

NATIONAL DOMESTIC WORKERS ALLIANCE

Informe especial

“JUSTO CUANDO ESTABA PIDIENDO UN DÓLAR EXTRA”

La pérdida de empleos de las trabajadoras del hogar, la competencia, y sus impulsores relacionados a la economía y la inmigración en 2025-2026

Junio de 2026

En la segunda mitad de 2025, las trabajadoras del hogar experimentaron niveles sin precedentes de inseguridad financiera y altas en los problemas de salud mental en medio de una intensa actividad de control de inmigración y una creciente incertidumbre económica. Hacia finales de año, las trabajadoras del hogar [reportaron](#) un empeoramiento de las dinámicas de poder con sus empleadores (especialmente en el caso de las [trabajadoras inmigrantes](#)), una afluencia de nuevas trabajadoras procedentes de otros sectores y una crisis económica en cadena que afecta no solo a las trabajadoras del hogar, sino también a sus empleadores.

Consciente de estos patrones y profundamente preocupadas por los mismos, en la primavera de 2026, la Alianza Nacional de Trabajadoras del Hogar (ANTH) se propuso investigar las experiencias de las trabajadoras del hogar que habían perdido sus empleos durante el año anterior. Este informe presenta testimonios de las trabajadoras, recopilados a partir de más de dos docenas de entrevistas en profundidad entre compañeras y discusiones grupales realizadas por miembros de los [Consejos de Trabajadoras de la ANTH](#) entre el 20 de marzo y el 27 de abril de 2026. También presenta hallazgos de encuestas longitudinales de personas trabajadoras del hogar hispanohablantes quienes están inscritas en [La Alianza](#) realizadas entre el 1º de enero de 2025 y el 15 de mayo de 2026.

Resumen

- La pérdida de trabajo del hogar aumentó en el último año, y el desempleo algunas veces sucedió de nuevo en varias ocasiones y/o se tardó meses para resolver.
- La pérdida de empleo afectó a las trabajadoras del hogar de todos los sectores (trabajadoras de limpieza de casas, trabajadoras de cuidado en el hogar, niñeras), independientemente de su situación migratoria, años de experiencia y tipo de empleador, pero las trabajadoras del hogar inmigrantes fueron las más afectadas.
- Las trabajadoras declararon que, ante el aumento del costo de vida y los perjuicios generalizados causados por las medidas de control migratorio, los empleadores estaban despidiendo a las trabajadoras del hogar que ya no podían mantener o buscando nuevas trabajadoras que realizaran el mismo trabajo por un salario menor.

- Las trabajadoras del hogar que perdieron sus empleos se enfrentaron a una mayor competencia y a un mayor escrutinio relacionado con la inmigración en el mercado laboral, lo que, en conjunto, provocó una caída de los salarios.

La magnitud del problema

Los datos de la encuesta de La Alianza indicaron que el desempleo entre las trabajadoras del hogar era un fenómeno preocupante y cada vez más común desde principios de 2025. Los resultados también mostraron que, en ocasiones, el desempleo podía reaparecer y tardar meses en resolverse.

Entre el 1° de enero de 2025 y el 15 de mayo de 2026, el 17.1% de todas las encuestadas de La Alianza estuvieron desempleadas al menos una vez (1,401 de un total de 8,175 encuestadas únicas). De esas trabajadoras, el 26.6% (n = 372) estuvo desempleado dos o más veces durante este período.

Después de que el desempleo entre las trabajadoras del hogar hubiera disminuido durante años a raíz de la pandemia de COVID-19, el porcentaje de encuestadas que se encontraban desempleadas en un trimestre determinado se disparó en 2025 y se mantuvo alto hasta empezar el 2026, y apenas ahora está comenzando a estabilizarse. El porcentaje de encuestadas que estaban desempleadas fue del 12.2% en el primer trimestre de 2025, del 12.4% en el segundo trimestre, del 13.6% en el tercer trimestre, del 14.7% en el cuarto trimestre y del 14.1% en el primer trimestre de 2026. Como se [reportó](#) a principios de este año, el desempleo entre las trabajadoras del hogar, según la encuesta de La Alianza (en la que casi todas las encuestadas se identifican como latinas), era mucho más alto que la tasa nacional de desempleo de las [mujeres hispanas](#).

Una encuesta separada de 577 trabajadoras del hogar que hablan español en febrero de 2026 reveló que el 30% de las encuestadas no había tenido un empleo remunerado como trabajadora de hogar en los tres meses anteriores. Entre las personas que respondieron sin un trabajo de hogar reciente, el 60% no tuvo ningún trabajo. Otras personas habían encontrado trabajo diferente, con la industria más común siendo la limpieza de oficinas.

Las trabajadoras impactadas por la pérdida de empleo

Las entrevistas pusieron de relieve lo generalizado que es el desempleo entre las trabajadoras del hogar. También revelaron que la pérdida de empleos durante el último año había afectado a las trabajadoras del hogar de todos los sectores, independientemente de su estatus migratorio, años de experiencia y tipo de empleador (a través de agencias o con pago directo).

- Las trabajadoras miembros del consejo informaron de casos de pérdida de empleo en los tres sectores del trabajo de hogar: las personas que se dedican a la limpieza de casas suelen perder a sus clientes “poco a poco”, las trabajadoras del cuidado en el hogar se enfrentan a una reducción de horas o a la pérdida total del empleo, y las niñeras suelen perder sus trabajos por completo.

- Los datos de una encuesta realizada entre trabajadoras del hogar hispanohablantes respaldaron estas conclusiones al mostrar que las niñeras eran las que más probablemente reportaban estar desempleadas en los últimos trimestres, seguidas por las trabajadoras del cuidado en el hogar y, por último, las trabajadoras de limpieza. Por ejemplo, en el primer trimestre de 2026, el 19.3% de las niñeras encuestadas estaban desempleadas, seguidas por el 16.0% de las trabajadoras del cuidado en el hogar, y el 12.5% de las empleadas trabajadoras de limpieza de casas.
- Tanto las trabajadoras nacidas en Estados Unidos como las inmigrantes perdieron empleos en el sector de trabajo del hogar durante el último año, pero las trabajadoras inmigrantes fueron las más afectadas.
- Años de experiencia no protegieron antes la pérdida de empleo. Las trabajadoras entrevistadas tenían entre unos meses hasta más de 20 años de experiencia trabajando con un empleador en particular antes de perder su empleo.
- Ni las trabajadoras que cobraban de forma privada ni las empleadas por agencias estaban protegidas contra el despido.

Impulsores de la pérdida de empleos

Cuando se les preguntó por qué habían perdido sus empleos, las trabajadoras relataron una variedad de justificaciones por parte de los empleadores, todas ellas basadas en un patrón central: ante el aumento del costo de vida, una economía inestable y los daños generalizados causados por las medidas de control migratorio, los empleadores estaban despidiendo a las trabajadoras del hogar a quienes ya no podían mantener o —en un mercado laboral cada vez más competitivo en el sector del trabajo de hogar— reemplazándolas por alguien que hiciera más trabajo por el mismo salario o por menos.

En varios casos, las trabajadoras declararon que las dificultades económicas estaban llevando a las familias a recortar drásticamente los gastos en servicios del hogar de su presupuesto, lo que provocaba la pérdida de empleo para las trabajadoras. Por ejemplo, una trabajadora de limpieza describió cómo, a lo largo del último año, fue perdiendo gradualmente los 10 hogares en los que trabajaba. Como lo resumió una trabajadora de cuidado en el hogar de Connecticut:

“Hablé con trabajadoras de limpieza y trabajadoras de cuidado en el hogar: Y lo que me sorprendió es que a todas las personas que entrevisté les han reducido las horas de trabajo o, si se dedicaban a limpiar casas, han perdido los hogares que limpiaban. Y la pregunta que hice fue: “¿Por qué?”. Y la mayoría de las trabajadoras de limpieza sienten que esta pregunta va dirigida a los propietarios. Les afecta directamente a sus bolsillos, y precisamente por eso, el primer gasto que quieren recortar es el de la limpieza del hogar”.

Junto con las presiones económicas que afectan tanto a los empleadores como a las trabajadoras, el endurecimiento de las medidas de control migratorio fomentó la competencia por los empleos en el sector del trabajo de hogar. Las trabajadoras declararon que, además de

las trabajadoras del hogar con experiencia que buscaban nuevos empleos porque habían perdido el suyo recientemente, estaban ingresando al mercado laboral del servicio del trabajo de hogar nuevas trabajadoras cuyos familiares habían sido deportados o habían perdido sus empleos en sectores afectados por las medidas de control migratorio, como la construcción.

Las trabajadoras también hicieron referencia al hecho de que los empleadores sentían que tenían una posición de mayor poder frente a ellas en el contexto de esta crisis económica y de cumplimiento de las leyes. Esto llevó a los empleadores a exigir más trabajo por el mismo salario o por menos y, en muchos casos, a despedir a sus trabajadoras del hogar actuales. Como lo resumió una niñera de Chicago:

“¿Por qué los empleadores juegan con nosotras? Es un juego de apuestas: me caes bien, pero si quieres el salario que ella pide, nos pondrán unas contra otras para que trabajemos más por menos dinero”.

En una entrevista, el empleador de una trabajadora de cuidado en el hogar intentó reducirle el salario después de años en el trabajo y sin que hubieran cambiado sus responsabilidades. Cuando ella dijo que no podía aceptar un salario más bajo, la despidieron. En otro caso, una empleadora le dijo a una niñera que tenía que dejarla ir porque el esposo de la empleadora había perdido su trabajo. Aunque más adelante ella descubrió que la familia había contratado a otra persona que aceptó la misma posición de niñera por un salario más bajo. Después de más de dos años trabajando para una familia, otra niñera pidió que le pagaran un dólar más por hora y licencia por enfermedad. En vez de otorgarle este aumento y el beneficio, el empleador le dijo a la niñera que iba a buscar una niñera diferente, con la excusa de que era debido a que no tiene una licencia de conducir válida en ese estado.

Experiencias después de la pérdida del empleo

Las trabajadoras que perdieron sus empleos informaron que agotaron sus ahorros, se dedicaron a actividades generadoras de ingresos a corto plazo y se enfrentaron a una mayor competencia, así como a preguntas ajenas al tema y potencialmente ilegales destinadas a evaluar su temor a las medidas de control migratorio mientras buscaban un nuevo empleo, lo cual a veces les llevó meses para encontrar.

Durante la pandemia de COVID-19, muchas trabajadoras que habían acumulado ahorros vieron cómo estos [se agotaban](#) al enfrentarse a un desempleo que se disparó y que, en muchos casos, se prolongó durante mucho tiempo. Cuando los despidos volvieron a dispararse en 2025 y se prolongaron hasta 2026, se observó una tendencia similar. Varias trabajadoras del hogar se quedaron sin trabajo durante varios meses —a pesar de buscar empleo activamente— y, mientras tanto, tuvieron que recurrir a sus escasos ahorros. Tal como lo describió la trabajadora de cuidado en el hogar citada anteriormente, quien perdió su empleo cuando su empleador amplió sus responsabilidades:

“Tardé aproximadamente cuatro meses para encontrar otro trabajo. Durante ese tiempo, viví de los pocos ahorros que mi esposo y yo teníamos, y también tuve que depender de la asistencia alimentaria para cubrir nuestros gastos. Ahora

que llevo dos semanas sin trabajo otra vez, he vuelto a recurrir a la despensa de alimentos”.

Las trabajadoras también informaron que vendían alimentos u otros artículos preparados en casa como fuente alternativa de ingresos y que recurrían a trabajos temporales cuando fracasaban sus repetidos intentos por encontrar un empleo adecuado. Por ejemplo, una trabajadora perdió su empleo como niñera y trabajadora de limpieza de casas cuando su empleador, con quien había trabajado durante seis años, ya no pudo seguir pagando sus servicios. De inmediato se puso a buscar un nuevo trabajo, pero le costó mucho encontrar nuevos clientes, lo que la llevó a recurrir a una agencia de empleo temporal que ofrecía trabajos de corta duración como trabajadora de limpieza, niñera o trabajadora de cuidado en el hogar. A pesar de sus esfuerzos, ella ha acumulado deudas para cubrir los gastos de su hogar. La miembro del consejo de trabajadoras que entrevistó a esta trabajadora describió los problemas económicos relacionados con la pérdida del empleo:

“Imagina endeudarte solo porque no puedes encontrar trabajo... y tener que gastar lo que se suponía que era tu futuro”.

El mismo tipo de competencia que, como se señaló anteriormente, contribuyó a la pérdida de empleos, también provocó una caída en los salarios entre quienes buscaban trabajo en el sector de trabajo de hogar. Una trabajadora de cuidado en el hogar, que era abogada en su país de origen y llegó a Estados Unidos como residente permanente legal, resumió su experiencia en la búsqueda de un empleo permanente después de perder a un cliente de largo tiempo y de haber tenido varios empleos temporales:

“Mi experiencia no ha sido fácil. Hay factores como el idioma, la edad, y el miedo a perder mi estatus [legal] en esta época. Eso hace que sea difícil encontrar un trabajo que ofrezca los beneficios y las ventajas a las que tienes derecho, y te da miedo reclamarlos en estos momentos. En esta época en la que todos te juzgan basándose en estereotipos y hay mucha competencia de personas que cobran menos y devalúan su trabajo, eso pone a los empleadores en una posición de poder: te hacen competir por el salario, así que terminas trabajando más duro para conseguir un aumento mientras ganas menos de lo que realmente vales”.

Como se demuestra en esa cita, los desafíos económicos de las trabajadoras del hogar inmigrantes han sido agravados por los temores relacionados con la inmigración. Por ejemplo, algunas trabajadoras con estatus legal no habían solicitado la indemnización por accidentes de trabajo tras sufrir lesiones relacionadas con el trabajo ni otras prestaciones a las que tenían derecho, por temor a que presentar denuncias los pusiera en riesgo de ser objeto de medidas de control migratorio:

“Siguen trabajando —lesionadas, recién operadas, en cualquier situación— y ni siquiera piden que se les cubran los gastos médicos, por miedo”.

Al desenvolverse en el mercado laboral, las trabajadoras también informaron que las agencias y los empleadores familiares utilizaban preguntas indirectas para indagar sobre su situación

legal y su vulnerabilidad ante las medidas de control migratorio. Según lo describe una trabajadora de cuidado en el hogar de Connecticut:

“No se atreven a preguntarlo directamente, pero lanzan preguntas sobre lo que está pasando. Preguntan: “¿Qué opinas de lo que está pasando con [el presidente] Trump?” Quieren saber si uno se involucra en esa conversación sobre inmigración para ver qué pueden sacarle”.

Además de las consecuencias económicas de estas tendencias de pérdida de empleo y de la dificultad para encontrar un trabajo nuevo y adecuado, las trabajadoras también expresaron una gran preocupación por la salud mental. Una miembro del consejo de trabajadoras entrevistó a tres trabajadoras del hogar en Carolina del Norte y relató los temores, los desafíos y la resiliencia que todas compartían en relación con la inmigración, en el contexto de la dificultad para encontrar y conservar un empleo:

“Creo que la salud mental se está viendo gravemente afectada —extremadamente afectada—, independientemente de si una persona tiene documentos o no, o de si está sana o no. Creo que el miedo es aterrador.

Pero otra cosa que también noté en las entrevistas es que, a pesar de estos obstáculos, la gente siente que no tiene tiempo para el miedo. Una persona me dijo: “No puedo tener miedo; tengo que seguir ganando dinero, tengo que seguir avanzando, así que tengo que encontrar la manera de adaptarme —como dicen, cambiando a otro sector, como la venta de alimentos— y reinventarme hasta que pase esta situación difícil”.

¿Por qué esto importa?

Este informe y [otros informes recientes](#) de investigación de métodos mixtos de la ANTH muestran que, en la segunda mitad de 2025 y los primeros meses de 2026, las trabajadoras del hogar han navegado condiciones de empleo y económicas deterioradas, incluyendo un aumento del desempleo.

Ante el aumento del costo de vida, la continua incertidumbre económica y los daños generalizados causados por las medidas agresivas de control migratorio, los empleadores han recortado los servicios de limpieza y las horas de cuidado en el hogar; le han pedido a sus trabajadoras de cuidado en el hogar de mucho tiempo que sigan prestando los mismos servicios esenciales por un salario menor; han despedido a las trabajadoras que pidieron un aumento salarial; y han despedido a una niñera para reemplazarla por otra que aceptó hacer el mismo trabajo por un salario más bajo.

Cuando estas trabajadoras del hogar buscan nuevos empleos, se enfrentan nuevamente a una intensa competencia —incluida la de quienes se incorporan por primera vez al sector del trabajo de hogar— y a un mayor control en materia migratoria, lo que, en conjunto, provoca una disminución de los salarios y un empeoramiento de las condiciones laborales para todas.

A medida que la ANTH y organizaciones aliadas avanzan nuevas e innovadoras [campañas](#), [programas](#), y [herramientas](#) para abordar problemáticas perniciosas como los salarios bajos y malas condiciones laborales en el trabajo de hogar, estas reflexiones sobre la precariedad laboral, la competencia y el comportamiento de los empleadores deberían servir de base para los debates sobre cómo maximizar las mejoras que se necesitan con urgencia en materia de salarios y condiciones laborales, y minimizar los posibles daños no intencionales para las trabajadoras. En términos más generales, este informe subraya la necesidad de llevar a cabo una recopilación y un análisis sólidos, tanto cuantitativos como cualitativos, de datos centrados en las trabajadoras del hogar, con el fin de comprender sus necesidades cambiantes y cómo sus experiencias en el mercado laboral pueden tanto reflejar cómo diferir de las tendencias observadas en la economía estadounidense en general.