



SISTEMA  
PLURINACIONAL DE  
CERTIFICACIÓN DE  
COMPETENCIAS

## ESTÁNDAR: TRABAJADOR/A ASALARIADO/A DEL HOGAR

### COMPETENCIAS:

1. Mantener la casa limpia y ordenada de acuerdo a las costumbres del/la empleador/a.
2. Preparar alimentos variados de acuerdo al requerimiento del/la empleador/a.
3. Mantener la ropa limpia, planchada y en buen estado oportunamente.

## INDICE

1. PERFIL DE LA OCUPACIÓN .....	3
3. OBJETIVO DE LA OCUPACIÓN .....	5
4. ALCANCE GEOGRÁFICO .....	5
5. NIVEL DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA .....	6
6. MATRIZ DE COMPETENCIAS .....	7
7. SITUACIONES COMPLEJAS, SITUACIONES FRECUENTES Y FUTURO DE LA OCUPACIÓN.....	14
7.1. SITUACIONES COMPLEJAS .....	14
7.2. SITUACIONES FRECUENTES.....	14
7.3. FUTURO DE LA OCUPACIÓN .....	14
8. GLOSARIO .....	15
9. REFERENCIAS.....	16

## 1. PERFIL DE LA OCUPACIÓN

1

**MANTENER LA CASA  
LIMPIA Y ORDENADA  
DE ACUERDO A LAS  
COSTUMBRES DEL/LA  
EMPLEADOR/A**

- 1.1. Ordenar los dormitorios de acuerdo a las costumbres del/la empleador/a.
- 1.2. Limpiar los pisos de acuerdo al tipo de material y la frecuencia establecida por el/la empleador/a.
- 1.3. Limpiar los muebles y adornos de acuerdo al tipo, al material y la frecuencia establecida por el/la empleador/a.
- 1.4. Limpiar los baños de acuerdo a normas de higiene, salubridad y las costumbres del/la empleador/a.
- 1.5. Limpiar la cocina de acuerdo a normas de higiene, salubridad y las costumbres del/la empleador/a.
- 1.6. Mantener la limpieza interna de vidrios, marcos de ventanas y puertas, cortinas y paredes de acuerdo a las costumbres y la frecuencia establecida por el/la empleador/a.

2

**PREPARAR  
ALIMENTOS VARIADOS  
DE ACUERDO A  
REQUERIMIENTO  
DEL/LA EMPLEADOR/A**

- 2.1 Elaborar el menú de la semana de acuerdo a requerimientos nutricionales mínimos y el gusto del/la empleador/a.
- 2.2 Adquirir los ingredientes para la semana de acuerdo al menú elaborado.
- 2.3 Cocinar los alimentos diarios de acuerdo al menú.
- 2.4 Servir los alimentos de acuerdo a las características de la preparación y el horario fijado por el/la empleador/a.

3

**MANTENER LA ROPA  
LIMPIA, PLANCHADA Y  
EN BUEN ESTADO  
OPORTUNAMENTE**

- 3.1. Lavar ropa de acuerdo a las características de sus fibras y costumbres del/la empleador/a.
- 3.2. Planchar ropa de acuerdo a las características de sus fibras y costumbres del/la empleador/a.
- 3.3. Componer pequeños daños en la ropa que así lo requiera.

## 2. PARTICIPANTES EN LA ELABORACIÓN Y VALIDACIÓN DEL ESTÁNDAR

TALLER DE ESTANDARIZACIÓN	
Nombres Expertas/os	Lugar y/o institución
Rosa Apaza Apaza	La Paz
Magdalena Quispe	La Paz
Victoria Mamani Quispe	La Paz
Mercedes Arenas Quispe	La Paz
Nelia Catari Limachi	La Paz
Cristina Yuca Yuca	La Paz
Paola Yanique Condori	La Paz
Virginia Barrera Mamani	La Paz
Felicidad Villca Mayta	La Paz
Bernarda Apaza Quispe	Santa Cruz
Alicia Carvajal Condori	Santa Cruz
Zenobia Mamani Simón	Cochabamba
Julia Chambi Machaca	Cochabamba
Margarita Mancilla	La Paz, Agencia de empleos CASEBOL
María Ortíz	La Paz, Agencia de empleos DOMUGAR
Observadores/as	Lugar y/o institución
Casimira Rodríguez Romeo	Ex Ministra de Justicia
Miguelina Colque	Presidenta FENATRAHOB
Rosmery Silaipi	FENATRAHOB
Otilia Vallejos	FENATRAHOB
Basilía Catari Torrez	FENATRAHOB
Claudia Choque	FENATRAHOB
Exalta Aruquipa	Bolsa de Trabajo, Dirección General de Empleo (DGE)

VALIDACIÓN	
Nombres Expertas/os	Lugar y/o institución
Yolanda Semo Suarez	Beni, Trabajadora del Hogar
Dominga Mamani Mamani	La Paz, Trabajadora del Hogar
Exalta Aruquipa Limachi	La Paz, Bolsa de Trabajo-DGE
Guisela Galindo Rojas	Beni, Sindicato de Trabajadoras del Beni
Marina Salgado Ari	Oruro, Sindicato de Trabajadoras de Oruro
Alicia Portillo Choque	Oruro, Sindicato de Trabajadoras de Oruro
Claudia Choque Paye	La Paz, Trabajadora del Hogar
Yola Mamani	La Paz, Trabajadora del Hogar
Estefanía Cruz Orko	Potosí, Sindicato de Trabajadoras de Potosí
Otilia Choque Apaza	La Paz, Trabajadora del Hogar
Javier Quisbert	Ministerio de Educación
Selma Arenas Reyes	Tarija, Sindicato de Trabajadoras de Tarija
Victoria Mamani Quispe	La Paz, Trabajadora del Hogar
Julia Chambi Machaca	La Paz, Sindicato de Trabajadoras de La Paz
Bernarda Apaza Quispe	Santa Cruz, Sindicato de Trabajadoras de Santa Cruz
Miguelina Colque Iño	La Paz, Ejecutiva Nacional de FENATRAHOB

VALIDACIÓN	
Nombres Expertas/os	Lugar y/o institución
Primitiva Atahuachi	La Paz, Trabajadora del Hogar
Amelia Ticona Vergara	La Paz, Sindicato de Trabajadoras de La Paz
Aleja Yana Mamani	La Paz, Sindicato de Trabajadoras de La Paz
Elsa Portugués	Tarija, Trabajadora del Hogar
Beatriz Aragón Sosa	Chuquisaca, Sindicato de Trabajadoras de Chuquisaca
Bartolina Ortega Arratia	Chuquisaca, Sindicato de Trabajadoras de Chuquisaca
Yolanda Reynaga	Ministerio de Educación
Mercedes Arenas Quispe	La Paz, Trabajadora del Hogar
Estefanía Cruz	Potosí, Trabajadora del Hogar
Nelia Catari Limachi	La Paz, Trabajadora del Hogar
Angélica Mamani	La Paz, Trabajadora del Hogar
Otilia Vallejos	La Paz, Sindicato de Trabajadoras de La Paz
Mercedes Arenas Quispe	La Paz, Trabajadora del Hogar
Candelaria López	Santa Cruz, Trabajadora del Hogar
Betza Arpa Quispe	La Paz, Trabajadora del Hogar
Olga Flores	Ministerio de Educación
Basilía Catari Torrez	FENATRAHOB
Teodora Chambi Quenta	La Paz, Trabajadora del Hogar
Adela Gómez	La Paz, Trabajadora del Hogar
Rosmery Silaipi	FENATRAHOB
Ana María Guarachi	La Paz, Trabajadora del Hogar
Deyci Peñaloza	Cochabamba, Trabajadora del Hogar
Zenobia Mamani	Cochabamba, Trabajadora del Hogar
Dolores Montero	Trinidad, Trabajadora del Hogar
Claudia Choque	FENATRAHOB

### 3. OBJETIVO DE LA OCUPACIÓN

Realizar trabajos de cocina, limpieza, lavandería, asistencia a miembros de la familia y otros inherentes al servicio del hogar, por un salario y en condiciones laborales acordes a la normativa vigente en el país para los/as trabajadores/as de la ocupación<sup>1</sup>.

### 4. ALCANCE GEOGRÁFICO

Este estándar tiene alcance nacional y abarca a todas las personas expertas de esta ocupación.

<sup>1</sup> "Ley 2450 de Regulación del Trabajo Asalariado del Hogar". 9 de Abril de 2003.

## 5. NIVEL DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA

Con base en este estándar se certificará el nivel Experto/a de Trabajador/a Asalariado/a del Hogar. Nivel en el cual la persona tiene dominio completo de las competencias descritas en este documento.

El estándar de Trabajador/a Asalariado/a del Hogar tiene una vigencia de 5 años, a partir de diciembre de 2009, el cual será validado y/o modificado, al término de dicho plazo, con las actualizaciones y avances de los cuales la ocupación haya sido objeto.

## 6. MATRIZ DE COMPETENCIAS

OCUPACIÓN		TRABAJADOR/A ASALARIADO/A DEL HOGAR					
COMPETENCIA 1		MANTENER LA CASA LIMPIA Y ORDENADA DE ACUERDO A LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A					
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS <sup>2</sup>	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
1.1 ORDENAR LOS DORMITORIOS DE ACUERDO A LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tender camas.</li> <li>- Clasificar la ropa.</li> <li>- Ordenar la ropa.</li> <li>- Acomodar los objetos del dormitorio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Costumbres de los/as empleadores/as.</li> <li>- Secuencia cronológica de actividades de limpieza.</li> <li>- Frecuencia de cambio de sábanas.</li> <li>- Estilos de tendido de camas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paciencia.</li> <li>- Voluntad.</li> <li>- Cuidado.</li> <li>- Pulcritud.</li> <li>- Limpieza.</li> <li>- Orden.</li> <li>- Honradez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mandil.</li> <li>- Canastillos de ropa.</li> <li>- Colgadores.</li> <li>- Otros, de acuerdo a las costumbres del hogar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cambia las sábanas de acuerdo a la frecuencia establecida y las costumbres del empleador.</li> <li>- Tiende las camas de acuerdo al estilo de preferencia del/la empleador/a.</li> <li>- Ordena la ropa previamente clasificada en los espacios donde corresponde.</li> <li>- Acomoda todos los objetos del dormitorio en su lugar, sin maltratarlos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los dormitorios están ordenados y limpios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los /as empleadores/as tienen un orden y espacios establecidos para los objetos del dormitorio y la ropa.</li> </ul>
1.2 LIMPIAR LOS PISOS DE ACUERDO AL MATERIAL Y LA FRECUENCIA ESTABLECIDA POR EL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manipular instrumentos y detergentes de limpieza.</li> <li>- Manipular diferentes tipos de productos químicos de uso domésticos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voltajes de electrodomésticos y tipos de enchufes.</li> <li>- Tipos de instrumentos de limpieza.</li> <li>- Tipos de pisos.</li> <li>- Tipos de detergentes de acuerdo a materiales de los pisos.</li> <li>- Productos contaminantes del medio ambiente.</li> <li>- Productos tóxicos para las personas.</li> <li>- Manipulación de productos químicos de uso doméstico.</li> <li>- Medidas de seguridad personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positivismo.</li> <li>- Voluntad.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Eficiencia.</li> <li>- Cuidado.</li> <li>- Responsabilidad.</li> <li>- Paciencia.</li> <li>- Limpieza.</li> <li>- Creatividad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barbijo.</li> <li>- Zapatos adecuados al piso.</li> <li>- Escoba.</li> <li>- Cepillo.</li> <li>- Esponja.</li> <li>- Paño de limpieza (trapo).</li> <li>- Balde.</li> <li>- Aspiradora.</li> <li>- Lustradora.</li> <li>- Guantes de goma.</li> <li>- Recogedor.</li> <li>- Gamuza.</li> <li>- Viruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpia los rincones profundamente</li> <li>- Utiliza las herramientas adecuadas al tipo de piso y el producto de limpieza.</li> <li>- Aplica normas de seguridad para la manipulación responsable de detergentes, productos químicos y electrodomésticos de limpieza.</li> <li>- Almacena los productos de limpieza de acuerdo a sus especificaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los pisos están limpios y fueron tratados de acuerdo al tipo de material.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contar con los instrumentos y materiales necesarios</li> <li>- Disponibilidad de tiempo.</li> </ul>

<sup>2</sup> No se consideran insumos como ceras, detergentes u otros, por la variabilidad de opciones y la dependencia de su selección en el/la empleador/a

COMPETENCIA 1	MANTENER LA CASA LIMPIA Y ORDENADA DE ACUERDO A LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A						
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS <sup>2</sup>	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
1.3 LIMPIAR LOS MUEBLES Y ADORNOS DE ACUERDO AL TIPO, AL MATERIAL Y LA FRECUENCIA ESTABLECIDA POR EL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manipular diferentes tipos de herramientas de limpieza.</li> <li>- Manipular diferentes tipos de detergentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de materiales de muebles.</li> <li>- Productos para limpiar muebles.</li> <li>- Tipos de herramientas de limpieza y su manipulación.</li> <li>- Tipos de materiales de adornos.</li> <li>- Tipos de productos químicos de limpieza de muebles y adornos.</li> <li>- Productos contaminantes del medio ambiente.</li> <li>- Productos tóxicos para las personas.</li> <li>- Manipulación de productos químicos de uso doméstico.</li> <li>- Medidas de seguridad personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidado.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Creatividad.</li> <li>- Limpieza.</li> <li>- Responsabilidad.</li> <li>- Paciencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paño para desempolvar.</li> <li>- Plumero.</li> <li>- Aspiradora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpia los muebles y adornos cuidadosamente.</li> <li>- Usa productos químicos y herramientas apropiados a la superficie de los objetos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los muebles y adornos están limpios y en buen estado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de instrumentos y materiales de limpieza.</li> <li>- Disponibilidad de tiempo.</li> </ul>
1.4 LIMPIAR LOS BAÑOS DE ACUERDO A NORMAS DE HIGIENE Y SALUBRIDAD Y LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manipular instrumentos de limpieza, detergentes y productos químicos.</li> <li>- Limpiar todo el equipo sanitario.</li> <li>- Limpiar muebles del baño.</li> <li>- Limpiar azulejos y espejos</li> <li>- Reemplazar toallas sucias.</li> <li>- Limpiar el piso</li> <li>- Preparar basureros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Secuencia cronológica de actividades de limpieza</li> <li>- Normas de higiene y salubridad</li> <li>- Tipos de materiales de equipo sanitario</li> <li>- Tipos de materiales de muebles de baño</li> <li>- Tipos de instrumentos de limpieza y su manipulación</li> <li>- Tipos de productos químicos y detergentes de limpieza</li> <li>- Manipulación de productos químicos de uso doméstico</li> <li>- Productos contaminantes del medio ambiente</li> <li>- Productos tóxicos para las personas</li> <li>- Medidas de seguridad personal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orden.</li> <li>- Innovación.</li> <li>- Creatividad.</li> <li>- Limpieza.</li> <li>- Cuidado.</li> <li>- Responsabilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cepillos.</li> <li>- Escoba.</li> <li>- Goma (Haragán).</li> <li>- Balde.</li> <li>- Esponja.</li> <li>- Bayeta.</li> <li>- Basureros.</li> <li>- Guantes.</li> <li>- Sopapa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpia el equipo sanitario, muebles y otros objetos del baño siguiendo las normas de higiene y salubridad profundamente.</li> <li>- Utiliza los detergentes e instrumentos adecuadas para la limpieza de azulejos y espejos.</li> <li>- Limpia el piso de acuerdo al tipo de material.</li> <li>- Aplica normas de seguridad para la manipulación responsable de detergentes y productos químicos</li> <li>- Manipula residuos de acuerdo a normas de higiene y salubridad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo el equipo sanitario, grifería muebles, espejos y azulejos y basureros están desinfectados y limpios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de instrumentos y materiales</li> <li>- Disponibilidad de tiempo.</li> </ul>

COMPETENCIA 1	MANTENER LA CASA LIMPIA Y ORDENADA DE ACUERDO A LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A						
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS <sup>3</sup>	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
1.5 LIMPIAR LA COCINA DE ACUERDO A NORMAS DE HIGIENE Y SALUBRIDAD Y LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Almacenar los alimentos que sobraron.</li> <li>- Desechar los desperdicios de la comida.</li> <li>- Clasificar la vajilla, cristalería, cubertería y utensilios de cocina para el lavado.</li> <li>- Manipular instrumentos de limpieza y detergentes.</li> <li>- Lavar vajilla, cristalería, cubertería y utensilios de cocina.</li> <li>- Ordenar vajilla, cristalería, cubertería y utensilios de cocina.</li> <li>- Limpiar el lavaplatos.</li> <li>- Limpiar mesones y mesas y otros muebles.</li> <li>- Descongelar el refrigerador.</li> <li>- Limpiar electrodomésticos y artefactos de cocina</li> <li>- Preparar basureros</li> <li>- Limpiar el piso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Almacenaje de alimentos</li> <li>- Clasificación de enseres de cocina.</li> <li>- Tipos de material de utensilios de cocina.</li> <li>- Tipos de instrumentos de limpieza.</li> <li>- Tipos de productos químicos de limpieza de cocina.</li> <li>- Manipulación de productos químicos de uso doméstico</li> <li>- Normas de higiene y salubridad.</li> <li>- Voltaje de electrodomésticos y enchufes.</li> <li>- Procedimientos de limpieza de electrodomésticos y artefactos de cocina.</li> <li>- Procedimiento de limpieza del refrigerador.</li> <li>- Productos contaminantes del medio ambiente.</li> <li>- Productos tóxicos para las personas.</li> <li>- Medidas de seguridad personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidado.</li> <li>- Creatividad.</li> <li>- Paciencia.</li> <li>- Orden.</li> <li>- Limpieza.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Pulcritud.</li> <li>- Responsabilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paños.</li> <li>- Esponja.</li> <li>- Gamuza.</li> <li>- Guantes.</li> <li>- Goma (haragán).</li> <li>- Balde.</li> <li>- Bayeta.</li> <li>- Basurero.</li> <li>- Virulana.</li> <li>- Escoba.</li> <li>- Cepillo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selecciona adecuadamente los alimentos para almacenarlos o desecharlos.</li> <li>- Protege los alimentos para evitar su contaminación.</li> <li>- Clasifica la vajilla sucia de acuerdo al tipo de suciedad</li> <li>- Lava y ordena la vajilla, cristalería, cubertería y utensilios de cocina siguiendo las normas de higiene y salubridad .</li> <li>- Limpia los muebles de cocina con los instrumentos y productos químicos adecuados.</li> <li>- Sigue el procedimiento para descongelar y limpiar el refrigerador con precisión.</li> <li>- Sigue el procedimiento para la limpieza de electrodomésticos y aparatos de cocina con seguridad.</li> <li>- Limpia los basureros adecuadamente.</li> <li>- Limpia el piso de acuerdo al tipo de material.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La cocina está limpia y ordenada de acuerdo a normas de higiene y salubridad y las costumbres del/la empleador /a.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de instrumentos y materiales.</li> <li>- Disponibilidad de tiempo.</li> <li>- Flexibilidad del empleador/a.</li> <li>- Acceso a información sobre los requerimientos y demandas nutricionales de los miembros de la familia.</li> </ul>

<sup>3</sup> No se consideran insumos como ceras, detergentes u otros, por la variabilidad de opciones y la dependencia de su selección en el/la empleador/a

COMPETENCIA 1	MANTENER LA CASA LIMPIA Y ORDENADA DE ACUERDO A LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A						
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS <sup>3</sup>	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
1.6 MANTENER LA LIMPIEZA INTERNA DE VIDRIOS, MARCOS DE VENTANAS Y PUERTAS, CORTINAS Y PAREDES DE ACUERDO A LAS COSTUMBRES Y FRECUENCIA ESTABLECIDA POR EL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpiar los vidrios interiormente.</li> <li>- Identificar los tipos de marcos de ventanas y puertas.</li> <li>- Limpiar marcos de ventanas y puertas.</li> <li>- Lavar cortinas</li> <li>- Sacar las manchas de las paredes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normas de seguridad para la limpieza de ventanas y paredes.</li> <li>- Tipos de detergentes y productos químicos de limpieza.</li> <li>- Manipulación de detergentes y productos químicos de limpieza</li> <li>- Materiales que rayan y manchan los vidrios y paredes.</li> <li>- Tipos de instrumentos de limpieza.</li> <li>- Productos contaminantes del medio ambiente.</li> <li>- Productos tóxicos para las personas.</li> <li>- Medidas de seguridad personal.</li> <li>- Técnicas de limpieza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpieza.</li> <li>- Cuidado.</li> <li>- Orden.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Responsabilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barbijo.</li> <li>- Atomizador.</li> <li>(Chisguete de agua).</li> <li>- Guantes.</li> <li>- Escalera.</li> <li>- Tijera.</li> <li>- Cepillo.</li> <li>- Paño.</li> <li>- Aspiradora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cubre el piso para no mojarlo.</li> <li>- Utiliza los detergentes e instrumentos apropiados con precisión.</li> <li>- Limpia vidrios, marcos, ventanas y puertas del interior del hogar sin correr riesgo.</li> <li>- Pone en práctica normas de seguridad mínimas para realizar la limpieza.</li> <li>- Lava las cortinas de acuerdo al tipo de material.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ventanas, cortinas paredes y puertas están limpias y en buen estado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de instrumentos y materiales.</li> <li>- Disponibilidad de tiempo.</li> </ul>

COMPETENCIA 2	PREPARAR ALIMENTOS VARIADOS DE ACUERDO AL REQUERIMIENTO DEL/LA EMPLEADOR/A						
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
2.1 ELABORAR EL MENÚ DE LA SEMANA DE ACUERDO A REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES MÍNIMOS Y EL GUSTO DEL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verificar la existencia de ingredientes.</li> <li>- Combinar los diferentes ingredientes.</li> <li>- Seleccionar ingredientes de acuerdo al clima.</li> <li>- Armar un menú variado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de ingredientes.</li> <li>- Tipos de alimentos y sus características.</li> <li>- Bases de alimentación y nutrición.</li> <li>- Gustos y costumbres del/la empleador/a.</li> <li>- Tipos de condimentos.</li> <li>- Recetas de platos nacionales e internacionales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creatividad.</li> <li>- Flexibilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recetarios.</li> <li>- Cuaderno.</li> <li>- Lápiz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Combina los alimentos de acuerdo a los requerimientos nutricionales básicos de la familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El menú de la semana satisface al empleador.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de tiempo.</li> <li>- Flexibilidad del /la empleador/a.</li> <li>- Acceso a información sobre los requerimientos y demandas nutricionales de los miembros de la familia.</li> </ul>
2.2 ADQUIRIR LOS INGREDIENTES PARA LA SEMANA DE ACUERDO AL MENÚ ELABORADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar la lista de compras.</li> <li>- Calcular la cantidad de ingredientes a adquirir.</li> <li>- Calcular costos de ingredientes.</li> <li>- Escoger el mejor producto.</li> <li>- Negociar los precios y las cantidades con vendedores.</li> <li>- Comprar ingredientes.</li> <li>- Sugerir a la empleadores la compra de productos frescos.</li> <li>- Rendir cuentas.</li> <li>- Guardar los ingredientes secos.</li> <li>- Conservar los ingredientes frescos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de ingredientes</li> <li>- Aritmética básica (suma y resta).</li> <li>- Formas de almacenaje de ingredientes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pulcritud.</li> <li>- Respeto.</li> <li>- Honestidad.</li> <li>- Limpieza.</li> <li>- Sociabilidad.</li> <li>- Acuciosidad.</li> <li>- Honradez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuentes.</li> <li>- Recipientes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elabora la lista de compras considerando precios y cantidades a ser adquiridas.</li> <li>- Realiza las compras en base a una lista acorde al menú de la semana.</li> <li>- Compra productos frescos, buenos y de calidad.</li> <li>- Realiza las compras respetando el presupuesto asignado.</li> <li>- Guarda los ingredientes respetando las formas de almacenaje según su tipo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se cuenta con los ingredientes necesarios para la preparación de los alimentos de acuerdo al menú de la semana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de ambientes y espacios adecuados para guardar alimentos.</li> </ul>

COMPETENCIA 2	PREPARAR ALIMENTOS VARIADOS DE ACUERDO AL REQUERIMIENTO DEL/LA EMPLEADOR/A						
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
2.3 COCINAR LOS ALIMENTOS DIARIOS DE ACUERDO AL MENÚ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisar la receta.</li> <li>- Alistar los utensilios.</li> <li>- Alistar los ingredientes.</li> <li>- Picar los ingredientes.</li> <li>- Realizar la preparación.</li> <li>- Sazonar la preparación.</li> <li>- Sustituir los ingredientes.</li> <li>- Rectificar sabores de la preparación.</li> <li>- Cocinar diferentes platos.</li> <li>- Controlar los tiempos de la preparación de alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recetas.</li> <li>- Normas de higiene y salubridad.</li> <li>- Bases de alimentación y nutrición.</li> <li>- Gustos y costumbres del/la empleador/a.</li> <li>- Condimentos.</li> <li>- Propiedades de cada condimento.</li> <li>- Tiempos de cocción de los alimentos.</li> <li>- Normas de seguridad en la cocina.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpieza.</li> <li>- Puntualidad.</li> <li>- Paciencia.</li> <li>- Creatividad.</li> <li>- Orden.</li> <li>- Positivismo.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Pulcritud.</li> <li>- Responsabilidad.</li> <li>- Flexibilidad.</li> <li>- Puntualidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mandil.</li> <li>- Pañoleta o gorro.</li> <li>- Recetario.</li> <li>- Cocina.</li> <li>- Horno.</li> <li>- Refrigerador.</li> <li>- Batidora.</li> <li>- Licuadora.</li> <li>- Moledora.</li> <li>- Reloj.</li> <li>- Juego de ollas.</li> <li>- Utensilios de cocina.</li> <li>- Reloj.</li> <li>- Tabla de picar.</li> <li>- Sartén.</li> <li>- Coladera.</li> <li>- Moldes.</li> <li>- Fuentes.</li> <li>- Envases de vidrio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pica los ingredientes en la forma y tamaño adecuados a la receta, tomando en cuenta normas de higiene y salubridad.</li> <li>- Incorpora los ingredientes a la preparación en el orden correcto.</li> <li>- Controla y corrige periódicamente el sabor de la preparación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La comida es preparada de acuerdo a la receta, respetando los requerimientos nutricionales mínimos y las normas de higiene y salubridad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuenta con los utensilios adecuados.</li> </ul>
2.4 SERVIR LOS ALIMENTOS DE ACUERDO A LAS CARACTERÍSTICAS DE LA PREPARACIÓN Y EL HORARIO FIJADO POR EL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poner la mesa.</li> <li>- Preparar los utensilios para servir los alimentos.</li> <li>- Servir los alimentos.</li> <li>- Decorar la presentación del plato.</li> <li>- Solucionar emergencias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normas de higiene y salubridad.</li> <li>- Horarios de alimentación de la familia.</li> <li>- Gustos y costumbres del/la empleador/a.</li> <li>- Estilos de preparación de mesas.</li> <li>- Estilos de decoración del plato.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paciencia.</li> <li>- Amabilidad.</li> <li>- Creatividad.</li> <li>- Orden.</li> <li>- Higiene.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Cuidado.</li> <li>- Dignidad.</li> <li>- Pulcritud.</li> <li>- Respeto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mandil.</li> <li>- Sacacorchos.</li> <li>- Abridor.</li> <li>- Mantelería.</li> <li>- Vajilla.</li> <li>- Cristalería.</li> <li>- Alcuza.</li> <li>- Cubertería.</li> <li>- Individuales.</li> <li>- Utensilios de cocina.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coloca la mantelería, vajilla, cristalería y cubertería en los lugares apropiados de acuerdo a la ocasión y el gusto del/la empleador/a.</li> <li>- Sirve la comida cuidando las normas de higiene y salubridad.</li> <li>- Utiliza los utensilios adecuados para la preparación a ser servida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comensales satisfechos de la atención.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contar con utensilios según la ocasión a servir .</li> </ul>

COMPETENCIA 3	MANTENER LA ROPA LIMPIA, PLANCHADA Y EN BUEN ESTADO OPORTUNAMENTE						
SUB COMPETENCIA	HABILIDADES	CONOCIMIENTOS	ACTITUDES	INSTRUMENTOS	CRITERIOS DE PROCESO	CRITERIOS DE RESULTADOS	CONDICIÓN
3.1 LAVAR ROPA DE ACUERDO A LAS CARACTERÍSTICAS DE SUS FIBRAS Y LAS COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clasificar la ropa.</li> <li>- Seleccionar detergente.</li> <li>- Refregar la ropa.</li> <li>- Desmanchar la ropa.</li> <li>- Exprimir la ropa.</li> <li>- Tender la ropa.</li> <li>- Interpretar las instrucciones de la lavadora.</li> <li>- Interpretar las instrucciones del lavado de cada prenda.</li> <li>- Lavar prendas en lavadora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de materiales de la ropa.</li> <li>- Manejo de fibras textiles.</li> <li>- Simbología de las etiquetas de la ropa.</li> <li>- Tipos de instrumentos y detergentes para lavado y desmanchado.</li> <li>- Técnicas de lavado y desmanchado.</li> <li>- Manejo de electrodomésticos de lavado y centrifugado.</li> <li>- Medidas de seguridad personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidado.</li> <li>- Esmero.</li> <li>- Responsabilidad.</li> <li>- Organización.</li> <li>- Respeto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bateas.</li> <li>- Lavandería.</li> <li>- Guantes.</li> <li>- Dispositivo para colgar la ropa.</li> <li>- Lavadora.</li> <li>- Secadora.</li> <li>- Ganchos o pinzas de ropa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Separa la ropa por sus características de tejido, color e instrucciones de lavado.</li> <li>- Sigue las instrucciones de lavado de las prendas correctamente.</li> <li>- Economiza la cantidad de agua utilizada en el lavado de la ropa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La ropa lavada está limpia y conserva su color y tamaño original.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contar con agua suficiente para el lavado.</li> </ul>
3.2 PLANCHAR ROPA DE ACUERDO A LAS CARACTERÍSTICAS DE SUS FIBRAS Y COSTUMBRES DEL/LA EMPLEADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clasificar la ropa.</li> <li>- Planchar la ropa.</li> <li>- Doblar la ropa.</li> <li>- Guardar la ropa planchada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de materiales de la ropa.</li> <li>- Manejo de fibras textiles que requieren planchado.</li> <li>- Simbología de las etiquetas de la ropa.</li> <li>- Manejo de electrodomésticos e instrumentos de planchado.</li> <li>- Técnicas de planchado.</li> <li>- Técnicas de doblado de la ropa.</li> <li>- Costumbres del/la empleador/a.</li> <li>- Medidas de seguridad personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidado.</li> <li>- Paciencia.</li> <li>- Creatividad.</li> <li>- Organización.</li> <li>- Iniciativa.</li> <li>- Responsabilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plancha.</li> <li>- Mesa de planchar.</li> <li>- Paños de planchar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clasifica la ropa de acuerdo al tipo de fibra.</li> <li>- Plancha la ropa de acuerdo a las características de cada prenda y las técnicas de planchado.</li> <li>- Dobra la ropa según sus características y técnicas de doblado.</li> <li>- Guarda la ropa cuidando que no se arrugue.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La ropa planchada esta doblada y guardada de acuerdo a sus características y las costumbres del/a empleador/a.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contar con los instrumentos e insumos necesarios.</li> </ul>
3.3 REPARAR PEQUEÑOS DAÑOS DE LA ROPA QUE ASÍ LO REQUIERA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coser botones.</li> <li>- Costurar prendas pequeñas.</li> <li>- Zurcir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantenimiento de ropa.</li> <li>- Costura.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voluntad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Agujas.</li> <li>- Tijeras.</li> <li>- Botones.</li> <li>- Hilo.</li> <li>- Lana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coloca los botones adecuadamente.</li> <li>- Cose pequeñas fallas de la ropa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La ropa está en buenas condiciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidad de instrumentos para realizar el trabajo.</li> </ul>

## 7. SITUACIONES COMPLEJAS, SITUACIONES FRECUENTES Y FUTURO DE LA OCUPACIÓN

### 7.1. SITUACIONES COMPLEJAS

En nuestro país, en particular, y en Latinoamérica en general, el trabajo doméstico asalariado constituye uno de los nudos más significativos de las relaciones laborales y sociales, por la desvalorización e invisibilización, siendo que muchas veces el apoyo se extiende más allá de el mero servicio doméstico al tenerse que enfrentar a situaciones complejas tales como:

- Emergencias médicas de algún miembro de la familia.
- Atención de acontecimientos con visitas.
- Apoyo en la atención de niños o personas con capacidades diferentes.

### 7.2. SITUACIONES FRECUENTES

Las situaciones frecuentes en el servicio doméstico asalariado se describen en las subcompetencias del presente estándar, ya que estas actividades son cotidianas y no pueden ser evadidas ni desatendidas.

### 7.3. FUTURO DE LA OCUPACIÓN

El servicio doméstico asalariado tiene el objetivo de mejorar las condiciones de vida, vivienda, alimentación y remuneración, para lo cual se plantea:

- Afiliación de la mayoría de los/las trabajadores/as asalariados/as del hogar en su federación sindical.
- Difusión, interacción y sensibilización de las instituciones del Estado y la sociedad civil en la problemática del trabajo asalariado del hogar.
- Acceso a la seguridad social y jubilación.
- Formación, capacitación y asesoramiento técnico y jurídico legal.

## 8. GLOSARIO

**Acuciosidad:** Cualidad de acucioso (Acucioso: diligente, solícito, presuroso).

**Alimentos:** Cada una de las sustancias que un ser vivo consume toma o recibe para su nutrición.

**Casa particular:** Espacio físico o infraestructura habitada por un grupo de personas, habitualmente un grupo familiar, restringido en acceso y uso a sus miembros.

**Cocción:** Acción de cocer.

**Cocer:** Convertir un alimento crudo en comestible exponiendo el mismo a la acción del calor sumergido en un medio líquido (agua, aceite, salsa, fondo, leche, etc.)

**Cubertería:** Conjunto de cucharas, tenedores, cuchillos y utensilios semejantes para el servicio de mesa.

**Familia:** Es un grupo de personas relacionadas entre sí por lazos de consanguinidad, espirituales o emocionales.

**Haragán (goma):** Utensilio para fregar el suelo que consta de un palo horizontal con una goma y de un palo vertical con el que se maneja.

**Hogar:** Es un término usualmente utilizado por las personas para denominar el lugar donde viven y está estrechamente relacionado a sensaciones de seguridad y pertenencia. La palabra proviene del lugar donde se encendía el fuego y las familias se reunían a calentarse y alimentarse. Remite por tanto al domicilio pero sobre todo a un sentimiento de convivencia en familia o en grupo familiar.

**Ingrediente:** Componentes que entran con otras en un remedio en una bebida un guisado u otro compuesto.

**Lúdico:** Relativo al juego.

**Mantelería:** Juego de mantel y servilletas.

**Preparación:** Elaboración del almuerzo, cena, desayuno, etc.

## 9. REFERENCIAS

- **GACETA OFICIAL DE BOLIVIA**, Ley 2450 de Regulación del Trabajo Asalariado del Hogar, 9 de abril de 2003.
- **KELL**, Martha, Limpieza de la casa. Agricultural Extension Service. The University of Tennessee, SF
- **REAL ACADEMIA DE LA LENGUA**, Diccionario, Vigésima segunda edición
- **SPCC**, Caracterización de la ocupación Trabajador/a Asalariado/a del Hogar, 2010

El Sistema Plurinacional de Certificación de Competencias (SPCC) tiene base legal en el Decreto Supremo N° 29876 promulgado el 24 de diciembre de 2008.

El Estado Plurinacional de Bolivia, reconoce las competencias adquiridas por las personas durante el transcurso de su vida laboral, sin importar cómo ni dónde haya adquirido las mismas, a partir de procesos de evaluación del desempeño y la otorgación de un Certificado de Competencias.

La Certificación de Competencias es un documento escrito y documentado que otorga el Estado Boliviano, donde reconoce el nivel de desarrollo de las competencias de las personas que despliegan conocimientos, destrezas y habilidades en ocupaciones productivas de servicio y artísticas.

Cuando una persona recibe un Certificado de Competencias, tiene mayores oportunidades de empleabilidad así como posibilidades de capacitarse en distintas áreas de la ocupación que ameriten ser actualizadas.