

**CUIDAR EN CASA CON SEGURIDAD:
EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL EMPLEO EN EL HOGAR.
LO ESENCIAL DE LA NUEVA NORMATIVA**

A partir del **14 de noviembre de 2025**, todas las familias que tengan contratada o vayan a contratar directamente a una persona trabajadora del hogar deberán:

- **evaluar por escrito los riesgos** del domicilio,
- **adoptar las medidas preventivas necesarias** —incluidos los equipos de trabajo y de protección individual (EPIs)—, y
- **entregar una copia de esa evaluación y de las medidas** a la persona trabajadora.

¿A quién aplica?

- **Se aplica** cuando la familia contrata por su cuenta a una persona trabajadora del hogar (Sistema Especial de Empleados de Hogar).
- **No se aplica si el servicio lo presta: una empresa**, la prevención corresponde a la **empresa** conforme a la normativa general de prevención de riesgos laborales; **o una entidad pública (servicio público de dependencia)**.

Lo esencial

1. Evaluación escrita del domicilio

La familia empleadora deberá realizar una evaluación inicial de riesgos, por escrito, incluyendo:

- las tareas reales que se realizan (aseo, movilizaciones, limpieza, cocina, etc.),
- las condiciones en que se hacen (espacios, suelos, escalones, cargas, posturas, productos, horarios)
- y las características de la persona trabajadora.

2. Actualización de la evaluación:

La evaluación debe revisarse:

- con la **periodicidad** que se fije en el propio documento,
- cuando cambien las condiciones del trabajo (nuevos muebles, ayudas técnicas, otra persona trabajadora, empeoramiento del estado de la persona cuidada),
- o tras un **accidente o problema de salud relacionado con el trabajo**.

3. Plan de medidas preventivas:

Si la evaluación detecta riesgos, la persona empleadora debe **adoptar medidas para eliminarlos o reducirlos**, dejándolas por escrito con la **fecha concreta** de implantación y entregando copia a la persona trabajadora.

Ejemplos:

- ayudas técnicas para movilización (grúa, arnés, cama articulada, cinturón de marcha),
- escaleras domésticas con barandilla y plataforma, no subirse a sillas,
- orden de cables, retirada de alfombras y obstáculos,
- EPIs adecuados (guantes, calzado antideslizante, mascarillas según producto),
- equipos de trabajo seguros (carros con ruedas, aspirador ligero, etc.).

El coste de estas medidas y EPIs nunca puede recaer en la persona trabajadora (lo prohíbe expresamente la norma).

4. Información a la persona trabajadora:

La persona trabajadora debe conocer:

- los **riesgos existentes** en el hogar,
- las **medidas de protección adoptadas**.

Para ello, es obligatorio entregarle copia de la evaluación y del plan de medidas, y explicar de forma comprensible lo que significan.

5. Participación:

La persona trabajadora tiene derecho a participar en las cuestiones que afectan a su seguridad y salud laboral en el hogar, y a presentar propuestas de mejora.

6. Formación:

- La ley reconoce el **derecho a recibir formación preventiva en el momento de la contratación**, pero prevé que, en general, esa formación se imparta a través de una **plataforma pública gestionada por FUNDAE**, que el SEPE debe activar mediante resolución.
- A día de hoy, esa plataforma **todavía no está disponible**, así que **no puede exigirse aún esa formación “oficial” general** a las familias.

Mientras tanto:

- **Sí es obligatorio informar bien** a la persona trabajadora sobre los riesgos y las medidas en el domicilio.

- Si en el domicilio existen **riesgos específicos o excepcionales** (movilizaciones complejas, productos peligrosos, máquinas poco habituales...), la persona empleadora **debe proporcionar formación complementaria adaptada** a esas situaciones y dejar constancia de ello.

7. Derecho a interrumpir la actividad en caso de peligro grave:

Ante situaciones como fuga de gas, incendio, riesgo de explosión, agresión o una situación de violencia o acoso, la persona trabajadora puede:

- **interrumpir la actividad,**
- **y abandonar el domicilio** si es necesario,

sin que ello suponga perjuicio alguno (no se le puede sancionar, salvo mala fe o negligencia grave). Es importante que la familia indique dónde están los **puntos de corte de gas, luz y agua** y cómo actuar en emergencias.

8. Vigilancia de la salud:

- La persona trabajadora tiene derecho a la **vigilancia de su estado de salud**, siendo responsable la persona empleadora.
- El Real Decreto prevé que esta vigilancia **podrá incluir un reconocimiento médico adecuado, voluntario**, que en teoría podría ser único, aunque la persona trabaje para varias familias y con una periodicidad orientativa de **una vez cada tres años**.
- **Pero** la aplicación efectiva de ese esquema (reconocimiento médico periódico coordinado y gratuito) depende de que el Ministerio de Sanidad lo incluya en la **cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud**. A día de hoy, este desarrollo **no se ha completado**, por lo que **no se puede exigir todavía a las familias que organicen ese reconocimiento trienal en los términos del art. 8.2**.

Lo que sí es razonable y recomendable desde ya es:

- informar a la persona trabajadora de este derecho,
- ofrecerle por escrito la posibilidad de someterse a vigilancia de la salud,
- **y dejar constancia documental** de si lo acepta o lo rechaza.

ELA: medidas que más ayudan

En domicilios donde se cuida a una persona con ELA, las medidas clave suelen ser:

- **Movilizaciones y transferencias:** valorar el uso de grúa y arnés adecuados, cinturón de marcha, cama articulada y apoyo de dos personas cuando una sola

no sea suficiente para garantizar la seguridad. Mantener rutas despejadas, sin alfombras ni cables.

- **Sobreesfuerzos y caídas:** utilizar carros con ruedas para transportar peso, evitar subirse a sillas (usar escaleras domésticas con plataforma), emplear calzado antideslizante y realizar pausas regulares.
- **Riesgos químicos y biológicos:** no mezclar lejía con amoníaco, ventilar bien, usar guantes adecuados y mantener bolsas de residuos cerradas.

Estas medidas encajan con lo que exige el Real Decreto cuando habla de evaluación de riesgos, equipos de trabajo/EPIs e información a la persona trabajadora.

Fechas clave

- **14/05/2025:** el INSST presentó la herramienta oficial de evaluación (www.prevencion10.es).
- **14/11/2025:** las obligaciones del Real Decreto 893/2024, de 10 de septiembre, (evaluar, planificar medidas, informar, etc.) **pasan a ser exigibles**.

Preguntas y respuestas rápidas

1) ¿Tengo que dejar entrar a alguien a mi casa para evaluar?

No necesariamente. Puedes **hacer la evaluación tú** (o un familiar en quien delegues) con la **herramienta oficial**, es gratuita y de acceso libre, está disponible a través del portal Prevencion10.es. También puedes **contratar** un Servicio de Prevención Ajeno si prefieres que lo haga un técnico. Pero no olvides que la responsabilidad última sigue siendo de la persona empleadora.

2) ¿Y si la cuidadora viene por una empresa o entidad (pública o privada)?

Entonces la **empresa** o entidad es quien debe cumplir la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

3) ¿Qué documento debo tener en casa?

Debes conservar:

- La **evaluación de riesgos y plan de medidas**, con las fechas de implantación de cada acción preventiva.
- El **registro de entrega de equipos y EPIs** (guantes, calzado, ayudas técnicas, etc.).

- La **información proporcionada a la persona trabajadora** sobre los riesgos detectados y las medidas adoptadas.
- **Cuando proceda**, constancias de delegación preventiva (si se delega en un familiar) y aceptación o rechazo de vigilancia de la salud.
- Si se imparte formación complementaria específica, un **registro sencillo de esa formación** (fecha, contenidos y firma).

Es obligatorio entregar a la persona trabajadora copia de la evaluación y del plan de medidas. Es muy recomendable que firme un acuse de recibo y que, si es posible, también reciba copia o resumen del resto de registros.

4) ¿La formación ya es obligatoria?

- La información sobre riesgos y medidas preventivas sí es obligatoria desde que la evaluación es exigible.
- La formación general a través de la plataforma pública será exigible cuando el SEPE publique la resolución que la ponga en marcha; a día de hoy, esto no ha ocurrido.
- Mientras tanto, si en tu domicilio hay riesgos específicos o excepcionales, debes proporcionar formación complementaria adaptada y dejar constancia de ello.

5) ¿Tengo que pagar los EPIs?

Sí. Todos los equipos de protección individual (EPIs) y equipos de trabajo necesarios deben ser proporcionados y costeados por la familia empleadora. Su coste no puede recaer en la persona trabajadora.

6) ¿Qué pasa si hay una fuga de gas o un incendio?

La persona trabajadora tiene derecho a:

- interrumpir la actividad,
- y salir del domicilio si existe peligro grave e inminente.

No puede ser sancionada por ello. Es importante que en casa se tengan:

- instrucciones claras sobre qué hacer en emergencias,
- localizados los puntos de corte de gas, luz y agua.

7) ¿Y los reconocimientos médicos?

El Real Decreto reconoce el **derecho de la persona trabajadora a la vigilancia de su salud**, a cargo de la persona empleadora. Esta vigilancia **podrá incluir un reconocimiento médico voluntario y periódico**, pero:

- El régimen detallado del art. 8.2 (revisión cada tres años, reconocimiento único para varias empleadoras, etc.) **solo será aplicable cuando Sanidad lo incorpore**

a la cartera de servicios del SNS, como dice la disposición adicional sexta y la disposición final quinta.⁴

- Hoy por hoy, **eso aún no está desarrollado ni funcionando**, así que **no es exigible a las familias organizar ese reconocimiento periódico en esos términos**.

Mientras tanto, sí resulta exigible el **deber general de vigilancia de la salud**:

- informa de este derecho,
- ofrece por escrito la posibilidad de someterse a vigilancia de la salud,
- y guarda constancia de si la persona trabajadora lo acepta o lo rechaza.

8) ¿Qué medidas son típicas en casas con personas afectadas por ELA?

- **Ayudas de movilización**: grúa, arnés, cinturón de marcha, cama articulada.
- **Rutas despejadas**: sin alfombras, cables ni obstáculos, sobre todo en pasillos y zonas de paso con silla de ruedas o andador.
- **Prevención de caídas y sobreesfuerzos**: calzado antideslizante, carros para cargas, no subirse a sillas; usar escalera doméstica con plataforma si hay que llegar a zonas altas.
- **EPIs y equipos adaptados** a las tareas: guantes, mascarillas, ayudas técnicas.
- **Organización de horarios y pautas realistas** para evitar sobrecargas.

Estas medidas derivan de la obligación general de adaptar la prevención según la evaluación de riesgos del hogar (arts. 3–5 RD 893/2024).

Normativa aplicable (para quien quiera profundizar)

- **Real Decreto 893/2024, de 10 de septiembre**, por el que se regula la protección de la seguridad y la salud en el ámbito del servicio del hogar familiar.
- **Herramienta oficial de evaluación**: INSST – Prevencion10.es.
- **Sentencia TS 29/09/2025** (BOE 17/10/2025): declara la nulidad de la DF 1.ª del RD 893/2024 (régimen específico SAD).
- **LISOS – Real Decreto Legislativo 5/2000, de 4 de agosto**, art. 40 (cuantías de sanciones): regula los tramos de sanciones leves, graves y muy graves en materia de prevención de riesgos laborales.
- **Recursos en Andalucía**: Instituto Andaluz de Prevención de Riesgos Laborales (IAPRL, Junta de Andalucía) – portal y publicaciones sobre prevención en el hogar.

Cumplir no tiene por qué ser complejo si se usa la herramienta oficial, se implantan medidas sensatas (en ELA, las ayudas de movilización son críticas) y se documenta bien lo que se hace. Con ello, la familia protege a quien cuida y a quien es cuidado y reduce al mínimo el riesgo de sanciones.