



Sin derechos para quienes cuidan no habrá un sistema de cuidados justo, sostenible y digno

Hoy **29 de octubre, Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo**, recordamos que los cuidados no son una responsabilidad individual ni exclusivamente familiar, sino una cuestión de justicia social, igualdad y derechos humanos.

Las organizaciones de mujeres migrantes, trabajadoras del hogar y los cuidados, entidades sociales y colectivos comprometidos con la defensa de los derechos humanos valoramos positivamente los avances que España viene realizando en la construcción de un nuevo modelo de cuidados centrado en las personas, la autonomía personal y el ámbito comunitario. Al mismo tiempo, somos conscientes de la existencia de una brecha clara entre la legislación y su aplicación efectiva, y queremos recordar que ninguna transformación del sistema de cuidados será plena si continúa ignorando la situación de quienes sostienen diariamente esos cuidados.

La realidad es clara: el sistema de cuidados en España se apoya de manera fundamental en el trabajo realizado por mujeres, especialmente mujeres migrantes, que desarrollan su actividad en condiciones marcadas por la precariedad laboral, la discriminación, la sobrecarga física y emocional y las dificultades de acceso efectivo a derechos laborales y sociales.

Un sistema de cuidados sostenido sobre desigualdades
Las investigaciones recientes[1] sobre empleo, migración y cuidados muestran que las mujeres migrantes encuentran enormes obstáculos para acceder a empleos dignos y estables. La situación administrativa irregular, la espera de años para acceder a un proceso de regularización por arraigo, los largos procesos de homologación de títulos, la discriminación racial, la segmentación ocupacional y la falta de conciliación actúan como barreras estructurales que limitan sus oportunidades y las empujan hacia sectores altamente precarizados.

Al mismo tiempo, numerosos testimonios evidencian que el trabajo de los cuidados tiene un impacto profundo sobre la salud física y mental de las trabajadoras: estrés crónico, ansiedad, agotamiento, aislamiento, insomnio, dolor físico y sobrecarga emocional forman parte de una realidad cotidiana que permanece invisibilizada para gran parte de la sociedad y que no es reconocida como enfermedad profesional.

La precariedad laboral y la vulnerabilidad no son problemas individuales, son elementos constitutivos de un modelo de organización social de los cuidados que se sostiene sobre las espaldas de las mujeres migrantes. A esta realidad se suma el miedo. Muchas trabajadoras, especialmente internas o en situación administrativa irregular, no denuncian abusos laborales, acoso o violencia por temor a perder el empleo, la vivienda o a sufrir consecuencias sobre su situación administrativa. Sin garantías para denunciar sin consecuencias negativas, los derechos reconocidos sobre el papel no pueden llegar a ejercerse.

[1] Factores de empleabilidad y de acceso al mercado laboral de las mujeres trabajadoras migrantes con trayectorias y experiencias de violencia y/o explotación (2026); El impacto psicosocial que experimentan las mujeres migrantes trabajadoras en el sector de los cuidados, Análisis de casos (2025); Diagnóstico y Recomendaciones: Intersección entre Explotación, Violencias y Discriminaciones de las mujeres migrantes en el empleo del hogar (2023)

El futuro de los cuidados

exige una reforma estructural

Compartimos la necesidad de ampliar y fortalecer el sistema público de cuidados para responder a los desafíos demográficos y sociales de los próximos años. Sin embargo, advertimos que la ampliación del sistema no puede realizarse a costa de reproducir las desigualdades que históricamente han caracterizado al empleo de hogar y cuidados.

El incremento previsto de la demanda de profesionales del cuidado debe ir acompañado de:

Derechos laborales plenos para todas las personas trabajadoras.

- Empleo formal y protegido.
- Salarios dignos.
- Reconocimiento profesional de los cuidados.
- Prevención de riesgos laborales.
- Protección frente a la violencia, la discriminación y el acoso.
- Acceso efectivo a la formación y acreditación de competencias.
- Garantías para la conciliación y el autocuidado de las trabajadoras.
- Reconocimiento de las enfermedades profesionales propias del trabajo de cuidados.

Resulta imprescindible transformar los marcos normativos que mantienen desigualdades y avanzar hacia la plena equiparación de derechos en el sector de los cuidados. Los cuidados no pueden seguir tratándose como un ámbito laboral de segunda categoría ni sostenerse sobre excepciones que limitan la protección de las trabajadoras.

Por ello, hacemos un llamamiento a las administraciones públicas, los agentes sociales, las entidades del sector y la sociedad en su conjunto para que esta jornada sirva no solo para reconocer el valor de los cuidados, sino también para impulsar compromisos concretos que garanticen empleo digno, protección social, igualdad de derechos y participación efectiva de quienes cuidan.

Con motivo del 29 de octubre, reiteramos que construir una verdadera sociedad del cuidado exige situar en el centro tanto a quienes reciben cuidados como a quienes los proporcionan. No habrá sistemas de cuidados justos ni sostenibles mientras persistan la invisibilidad, la precariedad y las desigualdades que afectan a las trabajadoras del hogar y los cuidados.

Nuestras demandas

Por todo ello, reclamamos a las administraciones públicas:

1. Participación efectiva

Garantizar la **participación directa de las trabajadoras del hogar y los cuidados**, especialmente de las mujeres migrantes, en el diseño, implementación y evaluación de las políticas públicas de cuidados.

2. Regularización y acceso a derechos

Impulsar **medidas que faciliten la regularización administrativa** y eliminen las barreras que condicionan el acceso al empleo formal y a la protección social.

3. Empleo digno

Vincular cualquier financiación pública relacionada con los cuidados al **cumplimiento de condiciones laborales dignas** y derechos laborales efectivos.

4. Reconocimiento profesional

Agilizar los procesos de homologación y acreditación de competencias, **reconocer la experiencia acumulada por las trabajadoras del sector** y garantizar que la formación y la cualificación nunca se conviertan en nuevas barreras de exclusión o precarización

5. Salud y bienestar de las cuidadoras

Incorporar **servicios permanentes de apoyo psicosocial**, prevención de riesgos laborales y acompañamiento emocional para quienes realizan tareas de cuidado.

6. Lucha contra la discriminación

Desarrollar **medidas eficaces contra el racismo**, la xenofobia, la discriminación de género y otras formas de discriminación que limitan el acceso al empleo y a los derechos.

7. Reforma integral del sistema de cuidados

Relacionar cualquier reforma del sistema de dependencia y cuidados con la mejora efectiva de las condiciones laborales y sociales de quienes cuidan.

8. Reforma del marco laboral del empleo de hogar y cuidados

Impulsar una reforma profunda del marco normativo que regula el trabajo de hogar y cuidados, avanzando hacia la plena equiparación de derechos con el resto de las personas trabajadoras y **superando aquellos regímenes especiales que mantienen situaciones de desigualdad**, precariedad y desprotección.

9. Aplicación efectiva de los Convenios 189 y 190 de la OIT

Garantizar el cumplimiento efectivo de los Convenios 189 sobre los Derechos laborales de las trabajadoras y trabajadores domésticos. y 190 sobre la Eliminación de la violencia y el acoso en el mundo del trabajo. de la Organización Internacional del Trabajo, **reforzando la protección frente a la violencia**, el acoso, la discriminación y las vulneraciones de derechos laborales que siguen afectando a las trabajadoras del hogar y los cuidados.

10. Inspección laboral y protección efectiva de derechos

Fortalecer los mecanismos de inspección laboral y supervisión de las condiciones de trabajo en el sector de los cuidados, garantizando el cumplimiento de la normativa laboral, la prevención de abusos y el acceso efectivo a la protección social.

11. Financiación pública suficiente de los cuidados

Garantizar una **financiación pública suficiente que permita a las familias acceder a cuidados** formales y de calidad sin trasladar los costes de la atención a las condiciones laborales y salariales de las trabajadoras.

12. Regularización como prioridad frente a la contratación en origen

Priorizar la regularización administrativa y el **reconocimiento de derechos de las personas migrantes** que ya sostienen el sistema de cuidados en España antes de promover nuevas fórmulas de contratación en origen, evitando la reproducción de dinámicas de precarización y desigualdad.

#CuidarEsTrabajar

#CuidarTienePrecio

#CuidadorasSostienenLaVida

PROMUEVEN ESTE COMUNICADO

Las entidades Servicio Doméstico Activo (SEDOAC), Asociación Por ti Mujer, y Fundación de Solidaridad Amaranta en el marco del proyecto Espacios para el Empoderamiento y la Acción (SEAI).

SE ADHIEREN LAS SIGUIENTES ENTIDADES



- ACCEM
- ACCOES- Asociación Casa de Colombia en España
- ActionAid España
- Afromurcia en Movimiento
- Asociación de Investigación y Especialización sobre Temas Iberoamericanos (AIETI)
- Asociación de Movilidad Humana
- Asociación de trabajadoras del hogar Castelló.
- Asociación Karibu
- Asociación Latinoamericana Huelva para todos y todas
- Asociación Mujeres Inmigrantes en Castellón-AMUINCA
- Colectiva 1600s
- Economistas sin Fronteras
- Federación de Mujeres Progresistas
- Federación SOS Racismo
- Feminist Alliance for Rights FAR
- GENERA Red de Mujeres Feministas
- Grupo de Trabajadoras de Hogar de SOS Racismo Gipuzkoa
- La Comala, SCM
- MALEN ETXEA, mujeres inmigrantes
- MOPE (Mujeres Organizadas Paraguayas en España)
- Movimiento de Mujeres Migrantes de Extremadura
- Movimiento Regularización Ya
- Mujeres Pa'lante
- Mujeres supervivientes
- NUEVA VIDA
- RED AMINVI - Red de Apoyo a la Mujer Inmigrante Víctima de Violencia de Género
- RED LATINAS - Red de Mujeres Latinoamericanas y del Caribe
- Sindicato de Manteros de Madrid
- Sindicato Mantero Barcelona
- Sindicato de Inquilinas e inquilinos de Madrid
- Territorio Doméstico
- Unidad Móvil de atención a las personas migrantes - Valencia