

Guía para trabajadores extranjeros sobre las leyes del trabajo

en México

Si eres un trabajador extranjero en México, es probable que algunas de las leyes y procedimientos sean diferentes de los de tu país de origen. Esta guía te ayudará a conocer algunas de las diferencias importantes que tal vez no hayas notado.

¿Qué derechos tengo como trabajador en México?

México cuenta con leyes estrictas que protegen a sus trabajadores. Estas leyes protegen muchos de los derechos que tienen los trabajadores en otros países, por ejemplo, el derecho de formar y afiliarse a sindicatos, el derecho a una indemnización en caso de lesionarse en el trabajo, el derecho a trabajar en un lugar seguro, el derecho a no realizar trabajo en contra de su voluntad y el derecho a un ambiente sin discriminación en el trabajo.

- El artículo 123 de la Constitución Mexicana garantiza que los derechos de los trabajadores son de índole constitucional; entre ellos podemos mencionar el derecho a organizarse, el derecho a un lugar de trabajo seguro y el derecho a recibir el mismo salario por el mismo tipo de trabajo.

¡Conoce tus derechos!

No importa si eres un trabajador extranjero sin permiso de trabajo válido; de todas formas estás protegido por la mayoría de las leyes del trabajo en México.

Sin embargo, hay una cosa que debes saber.

- La regla del 10%. Por lo menos el 90% de los empleados de una empresa mexicana deben ser mexicanos.



¿Qué es lo más importante que debo saber sobre las leyes del trabajo en México?

Lo más importante que debes saber sobre las leyes del trabajo en México es que hay un solo tribunal en cada estado que se encarga de resolver la mayor parte de las controversias laborales, entre ellas las relacionadas con contratos colectivos, despidos injustificados, determinar si una lesión ocurrió en el trabajo, problemas de equidad salarial, etc.

- Cada uno de estos tribunales se llama Junta de Conciliación y Arbitraje.
- Hay también inspectores laborales que se encargan de inspeccionar los lugares de trabajo para asegurarse de que los patrones cumplan con las normas mínimas de higiene y seguridad y otras disposiciones.

Para mayor información sobre las actividades de las Juntas de Conciliación y Arbitraje y la forma como resuelven los problemas laborales, consulta la [Guía sobre cómo resolver problemas laborales en México](#).

Recuerda: La ley es federal, pero la aplican las autoridades estatales, en algunos casos

- En México existe una sola Ley Federal del Trabajo que rige las relaciones entre patrones y trabajadores. Esta ley se aplica para todo lo relacionado con contratos colectivos, el derecho a un lugar de trabajo seguro, la protección contra la discriminación, patrones intermediarios o subcontratistas y otros temas.
- Los estados mexicanos se encargan de la aplicación de la Ley Federal del Trabajo en algunos casos.
- Algunos estados tienen leyes relacionadas con el trabajo que contemplan sanciones penales en casos de acoso sexual y trabajo forzado, entre otros. En el resto de los estados se aplican las leyes federales.

¿A quién puedo acudir si considero que mi patrón me trató injustamente por ser mujer (u hombre) o por mi raza o porque soy distinto de alguna otra forma?

Puedes acudir a la Procuraduría de la Defensa del Trabajo (Profedet) que se encarga de asesorar y representar a los trabajadores, a sus beneficiarios y a los sindicatos que lo soliciten, ante cualquier autoridad en todo lo que se relacione con la aplicación de las normas laborales.

Puedes presentar una demanda ante la Junta de Conciliación y Arbitraje. También puedes llamar al inspector federal del trabajo y pedir que se investigue a tu patrón por cuestiones de discriminación.

- Las comisiones de derechos humanos en México se ocupan de diversos problemas relacionados con los derechos humanos, pero no se encargan de las quejas por discriminación en el trabajo.

Para mayor información, consulta la [Guía sobre las leyes contra la discriminación en el trabajo en México](#) y la [Guía para mujeres sobre el trabajo y el embarazo en México](#).

- En México es ilegal discriminar a los trabajadores por su condición social o por sus opiniones políticas, además de por su origen étnico o nacional, edad, discapacidad o género.

¿Qué puedo hacer si mi patrón no me paga el salario mínimo o las horas extra?

Puedes acudir a la Procuraduría de la Defensa del Trabajo, que te asesorará gratuitamente al respecto o puedes presentar una demanda en la Junta de Conciliación y Arbitraje federal o local del estado en el que estés trabajando.



También puedes presentar una queja ante el inspector federal del trabajo o ante la inspección local del trabajo, de acuerdo a la competencia que corresponda al centro de trabajo.

Para mayor información sobre las leyes relativas a las condiciones mínimas de trabajo, consulta la [Guía sobre condiciones mínimas de trabajo, deducciones al salario e indemnización por despido injustificado en México](#).

- La Comisión Nacional de los Salarios Mínimos se encarga de establecer los salarios mínimos para las diferentes regiones económicas de México. El salario mínimo se incrementa cada año de acuerdo con la inflación.
- En México, las horas extra se pagan al doble de lo que recibirías con tu salario normal.
- El salario mínimo no se calcula por hora; es por día.

Sin importar tu nacionalidad, tienes derecho al salario mínimo y a recibir el mismo pago que otros reciben por hacer el mismo tipo de trabajo.

¿Qué hago si mi patrón no me paga mi salario completo o si de plano no me paga?

Al igual que con otros problemas laborales, puedes acudir a la Procuraduría de la Defensa del Trabajo o presentar una demanda ante la Junta de Conciliación y Arbitraje.

En México está sancionado penalmente obligar a alguien a trabajar sin recibir un salario.

Para mayor información, consulta la [Guía sobre las leyes que prohíben el trabajo forzado en México](#).

Derechos de los trabajadores agrícolas

En México, los derechos de los trabajadores agrícolas son los mismos que los de otros trabajadores. Además, gozan de otros derechos especiales establecidos en la Ley Federal del Trabajo.

¿Qué puedo hacer si me lastimo en el trabajo?

Si te lesionas en el trabajo, debes avisar a tu patrón e ir a que te atienda un doctor. Después, debes presentar una reclamación en el Instituto Mexicano del Seguro Social, IMSS.



El sistema de seguridad social en México no sólo incluye la atención médica por lesiones en el trabajo, sino también el pago de la indemnización salarial correspondiente.

- Si hay algún desacuerdo entre tu patrón y tú o el IMSS en cuanto a si una lesión ocurrió en el trabajo o a las prestaciones salariales y médicas que te corresponden, puedes presentar una demanda ante la Junta de Conciliación y Arbitraje del estado en el que estés trabajando.
- Si tu patrón no pagó al IMSS las cuotas que te corresponden y tienes derecho al seguro, el IMSS atenderá tu lesión de trabajo, realizará la indemnización salarial que proceda y después exigirá el pago al patrón.

Para mayor información, consulta la [Guía sobre el Seguro Social y el retiro en México](#) y la [Guía sobre lesiones en el trabajo en México](#).

Seguro médico en México

En México, el Instituto Mexicano del Seguro Social proporciona un seguro médico para enfermedades y lesiones no relacionadas con el trabajo. También ofrece algunas prestaciones económicas por embarazo o incapacidad temporal.

Para mayor información, consulta la [Guía sobre el Seguro Social y el retiro en México](#) y la [Guía para mujeres sobre el trabajo y el embarazo en México](#).

¿A quién puedo informar que el lugar donde trabajo no es seguro?

Puedes dar aviso de un lugar de trabajo que no es seguro al inspector federal del trabajo.

Para mayor información, incluyendo el número al que hay que llamar, consulta la [Guía sobre seguridad e higiene en el trabajo en México](#).

¿Qué puedo hacer si mi patrón me despide?

En México, sólo se puede despedir legalmente a los trabajadores por ciertas razones. Si te despiden ilegalmente, puedes recibir un pago de liquidación equivalente a tres meses de salario y un pago adicional de 12 días por cada año que trabajaste para ese patrón.

Si consideras que tu despido es injustificado, puedes acudir a la Procuraduría de la Defensa del Trabajo para recibir asesoría, conciliar con tu patrón o recibir orientación y representación para presentar una demanda en la Junta de Conciliación y Arbitraje del estado en el que estés trabajando.

No hay seguro de desempleo en México.

Para mayor información, consulta la [Guía sobre condiciones mínimas de trabajo, deducciones al salario e indemnización por despido injustificado en México](#).

¿A quién puedo acudir si necesito que alguien me explique las leyes y me ayude con mi caso?

México cuenta con la Procuraduría de la Defensa del Trabajo la cual puede representarte en casos laborales.

La oficina de la Procuraduría ofrece asesoría legal gratuita a los trabajadores que tienen algún problema con su patrón.

Para mayor información sobre la Procuraduría de la Defensa del Trabajo, consulta la [Guía sobre cómo resolver problemas laborales en México](#).



Comisión para la Cooperación Laboral