

# DERECHOS PARA LLEVAR

Cartilla de derechos laborales  
y buenas prácticas de migración  
para jornaleras y jornaleros  
agrícolas y sus familias  
*(segunda edición)*



La cartilla **Derechos para llevar** (segunda edición) forma parte de la campaña **A tu migración, ¡no te vayas sin información!**

Segunda edición: octubre 2024,  
Ciudad de México, México, por Proyecto Ambulantes.



Este material puede ser reproducido por cualquier medio citando el crédito de la autoría. Obra bajo licencia de CC BY-NC-ND 4.0  
Más información de la licencia en: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

DESARROLLADA CON LA PARTICIPACIÓN DE:

**CAMINOS** Centro de Acompañamiento a Migrantes, AC:

Wilma García  
Nancy García

**Fomento Cultural y Educativo, AC:**

Juan José Lavaniegos  
Mónica López

**Centro de Estudios en Cooperación Internacional y Gestión Pública, AC:**

Susana Cruickshank  
Ana Lara  
Margarita Nemecio

**Irex:**

Ben Brewer  
Mónica Rodríguez

**Diseño e ilustraciones:**

Patricia Gasca



**A TU MIGRACIÓN,  
¡no te vayas sin información!**



# DERECHOS PARA LLEVAR

Cartilla de derechos laborales  
y buenas prácticas de migración  
para jornaleras y jornaleros  
agrícolas y sus familias

*Segunda edición*



El **Proyecto Ambulantes** te da información útil sobre tus derechos como trabajadora y trabajador agrícola migrante. Esta cartilla la puedes llevar a donde sea, mostrarla a tu familia, a otras jornaleras y jornaleros agrícolas, para tener una migración más segura.



## ¿Qué son los **DERECHOS HUMANOS?**

Son derechos que tienes desde que naces, como derecho a la vida, a no ser discriminada o discriminado, a la libertad, a la igualdad entre mujeres y hombres, a la alimentación y mucho más.

Recuerda que nuestros derechos están reconocidos a nivel nacional e internacional.

# ¿Qué son los **DERECHOS LABORALES?**

Son reglas que las empresas  
y patrones deben respetar  
cuando te contratan.

Estos derechos  
te protegen  
de abusos y  
violaciones  
a tus derechos  
humanos.



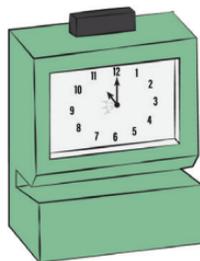
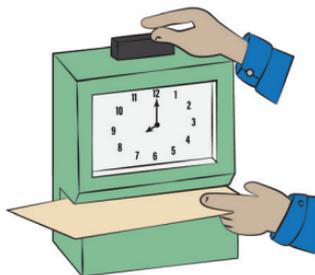
## Como trabajadora y trabajador agrícola migrante **tienes derecho a:**

- ✓ Un **contrato por escrito** que indique las condiciones de trabajo.
- ✓ **Tener una copia** del contrato. Si **NO TE LA DAN**, el contrato sigue siendo **VÁLIDO**.

- ✓ Recibir un **salario justo**.
- ✓ El salario debe ser **igual para hombres y mujeres**.



- ✓ Trabajar un máximo de 8 horas diarias.



- ✓ A que te paguen horas extra.



- ✓ **Traslado gratuito** a los servicios del IMSS. Si no hay clínicas ni hospitales cerca del lugar de trabajo, el empleador debe proporcionarte **atención médica gratuita**.

- ✓ Contar con días de descanso pagados, incapacidad por maternidad y por enfermedades, y todas las prestaciones de Ley, como aguinaldo y ahorro para el retiro.



**No te pueden correr si estás embarazada, ni después del parto.**

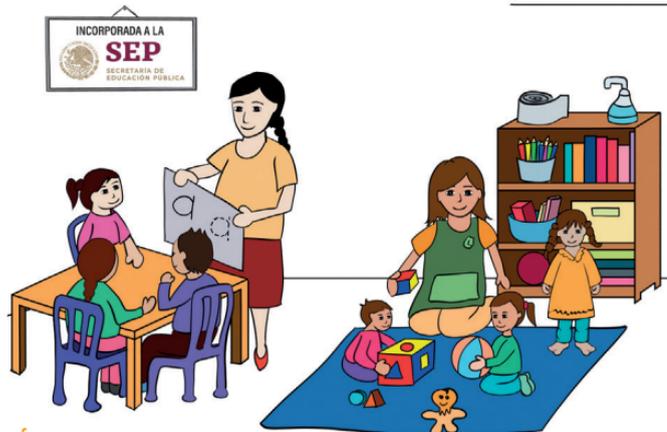
- ✓ **Tener condiciones de trabajo seguras:** capacitación, hablarte de los riesgos en el trabajo como: sustancias venenosas, trabajo en lugares altos o encerrados, clima extremo, así como medidas de prevención de accidentes y equipo de protección personal.





- ✓ Contar con **transporte digno y seguro** desde tu comunidad de origen y de regreso a la misma, así como al campo de cultivo donde trabajarás. Esto aplica también para tus acompañantes (como hijas e hijos).

- ✓ Acceder a una **vivienda digna y gratuita** para ti y las personas que te acompañan, con agua limpia y servicios (luz, gas, baños, cobijas, ventiladores).



- ✓ Que haya **estancias infantiles y espacios educativos para tus hijas e hijos** (escuelas) con reconocimiento oficial de la SEP.
- ✓ Tener una **alimentación saludable, variada y suficiente para ti y tus acompañantes** durante el contrato laboral, así como agua potable y sanitarios limpios y separados para cada sexo.

# SEGURIDAD social y Servicio de SALUD

Tu patrón debe registrarte en el Seguro Social (IMSS) e informarte de las cuotas obreras que te descontará. Pide una copia del Aviso de Inscripción del Trabajador y date de alta en la clínica para recibir atención médica o pedir incapacidad por accidente, enfermedad o maternidad.



Recuerda que ahora es obligatorio para el patrón darte transporte gratuito a las instalaciones del IMSS más cercanas al lugar de trabajo. Si no hay, debe ofrecerte atención médica gratuita.



Soy una persona jornalera agrícola,  
**MI TRABAJO ES IMPORTANTE  
PARA LA SOCIEDAD**



Tu trabajo es valioso para comunidades,  
pueblos y grandes ciudades.

Trabajadoras y trabajadores agrícolas  
son considerados esenciales, porque  
gracias a su trabajo los productos  
del campo alimentan a millones  
de personas.

María, la empresa  
donde estoy es...



## CONSEJOS ORGANIZATIVOS para una migración más segura



- ✓ Comunícate a tu comunidad lo más que puedas.
- ✓ Por seguridad, pregunta cómo se llama el rancho, empresa o campo agrícola, el municipio a dónde vas a trabajar y cuánto tiempo dura tu contrato.
- ✓ Dale esta información a tu familia, amigos, vecinos y autoridades de la comunidad.

## PARA MIGRAR, estos documentos debo llevar

- ✓ Prepara **COPIAS** de tu **identificación oficial, acta de nacimiento y CURP.**
- ✓ Anota teléfonos de contacto en caso de emergencia.
- ✓ Si vas con familiares, incluye **copias de los documentos de todas las personas que te acompañan**, además de cartillas de vacunación, certificados y boletas escolares de tus hijos e hijas.
- ✓ Si viajas en tu propio vehículo, lleva **licencia de manejo vigente** y todos los **documentos que acrediten la propiedad**, así como el **pago de tenencia actualizado.**



# Un buen proceso de **CONTRATACIÓN**



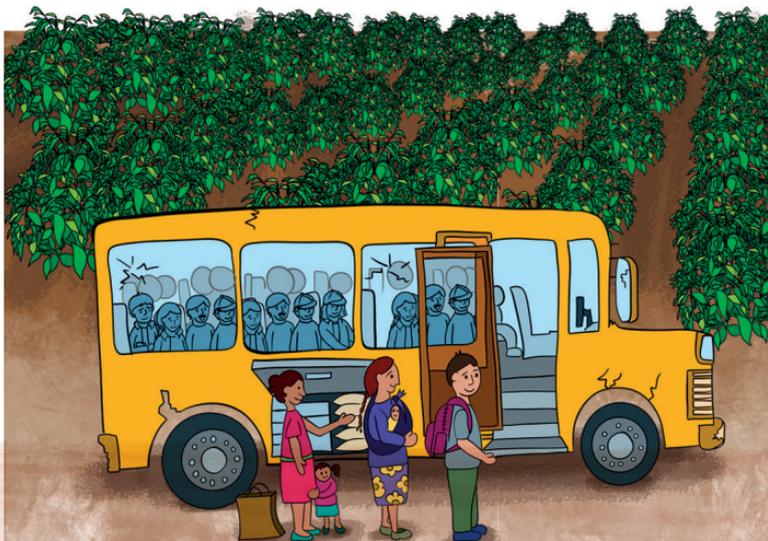
Lo primero que debes preguntar cuando te ofrecen trabajo como jornalera o jornalero es:

- ¿A qué rancho/empresa vas a trabajar?
- ¿En qué estado, municipio y poblado se encuentra?
- ¿Cuánto, cada cuánto y cómo te van a pagar?
- ¿Cuál es el nombre y teléfono de la persona responsable de parte de la empresa?
- ¿Qué trabajo vas a hacer?
- ¿Dónde vas a dormir?
- ¿Por cuánto tiempo te contratan?
- ¿Qué horario de trabajo y días de descanso vas a tener?

¡Recuerda que no debes pagar por ninguna oferta de trabajo!



## ¿Cómo saber si mis derechos humanos y laborales **ESTÁN SIENDO VIOLADOS?**



- × **Si te cobran** por un puesto de trabajo.
- × **Si el transporte es inseguro** (como camiones viejos o en mal estado).
- × **Si te descuentan de tu salario** por comida, vivienda o transporte.
- × **Si no te pagan** para impedir que te vayas o como castigo.
- × **Si no tienes servicio de salud.**
- × **Si no se cumple** lo establecido en tu contrato.
- × **Si retienen tu INE, CURP o acta de nacimiento.**
- × **Si te acosan, abusan, maltratan** (de forma física o verbal) **o discriminan.**
- × Si trabajas con sustancias venenosas y **no te dan equipo de protección personal.**

**¡NO ES NORMAL!**

## ¿Y QUÉ HAGO?

Organízate con personas de confianza y hablen con el encargado de la empresa o rancho (el patrón, mayordomo, trabajadora social, jefe de campo).



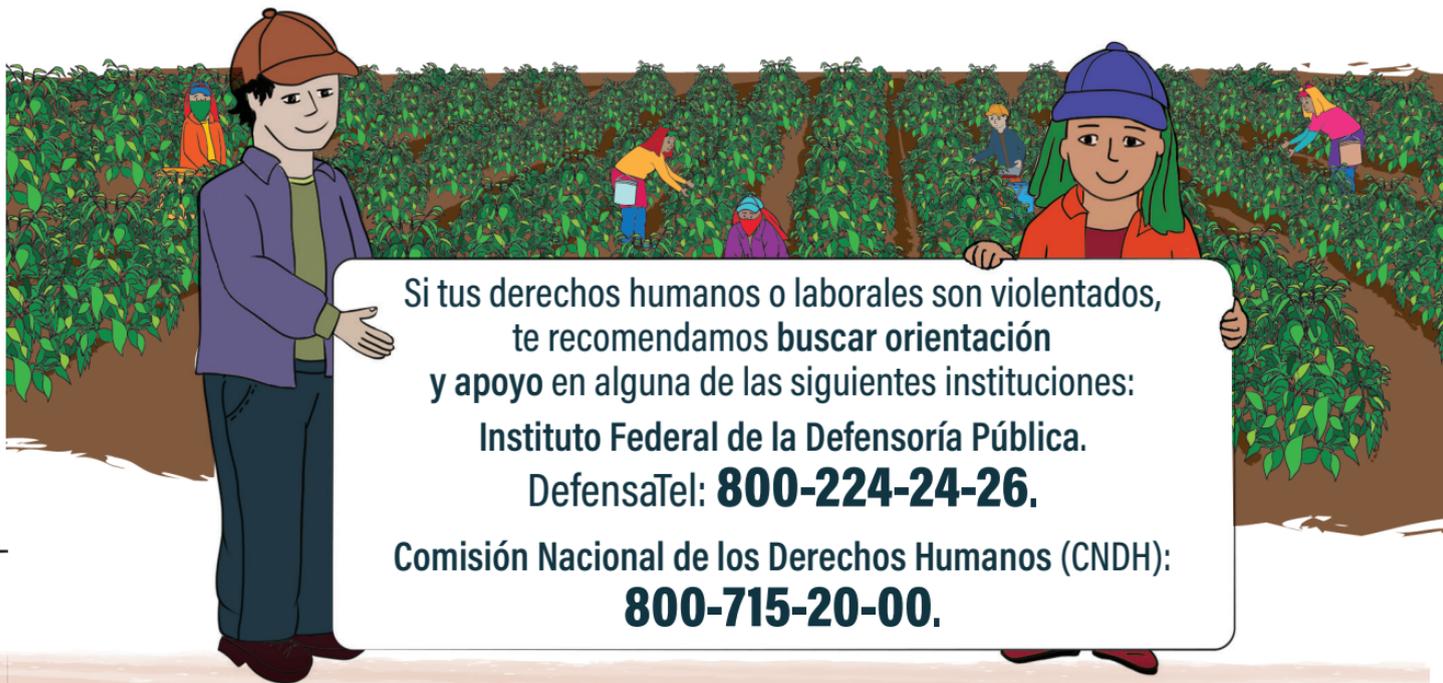
## La Ley ME PROTEGE

Como persona jornalera agrícola te protege la Ley Federal del Trabajo.

Si tus derechos no son respetados, ¡denuncia!



*\*Las Juntas de Conciliación y Arbitraje están siendo sustituidas por los Centros de Conciliación Especializados. Si en el estado donde necesitas hacer tu denuncia aún no hay un Centro, busca la Junta de Conciliación y Arbitraje Auxiliar que esté llevando los casos.*



Si tus derechos humanos o laborales son violentados,  
te recomendamos **buscar orientación**  
y **apoyo** en alguna de las siguientes instituciones:

**Instituto Federal de la Defensoría Pública.**

DefensaTel: **800-224-24-26.**

**Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH):**

**800-715-20-00.**

FUENTES

- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos
- Ley Federal del Trabajo
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social

# Contactos de **EMERGENCIA**

*Recuerda tener a la mano  
el número de contacto de tus  
familiares, amigos, vecinos y  
autoridades de la comunidad.*



Nombre	Teléfono fijo o celular

Nombre	Teléfono fijo o celular

# Directorio de **APOYO**

Instituciones a las que puedes comunicarte desde cualquier parte del país:

**Consejo Ciudadano** - Línea Nacional contra la Trata de Personas

 800 553 30 00

**PROFEDET**

 800 911 78 77

**Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS)**

 55 3067 30 00  
Ext. 65388, 65338 o 65394.

## MORELOS

**Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) Morelos**

 Las Quintas No. 15, col. Cantarranas, Cuernavaca, Morelos, CP 62448.

 777 314 10 10  
Ext. 303

**Ayuntamiento de Ayala**

 Plaza cívica Francisco Ayala s/n, Ayala, Morelos, CP 62700.

**Comisión de Derechos Humanos del Estado de Morelos**

 Av. San Diego 1404, Jardines las Delicias, Cuernavaca, Morelos, CP 62343.

 777 322 16 00

## GUERRERO

**Centro de Derechos Humanos  
de la Montaña "Tlachinollan"**

 Mina 77, col. Centro, Tlapa, Guerrero,  
CP 41304.

 757 688 11 32  
757 688 11 31

**Secretaría del Trabajo y Previsión  
Social de Guerrero**

 Calle Dr. Galo Soberón y Parra 1, col. Centro,  
Chilpancingo, Guerrero, CP 39000.

 747 471 40 49

**Secretaría para el Desarrollo de los  
Pueblos Indígenas y Afromexicanos  
(SEDEPIA)**

 Av. de la Juventud 5, col. El Centenario,  
Chilpancingo, Guerrero, CP 39090.

 747 494 90 29

**Comisión de los Derechos Humanos  
del Estado de Guerrero (CDHEG)**

 Edificio Morelos: Av. Benito Juárez,  
esq. con Galo Soberón y Parra S/N,  
Chilpancingo, Guerrero, CP 39000.

 747 494 20 00  
800 710 66 00

## OAXACA

**Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) Oaxaca**

 Vicente Guerrero 114, Miguel Alemán, Oaxaca de Juárez, Oaxaca, CP 68120.

 951 501 50 50  
Ext. 1000

**Coordinación para la Atención de los Derechos Humanos en Oaxaca (CADH)**

 Calle de los Derechos Humanos 210, col. América, Oaxaca de Juárez, Oaxaca, CP 68050.

 951 503 02 15  
Ext. 131

**Centro de Justicia para las Mujeres, Subprocuraduría de Delitos contra la Mujer por Razón de Género**

 Armenta y López 700, Planta Alta, col. Centro, Oaxaca de Juárez, Oaxaca, CP 68000.

 951 514 77 97

## VERACRUZ

**Radio Huayacocotla**

 774 758 00 67

**Dirección General de Atención  
a Migrantes**

 Palacio Federal S/N, 2do. Nivel,  
col. Centro, Xalapa, Veracruz, CP 91000.

 228 812 07 38  
228 812 26 43

**Instituto Nacional de los Pueblos  
Indígenas Representación Veracruz**

 Landeros y Coss 1, col. Centro, Xalapa,  
Veracruz, CP 91000.

 228 818 56 55

**Sistema Estatal para el Desarrollo  
Integral de la Familia (DIF) Veracruz**

 Km 1.5 Carretera Xalapa - Coatepec,  
col. Benito Juárez, Xalapa, Veracruz,  
CP 91070.

228 842 37 30  
 228 842 37 37  
Ext. 3212, 3101



*¡Este espacio  
es tuyo!*

A large rectangular box with rounded corners, containing ten horizontal lines for writing. The box is empty and occupies most of the page.





*¡Este espacio  
es tuyo!*