necesidad de abordar la falta de conocimiento y capacitación en los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales en sus actividades diarias. Sin embargo, a pesar de los esfuerzos por avanzar en Colombia en normatividad y dignificación del trabajo doméstico, este sector sigue siendo uno de los más vulnerados y desprotegidos, en cuanto a la seguridad laboral.

Es importante destacar que estas labores así se realicen en un entorno familiar y aparentemente seguro, aún existen múltiples riesgos a los que están expuestos los trabajadores que pueden afectar su salud y seguridad, incurriendo en accidentes de trabajo o enfermedades laborales, los cuales en ocasiones por el mismo desconocimiento no son reportados. De igual forma, la falta de conocimiento influye en que tan seguro están utilizando los trabajadores los productos químicos, la manipulación de equipos eléctricos, la manipulación de cargas, posturas inadecuadas, movimientos repetitivos, factores que incrementan la probabilidad de ocurrencia de accidentes de trabajo y la consecuencia a la que están expuestos.

De acuerdo con el estudio de Ministerio de Trabajo (2023) en la Gran Encuesta Integrada de Hogares (GEIH) del Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas (DANE), revela que en el año 2022 se emplearon 649 mil personas como empleados del servicio doméstico en Colombia, cifra que aumento en comparación con el 2021 a 165 mil personas, lo cual representa un crecimiento del 34.1% en esta labor. Este crecimiento resalta la importancia de implementar controles y promover una cultura de seguridad y salud en el trabajo dentro del sector.

Por otra parte, el 80% de los trabajadores del sector doméstico no realizan cotización al sistema de seguridad social, faltando el acceso a uno de los derechos fundamentales salud, pensión y riesgos laborales, también cabe resaltar que este sector es altamente feminizado, se

encuentran madres cabeza de hogar, esta informalidad presenta un impacto no solo para los trabajadores, sino también para sus familias, reduciendo el reconocimiento de los riesgos laborales a los que están expuestos. (Quinchía, 2023)

Esta investigación se llevará a cabo en Colombia, específicamente en Bucaramanga, durante el periodo comprendido entre agosto 2024 y mayo 2025.

Por lo cual, la presente investigación buscar identificar y clasificar los peligros más relevantes para los trabajadores del servicio doméstico, así mismo analizar cómo influyen los conocimientos previos, experiencia, formación en la identificación, percepción y control de los riesgos. Al analizar estos factores, se podrán diseñar estrategias de intervención eficaces que fomenten la prevención de la seguridad y salud, además de incluir programas de formación y sensibilización, promoviendo una cultura de autocuidado en el sector doméstico.

El estudio contribuye a cerrar una brecha de conocimiento al proporcionar datos empíricos sobre la percepción de los trabajadores domésticos respecto a los riesgos laborales. Si bien existen estudios generales sobre el trabajo doméstico en Colombia, estos no han abordado con suficiente profundidad los peligros y riesgos laborales a los que se enfrentan estos trabajadores.

Esta investigación no solo servirá como base para futuras investigaciones académicas, sino también a formular políticas públicas orientadas a mejorar la calidad de vida de los trabajadores. El estudio ofrece un enfoque innovador al integrar un análisis de percepción con la identificación de riesgos específicos en el trabajo doméstico, lo que permitirá generar propuestas que sean ajustadas a la realidad del sector.

Así mismo, los hallazgos permitirán establecer recomendaciones prácticas para empleadores, trabajadores y entidades gubernamentales, fortaleciendo el desarrollo de normativas y programas de seguridad laboral eficientes.

Para finalizar, el fortalecimiento de la seguridad y salud en el sector doméstico impacta no solo de forma individual, sino que también trasciende al bienestar de las familias empleadoras, trabajadoras y la sociedad en general al fomentar espacios de trabajo seguros, se mejora la calidad de vida de los trabajadores, disminuyendo la incidencia de accidentes y enfermedades laborales, aumentando la productividad y promoviendo la justicia social.

En este sentido la investigación se alinea con los objetivos de organizaciones internacionales que abogan por los derechos fundamentales en el trabajo, como es la Organización Internacional del Trabajo (OIT), buscando que el trabajo en el sector doméstico sea un trabajo digno, decente y seguro para todos.

## **2. Descripción del Problema**

### **2.1 Planteamiento del Problema**

Todos los trabajadores, en especial aquellos que desempeñan labores domésticas, deben tener derechos equivalentes a los de quienes trabajan en empresas que gozan de beneficios. Por lo tanto, es fundamental abordar temas como la seguridad y salud en el trabajo doméstico, donde estos trabajadores están expuestos a peligros de los cuales pueden no estar plenamente conscientes.

A lo largo de sus experiencias laborales, han aprendido sobre ciertos riesgos, pero no necesariamente sobre los cuidados que deben adoptar en sus actividades diarias.

A nivel internacional la Organización Internacional del Trabajo, a través de convenios, busca proteger el derecho a la seguridad social, destacando el Convenio 189, que reconoce a los

trabajadores domésticos y subraya la necesidad de establecer leyes y normativas que garanticen sus derechos, considerando las condiciones en que se lleva a cabo el trabajo doméstico (Rodríguez, 2018).

A nivel nacional El trabajo doméstico en Colombia es un sector altamente feminizado y precarizado, donde el 93% de las personas que realizan esta labor son mujeres y el 82% trabajan en condiciones de informalidad. Estas cifras reflejan un entorno laboral vulnerable, donde las trabajadoras a menudo reciben salarios mínimos o inferiores, y enfrentan condiciones que dificultan su acceso a la seguridad social y otros derechos laborales. (Quinchía, 2023). Estas cifras reflejan un entorno laboral vulnerable, donde las trabajadoras a menudo reciben salarios mínimos o inferiores y enfrentan condiciones que dificultan su acceso a la seguridad social y otros derechos laborales.

En términos de riesgos laborales, los principales peligros que se pueden presentar en las labores domésticas son las quemaduras y problemas ergonómicos, según datos de Ministerio de Trabajo (2022), sólo dos de cada diez trabajadores cuentan con la Administradora de Riesgos Laborales (ARL), de 635.000 trabajadores sólo 123.000 cuentan con ella. En el año 2018 y el año 2019 se presentaron 3.686 accidentes, en el 2020 se presentó 1.498 accidentes, 2021 se presentó 1.626 accidentes, esto evidencia la falta de protección y prevención de este sector.

El planteamiento de la idea se enfoca en entender cómo estos trabajadores perciben los peligros y riesgos que enfrentan en sus lugares de trabajo. Además, busca analizar qué tan visibles son estos trabajadores en la sociedad y qué normativas y leyes los amparan para desarrollar sus actividades en mejores condiciones. Se identifican diversos factores de riesgo, como riesgos ergonómicos (posturas inadecuadas, esfuerzos físicos y manipulación de cargas),

riesgos psicosociales (estrés y sobrecarga laboral, especialmente en tareas de cuidado), así como la exposición a sustancias químicas y equipos eléctricos sin la debida protección.

Por lo tanto, esta investigación pretende mostrar el conocimiento de los trabajadores en el tema de seguridad y salud en el trabajo, en sus labores y actividades, que peligros se pueden estar enfrentando y que experiencias se han llevado a través de su labor diaria.

## **2.2 Formulación de Investigación**

¿Cuál es la percepción que tienen los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos a los cuales están expuestos durante el desarrollo de sus actividades?

## **3. Objetivos**

### **3.1 Objetivo General**

Analizar la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales a los que están expuestos durante el desarrollo de sus actividades en el hogar, considerando su conocimiento, conciencia y experiencia en relación con la seguridad.

### **3.2 Objetivos Específicos**

Identificar los peligros y riesgos a los que están expuestos los trabajadores del servicio doméstico, mediante la recolección y análisis de información en sus entornos laborales, con el fin de obtener un diagnóstico que permita priorizar intervenciones en materia de seguridad y salud en el trabajo.

Evaluar el nivel de conocimiento y conciencia que poseen los trabajadores del servicio doméstico sobre las medidas de seguridad y prevención de riesgos inherentes a sus actividades laborales, mediante la aplicación del instrumento diagnósticos de encuesta, con el propósito de identificar necesidades formativas y diseñar estrategias de intervención que fortalezcan su cultura de prevención.

Analizar la relación entre la formación previa y la experiencia laboral de los trabajadores del servicio doméstico con su percepción de los peligros y riesgos en el hogar, utilizando herramientas cuantitativas, para comprender cómo estos factores inciden en sus prácticas de seguridad y su comportamiento preventivo.

Proponer medidas preventivas para la ejecución segura de las labores domésticas, fundamentadas en el análisis de riesgos identificado y en los principios de la seguridad y salud en el trabajo, con el propósito de mitigar los riesgos laborales y promover entornos seguros en el ámbito doméstico

## **4. Marco Referencial**

### **4.1. Marco Histórico**

En las actividades realizadas por los trabajadores domésticos se produce la exposición a riesgos derivados de las tareas desarrolladas en el puesto de trabajo, la presencia de riesgos físicos por las largas jornadas, tiempo de descanso insuficiente, exposición al agua caliente y fría, según lo mencionado por Fernández (2021) en España se presenta carencias del sistema normativo español en materia de seguridad y salud en el trabajo, las funciones realizadas, el lugar en que las realizan, las condiciones, por tratarse de un alto índice de informalidad el 89.4% es desempeñado por mujeres, y altamente constituido por población migrante, 39.1% del total.

Las trabajadoras domésticas durante el desarrollo de sus actividades en la jornada laboral se encuentran expuestas a riesgos que generan afectaciones de salud, de acuerdo con la investigación realizada por González (2019) en México el 48% de las mujeres están expuestas a cambios bruscos de temperatura durante su trabajo, las trabajadoras tienen contacto con el calor el 60% y con el frío 40%, otros riesgos de los que están expuestas durante su jornada son las caídas en el momento de trapear pisos por subir y bajar escaleras.

El 92% de las mujeres realizan movimientos repetitivos donde requieren el esfuerzo de hombros, brazos, piernas y cintura, al realizar esfuerzo físico se encuentran actividades como lavar, trapear, cargar muebles, al realizar estas actividades adoptan posiciones incómodas, generando molestias musculares. Los elementos que contribuyen a los problemas de salud mental que afectan a los trabajadores del servicio doméstico, son dos los riesgos psicosociales, por un lado los estudios realizados en Madrid por Correa (2021) manifiestan un elevado nivel de estrés laboral presentes en el desarrollo de sus actividades, de diferente naturaleza y alcance, por otro lado se hace referencia a la violencia y el acoso en el trabajo como riesgo psicosocial, esto genera daños en la salud mental angustias, cefaleas, insomnio, desarrollo de enfermedades mentales como depresión, pánico, problemas cardiovasculares, respiratorios, digestivos, musculares.

Las condiciones de soledad y aislamiento en las que se desarrolla la actividad laboral de los trabajadores domésticos agravan notablemente la salud mental. Los factores de riesgo psicosocial están vinculados a la precariedad del empleo, las condiciones de trabajo y el género.

En República Dominicana el riesgo principal identificado en el trabajo doméstico es la exposición a accidentes como caídas, resbalones, explosiones de ollas a presión, cafeteras, llamas, exposición a sustancias químicas como ácidos, cloros, detergentes y exposición a violaciones y maltratos por parte de los patrones. Aunque el cloro, detergentes y desinfectantes son las sustancias más frecuentes también el uso de soda caústica y ácido muriático, cuentan con una proporción importante dentro de la manipulación general de químico para el proceso de trabajo de limpieza en el hogar. (Basile, 2019).

Los accidentes de trabajo más frecuentes que sufrieron las trabajadoras de Urabá Antioquia fueron las quemaduras (35%) cortaduras (35%) golpe con objetos (30%) el uso de

sustancias químicas y detergentes sin ningún tipo de protección en el momento de manipular y mezclar las sustancias químicas, generar episodios de intoxicación, no les informan que consecuencia tiene utilizar los químicos como el gas cloro ni como es el procedimiento para manipularlos. (Osorio y Jiménez, 2019).

En el momento en que los trabajadores tienen contacto con sustancias químicas generan afectaciones a la salud como sensibilidad y quemazón en las manos, irritación en los ojos, dificultad para respirar y al estar expuestos por mucho tiempo se generan enfermedades respiratorias que pueden causar inflamación en los pulmones y sin tratamiento estos problemas pueden causar la muerte. Los trabajadores del servicio doméstico en su mayoría son mujeres en condiciones de vulnerabilidad, a pesar de la normatividad, la seguridad y salud en el trabajo es escaso y el trabajo continuo en su estado de informalidad, los peligros identificados como críticos a los cuales están expuestos son el biomecánico, psicosocial y el químico, presentes en las actividades como barrer, sacudir polvo, organizar, lavar ropa, planchar, realizar aseo, cocinar. (Espitia, 2021).

En Montería la mayoría de los trabajadores no cuentan con afiliación a la aseguradora de riesgos laborales, tal irregularidad deja ver la vulnerabilidad a los derechos constitucionales a la protección de la seguridad poniendo en riesgo la salud y vida de los empleados. Este trabajo es mal remunerado con extensas jornadas laborales, sin ningún tipo de estabilidad, se generan desigualdades que contribuyen a que los trabajadores no tengan posibilidades para estudiar y ascender laboralmente. (Espitia, 2021)

En una investigación realizada en Bogotá a un grupo de mujeres de 42 trabajadoras domésticas, los 3 accidentes de mayor frecuencia fueron las cortaduras 28,5%, golpes 19,1%, quemaduras 14,3%, para el caso de las cortaduras 12 de las personas 6 no contaban con afiliación

a riesgo laboral, de las 8 participantes que presentaron golpes 5 tenían ARL y aun así no reportaron el evento, las quemaduras fueron reportadas por 6 personas la mitad de ellas no estaba afiliada a riesgos laborales, en total se presentaron 34 accidentes de trabajo de los cuales solo fueron reportados 5. (Romero et al, 2019).

En la localidad de Usaquén en Bogotá reconocen que los empleados domésticos se encuentran expuestos a diferentes riesgos, encontrando en primer lugar con un 67% el riesgo químico debido al uso de desinfectantes y diferentes productos detergentes, el riesgo biomecánico en el momento de realizar actividades de limpieza requieren posturas diferentes, musculo esquelético, se refiere a las actividades de carga física, movimientos repetitivos. (Rodríguez et al, 2018)

La actividad física es primordial al momento de realizar los trabajos correspondientes, como en el caso estudio en la actividad física ocupacional, transporte y tiempos libres entre los géneros en el departamento de Santander, por medio de análisis estadísticos como método de investigación, la actividad física en tiempo libre con una frecuencia entre 15 y 24 años para las personas con trabajo, pero las personas con trabajo no remunerado como el doméstico presentan una menor actividad física de tiempo libre. El trabajo doméstico es una actividad liviana, por el gasto de energía, se tiene en cuenta criterios como las repeticiones, tiempo y posturas. (Hormiga, 2016)

Un estudio de la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) en la ciudad de Bucaramanga, para evaluar la salud física y mental, este estudio lo enfocaron en tres barrios de la ciudad, en los cuales fueron el barrio Morrórico, San Francisco, San Alonso, allí encontraron un porcentaje superior de mujeres en el que se dedican en los trabajos domésticos del hogar, en donde el puntaje de CVRS fue alto, donde no reciben remuneración por su actividad y las

actividades repetitivas, agobiantes y tediosas les puede generar problemas físicos, como la tendinitis, artropatías, retracción muscular y desgaste. (Cáceres et al, 2018).

#### **4.2. Marco Teórico**

La teoría del riesgo profesional, consiste en atribuir al empleador las consecuencias de los riesgos que ellos mismos producen con su actividad económica, la responsabilidad se hace a través de la proporcionalidad del daño sufrido para poder fijar la indemnización a que haya lugar, igualmente, la teoría del riesgo profesional se sustenta en una suerte de responsabilidad objetiva, diferenciándose de la responsabilidad basada en el derecho común, sino que es propia del derecho del trabajo en la medida en que solo intenta discernir la responsabilidad en los accidentes producto de sucesos laborales.

La responsabilidad objetiva implica la reparación tanto del daño material como el daño moral que sufran sus empleados. Por lo tanto, el empleador debe responder objetivamente, es decir, independientemente de la culpa, siempre que el hecho generador accidente o enfermedad laboral pueda ocasionar repercusiones psíquicas o de índole afectiva moral de la víctima. (Andará, 2018)

Los accidentes surgen de las relaciones sociales en el trabajo, esta interpretación sociológica de accidentes difiere de las hipótesis, en las cuales la mayoría de las modernas prácticas de seguridad reducen las causas a actos inseguros y condiciones no seguras. De acuerdo con esta interpretación, los accidentes se originan en cada uno de los tres niveles de relaciones sociales del trabajo reconocimiento, dirección y organización, y también no sociales al nivel de cada trabajador. (Álvarez, 2016)

La gestión de accidentes y su prevención en su mayoría se orientan a la prevención identificando los riesgos y realizando seguimiento a los mismos a través del diseño de

indicadores de gestión, en algunos casos, hay poca orientación hacia la planificación estratégica que requiere el desarrollo de programas de mejora continua. (Álvarez, 2016)

Durante las décadas de 1950 y 1960, Frank Bird fue pionero en el desarrollo de un concepto de lesiones que incluye la identificación, los costos y el control del accidente y daños de la propiedad. La teoría de la pirámide de Bird identifica 4 factores y causas por las que suceden los accidentes: falta de control la inexistencia de programas o sistemas, estándares inadecuados para los procesos, factores personales falta de conocimientos o capacitación, motivación , factores del trabajo aspectos relacionados al lugar de trabajo y los procesos que en él se desarrollan , condiciones su estándar se generan cuando la empresa no cuenta con las condiciones adecuadas para realizar los trabajos de manera segura. (Guevara, 2017)

La teoría del efecto domino establece que el 80% de los accidentes están provocados por actos humanos peligrosos, el 10% por condiciones peligrosas y el 2% por hechos fortuitos, relacionados en una secuencia de cinco factores en el accidente en el cada uno actuaría como las fichas del domino, que van cayendo una sobre otra: antecedentes y entorno social, fallo del trabajador, acto inseguro, accidente, daño o lesión. (Saari, 2019)

Los riesgos presentes en las funciones desempeñadas por los trabajadores domésticos se valoran de acuerdo con la cantidad o repetición de las actividades realizadas durante el día. Su nivel de importancia podrá ser determinado acorde a los accidentes que se puedan llegar a presentar, así como la relación con una enfermedad de origen laboral. En la función de trabajo doméstico se presenta con regularidad lesiones de tipo osteomuscular, generados por carga física, en algunos casos derivados de actos inseguros, este tipo de situaciones se pueden dar por un inadecuado manejo de las cargas, excederse en el peso, otro de los riesgos que se puede presentar

es caída de alturas al pararse sobre sillas, ocasionando accidentes graves o mortales, Andrea (2021).

La responsabilidad del empleador ante la infracción del deber de un conducto que no está en el contrato y que afecta a otra persona, evitando la revisión de los derechos humanos como los derechos a la salud. La teoría de la responsabilidad extracontractual considera que cualquiera que realice una acción que en virtud de su culpa o negligencia causa daño a otros y está obligado a repararlo. Extendiendo la obligatoriedad de reparación de los daños que también son causados por las personas que dependen de él o por sus bienes, que es notificado por se encuentra bajo su custodia, según la teoría, el trabajador que tenga daños con ocasión por el trabajo debe demostrar que el accidente fue producto de su labor para lograr la indemnización. (Andara, 2018)

La teoría del riesgo explicada por Rafael Rojina, indica que el empleador debe indemnizar y reparar los daños causados siempre y cuando se haya actuado dentro de la normatividad y legalidad, pero debe existir una responsabilidad subjetiva del elemento personal, teniendo en cuenta la negligencia, la culpa o dolo. (Cervantes, 2019).

#### **4.3. Marco Conceptual**

Según la Organización Internacional del Trabajo (2019), el trabajo doméstico, incluye todas las labores realizadas dentro del hogar, tanto quienes trabajan en su propio hogar como aquellos que lo hacen en otros. En sus funciones abarcan labores internas del hogar como son limpieza, organización y cuidado del hogar hasta labores externas como son conducción, compras, jardinería y cuidados de personas mayores, niños o personas con necesidades especiales. En varios países suelen no incluir a los trabajadores del servicio doméstico en la seguridad social y Colombia no es la excepción, debido a que se considera que las actividades realizadas en el hogar no son un trabajo formal.

Así como algunos gobernantes como empleadores argumentaban que es difícil garantizar el cumplimiento normativo en seguridad y salud con trabajadores domésticos y quienes, si acobijaba la legislación laboral general, argumentando que los hogares privados eran únicos de vida familiar, no conforman a las normas de seguridad y salud en el trabajo, las personas que viven en el hogar pueden entrar en discusión con los trabajadores domésticos ya que quieren mayor grado de funcionalidad y seguridad y los miembros de la familia quieren privacidad. (Fernández y García, 2021).

El peligro se entiende como una acción o un acto con alto riesgo de daño a la salud que puede producir enfermedades y lesiones o presentándose en conjunto, los riesgos se pueden dar por la probabilidad que se den en las actividades laborales o con la exposición peligrosa, la severidad de lesiones se da por la actividad que se desempeña o la exposición de este. (ICONTEC, 2012)

En relación con la percepción del riesgo laboral se refiere a cómo los trabajadores identifican y evalúan los peligros a los que están expuestos en su entorno laboral. En este caso específico de los trabajadores del servicio doméstico, en su percepción pueden influir múltiples factores como la educación, condiciones de trabajo, capacitación, situación socioeconómica y también puede influir las experiencias previas de los trabajadores, si han estado expuestos a accidentes o la materialización de los riesgos. Así mismo, es importante conocer que un peligro es “cualquier fuente capaz de causar daños o lesiones a una persona”. (Ministerio de Trabajo, 2015)

De acuerdo con Cuenca y Montaña (2021), la gestión de riesgos laborales es esencial para reducir los accidentes y enfermedades laborales, impactando significativamente en el desempeño de los trabajadores. Este enfoque ayuda a los empleadores a identificar y controlar

sus riesgos, reforzando el bienestar y satisfacción de los empleados y como consecuencia generando compromiso con sus labores.

Las actividades del trabajo doméstico, en especial aquellas que requieren esfuerzo físico están directamente relacionadas con los riesgos para la salud, entre estos se incluyen levantamiento y manipulación de cargas, exposición a sustancias químicas, los cuales como consecuencia pueden producir intoxicaciones, dermatitis, afectaciones musculo esqueléticas. A pesar de esta relación entre las actividades y sus efectos negativos en la salud, aun no se han establecido sistemas adecuados para la gestión de riesgos en este sector, lo que aumenta la gravedad de la situación. Además, la percepción de los riesgos en este entorno se ve como algo ajeno lo que conlleva a que los mismos trabajadores subestimen los riesgos o minimicen las consecuencias; es por esto por lo que al igual que en otros sectores laborales, la formación y capacitación son esenciales para controlar y mitigar los riesgos. (Cabrera Flórez et al, 2021).

En este contexto de acuerdo con el informe de comportamiento de la enfermedad laboral en Colombia, el sector doméstico presenta una tasa de enfermedad del 13,2% del total de los sectores analizados en el 2017. Así mismo se evidencia que el 48% corresponde a enfermedades de sistema osteomuscular y del tejido conectivo y el 39% corresponde a enfermedades del sistema nervioso, finalmente un 26% corresponde a traumatismos, envenenamientos y algunas otras consecuencias de causa externa (Castillo & Bravo, 2019)

#### **4.4 Marco Legal**

Mediante del Convenio internacional 189 de la OIT, ratificado por Colombia, donde establece mínimos en la protección de los trabajadores domésticos, derechos a contrato de trabajo, remuneración y condiciones de trabajo seguras, con reconocimiento a una economía global. (International Labour Organization, 2013)

Una normativa importante es Ley 1595 de 2012, que aprueba el Convenio sobre el Trabajo Decente para las Trabajadoras y Trabajadores Domésticos del 2011, adoptado en Ginebra, dando reconocimiento a los trabajadores domésticos a la economía global, ya que es un trabajo infravalorado. (Ministerio de Trabajo, 2012)

Dando la continuidad a la Ley de 1595 de 2012, el Decreto 721 de 2013 se beneficia al trabajador con la afiliación de los trabajadores del trabajo doméstico al sistema de compensación familiar, teniendo acceso a beneficios de seguridad social, ya que los empleados del servicio doméstico su labor se presenta en condiciones habituales y permanentes. (Ministerio de Trabajo, 2013)

Por medio de la Ley 1788 de 2016 el trabajador domestico tiene derecho a recibir la prima de servicios, teniendo derecho a 15 días de salarios por cada semestre trabajado. (Ministerio de Trabajo, 2016)

Por medio del Decreto 2663 de 1950 del código sustantivo, todo trabajador es igual ante la ley, dando garantía y protección, dando justicia con los empleadores y trabajadores, con lo económico y social, con énfasis en los artículos 23 al 28, sobre contratos laborales. (Ministerio de Salud y Protección Social, 1950)

Lo anterior permitió el acceso a beneficios de seguridad social, el decreto 2616 de 2013 da a la regulación a la seguridad social y a los trabajadores dependientes que laboran por periodos inferiores a un mes, con pagos de un salario mínimo mensual legal vigente, estén en los Sistemas de Pensiones, Riesgos Laborales y Subsidios Familiares (Ministerio de Trabajo, 2013).

Las normas laborales son aplicadas en trabajadores domésticos con igualdad y dignidad, cualquier trabajador tienen los mismos derechos, teniendo jornadas laborales dignas no mayores

de 10 horas diarias y un pago extra por las horas de más, como lo indica la sentencia C-378 de 1998. (Corte Constitucional, 1998)

Por medio de la sentencia de la corte constitucional, quien pierda la capacidad de trabajar por enfermedad, tienen derecho a que se contabilicen los aportes efectuados de la fecha a la estructuración de la invalidez. (Corte Constitucional, 2013).

## **5. Metodología**

### **5.1 Tipo de Investigación**

La presente investigación es de tipo descriptivo que se encarga de caracterizar la población, alrededor del cual se centra el estudio, brindando información acerca del que, como, cuando y donde del problema de investigación, con el fin de resaltar los aspectos fundamentales por medio de criterios sistemáticos. (Alban et, al 2020)

Con el objetivo de analizar las percepciones de los trabajadores del servicio doméstico, este enfoque permite identificar y describir los peligros más frecuentes. Dicha información es enriquecida y fundamentada a través de la recopilación de datos obtenidos mediante encuestas y su posterior análisis cuantitativo. La información obtenida sirvió para el planteamiento de establecer las acciones preventivas y como base para futuras investigaciones.

### **5.2 El Enfoque de la Investigación**

De acuerdo con Ortega (2023) la investigación cuantitativa reúne opiniones por medio de métodos estructurados y herramientas estadísticas. Esto ayuda al análisis de la información y también a la toma de decisiones, orientando a la necesidad específica del sector.

La investigación cuantitativa se enfoca en medir y analizar datos de forma objetiva, separando al investigador del fenómeno observado. Este enfoque utiliza métodos estadísticos para probar hipótesis derivadas de un marco teórico previo. El proceso sigue un esquema

estructurado como es: formulación de hipótesis, recolección de datos, análisis y validación de resultados. Así, permite identificar patrones y describir fenómenos mediante variables cuantificables, garantizando precisión y generalización. (Sánchez et al., 2021).

Teniendo en cuenta lo anterior, para esta investigación de tipo cuantitativa se realizó la recolección de datos a través de una encuesta estructurada, la cual fue validada por juicio de expertos para garantizar la claridad y pertinencia de las preguntas. Su objetivo es conocer la percepción que tienen los trabajadores del servicio doméstico sobre los riesgos a los cuales se encuentran expuestos en el momento de realizar las actividades laborales.

### **5.3 Población y Muestra Poblacional**

La población objetivo del estudio está compuesta por trabajadores del servicio doméstico en Colombia, un sector que, según datos del Ministerio de Trabajo en 2018, cuenta con 661 mil personas, de las cuales 624 mil son mujeres y 37 mil son hombres. (Ministerio de Trabajo, 2019)

Dado que no se encontraron registros específicos de la ciudad de Bucaramanga, se optó por un muestreo por conveniencia, se contó con la participación de 44 trabajadores según su accesibilidad y disposición para participar en la encuesta.

La selección de los participantes se realizó sin distinción de sexo, tipo de contrato o nivel educativo, con rango de edad de 18 a más de 55 años. La recolección de datos se llevó a cabo en Bucaramanga y su área metropolitana, incluyendo espacios como asociaciones de trabajadores domésticos, hogares y otros entornos en los que estos trabajadores desempeñan sus labores.

La encuesta aplicada abordó temas de condiciones laborales, riesgos ocupacionales, seguridad en el trabajo y acceso a la seguridad social, con el objetivo de comprender mejor la realidad de este sector y proponer medidas para mejorar su bienestar.

## 5.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información

Una encuesta es una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativos, que se lleva a cabo en el contexto de la vida cotidiana, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación, con el fin de tener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población. (Chiner, 2011)

Para el estudio se diseñó una encuesta estructurada con el objetivo de identificar los peligros a los que se enfrentan los trabajadores del servicio doméstico y comprender cómo perciben los riesgos asociados a sus labores diarias. La encuesta abordó los riesgos más comunes en este sector como: biológicos, químicos, biomecánicos y psicosociales, con el fin de obtener información sobre la salud de estos trabajadores.

La información se recolectó por medio de un formulario de Google Forms. Para asegurar la validez y confiabilidad del instrumento, este fue sometido a una revisión por juicio de expertos, quienes evaluaron la pertinencia, claridad y coherencia de las preguntas en relación con los objetivos del estudio.

El cuestionario utilizado contiene preguntas cerradas, para su diseño se tomó en cuenta datos sociodemográficos y preguntas relacionadas en la identificación de los riesgos presentes en el servicio doméstico, basado en el estado del arte presentado en esta investigación. Además, se utilizó como referencia la guía técnica colombiana (GTC 45) la cual describe la clasificación y descripción de cada uno de los riesgos, asegurando así la identificación de los peligros por parte de los participantes.

**Tabla 1**

*Descripción desarrollo de objetivos*

Titulo	Objetivo	Fases	Resultado
--------	----------	-------	-----------

	<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivos Específicos</b>		
<b>Percepción de riesgos laborales en el servicio doméstico</b>	Analizar la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales a los que están expuestos durante el desarrollo de sus actividades en el hogar, considerando su conocimiento, conciencia y experiencia en relación con la seguridad	<p><b>Objetivo específico 1</b></p> <p>Identificar los peligros y riesgos a los que se encuentran expuestos los trabajadores domésticos.</p> <p><b>Objetivo específico 2</b></p> <p>Evaluar el nivel de conocimiento y conciencia que tienen los trabajadores del servicio doméstico respecto a las medidas de seguridad y prevención de riesgos asociados a sus actividades.</p> <p><b>Objetivo específico 3</b></p> <p>Determinar cómo la formación previa y la</p>	<p><b>Actividad 1:</b> Diseñar de preguntas específicas dentro del instrumento</p> <p><b>Actividad 2:</b> Aplicar la encuesta a trabajadores del servicio doméstico.</p> <p><b>Actividad 3:</b> Analizar los resultados de la identificación de riesgos presentes en los trabajadores domésticos.</p> <p><b>Actividad 1:</b> Diseño de preguntas específicas dentro del instrumento para evaluar conocimientos sobre seguridad.</p> <p><b>Actividad 2:</b> Aplicación del instrumento y análisis de respuestas.</p> <p><b>Actividad 1:</b> Diseño de preguntas específicas dentro del instrumento</p> <p><b>Actividad 2:</b> Análisis</p>	<p>Identificación de peligros y riesgos presentes en el entorno laboral de los trabajadores domésticos, basados en la GTC 45 resaltando los riesgos más frecuentes en el sector en la encuesta.</p> <p>Análisis sobre el nivel de conocimiento identificado, estableciendo patrones y brechas en la formación sobre seguridad laboral</p> <p>Análisis de resultados sobre la influencia de la</p>

Titulo	Objetivo		Fases	Resultado
	Objetivo General	Objetivos Específicos		
		experiencia laboral de los trabajadores del servicio doméstico afectan su percepción sobre los peligros y riesgos en el hogar, y cómo esto influye en su comportamiento frente a la seguridad laboral.	comparativo de resultados según niveles de formación y experiencia.	formación y experiencia en la percepción del riesgo y comportamiento en seguridad laboral.
	<b>Objetivo específico 4</b>	Establecer medidas preventivas para el desarrollo de las labores domésticas basadas en los principios de la seguridad laboral.	<b>Actividad 1.</b> Análisis de hallazgos de la aplicación de la encuesta <b>Actividad 2:</b> Revisión de buenas prácticas en seguridad laboral aplicables al trabajo doméstico. <b>Actividad 3:</b> Diseño de una propuesta de medidas preventivas prácticas.	Anexo teórico folleto con recomendaciones prácticas y de fácil comprensión para reducir los riesgos laborales en el servicio doméstico.

## 6. Desarrollo de los Objetivos

### 6.1 Objetivo específico 1. Identificación de riesgos

Para dar cumplimiento a este objetivo, se diseña una sección dentro del instrumento de recolección de datos, por lo cual se indagó de manera directa sobre las actividades cotidianas de los trabajadores del servicio doméstico y su percepción frente a los peligros presentes en su entorno laboral. Se encontró que la mayoría realiza actividades como limpieza general, cocina, lavado y planchado, todas con potencial de generar riesgos físicos, químicos y ergonómicos si no se ejecutan bajo condiciones seguras.

**¿Cuáles de las siguientes actividades realiza en su trabajo? (Marque todas las que correspondan)**

**Tabla 2.**

*Actividades que desempeña*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Limpieza general	32	59%
Lavado y planchado	4	7%
Cuidado de niños	2	4%
Cuidado de adultos mayores	1	2%
Cocina	12	22%
Otros	3	6%
<b>Total</b>	<b>54</b>	<b>100%</b>

Dado que esta pregunta es de opción múltiple, algunos de los encuestados respondieron más de 1 opción, la actividad que más desempeñan los empleados y que se convierte en la moda es limpieza general con el 59%, cocina con el 22% en segundo lugar, lavado y planchado con el 7% en tercero, otros con el 4% que incluyen actividades de auxiliares y preparación de alimentos en cuarto, 4% con el cuidado de niños en quinto y finalmente con el 2% cuidado de adultos mayores; como se puede observar las actividades que más desempeñan los empleados están

relacionados con la limpieza y la cocina para lo cual requieren del uso frecuente de insumos, herramientas, utensilios y maquinaria que pueden convertirse en un riesgo si no se manipula de manera correcta.

**¿Qué tipo de riesgos considera que enfrenta con mayor frecuencia en su trabajo? (Puede elegir hasta 3 opciones)**

**Tabla 3.**

*Riesgos del trabajo*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Caída o golpes	26	28%
Sobreesfuerzo físico	17	18%
Exposición a químicos	25	27%
Manipulación de equipos	8	9%
Estrés o sobrecarga laboral	10	11%
Quemaduras o cortes	6	6%
Otros	1	1%
<b>Total</b>	<b>93</b>	<b>100%</b>

Teniendo en cuenta la información la percepción de los empleados en cuanto al riesgo que se encuentran expuestos más frecuentemente; es decir la moda, es de caídas y golpes con el 28%, exposición a químicos con el 27%, sobreesfuerzo físico con el 18%, estrés o sobrecarga laboral con el 11% manipulación de equipos eléctricos, quemaduras y cortes con el 6% y finalmente con el 1% otros que corresponde a posturas, el 73% de los riesgos se concentra en los tres primeros puestos que en concordancia con las actividades que realizan son los más relacionados, demostrando de esta manera que a pesar de no estar afiliados o tener conocimiento específico del SG-SST del tema conocen los riesgos a los cuales están expuestos.

**¿Ha sufrido algún accidente o problema de salud debido a su trabajo?****Tabla 4.***Afección de accidentes laborales*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Sí	9	20%
No	35	80%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

El 80% de los encuestados que representan la moda manifiestan no haber sufrido accidentes laborales y el 20% restante no han presentado ningún accidente durante el desarrollo de sus actividades laborales, manifestando el cuidado y la experiencia al momento de manipular herramientas, agentes químicos o maquinaria. Dentro de las principales causas se mencionan, golpes, quemaduras, cortes, dolores físicos y caídas.

**¿Con qué frecuencia ha sufrido accidentes?****Tabla 5.***Frecuencia de accidentes*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Muy frecuente	0	0%
Frecuentemente	0	0%
A veces	1	2%
Rara vez	12	27%
Nunca	31	70%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Del total de los encuestados el 70% que representan la moda reportan que no han sufrido ningún tipo de accidente laboral durante el desarrollo de sus actividades diarias, el 27% rara vez y finalmente el 2% a veces, teniendo en cuenta los resultados se infiere que a pesar de que

muchos de los empleados no cuentan con una capacitación o hacen parte de un programa formal de seguridad y salud en el trabajo son conscientes del autocuidado y la prevención como medida para mitigar el riesgo, lo cual les ha permitido disminuir la probabilidad de sufrir accidentes laborales.

### **Análisis e interpretación de los resultados**

A partir de los resultados obtenidos, se identificó que las principales actividades realizadas por los trabajadores del servicio doméstico están relacionadas con la limpieza general y la cocina, las cuales implican el uso constante de insumos químicos, herramientas y equipos que, al no ser manipulados adecuadamente, representan riesgos significativos.

Los peligros más reconocidos por los encuestados fueron caídas y golpes, exposición a productos químicos y sobreesfuerzo físico, todos estrechamente ligados a las tareas cotidianas. Esto evidencia una percepción clara de los riesgos asociados a su labor, aun sin formación formal en sistemas de gestión en seguridad y salud en el trabajo.

Adicionalmente, aunque el 80% de los trabajadores manifestó no haber sufrido accidentes laborales, el análisis sugiere que esta baja incidencia puede estar relacionada con prácticas de autocuidado desarrolladas por la experiencia. Sin embargo, esto no garantiza condiciones seguras, ya que varios encuestados también reportaron haber sufrido golpes, quemaduras o caídas en algún momento.

En conclusión, el diagnóstico evidencia que existe una exposición a peligros físicos, químicos y ergonómicos, siendo prioritaria la intervención en capacitación, acceso a información sobre prácticas seguras y adopción de medidas preventivas adaptadas al contexto del servicio doméstico. Este conocimiento es fundamental para diseñar estrategias de intervención que

fortalezcan la cultura del autocuidado y reduzcan los riesgos laborales en este grupo ocupacional históricamente desprotegido.

## 6.2 Objetivo específico 2. Evaluación del conocimiento y conciencia en prevención

Para evaluar este objetivo, se analizaron las respuestas obtenidas a diversas preguntas de la encuesta que permitieron identificar el grado de conocimiento, percepción y acciones que los trabajadores del servicio doméstico tienen frente a la prevención de riesgos laborales, así como su nivel de afiliación, acceso a información y experiencias formativas. A continuación, se presentan los principales resultados:

### ¿Ha recibido alguna capacitación en seguridad y salud en el trabajo?

**Tabla 6.**

*Capacitación en Seguridad y Salud en el trabajo*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Sí	31	70%
No	13	30%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

El 70% de los encuestados que representan la moda han manifestado que han estado en algún tipo de charla o han recibido información sobre SST, mientras que el 30% restante niega haberlo realizado. La cifra anterior es preocupante puesto que entre mayor sea el desconocimiento de los empleados, mayor es el riesgo al que se encuentran expuestos, lo que puede convertirse en una situación delicada para los empleadores informales.

**¿Está afiliado(a) a la seguridad social (salud, pensión, riesgos laborales)?****Tabla 7.***Afiliación a la seguridad social*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Sí	38	86%
No	6	14%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Del total de los encuestados, la moda corresponde al 86% que han estado afiliados a la seguridad social (salud, pensión, riesgos laborales) y el 14% restante no se encuentran legalmente vinculados con alguna empresa, siendo un porcentaje significativo que fuera de no estar bajo la norma laboral legal colombiana, no tienen conocimiento del autocuidado o la prevención del riesgo al cual se encuentran expuestos en el desarrollo de sus actividades cotidianas, por lo cual pueden ser más vulnerables.

**¿Tiene claridad a cuál EPS, ARL y fondo de pensiones está afiliado/a?****Tabla 8.***Claridad sobre su afiliación*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Sí	37	84%
No	7	16%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

La moda la representa 37 personas del total de los encuestados que corresponde al 84% los cuales conocen los diferentes servicios a lo que se encuentran afiliados, mientras que el 16% restante no tienen conocimiento sobre la EPS, ARL y Fondo de Pensiones al cuál se encuentran afiliados; que en comparación con la pregunta anterior con los que se encuentran afiliados; es

decir, el 2% no saben las entidades a las que están vinculados, por tanto la labor de las empresas que tienen a los empleados formalmente están cumpliendo de forma general con la divulgación del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el trabajo.

### ¿Qué tan importante cree que es la prevención de riesgos en su trabajo?

**Tabla 9.**

*Importancia de la prevención de riesgos*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Nada importante	0	0%
Poco importante	0	0%
Importante	18	41%
Muy importante	26	59%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Todos los encuestados reconocieron la importancia de la prevención de riesgos respondiendo como importante el 41% y muy importante el 59%, siendo este último la moda. Todos los empleados desde su experiencia expresaron que es importante la prevención desde la autogestión; es decir, reconocen que la seguridad y salud en el trabajo es responsabilidad de cada uno y que muchas veces lo han hecho de forma individual sin el acompañamiento del empleador.

### ¿Qué medidas de seguridad utiliza en su trabajo? (Puede elegir varias opciones)

**Tabla 10.**

*Medidas preventivas*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Guantes o mascarilla	35	40%
Posturas correctas	17	20%
Evito el contacto con equipos	18	21%
Realizar pausas	16	18%

Ninguna	1	1%
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100%</b>

Teniendo en cuenta los resultados de los encuestados, el 40% de los empleados que representa la moda utilizan mascarillas o guantes en sus actividades, el 20% alzan objetos pesados con buenas posturas y el 21% evita el contacto con equipos eléctricos mojados y el 18% realizan pausas durante sus jornadas y el 1% no toma ninguna medida preventiva, a partir de lo anterior se infiere que las personas toman en cuenta su salud y autocuidado y dependiendo de la actividad que realizan utilizan las medidas preventivas que consideran pertinentes para mitigar el riesgo.

**¿Cree que el acceso a información sobre seguridad laboral podría ayudar a reducir los accidentes en su trabajo?**

**Tabla 11.**

*Importancia del acceso a la información sobre SST*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Sí	42	95%
No	2	5%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

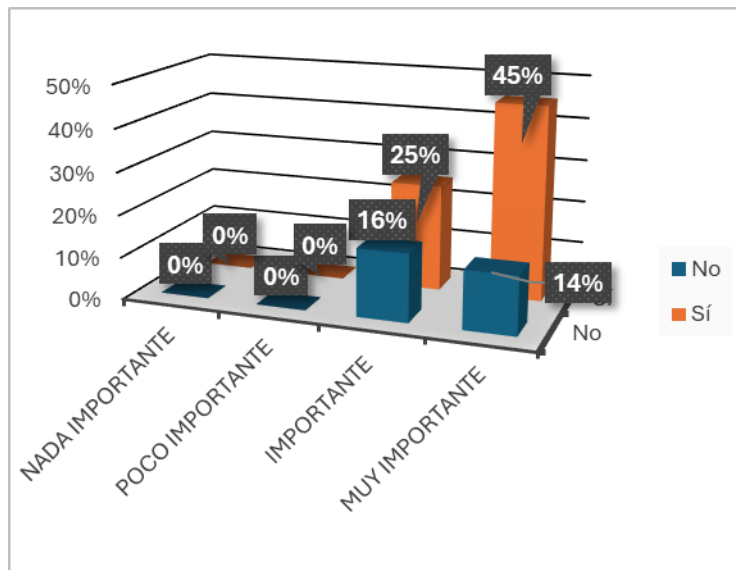
El 95% de los encuestados que representa la moda coinciden que el acceso a la información sobre seguridad laboral podría ayudar a reducir los accidentes en sus trabajos, tan solo el 5% no lo consideran necesario reconociendo la importancia de la información para lograr mitigar el riesgo al que puedan estar expuestos, además denota la disposición de los empleados por recibir información y aprender sobre el tema.

**¿Qué tipo de capacitaciones ha recibido?****Tabla 12.***Tipo de capacitación recibida*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Charlas	23	49%
Cursos virtuales	6	13%
Formación en el trabajo	13	28%
Infografías	1	2%
Otros	4	9%
<b>Total</b>	<b>47</b>	<b>100%</b>

A partir de los resultados de las encuestas el 49% que representa la moda han recibido capacitaciones a través de charlas, el 28% en formaciones de trabajo, el 13% a través de cursos virtuales, el 9% por otros medios como familiares, alcaldía no han recibido capacitaciones, finalmente el 2% han recibido algún tipo de capacitaciones por medio de infografías; como se puede observar la mayoría de los empleados pese a no estar formalmente contratados alguna vez han recibido información sobre seguridad o están receptivos para hacerlo, denotando un interés positivo hacia la gestión del riesgo en sus labores.

**Cruce de variables: Relación entre capacitación recibida y percepción de la importancia de la prevención**

**Figura 1.***Importancia de la prevención según capacitación recibida*

El cruce de variables entre las preguntas “¿Ha recibido alguna capacitación en seguridad y salud en el trabajo?” y “¿Qué tan importante cree que es la prevención de riesgos en su trabajo?” permite observar una relación significativa entre la formación recibida y la percepción de importancia frente a la prevención.

Del total de encuestados el 70% afirmó haber recibido algún tipo de capacitación, mientras que el 30% indicó que no ha tenido acceso a este tipo de formación. Al analizar cómo valoran la prevención de riesgos, se evidencia que aquellos que sí han recibido capacitación tienden a considerarla más importante: un 45% de ellos la calificó como muy importante, y un 25% como importante. Por otro lado, entre quienes no han recibido capacitación un 16% considera la prevención importante y un 14% la considera muy importante.

Este hallazgo sugiere que el acceso a procesos formativos influye positivamente en la valoración que los trabajadores del servicio doméstico otorgan a la prevención de riesgos en su

labor. Es decir, quienes han sido formados en temas de seguridad y salud laboral desarrollan una mayor conciencia sobre la importancia de cuidarse y adoptar medidas preventivas en su trabajo.

Además, resulta relevante destacar que ningún participante consideró la prevención como poco o nada importante lo que puede interpretarse como un signo positivo en cuanto a la percepción general frente a los riesgos laborales.

Los resultados obtenidos permiten concluir que, si bien una proporción importante de trabajadores del servicio doméstico ha tenido algún tipo de acercamiento a procesos formativos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo (70%), aún persisten vacíos significativos en términos de continuidad, formalidad y cobertura de dichos procesos. La mayoría de los encuestados manifiesta haber recibido información a través de charlas (49%) y formación en el trabajo (28%), lo que indica que el acceso a espacios de capacitación ha sido en su mayoría informal y puntual, más que parte de un proceso estructurado.

El nivel de afiliación a la seguridad social (86%) y el conocimiento sobre la entidad prestadora de dichos servicios (84%) reflejan una tendencia positiva hacia el cumplimiento de los derechos laborales básicos, pero también visibilizan un grupo (16%) que no tiene claridad sobre su afiliación o que simplemente no se encuentra vinculado al sistema, lo que incrementa su vulnerabilidad.

A pesar de ello, el 100% de los participantes reconoce que la prevención es importante o muy importante para su labor, lo cual es un indicio favorable sobre la conciencia que tienen frente a los riesgos del trabajo doméstico. Además, un 95% cree que el acceso a información sobre seguridad laboral puede reducir los accidentes, lo que evidencia una actitud proactiva y una alta disposición hacia la formación y el autocuidado.

El análisis cruzado entre capacitación recibida y percepción de la importancia de la prevención permite confirmar que los procesos formativos sí inciden en la manera en que los trabajadores valoran el autocuidado. Aquellos que han recibido capacitación son más propensos a considerar muy importante la prevención (45%) en comparación con quienes no la han recibido (14%), lo que reafirma la necesidad de implementar programas de formación continuada adaptados a sus realidades laborales.

Finalmente, el hecho de que el 99% afirme aplicar al menos una medida preventiva en su trabajo (uso de guantes o mascarilla, posturas correctas, pausas, etc.) indica una apropiación parcial de buenas prácticas en seguridad, aunque aún dispersas y no sistematizadas. Esto refleja un conocimiento práctico e intuitivo más que técnico, lo cual refuerza la urgencia de diseñar estrategias de intervención formativas que promuevan una verdadera cultura de prevención en este sector.

### 6.3 Objetivo específico 3. Relación entre formación, experiencia y percepción del riesgo

Con el propósito de analizar cómo la experiencia laboral y el nivel educativo de los trabajadores del servicio doméstico influyen en su percepción de los peligros y riesgos en el hogar, se diseñaron preguntas dirigidas a conocer aspectos sociodemográficos, formativos y laborales. Estas respuestas permiten identificar si existe una relación significativa entre los años de experiencia, el nivel educativo alcanzado y la capacidad percibida para reconocer riesgos en el entorno de trabajo.

#### ¿Cuál es su edad?

**Tabla 13.**

*Edad*

Opciones	fi	Porcentaje	xi	F	xi.fi
Menos de 25 años	3	7%	25	3	75

25 - 35 años	15	34%	30	18	450
36 - 45 años	7	16%	40,5	25	283,5
46 - 55 años	9	20%	50,5	34	454,5
Más de 55 años	10	23%	55	44	550
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>			<b>1.813</b>
				$\bar{x}$	41

Según lo manifestado en las respuestas la edad media de las personas es 41 años y su moda el rango de edad entre los 25-35; la opción más frecuente, la mayoría de los encuestados se encuentra en el rango de edad de 25-35 años, representando el 34% de las respuestas. El segundo grupo más representativo es el de mayores de 55 años con un 23% de las respuestas, seguido por los rangos de 46–55 años con el 20%, 36-45 años con el 16% y finalmente los menores de 25 años con el 7%. Lo anterior quiere decir que en el servicio doméstico priman dos rangos de edades la de 25-35 y la mayor a 55 años, haciendo relevante indagar un poco más a profundidad en estos dos segmentos de edades.

## Sexo

**Tabla 14.**

*Sexo*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Masculino	6	14%
Femenino	38	86%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

A partir de los datos obtenidos la moda corresponde a la opción de mujeres que representan el 86% mientras que el 14% restante son hombres, como se puede evidenciar en su

mayoría las personas dedicadas al trabajo de servicio doméstico son mujeres, permitiendo observar una clara tendencia de género hacia estos empleos.

### Nivel educativo

**Tabla 15.**

*Nivel educativo*

Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Primaria	17	39%
Secundaria	22	50%
Técnica	5	11%
Universitaria	0	0%
Otro	0	0%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Como se observa en los resultados, la moda está dada por el 50% de los encuestados que alcanzaron la primaria, mientras que el 39% tienen la secundaria y el 11% tienen un título técnico; teniendo en cuenta lo anterior el trabajo doméstico está ligado a personas que no cuentan con carreras profesionales o superiores.

### ¿Cuántos años lleva trabajando en el servicio doméstico?

**Tabla 16.**

*Tiempo laborado*

Opciones	fi	Porcentaje	xi	F	xi.fi
Menos de 1 año	4	9%	1	4	4
1-5 años	15	34%	3	19	45
6-10 años	9	20%	8	28	72
11-20 años	7	16%	15,5	35	109
Más de 20 años	9	20%	20	44	180
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>			<b>410</b>
				$\bar{x}$	9

El promedio laborado por los empleados es de 9 años y su moda la representa el 34% de los encuestados que respondieron que han laborado en el sector doméstico entre 1-5 años, el 21% de 6-10 años, el 20% más de 20 años, el 16% entre 11-20 años y finalmente el 9% menos de 1 año, a partir de lo anterior los empleados que han laborado en el sector tienen una estabilidad laboral razonable; sin embargo, duran la mayor parte de su vida desempeñando estos cargos con poca posibilidad de cambio y pese al tiempo que laboran algunas lo hacen de manera informal y no han recibido capacitaciones, charlas o cualquier otro tipo de información sobre la gestión de riesgos.

**¿Cree que su experiencia laboral le ha ayudado a identificar mejor los riesgos en su trabajo?**

**Tabla 17.**

*Experiencia laboral vs. riesgos laborales*

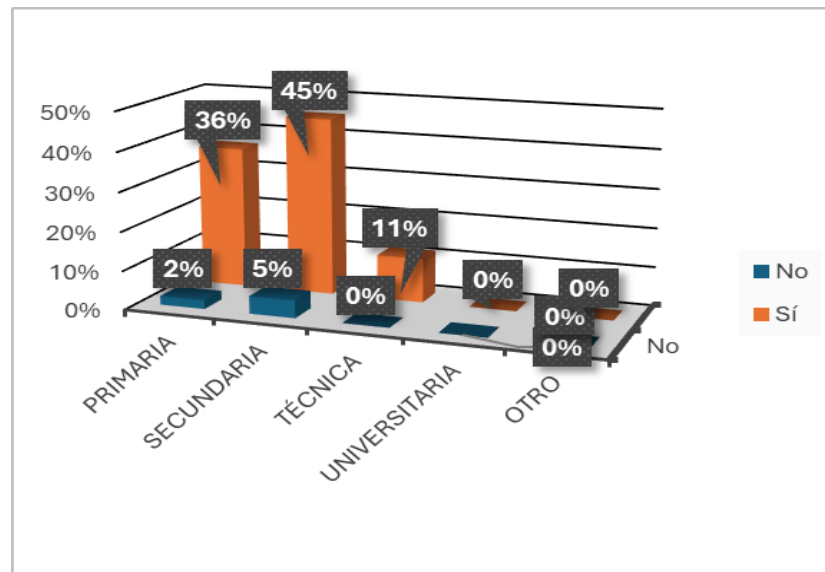
Opciones	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Sí	41	93%
No	3	7%
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Teniendo en cuenta las respuestas de los encuestados el 93% que representa la moda opinan que la experiencia laboral les ha permitido identificar mejor los riesgos en el trabajo y el 7% restante no la consideran relevante, por lo cual se puede concluir que la existe una correlación positiva fuerte entre estas dos variables, además, se percibe que la identificación de los riesgos lo han hecho de manera intuitiva y por sentido común.

**Cruce de variables: Relación entre el nivel educativo y la percepción de la experiencia sobre la identificación de riesgos laborales por experiencia**

**Figura 2.**

*Distribución de la percepción sobre la identificación de riesgos según el nivel educativo*



El cruce de variables entre el nivel educativo y la pregunta “¿Cree que su experiencia laboral le ha ayudado a identificar mejor los riesgos en su trabajo?” nos permite identificar que el conocimiento sobre prevención de riesgos no depende solamente del nivel educativo, sino que la experiencia laboral también cumple un papel fundamental en la conciencia y reconocimiento de los peligros.

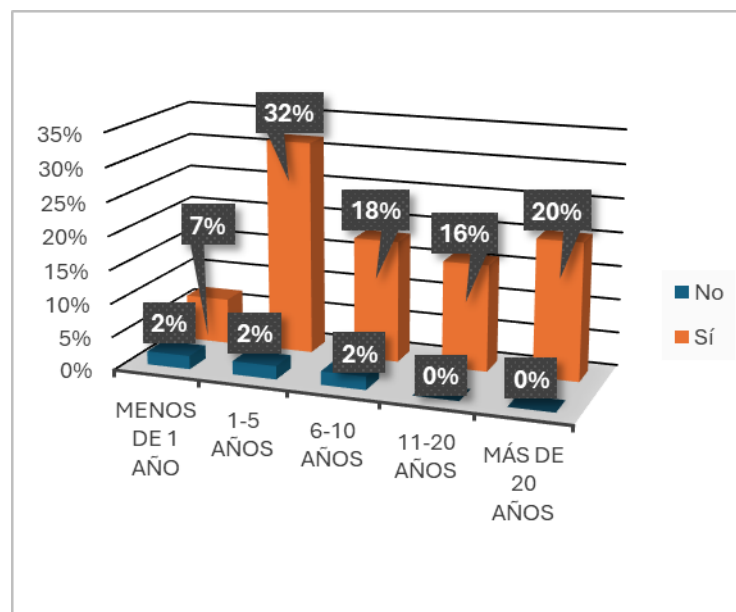
El 93% de los encuestados respondió que sí cree que su experiencia les ha ayudado a identificar mejor los riesgos, frente a un 7% que respondió que no. Esta percepción es especialmente marcada en personas con educación primaria (36%) y secundaria (45%), lo que demuestra que la práctica diaria tiene un valor significativo en el desarrollo de habilidades relacionadas con la prevención, incluso cuando no se cuenta con estudios técnicos o profesionales.

Llama la atención que los niveles educativos técnico y universitario tuvieron muy poca o ninguna representación en la muestra. Lo cual puede estar relacionado con el hecho de que muchas personas que trabajan en el servicio doméstico no han tenido acceso a niveles educativos superiores. Tampoco se registraron respuestas en las categorías “otro” ni “universitaria”, lo que limita el análisis para estos grupos.

### **Cruce de variables: Relación entre los años de experiencia en el servicio doméstico y la percepción sobre la identificación de riesgos**

**Figura 3.**

*Percepción sobre la identificación de peligros y su relación entre los años de experiencia*



El cruce de variables entre las preguntas “¿Cree que su experiencia laboral le ha ayudado a identificar mejor los riesgos en su trabajo?” y “¿Cuántos años lleva trabajando en el servicio doméstico?” muestra una tendencia significativa: a medida que aumenta el tiempo trabajado, también lo hace la percepción positiva frente al reconocimiento de los peligros.

El 93% de las personas encuestadas considera que su experiencia les ha permitido identificar riesgos con mayor facilidad. Esto se ve reflejado especialmente en quienes llevan más de 5 años en el oficio, pero también sorprende que incluso quienes tienen menos de un año ya perciben que han aprendido a cuidarse más.

Estos resultados nos confirman que la experiencia diaria enseña mucho y tiene un papel clave en la prevención. Sin embargo, también es importante pensar en cómo acompañar ese aprendizaje con formación, sobre todo para quienes apenas están comenzando.

### **Análisis e interpretación de los resultados del objetivo 3**

Los resultados evidencian que la mayoría de las personas encuestadas cuentan con un nivel educativo básico, siendo la primaria y secundaria los más comunes (89%), y solo un pequeño grupo (11%) ha accedido a formación técnica. No se reportaron casos con estudios universitarios. A pesar de ello, un amplio 93% manifestó que su experiencia laboral les ha permitido identificar mejor los riesgos asociados a su trabajo, lo que sugiere que el aprendizaje cotidiano desempeña un papel fundamental en la identificación de peligros, especialmente en un entorno doméstico donde muchas situaciones de riesgo pueden pasar desapercibidas.

Al analizar la relación entre los años de experiencia y la percepción del riesgo, se observa una tendencia clara: a mayor antigüedad en el oficio, mayor capacidad para reconocer los peligros. Incluso quienes tienen menos de un año en el servicio doméstico ya reportan haber desarrollado cierta conciencia preventiva, lo que indica que el contacto directo con las labores del hogar genera un aprendizaje rápido y valioso en términos de seguridad.

Estos hallazgos permiten concluir que, aunque la formación académica puede aportar valor, no ha sido determinante en el desarrollo de competencias preventivas dentro de este sector. La experiencia práctica, acumulada a lo largo del tiempo, se posiciona como el principal recurso

para la identificación de riesgos. Esto abre la posibilidad de fortalecer dicho aprendizaje empírico mediante estrategias educativas accesibles, dirigidas especialmente a quienes se están iniciando en esta labor.

Para finalizar se destaca que se cumple el objetivo específico 3 al demostrar una relación positiva entre la experiencia laboral y la percepción del riesgo, mientras que el nivel educativo no incide de manera significativa. Por tanto, es clave promover una cultura de prevención que valore la experiencia adquirida y, al mismo tiempo, la complemente con herramientas formativas que faciliten el autocuidado y la seguridad en el trabajo doméstico.

#### **6.4 Objetivo específico 4. Medidas preventivas para las labores domésticas**

Con el fin de formular medidas preventivas alineadas con los riesgos identificados y en coherencia con los principios de la seguridad y salud en el trabajo, se aplicaron preguntas orientadas a conocer directamente la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los apoyos que consideran necesarios para mejorar su seguridad, así como sus recomendaciones frente a las condiciones actuales. Esta información resulta clave para diseñar estrategias de intervención pertinentes y adaptadas a su entorno laboral.

A continuación, se presentan los resultados obtenidos:

#### **¿Qué apoyo considera necesario para mejorar su seguridad en el trabajo?**

**Tabla 18.**

*Acciones de mejora*

<b>Opciones</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>
Capacitaciones sobre SST	26	32%
Suministro de EPP	20	24%
Acceso a la información	26	31%
Mayor reconocimiento	11	13%
Otro		0%

<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>
--------------	-----------	-------------

Del total de los encuestados el 32% que corresponde a la moda consideran que se requiere mayor apoyo a las capacitaciones sobre seguridad y salud en el trabajo, el 31% al acceso de la información, el 24% al suministro de los EPP y el 13% restante mayor reconocimiento de los derechos laborales; más del 50% coinciden que las capacitaciones y el uso y entrega de los EPP son dos actividades fundamentales para asegurar la seguridad de sus actividades denotando que existe una importante participación o interés hacia el tema.

### ¿Qué recomendaciones daría para mejorar la seguridad en el trabajo doméstico?

**Tabla 19.**

*Recomendaciones al SST*

<b>Opciones</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>
Mayor capacitaciones	17	35%
Consecuencias de accidentes	2	4%
Propagación de información	7	15%
Acompañamiento ARL	5	11%
EPP	5	10%
Precaución	6	13%
Señalización	2	4%
Está bien	4	8%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

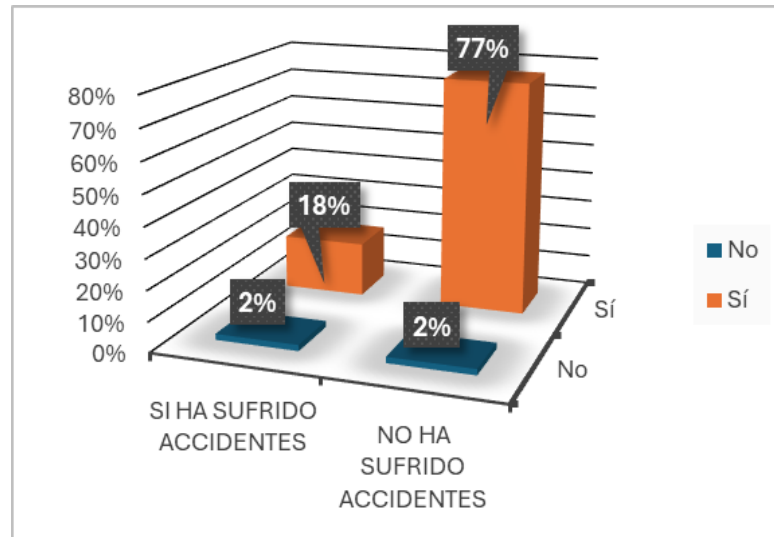
Del total de las recomendaciones que hicieron los encuestados el 35% que representa la moda consideran que mayores capacitaciones son necesarias, el 15% propagar información en todos los niveles, el 13% tener precaución en las actividades cotidianas, el 21% piensan que mayor acompañamiento de la ARL y el suministro y cambio de EPP podrían mejorar la seguridad en el trabajo doméstico, el 8% consideran que cuentan con un sistema de gestión adecuado finalmente el 8% coinciden que la señalización y sensibilización de a través de las

consecuencias de los accidentes son aspectos relevantes para mejorar la seguridad. Los empleados se encontraron receptivos a mejorar y ser parte activa en la seguridad personal y la de sus compañeros.

**Cruce de variables: Relación entre haber sufrido accidentes laborales y percepción sobre el acceso a información en seguridad laboral**

**Figura 4.**

*Percepción sobre la utilidad de la información en prevención según experiencia con accidentes*



El cruce de variables entre las preguntas “¿Ha sufrido algún accidente o problema de salud debido a su trabajo?” y “¿Ha sufrido algún accidente o problema de salud debido a su trabajo?” nos permite observar que el 95% de las personas encuestadas considera que tener acceso a información sobre seguridad podría prevenir accidentes, y esto incluye tanto a quienes han tenido experiencias negativas como a quienes no. Específicamente, el 77% de quienes no han sufrido accidentes cree que la información es clave, y entre quienes sí han tenido accidentes, el 18% también lo afirma. Solo un 4% del total no considera útil el acceso a información.

Este resultado respalda la importancia de fortalecer los procesos de comunicación y capacitación en temas de seguridad, ya que hay una alta conciencia colectiva sobre su valor preventivo, incluso entre quienes ya han vivido situaciones de riesgo.

#### **Análisis e interpretación de resultados Objetivo 4**

Los resultados obtenidos a partir de las encuestas reflejan una clara disposición de los trabajadores del servicio doméstico hacia el mejoramiento de las condiciones de seguridad en su entorno laboral. Cuando se les preguntó qué tipo de apoyo consideran necesario para mejorar su seguridad, la mayoría priorizó las capacitaciones en SST (32%) y el acceso a información clara (31%), seguidos por el suministro de elementos de protección personal (24%). Estas tres acciones reúnen más del 85% de las respuestas, lo que pone de manifiesto el interés real por fortalecer el conocimiento y los recursos que promuevan una labor más segura.

Asimismo, al indagar por recomendaciones puntuales, se destaca que el 35% sugiere aumentar las capacitaciones, mientras que otros aspectos relevantes fueron la difusión de información (15%), el acompañamiento de la ARL (11%), y el acceso a EPP (10%). Estas propuestas evidencian que existe una conciencia preventiva creciente y que los trabajadores no solo identifican los riesgos, sino que también proponen soluciones prácticas y coherentes con su realidad.

Un cruce de variables entre la experiencia con accidentes laborales y la percepción sobre la utilidad de la información en seguridad laboral revela que el 95% de los encuestados considera que el acceso a información puede prevenir accidentes. Tanto quienes han sufrido incidentes como quienes no, valoran la formación como una herramienta esencial para anticiparse a los riesgos. Esto refuerza la necesidad de implementar estrategias comunicativas efectivas, que conecten con la experiencia diaria de los trabajadores.

Con base en estos hallazgos, se diseñaron propuestas de mejora centradas en medidas preventivas aplicables en el hogar, que sean de bajo costo, fácil comprensión y viables de implementar sin necesidad de acompañamiento técnico permanente. Estas recomendaciones se compilaron en un folleto informativo, utilizando un lenguaje accesible y ejemplos cotidianos que facilitan la apropiación del contenido, tanto por personas con formación previa como por aquellas sin experiencia en temas de SST.

Este folleto no solo cumple con el objetivo de brindar herramientas prácticas para prevenir accidentes, sino que también fortalece la cultura de autocuidado en un entorno donde tradicionalmente no se han visibilizado los riesgos laborales.

Figura 5.

*Folleto prevención seguridad y salud en el trabajo para el sector domestico*

### ♥ 5. Cuida tu salud mental y emocional

- Habla si te sientes incómoda o maltratada.
- Pon límites claros y con respeto.
- Tu trabajo es valioso, tu bienestar también.

### 🧠 ¿SABÍAS QUE...?

- La mayoría de los accidentes en el hogar ocurren por distracción o cansancio.
- La exposición constante a químicos sin protección puede afectar tu piel, pulmones y ojos.
- El dolor de espalda no es normal: es señal de que algo debe mejorar.
- Las pausas activas ayudan a prevenir lesiones y mejorar tu energía.



## ¡TU SALUD Y BIENESTAR VALEN TANTO COMO EL TRABAJO QUE HACES!



### 📞 ¿QUÉ HACER EN CASO DE ACCIDENTE?

1. Mantén la calma.
2. Informa a la persona empleadora.
3. Acude al centro médico si es necesario.
4. Reporta el accidente ante la ARL si estás afiliada.

**CUIDARTE NO ES UN LUJO, ES TU DERECHO. QUE CADA DÍA DE TRABAJO TAMBIÉN SEA UN DÍA DE BIENESTAR PARA TI.**

**UNIMINUTO**  
Corporación Universitaria Minuto de Dios  
Educación de calidad al alcance de todos



## ¡CUIDA TU SALUD Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO DOMÉSTICO

El trabajo que realizas es valioso y esencial, ¡mereces hacerlo con tranquilidad y protección! En este espacio encontrarás recomendaciones clave para prevenir accidentes, cuidar tu cuerpo y sentirte segura en tu día a día laboral.

**RECUERDA: LA PREVENCIÓN EMPIEZA CONTIGO.**

### 🔍 IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EN EL TRABAJO DOMÉSTICO

**¿Qué es un riesgo laboral?**

Es cualquier situación, objeto o acción que puede causar daño a tu salud o bienestar mientras trabajas.



**Riesgos más frecuentes en el trabajo doméstico:**

- **Caídas:** al subir o bajar escaleras, limpiar ventanas, pisos mojados.
- **Cortes:** al usar cuchillos, vidrios rotos, objetos punzantes.
- **Quemaduras:** por contacto con estufas, hornos, agua caliente o planchas.
- **Lesiones musculares:** por levantar cargas pesadas, malas posturas, movimientos repetitivos.
- **Inhalación de productos tóxicos:** como detergentes, cloro o desinfectantes.
- **Accidentes eléctricos:** al manipular electrodomésticos sin desconectarlos.

**Consejo:** Observa tu entorno antes de empezar tu jornada. Si algo te parece riesgoso, ¡busca una forma más segura de hacerlo o pide orientación!

### ✔ MEDIDAS DE PREVENCIÓN BÁSICAS

**1. Usa siempre elementos de protección personal (EPP)**

- **Guantes** para lavar, limpiar baños o manipular químicos.
- **Tapabocas** al usar productos con olores fuertes o polvos.
- **Delantal** o ropa de trabajo exclusiva para evitar el contacto con químicos.
- **Zapatos cerrados** y antideslizantes para evitar caídas.




**2. Manipula productos de limpieza con cuidado**

- Lee las etiquetas antes de usar.
- Nunca mezcles productos, puede ser peligroso.
- Guárdalos fuera del alcance de niños y lejos de alimentos.
- Ventila los espacios al usarlos, no te encierres.



**¡TU BIENESTAR TAMBIÉN ES PRIORIDAD!**

### 🔧 3. Cuida tu cuerpo en cada tarea

- Evita posturas forzadas y movimientos repetitivos.
- No cargues objetos pesados sola, pide ayuda.
- Haz pausas activas cada 2 horas: estira brazos, espalda y piernas.
- Alterna tareas para evitar el agotamiento físico.

Postura correcta



Postura incorrecta



### ⚡ 4. Atención con riesgos eléctricos y mecánicos

- No manipules aparatos eléctricos mojados.
- Desconecta planchas, licuadoras, aspiradoras cuando termines.
- Revisa cables y enchufes en mal estado.




## 7. Conclusiones

El análisis de la percepción de los trabajadores del servicio doméstico permitió identificar un conocimiento parcial frente a los riesgos laborales presentes en las actividades cotidianas, aunque muchas reconocen los peligros a los que están expuestos, se evidencian debilidades en la adopción de medidas preventivas y en el acceso a formación en seguridad laboral, lo que puede estar relacionado con la informalidad del sector y la falta de acompañamiento institucional.

Se refleja que esta labor está realizada por mujeres, lo que refleja una tendencia de género que influye en las condiciones de trabajo como la valoración social de esta ocupación. Asimismo, se identificaron a los adultos jóvenes y los adultos mayores, implicando diferentes niveles de vulnerabilidad frente a los riesgos físicos y ergonómicos del trabajo doméstico.

La poca presencia de seguridad y la limitada aplicación de normativas en el entorno donde se realiza el servicio hace evidente la necesidad de implementar estrategias para la mejora de condiciones laborales, fomentar la prevención y fortalecer la protección social de este grupo poblacional desprotegido.

Se evidenció que, aunque una parte de los encuestados cuenta con varios años de experiencia en el sector, algunos desempeñan sus funciones de manera informal, esto implica que se limitan en derechos laborales, en la posibilidad de recibir información en la prevención de los riesgos a los que se enfrentan, aumentando la exposición a condiciones inseguras en el entorno de trabajo

Se identificó las actividades más frecuentes que realizan los trabajadores del servicio doméstico están relacionadas con la limpieza general, cocina, actividades que implican el uso de sustancias químicas, utensilios corto punzantes, superficies húmedas y herramientas básicas, esto elementos hacen aumentar los riesgos de accidentes sino se cuenta con la adecuada capacitación o medidas de prevención. Con la falta de información que tienen los encuestados, manifiestan una percepción básica de los riesgos a los que están expuestos, siendo estos como las caídas y golpes, exposición a los químicos y el sobre esfuerzo físico. Esto implica que tienen una experiencia constante en las labores que les han permitido reconocer los peligros más comunes, aunque persiste una brecha a la implementación de medidas preventivas efectivas.

La experiencia que tienen en el ámbito laboral ayudan a la identificación de riesgos, pues la mayoría de los encuestados considera que esto les ha permitido reconocer los peligros presentes en sus labores, la relación de experiencia y percepción del riesgo evidencia un proceso de aprendizaje empírico, en el cual el trabajador obtiene conciencia y formación de forma intuitiva, incluso sin apoyo institucional.

Los encuestados reconocen la importancia de la prevención de los riesgos laborales, en donde la responsabilidad es de ellos, aunque el uso de medidas de seguridad varía, se encuentran actitudes proactivas en el autocuidado. Sin embargo, estas acciones dependen del criterio individual del trabajador, que, de una política o acompañamiento de alguna institución, evidenciando carencias en acompañamientos y formación para los empleados.

Los trabajadores reconocen que el acceso a información sobre seguridad laboral es primordial, ya que es clave para la reducción de accidentes, lo que evidencia una alta disposición por parte de los trabajadores del servicio doméstico para aprender y aplicar buenas prácticas en pro del bienestar, estas actitudes de aprendizaje son valiosas para fortalecer programas de formación y comunicación efectiva sobre riesgos laborales. Las principales necesidades percibidas por los trabajadores son las faltas de capacidades y el adecuado suministro de los elementos de protección personal (EPP), reflejando una conciencia clara para la mejora de la seguridad en los entornos laborales, así como el recibir apoyo estructurado en la prevención de riesgos por parte de sus empleadores y entidades como la ARL.

## **8. Recomendaciones**

Fortalecimiento en los procesos de capacitación y sensibilización en temas de prevención de riesgos laborales, enfocados en los peligros más frecuentes como son las caídas, exposiciones a productos químicos y sobreesfuerzos físicos, siendo estas capacitaciones adaptadas a condiciones particulares del trabajo doméstico y ejecutadas en un lenguaje claro, preciso, accesible y práctico.

Estrategias de acompañamientos por entidades o instituciones, ya sean la ARL, que permitan un mayor acceso a recursos como elementos de protección personal, asesorías personalizadas y seguimientos preventivos.

Desarrollar campañas educativas que se incluyan a empleadores como a trabajadores, promoviendo una cultura de autocuidado y corresponsabilidad en la gestión del riesgo laboral en espacios domésticos.

Incluir variables como el acceso a tecnologías de información, salud mental, carga laboral, estas dimensiones mejorarían y pueden ofrecer una visión más integral de los riesgos laborales en este sector.

### Referencias

- Alban, G. P. G., Arguello, A. E. V., & Molina, N. E. C. (2020). *Metodologías de investigación educativa* (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación- acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173.,
- Álvarez, J (2016) *Teoría para la prevención y análisis de accidentes basada en trayectorias dinámicas*.  
<https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/7232/Teor%C3%ADa%20para%20la%20prevenci%C3%B3n%20y%20an%C3%A1lisis%20de%20accident.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Andara, B. (2018). Responsabilidad del patrono infractor: teorías sobre seguridad y salud. *Revista Universidad Externado de Colombia*, 127-148.
- Basile, G (2019). *Epidemiología del trabajo doméstico, el proceso de vivir, trabajar, enfermar y morir de las trabajadoras del hogar en República Dominicana*. <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/fescaribe/18639-20220421.pdf>
- Bernave, A (2018). *Responsabilidad del patrono infractor: teorías sobre seguridad y salud en el trabajo en Venezuela*.  
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/39029/Trabajo%20de%20Grado.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Cabrera Flórez, J. J., Zurbarán Barrios, P. M., & Castaño Gómez, P. A. (2021). *Empleados del Servicio Doméstico y su Percepción sobre Riesgos Laborales en Barranquilla, Cartagena y Medellín*.
- Cáceres Manrique, F., Parra Prada, L., & Pico Espinosa, O. (2018). Calidad de vida relacionada con la salud en población general de Bucaramanga, Colombia. *Revista Salud Pública*, 152.

Castillo, S. P., & Bravo, G. P. (2019). Comportamiento de la enfermedad laboral en Colombia 2015-2017. *Revista Fasecolda*, (175), 48-55.

Cervantes, M. Á. (2019). *De la teoría del riesgo creado a la teoría del riesgo regulado en materia de hidrocarburos*. Boletín mexicano de derecho comparado.

Chiner, E. (2011) *Investigación descriptiva mediante encuestas*.

<https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/19380/34/Tema%208-Encuestas.pdf>

Convenio C189. (2011). *Convenio sobre las trabajadoras y los trabajadores domésticos*, (núm. 189). (s. f.).

[https://normlex.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100\\_IL O\\_CODE:C189](https://normlex.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_IL O_CODE:C189)

Correa, M.V (2021) *Los riesgos psicosociales en el trabajo doméstico y de ciudadanos en Madrid*, Recuperado en enero del 2021

[file:///C:/Users/tonyo/Downloads/carmensalcedo,+13.+Correa+Carrasco%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/tonyo/Downloads/carmensalcedo,+13.+Correa+Carrasco%20(1).pdf)

Corte Constitucional. (1998). *Sentencia C-372/98. Jornada laboral en cargos de dirección, de confianza y de manejo*. Obtenido de

<https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/1998/c-372-98.htm>

Corte Constitucional. (2013). *Sentencia T-627/13. Acción de tutela para reconocimiento de pensión de invalidez- Procedencia excepcional por afectación al mínimo vital y vida digna de sujetos de especial protección. Las personas cuya pérdida de capacidad laboral corresponda a una enfermedad crónica, degenerativa o congénita, tienen derecho a que se les contabilicen los aportes efectuados luego de la fecha de estructuración de la invalidez. Reiteración de la Jurisprudencia*. Obtenido de

<https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2013/T-627->

13.htm#:~:text=Las%20personas%20cuya%20p%C3%A9rdida%20de,de%20estructuraci%C3%B3n%20de%20la%20invalidez.

Cuenca Agudelo, C., & Montaña Bata, L. T. (2021). *Técnicas de ludopreención en la gestión de riesgos laborales en el sector construcción.*

de la Cuesta-Benjumea, C. (2008). ¿ Por dónde empezar?: la pregunta en investigación cualitativa. *Enfermería clínica*, 18(4), 205-210.

El Comercio. (11 de 07 de 2016). *El 77,5% de trabajadoras domésticas de América Latina son informales, según la OIT.* Obtenido de [https://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/informe-trabajadorasdomesticas-americalatina-informalidad.html?utm\\_source=chatgpt.co](https://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/informe-trabajadorasdomesticas-americalatina-informalidad.html?utm_source=chatgpt.co)

Espitia, H.Y.J (2021) *Análisis de las condiciones laborales contractuales del personal que presta servicios domésticos en la ciudad de montería*, Recuperado 29 de abril del 2021.

Fernández, P.A (2021) *Prevención de riesgos en el trabajo doméstico y decuidados en España.* Recuperado 1 de julio,

Fierro, A., Espinosa, J., & Abad Arévalo, C. (2019). *Percepción del riesgo entrabajos en alturas en empresas de Telecomunicaciones de Ecuador y Colombia.* MLSPsychology Research, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.33000/mlspr.v2i2.289>.

file:///C:/Users/tonyo/Downloads/carmensalcedo,+7.+Testal+y+Fernandez2.pdf

González, C.C(2019). *Condiciones de trabajo, vida y salud de las trabajadoras del hogar en la ciudad de México*, Recuperado en marzo del 2019 <https://www.repositorioinstitucionaluacm.mx/jspui/bitstream/123456789/122/3/Cecilia%20Gonz%C3%A1lez%20Cosme.pdf>

Guevara, D (2017) *Teoría de la causalidad*

[https://www.academia.edu/39004593/Teor%C3%ADa\\_de\\_la\\_causalidad\\_de\\_Frank\\_Bird\\_Teor%C3%ADa\\_de\\_la\\_causalidad](https://www.academia.edu/39004593/Teor%C3%ADa_de_la_causalidad_de_Frank_Bird_Teor%C3%ADa_de_la_causalidad)

Hormiga Sánchez, C., Álzate Posada, M., Borrell, C., & Palencia, L. (2016). Actividad física ocupacional, de transporte y de tiempo libre: Desigualdades según género en Santander, Colombia. *Revista Salud Pública* 18 (2): 201-213, 2016, 210.

<https://repositorio.umecit.edu.pa/server/api/core/bitstreams/737a085d-5179-4b96-9988-1a89a35adad2/content>

ICONTEC Internacional. (2012) p.m. *Guía técnica colombiana GTC 45*. Bogotá:ICONTEC Internacional.

International Labour Organization. (05 de 09 de 2013). C189 - *Convenio sobre las trabajadoras y los trabajadores domésticos, 2011 (núm. 189)*. Todo Miembro deberá adoptar medidas para asegurar que el trabajo efectuado por los trabajadores domésticos menores de 18 años pero mayores de la edad mínima para el empleo no los prive de la escolaridad obligatoria, ni comprometa sus oportunidades para acceder a la enseñanza superior o a una formación profesional. Obtenido de

[https://normlex.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100\\_INSTRUMENT\\_ID:2551460#:~:text=Todo%20Miembro%20deber%C3%A1%20adoptar%20medidas%20para%20asegurar%20que%20el%20trabajo,superior%20o%20a%20una%20formaci%C3%B3n%20profesional.](https://normlex.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_INSTRUMENT_ID:2551460#:~:text=Todo%20Miembro%20deber%C3%A1%20adoptar%20medidas%20para%20asegurar%20que%20el%20trabajo,superior%20o%20a%20una%20formaci%C3%B3n%20profesional.)

Lóyzaga de la Cueva, O., & Curiel, V. (2019). *El trabajo doméstico*. Análisis crítico. Alegatos (87), 351-382.

Ministerio de Salud y Protección Social. (1950). *Decreto 2663 de 1950*. *chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/List*

*s/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/IGUB/Decreto-2663-de-1950.pdf*

Ministerio de Salud. (05 de 09 de 1950). *Decreto 2663 de 1950*. Bogotá. Obtenido de

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/IGUB/Decreto-2663-de-1950.pdf>

Ministerio de Trabajo (2019, 27 julio). *MinTrabajo realizó foro en Bucaramanga sobre condiciones de empleo y riesgos laborales del servicio doméstico*. Ministerio de Trabajo.

Recuperado 22 de noviembre de 2024, de

<https://www.mintrabajo.gov.co/prensa/comunicados/2019/julio/mintrabajo-realizo-foro-en-bucaramanga-sobre-condiciones-de-empleo-y-riesgos-laborales-del-servicio-domestico>

Ministerio de Trabajo. (15 de 04 de 2013). *Norma 52630*. Obtenido de

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=52630>

Ministerio de Trabajo. (20 de 11 de 2013). *Norma 65326*. Obtenido de

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=65326>

Ministerio de Trabajo. (2022). *Quemaduras y desórdenes musculares mayores riesgos a los que están expuestos los trabajadores del servicio doméstico en Colombia*. Recuperado 28 de junio de 2022, de

[https://www.mintrabajo.gov.co/prensa/comunicados/2022/junio/quemaduras-y-desordenes-musculares-mayores-riesgos-a-los-que-estan-expuestos-los-trabajadores-del-servicio-domestico-en-colombia#:~:text=Dos%20de%20cada%2010%20trabajadores,la%20muerte%20de%20un%](https://www.mintrabajo.gov.co/prensa/comunicados/2022/junio/quemaduras-y-desordenes-musculares-mayores-riesgos-a-los-que-estan-expuestos-los-trabajadores-del-servicio-domestico-en-colombia#:~:text=Dos%20de%20cada%2010%20trabajadores,la%20muerte%20de%20un%20)

Ministerio de trabajo. (2022, junio). *Quemaduras y desórdenes musculares, mayores riesgos a*

*los que están expuestos los trabajadores del servicio doméstico en Colombia.*

Ministerio de Trabajo. (2023). *Cerca de 600 mil trabajadoras y trabajadores del servicio doméstico se beneficiarán con reforma laboral.* Recuperado 27 de septiembre de 2024, de <https://www.mintrabajo.gov.co/comunicados/2023/marzo/cerca-de-600-mil-trabajadoras-y-trabajadores-del-servicio-domestico-se-beneficiaran-con-reforma-laboral#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Gran%20Encuesta%20Integrada,mil%20personas%20frente%20a%202021.>

Ministerio de trabajo. (2023, marzo). *Cerca de 600 mil trabajadoras y trabajadores del servicio doméstico se beneficiarán con reforma laboral.*

Ministerio de Trabajo. (21 de 12 de 2012). *Norma 51009.* Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=51009>

Ministerio de Trabajo. (7 de 07 de 2016). *Ley 1788 de 2016. Por medio de la cual se garantiza el acceso en condiciones de universalidad al derecho prestacional de pago de prima de servicios para los trabajadores y trabajadoras domésticos.* Obtenido de [https://sidn.ramajudicial.gov.co/SIDN/NORMATIVA/TEXTOS\\_COMPLETOS/7\\_LEYES/LEYES%202016%20\(1772%20...\)/Ley%201788%20de%202016%20\(Reconoce%20el%20pago%20de%20la%20prima%20de%20servicios%20para%20los%20trabajadores%20dom%C3%A9sticos\).pdf](https://sidn.ramajudicial.gov.co/SIDN/NORMATIVA/TEXTOS_COMPLETOS/7_LEYES/LEYES%202016%20(1772%20...)/Ley%201788%20de%202016%20(Reconoce%20el%20pago%20de%20la%20prima%20de%20servicios%20para%20los%20trabajadores%20dom%C3%A9sticos).pdf)

OEA. (2022). *Trabajo doméstico.* Obtenido de <https://www.oas.org/es/cim/TrabajoDomestico.asp>

Ortega, C. (2023). *Investigación mixta. Qué es y tipos que existen.* QuestionPro.

<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-mixta/>

Osorio, P.V. y Jiménez, T. C (2019) *El trabajo doméstico en Medellín -Colombia,* Recuperado 2019. [https://www.ens.org.co/wpcontent/uploads/2019/03/TRA\\_DOM\\_2019.pdf](https://www.ens.org.co/wpcontent/uploads/2019/03/TRA_DOM_2019.pdf)

- Rodríguez, M. R. (2018). *Percepción de los peligros y nivel de riesgo presentes en el lugar de trabajo de trabajadores del servicio doméstico en la ciudad de Bogotá*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Rodríguez, M.J.D, Jiménez, J.L.M, Murcia, B.A, Burbano, M.S.A (2018) *Análisis del sistema de seguridad domestico para un conjunto residencial ubicado en la localidad de Usaquén*.  
<https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/0b68dde9-f327-4c36-bb10-ddaa44b9e7ff/content>
- Romero, T.A.P, Quintero, R.C.E, Santana, L.M.C. (2019) *Factores sociodemográficos y riesgos laborales asociados con accidentes de trabajo en un grupo de empleados domésticos de la ciudad de Bogotá*.  
<https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/2e37e28c-bf38-4763-b2c0-f5890d4643d0/content>
- Saari, J (2019) *Prevención de accidentes*.  
<https://www.uv.es/~meliajl/MASTERComp11/56OITPrAcc.pdf>
- Sánchez Molina, A. A., & Murillo Garza, A. (2021). *Enfoques metodológicos en la investigación histórica: cuantitativa, cualitativa y comparativa*. Debates por laHistoria, 9(2), 147-181.,
- Stankova, T. (2021). *Representaciones sociales y derechos laborales en el servicio doméstico: Una mirada desde las experiencias de trabajadoras y empleadoras en Bogotá y algunas notas periodísticas*.
- Trabajo, O. I. (16 de 06 de 2022). *El sesis por ciento de los trabajadores domésticos tiene una proteccion..* Obtenido de [https://www.ilo.org/es/resource/news/s%C3%B3lo-el-seis-por-ciento-de-los-trabajadores-dom%C3%A9sticos-tiene-una-protecci%C3%B3n-0?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.ilo.org/es/resource/news/s%C3%B3lo-el-seis-por-ciento-de-los-trabajadores-dom%C3%A9sticos-tiene-una-protecci%C3%B3n-0?utm_source=chatgpt.com)

Valenzuela, M.E. (2019). *El trabajo doméstico remunerado en américa latina: avances y retos para la protección de una ocupación eminentemente femenina*. Recuperado 13 de diciembre del 2019. <https://www.ilo.org/es/resource/article/el-trabajo-domestico-remunerado-en-america-latina-avances-y-retos-para-la>

## Apéndice

### Apéndice A. Encuesta

#### ENCUESTA SOBRE PERCEPCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN EL SERVICIO DOMÉSTICO

Esta encuesta tiene como objetivo analizar la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales a los que están expuestos en su trabajo. Su participación es voluntaria y anónima, y los datos serán utilizados únicamente con fines académicos. Agradecemos su tiempo y respuestas sinceras, ya que contribuirán a un mejor entendimiento de las condiciones de seguridad en este sector.

#### Consentimiento informado

Estimado(a) participante:

Le invitamos a participar en esta encuesta, cuyo objetivo es analizar la percepción de los trabajadores del servicio doméstico sobre los peligros y riesgos laborales a los que están expuestos en su trabajo.

Su participación es completamente **voluntaria y anónima**. No se le solicitará información personal que permita identificarle. Los datos recopilados serán utilizados exclusivamente con fines académicos y de investigación, y los resultados serán presentados de manera agregada, garantizando la confidencialidad de sus respuestas.

Si decide participar, puede retirarse en cualquier momento sin necesidad de dar explicaciones.

Por favor, seleccione una opción para continuar:

- Acepto** participar en la encuesta de manera voluntaria.
- No acepto** participar en la encuesta.

*(Si selecciona "No acepto", la encuesta finalizará aquí).*

**Instrucciones:** Por favor responda las siguientes preguntas seleccionando la opción que mejor represente su experiencia.

### 1. Datos generales

1.1. ¿Cuál es su edad?

- Menos de 25 años
- 25 - 35 años
- 36 - 45 años
- 46 - 55 años
- Más de 55 años

1.2. Sexo:  Femenino  Masculino  Otro

1.3. Nivel educativo:

- Primaria
- Secundaria
- Técnica
- Universitaria
- Ninguna

1.4. ¿Cuántos años lleva trabajando en el servicio doméstico?

- Menos de 1 año
- 1 - 5 años
- 6 - 10 años

11 - 20 años

Más de 20 años

1.5. ¿Está afiliado(a) a la seguridad social (salud, pensión, riesgos laborales)?

Sí

No

## 2. Actividades laborales

2.1. ¿Cuáles de las siguientes actividades realiza en su trabajo? (Marque todas las que correspondan)

Limpieza general

Lavado y planchado de ropa

Cuidado de niños

Cuidado de adultos mayores

Cocina

Otras (especifique)

## 3. Percepción de peligros y riesgos

3.1. ¿Qué tipo de riesgos considera que enfrenta con mayor frecuencia en su trabajo? (Puede elegir hasta 3 opciones)

Caídas o golpes

Sobreesfuerzo físico (cargar objetos pesados, posturas incómodas)

Exposición a productos químicos (detergentes, desinfectantes, etc.)

Manipulación de equipos eléctricos (licuadoras, planchas, estufas)

Estrés o sobrecarga laboral

Quemaduras o cortes

Otro (especifique): \_\_\_\_\_

3.2. ¿Ha sufrido algún accidente o problema de salud debido a su trabajo?

Sí  No

Si respondió "Sí", describa brevemente: \_\_\_\_\_

3.3. ¿Con qué frecuencia ha sufrido accidentes?

Muy frecuentemente

Frecuentemente

A veces

Rara Vez

Nunca

3.4. ¿Ha recibido alguna capacitación en seguridad y salud en el trabajo?

Sí

No

3.5. ¿Qué tipo de capacitaciones ha recibido?

Charlas

Cursos virtuales

Formación en el trabajo

Infografías

Otros

3.6. ¿Cree que su experiencia laboral le ha ayudado a identificar mejor los riesgos en su trabajo?

- Sí
- No

#### 4. Acciones preventivas

4.1. ¿Qué tan importante cree que es la prevención de riesgos en su trabajo?

- Nada importante
- Poco importante
- Importante
- Muy importante

4.2. ¿Qué medidas de seguridad utiliza en su trabajo? (Puede elegir varias opciones)

- Uso guantes o mascarilla al manejar productos químicos
- Levanto objetos pesados con la postura correcta
- Evito el contacto con equipos eléctricos mojados
- Realizo pausas para evitar fatiga
- No utilizo ninguna medida

4.3. ¿Cree que el acceso a información sobre seguridad laboral podría ayudar a reducir los accidentes en su trabajo?

- Sí
- No

4.4. ¿Qué apoyo considera necesario para mejorar su seguridad en el trabajo?

- Capacitaciones sobre seguridad y salud laboral

- Suministro de elementos de protección
- Acceso a información sobre prevención de riesgos
- Mayor reconocimiento de derechos laborales
- Otros: \_\_\_\_\_

4.5. ¿Qué recomendaciones daría para mejorar la seguridad en el trabajo doméstico?

---

**¡Gracias por su participación!**