

# Trabalhadoras domésticas e seus Direitos

---

Um guia prático para  
se fortalecer como  
mulher e trabalhadora



## Quais são os meus direitos – o que mudou com PEC das Domésticas?

A Emenda Constitucional 72 de 2013, chamada **PEC das Domésticas**, e a Lei Complementar 150, de 2015, **ampliaram os direitos das trabalhadoras domésticas**. Essa mudança é resultado da **luta de décadas das trabalhadoras domésticas organizadas** por seus direitos, **desde os anos 1930 com Laudelina de Campos Melo**, primeira liderança das trabalhadoras domésticas a lutar pelos seus direitos.

Desde 2015, a **trabalhadora doméstica que trabalha mais de dois dias por semana na mesma casa** tem direitos que já eram garantidos a outros trabalhadores, como FGTS, Seguro Desemprego, adicional noturno, pagamento de horas-extras, 1/3 de férias, pagamento de abono família, jornada de trabalho de no máximo 8 horas diárias e 44 horas semanais, entre outros.





Assim, **quem emprega tem obrigação** de assinar a sua carteira de trabalho, pagar a contribuição do INSS e do FGTS, respeitar as funções e horários para os quais você foi contratada, pagar salário-mínimo como piso, 13º salário, vale-transporte e todos os direitos listados acima. Se você for acompanhar a família para quem você trabalha em uma viagem, você deve receber 25% a mais sobre cada hora trabalhada. Atualmente, **a carteira é assinada de modo eletrônico, pelo sistema do e-social**. Mas, é importante que você receba os comprovantes mensais de pagamento, assim como o comprovante de rendimentos anual.

Se você for **diarista** esses direitos não se aplicam automaticamente, mas nada impede que quem te emprega também assine a sua carteira. Ou seja, não é obrigatório, mas não é proibido. A carteira assinada é sempre uma forma de **proteção social para quem trabalha e um ato de respeito e reconhecimento de quem emprega**.

# Qual é a diferença entre carteira assinada e contribuição individual ao INSS?

**A carteira de trabalho assinada traz a cobertura de direitos mais ampla:** FGTS, 13º salário, 1/3 de férias, aposentadoria por idade e tempo de contribuição, além dos benefícios da Previdência Social (auxílio-doença, auxílio-acidente, seguro-desemprego, licença maternidade etc.). Tanto quem emprega (8% do salário pago) como quem trabalha (a partir de 7,5% do salário recebido) contribuem.

**A contribuição individual ao INSS é uma forma mais limitada de proteção social,** pois só quem trabalha contribui (plano simples 11% do salário recebido). Neste caso, quem emprega não tem obrigação de pagar a contribuição para o FGTS, 13º salário ou 1/3 de férias. Quem trabalha tem garantidos os benefícios da Previdência Social e a aposentadoria só conta por idade. **Mas, atenção! Auxílio-doença, auxílio-acidente e licença maternidade só são pagos após autorização da perícia do INSS.**





## O que são políticas públicas?

Políticas públicas são toda **ação pública, do Estado ou de um governo, para responder a demandas da população**. Nesse sentido, educação, saúde, transporte público, iluminação, estradas, vias e calçamento são objeto de políticas públicas, por exemplo. Também são políticas públicas Programas e Benefícios Sociais. **Você já ouviu falar destes Programas?**

**Programa de Erradicação do Trabalho Infantil/PETI** – Foi criado em 1996 como ação do Governo Federal e depois ampliado como Programa em regiões onde havia muita exploração de **trabalho infantil**, como carvoarias e agricultura. O Programa, em parceria com prefeituras, estabelecia **atividades de contraturno escolar e acompanhamento para as crianças** das regiões priorizadas.

**Programa Bolsa Família/PBF** – Este Programa é o mais conhecido. Foi criado em 2004 para reduzir as desigualdades e a pobreza no Brasil. Além dos **valores transferidos para as famílias** beneficiárias, o Programa foca na **permanência das crianças na escola e no acompanhamento da saúde infantil**, são as chamadas condicionalidades. Como o Bolsa Família é mais completo, o Programa de Erradicação do Trabalho Infantil acabou sendo incorporado a ele.

**Benefício de Prestação Continuada/BPC** – Este benefício garante um **salário-mínimo por mês a pessoas idosas acima de 65 anos e pessoas com deficiência de qualquer idade que estejam inscritas no Cadastro Único**, assim como toda a família. As pessoas com deficiência precisam passar por avaliação médica e social do INSS. O limite de renda familiar para obter o BPC é 1/4 do salário-mínimo por pessoa da família (hoje corresponde a R\$ 325 por pessoa). Quem recebe o BPC também tem direito à tarifa social de energia. Ficou na dúvida se você ou alguém da sua família pode receber o BPC? – Procure o CRAS mais perto da sua casa.



**Programa Progredir** – O Programa foi estruturado em 2017 como uma **plataforma eletrônica que intermediava a oferta de cursos** (informação sobre disponibilidade e matrícula), **vagas de trabalho** (informação sobre postos ofertados) e **microcrédito** (ponte com instituição financeira) entre uma rede de parceiros e **pessoas inscritas no Cadastro Único**. Por só fazer a intermediação, o programa não acompanhava as pessoas que se cadastraram na plataforma.

**Programa Trabalho Doméstico Cidadão** – Este programa foi o **único que teve como público-alvo as trabalhadoras domésticas**, pois foi estruturado em 2005 a partir de uma demanda e articulação das trabalhadoras domésticas organizadas para garantir qualificação profissional e retomada da escolaridade das trabalhadoras beneficiárias. O programa também buscou capacitar as lideranças da categoria e promover campanhas informativas para trabalhadoras e empregadoras/es. Uma articulação para garantir a casa-própria de trabalhadoras resultou em um projeto de moradia popular no município de Lauro de Freitas, na Bahia. A ideia inicial era ampliar essa experiência para outros Estados, mas o programa foi descontinuado. **A Fenatrad – Federação Nacional das Trabalhadoras Domésticas vem trabalhando para que esse programa seja retomado.**





## Trabalho doméstico digno e valorizado!

A sua remuneração precisa ser justa com o valor social, a responsabilidade e a importância do seu trabalho – pechincha, barganha e atrasos no seu pagamento não são corretos.

### **O respeito devido a você deve estar em primeiro lugar.**

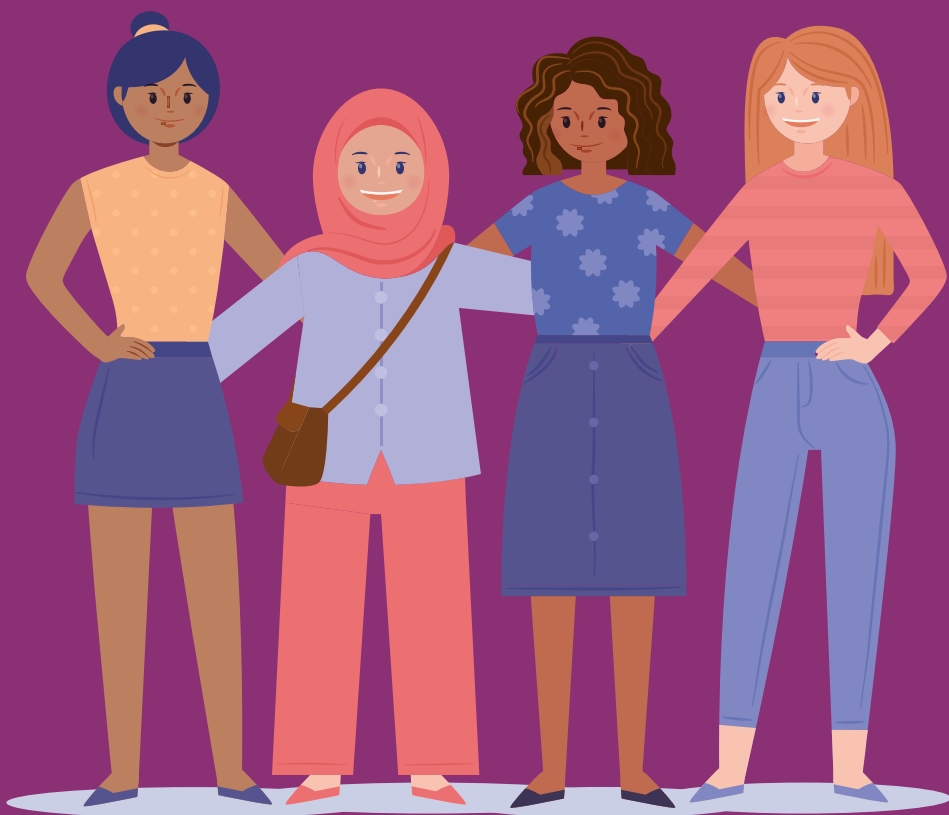
Com isso, quem te emprega deve respeitar os seus os horários de entrada e de saída, também não deve pedir além das tarefas contratadas. O agendamento das suas férias pode ser feito em acordo com quem te emprega. Converse com sua/seu empregador/a caso queira marcar suas férias para um período específico.



## Importância dos sindicatos e associações

**Nenhum direito ou avanço nas condições das trabalhadoras domésticas aconteceu sem a atuação de sindicatos e associações, desde os tempos de Dona Laudelina, nos anos 1930!**

Os sindicatos e associações das trabalhadoras domésticas atuam pela garantia dos seus direitos, prestando informações, auxiliando com assistência de advogas/os e assistentes sociais gratuitamente. É um importante lugar para você buscar informações e para conversar com as colegas de profissão. Procure o sindicato mais próximo da sua casa e visite a página da Fenatrad na internet - <https://fenatrad.org.br/>



## App Laudelina – seus direitos na sua mão!

O aplicativo Laudelina traz informações importantes sobre os seus direitos, além de dicas, cursos e poder se conectar com outras trabalhadoras da sua cidade, para se fortalece-rem juntas em uma rede de apoio. Na palma da sua mão você tira dúvidas e garante os seus direitos, é só baixar sem gastar muita memória no seu celular.

**CLIQUE AQUI**

**Os direitos das  
trabalhadoras  
domésticas na  
palma da mão!**



[www.laudelina.com.br](http://www.laudelina.com.br)





## **Cuide sempre da sua saúde física e mental – Nem só de trabalho vive a mulher!**

Cuidar da sua saúde deve ser prioridade, mas nem sempre é fácil ou temos tempo para isso. Veja algumas dicas simples para te ajudar um pouco mais no dia a dia.

Faça coisas que você gosta e dê um tempo para você, mesmo que 5 minutos, todo dia. Converse com as amigas e peça ajuda quando tudo estiver “pesado” demais. Você não está sozinha!

Observe as suas emoções e coloque para fora se for preciso. Mas também busque o que te põe para cima: cantar, dançar, ver vídeos engraçados e lembrar histórias bonitas. Se cuidar é um ótimo remédio!

Mexer o corpo é sempre importante. Sem tempo de fazer uma atividade física? Tire 5 minutos antes de dormir ou ao acordar para se espreguiçar, se alongar e fazer uma automassagem. Essa conexão traz mais disposição durante o dia e ajuda a relaxar antes dormir.

Beber água natural ao longo do dia (seis copos ou dois litros) ajuda a eliminar toxinas e a ter um intestino funcionando melhor. Sua saúde e sua beleza agradecem!

Com tantas demandas e responsabilidades, a ansiedade está sempre por perto? Você pode se sentar em uma cadeira com a coluna bem retinha, bater os pés no chão por alguns segundos e depois fazer alguns ciclos de respiração bem profunda, sentindo sua barriga encher de ar.

Isso tudo vai ajudar você a seguir adiante!

Para ouvir este texto  
**CLIQUE AQUI**

## Mais informações:



E-mail: [fenatrad.brasil@ig.com.br](mailto:fenatrad.brasil@ig.com.br)

Ig: [instagram.com/fenatrad.br](https://www.instagram.com/fenatrad.br)

Facebook: [facebook.com/fenatrad/](https://www.facebook.com/fenatrad/)

Telefone: (61) 3037-3871

Elaborado por: Ana Julieta Teodoro Cleaver

Diagramação e arte: Luciana Lobato  
[instagram.com/lucianalobato](https://www.instagram.com/lucianalobato)