



PROGRAMA REGIONAL IGUAL VALOR, IGUALES DERECHOS. PROYECTO MUJERES, DIGNIDAD Y TRABAJO – FASE III

Términos de referencia para la contratación de servicios profesionales para la implementación de un curso intermedio de cocina para personas trabajadoras en el hogar.

1. ANTECEDENTES

En México, según la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), al segundo trimestre de 2024, había 2,402,752 personas realizando trabajo del hogar remunerado a nivel nacional, una actividad principalmente realizada por mujeres (91.9 %). Su ingreso promedio a nivel nacional es de \$4,478 pesos; mientras que en la Ciudad de México es de \$5,107. De cada 100 trabajadoras del hogar, 98 prestan sus servicios sin un contrato escrito, y solo 4 de cada 100 tienen acceso a servicios de salud. Además, 36 de cada 100 cuentan con algún tipo de prestación, como aguinaldo o vacaciones.

La Encuesta Nacional sobre Discriminación 2022 indica que el 34.6% de las trabajadoras declaró haber sido discriminada. Asimismo, el 88.3% considera que su trabajo es poco valorado por la mayoría de las personas, y el 72.3% señaló que, al perder algún objeto, generalmente se culpa a la empleada del hogar. El 55.6% manifestó haber percibido poco o nada de respeto hacia sus derechos en el país.

El 48.4% de las trabajadoras del hogar declaró que la falta de prestaciones laborales (seguro, aguinaldo, vacaciones pagadas, etcétera) es la principal problemática que enfrentan. Por otro lado, el 29.9% mencionó que las malas condiciones de trabajo (horarios extensos, bajo salario) son el mayor desafío, mientras que el 20.2% se refirió al maltrato o abuso por parte de las personas que las contratan.

Solo el 11.9% expresó haber tenido acceso a prestaciones laborales (aguinaldo, vacaciones con goce de sueldo), el 2.7% firmó un contrato laboral y el 8.0% recibió apoyo en el pago del seguro médico o social.

CACEH NACIONAL

El Centro Nacional para la Capacitación Profesional y Liderazgo de las Empleadas del Hogar ([CACEH NACIONAL](#)) surge en el año 2000 como un espacio autónomo e independiente, integrado por y para trabajadoras del hogar, a partir de nuestra propia iniciativa, necesidades y experiencias. Desde entonces empezamos a construir un lugar propio de convivencia, pero sobre todo de aprendizaje sobre ser mujer, trabajadora y empleada del hogar, en un contexto donde nuestro trabajo, el trabajo del hogar, no es valorado ni reconocido. Nuestra **misión**: somos un movimiento que incide, capacita y profesionaliza a las personas trabajadoras del hogar, fortaleciendo su liderazgo. Promueve el cumplimiento de los derechos humanos y el cambio cultural del paradigma laboral desde los hogares. Nuestra **Visión**: Un lugar donde se respetan los derechos y la dignidad humana de las personas trabajadoras del hogar, sin discriminación alguna, reconociendo la aportación de su trabajo a la sociedad.



1.1 Mujeres, Dignidad y Trabajo – Fase III

En América Latina y el Caribe, hay 14 millones de personas que se dedican al trabajo del hogar remunerado, de las cuales el 93% son mujeres. El trabajo doméstico supone en promedio entre el 10,5% y 14,3% del empleo de las mujeres en la región, lo que significa que una parte importante de la población activa, especialmente de las mujeres, lo hace en condiciones precarias y sin acceso a la protección social.

Asimismo, el 81,7% de las trabajadoras posee una alta autoconfianza técnica y se reconocen como profesionales, pero esta seguridad se desmorona ante las jerarquías de poder, donde solo el 35,8% se siente capaz de interlocutar con el gobierno y el 45,1% de negociar su salario. A esto se suma una brecha funcional digital; aunque la conectividad es masiva (78% acceso diario) y el uso de WhatsApp casi universal, apenas el 21% utiliza la tecnología para cálculos laborales y menos de la mitad accede a la banca móvil, limitando el teléfono a una herramienta de socialización y no de defensa de derechos. Este escenario convive con una violencia endémica normalizada (51,1% de víctimas directas) y crisis humanitarias específicas, donde el miedo supera a la tecnología disponible para la denuncia. Sin embargo, la activación colectiva y la confianza horizontal entre pares (63,7% de participación conjunta) emergen como el único puente funcional hacia la incidencia política.

En este contexto, entre 2019 y 2021, CARE, a través del Programa Regional Igual Valor, Iguales Derechos (antes Programa de Trabajo Digno), coordinó la implementación del proyecto Mujeres, Dignidad y Trabajo (MDT) FASE I. Para 2022, El proyecto MDT Fase II amplió su cobertura geográfica a 5 países con la inclusión de México y Honduras, y a nivel regional en asocio con la Confederación Latinoamericana y del Caribe de Trabajadoras del Hogar (CONLACTRAHO).

La fase III de este proyecto inició el 1 de enero de 2025 y tiene como objetivo general contribuir a mejorar el trabajo decente y la justicia económica para las personas trabajadoras del hogar, sus organizaciones, sindicatos y movimientos, incidiendo en procesos de prevención, y atención de violencias basadas en género, acoso, xenofobia y racismo en el contexto laboral, y en los procesos de ratificación y cumplimiento de convenios y mecanismos nacionales e internacionales para el ejercicio de sus derechos laborales, humanos y a cuidar y a ser cuidados.

En el marco de este proyecto, CACEH convoca a personas capacitadoras, instituciones y/o centros para la realización de un curso de profesionalización para el trabajo en el hogar, dirigido a personas trabajadoras del hogar de la Ciudad de México-

OBJETIVOS

Objetivo general: fortalecer los conocimientos y habilidades culinarias a través de prácticas de cocina seguras, eficientes y de calidad, que contribuyan a dignificar su trabajo, reconocer su valor profesional y mejorar sus condiciones laborales y oportunidades de desarrollo.

Objetivos específicos:

- a) Desarrollar habilidades culinarias básicas y prácticas, aplicando técnicas de preparación, cocción y presentación de alimentos acordes a las necesidades del trabajo en el hogar.
- b) Aplicar normas de higiene, seguridad alimentaria y prevención de riesgos, reconociendo su importancia como parte del derecho a condiciones de trabajo seguras y saludables.



- c) Planificar menús equilibrados y variados, considerando nutrición, presupuesto, tiempo disponible y preferencias culturales, como parte de una prestación laboral de calidad y profesional.
- d) Optimizar el uso del tiempo, insumos y recursos, fortaleciendo la organización del trabajo y el reconocimiento del valor del trabajo en el hogar.
- e) Reconocer y ejercer sus derechos humanos laborales, vinculando sus habilidades culinarias con el derecho al trabajo digno, la no discriminación y la remuneración justa.

2. ENFOQUES QUE SE DEBE INCORPORAR EN EL DESARROLLO DEL CURSO.

Enfoque de género

Es el marco de análisis para determinar las diferencias, desigualdades y jerarquías entre hombres y mujeres en el uso del poder, los recursos, los beneficios, y para identificar, evaluar y cuestionar la discriminación y la desigualdad como factores de exclusión de las mujeres, que pretenden justificarse en las diferencias biológicas, extendiéndolas al campo de lo simbólico¹. Además, permite analizar el impacto diferenciado que las instituciones, las constituciones, las leyes, la actuación de las autoridades y las prácticas sociales, tienen sobre las vidas de las mujeres y los hombres.

Enfoque de derechos humanos

Los derechos humanos se basan en una teoría de la justicia; es decir, una propuesta ideal de ordenación social que ofrece respuestas a los principales problemas de la convivencia humana en sociedad. Actúan como parámetro ético para juzgar la legitimidad de las instituciones, de las constituciones y las leyes y la actuación de las autoridades²

Con la Declaración Universal de los Derechos Humanos, en el contexto de la creación de la ONU, las mujeres organizadas reiniciaron un proceso de reivindicación de sus derechos como humanas.

Enfoque trabajo decente

Se toma en cuenta el concepto de Trabajo Decente definido por la Organización Internacional del Trabajo (OIT),

como un *“trabajo adecuadamente remunerado, ejercido en condiciones de libertad, equidad y seguridad, capaz de garantizar una vida digna”*. El trabajo decente es una condición fundamental para superar la pobreza, reducir las desigualdades sociales, garantizar la gobernabilidad democrática y el desarrollo sostenible.

Enfoque de Interseccionalidad:

Para una adecuada comprensión del trabajo del hogar remunerado es necesario considerar las interseccionalidades que convergen y que evidencian los múltiples campos de opresión que determinan la condición de vulnerabilidad en la que viven muchas mujeres trabajadoras del hogar. Asimismo, el análisis y lenguaje de la interseccionalidad ha sido diseñado para dar

¹ CMP Flora Tristán (2005) Glosario de Derechos Humanos, Género, Políticas Públicas y Salud Sexual y Reproductiva, Editorial Línea Andina SAC, Lima, p. 40.

² González Amuchástegui, Jesús, Autonomía, dignidad y ciudadanía. Una teoría de los derechos humanos, Editorial Tirant lo Blanch, Valencia, 2004, p. 32.



visibilidad a históricas discriminaciones vividas por millares de mujeres y niñas en el mundo (Arnaiz, 2015): la categoría de género está profundamente articulada a otras dimensiones como la etnia, la clase, la edad, que son generadoras de formas particulares de desigualdad y discriminación, en diversos ámbitos de la vida social, uno de los cuales es el “mundo” del trabajo (Osorio y Jiménez, 2016).

3. METODOLOGÍA

El proceso de aprendizaje deberá aplicar los enfoques antes descritos, así como un enfoque participativo, teórico y práctico que les permita a las participantes conocer como aplicar los principios de la organización de recursos y servicios en el hogar, capacitarse en el ejercicio de las competencias que incluyen los conocimientos, desempeño, actitud y resultados de las prácticas del trabajo del hogar referidas al tema del servicio de alimentos (preparación de platillos y servicio de mesa).

Se realizará en modalidad presencial, con una dinámica que permitan a las personas trabajadoras aplicar el conocimiento adquirido directamente en el área de cocina de modo que se les facilite el desarrollo de competencias que aseguren la calidad y la calidez en los servicios y la optimización de los recursos en las trabajadoras del hogar.

Cada participante utilizará los insumos, utensilios, equipos e instalaciones necesarios para el taller en el espacio previamente preparado y/o instalado para la realización de estas actividades prácticas.

La metodología aplicada deberá reconocer los conocimientos, habilidades, aptitudes, actitudes y valores, requeridos para el desempeño eficiente y la realización del trabajo del hogar, a través de un proceso de evaluación, en el que se evidencie el conocimiento y desempeño requerido para emitir la constancia de participación.

Este curso estará dirigido para un grupo de 30 personas trabajadoras del hogar que provienen de alcaldías y municipios de la Ciudad de México y Estado de México.

Los temas clave a incluir en el curso de profesionalización para el trabajo del hogar son los siguientes:

	Tema	Horas	Cupo
1	Nutrición básica y alimentación saludable	30 horas	30 PTH
2	Planeación de menús y organización del trabajo		
3	Habilidades básicas de la cocina o características de la preparación de alimentos		
4	Técnicas básicas de cocina y principios de la preparación de platillos.		
5	Técnicas de preparación de alimentos.		
6	Presentación de platillos de acuerdo a los tipos y estilos de servicio.		

Recordemos que las personas trabajadoras del hogar están en condiciones de vulnerabilidad por su condición económica y social, 5% no recibieron ningún tipo de instrucción en la educación formal, 37% cuentan con estudios de primaria y 41% de secundaria; sin embargo, en experiencias previas, hemos visto que no cuentan con sus documentos básico como Acta de nacimiento, certificado de estudios de primaria o secundaria porque creyeron nunca necesitarlo pero sí quieren certificarse en los servicios del hogar, lo que no debe limitarlas a participar en este proceso de formación.

4. ÁREA GEOGRÁFICA

El curso se llevará a cabo en la Ciudad de México en las instalaciones de que se nos proporcione como postulante.

5. PRODUCTOS REQUERIDOS

	Productos	Descripción	Tiempo de entrega	% Pago
1.	Documento de propuesta técnica y económica.	Documento con ajustes observados por la contratante.		
2.	Producto 1. Plan de curso de profesionalización en cocina para el trabajo en el hogar	Elaborar un plan de trabajo que contenga: <ul style="list-style-type: none"> - Objetivo - Descripción general del curso de profesionalización (<i>ver apartado de entrega de propuestas</i>) - Criterios de la evaluación. - Detalles de las prácticas. - Productos logrados al término de cada capacitación. - Conocimientos que se espera adquieran - Apoyos/requerimientos para la capacitación - Duración estimada de la capacitación y evaluación. - Criterios y proceso de evaluación. - Perfil de entrada y salida de las y los participantes. 	6 de febrero de 2026	30%
3.	Producto 2. Implementación curso de profesionalización para el trabajo en el hogar.	Memorias del curso de capacitación que incluyan: <ul style="list-style-type: none"> - Objetivo - Lugar de implementación - Participantes - Carta descriptiva de las capacitaciones desarrolladas - Presentaciones de apoyo que se utilizaron para la impartición del taller 	25 de marzo de 2026.	50%

		<ul style="list-style-type: none"> - Evaluación entrada y salida de cada taller - Resultados obtenidos - Anexo fotográfico y listas de asistencia - Anexo de materiales usados - Criterios de acreditación del curso. 		
4.	Producto 3. Informe final del curso.	Informe final del curso que incluya: <ul style="list-style-type: none"> - Objetivo - Descripción total de los talleres desarrollados - Resultados obtenidos 	28 de marzo de 2026.	20%

6. PERFIL REQUERIDO CAPACITADOR/A O EQUIPO QUE PRESTARÁ LOS SERVICIOS PROFESIONALES PARA EL CURSO DE COCINA

Estudios

El o la capacitadora o Instituto/Centro de Capacitación deberá contar con las normativas y avaluos correspondientes para la entrega de la constancia de participación a las participantes.

Experiencia laboral

- Implementación de procesos de formación con metodologías innovadoras de educación de adultos, con la inclusión de los enfoques citados en estos términos de referencia.
- Habilidad para integrar a los grupos y conducirlos al logro de los objetivos propuestos.

7. TIEMPO PARA EL DESARROLLO DEL CURSO

El curso de cocina será realizado en el periodo de un mes, del 20 de febrero al 20 de marzo de 2026.

8. LUGAR DE TRABAJO

El curso será realizado en las instalaciones que ambas partes acuerden. Se solicita nos brinden el espacio para la ejecución de la capacitación.

9. ADMINISTRADOR DEL CONTRATO

El acompañamiento se realizará a través de la coordinadora del proyecto MDT – Fase III en México.

10. TIPO DE CONTRATO Y DURACIÓN

La contratación será realizada mediante un contrato de servicios profesionales, en un periodo de un mes, del 20 de febrero al 20 de marzo de 2026, culminando con la aprobación del tercer producto y emitiendo el pago correspondiente.



11. CONDICIONES DE PAGO

El pago de la prestación de servicios se realizará contra entrega-aceptación de productos:

- Producto 1: 30%
- Producto 2: 50%
- Producto 3: 20%

12. ENTREGA DE PROPUESTAS

Las personas instituciones y/o centro capacitador interesados y que cumplan con los requisitos deberán enviar la siguiente información:

1. Se requiere el Currículo Vitae y portafolio de trabajos del capacitador/a o centro capacitador detallando su experiencia.
2. La propuesta técnica debe detallar el proceso que utilizará el capacitador o centro capacitador para alcanzar los objetivos y productos requeridos en el tiempo propuesto.
3. La propuesta económica debe detallar el desglose por producto y/o servicio a contratar.
4. Constancia fiscal actualizada de la empresa (últimos 30 días).
5. RFC del representante legal o de la persona capacitadora.

Deberán enviar su propuesta técnica y financiera en un solo archivo PDF, el CV en otro PDF y el portafolio igual en otro PDF al siguiente correo; bautperla302@gmail.com; admon.caceh@gmail.com y proyectoscaceh@gmail.com

- a) Indicar en el asunto del mensaje: *“Propuesta técnica y económica para curso de profesionalización para el trabajo en el hogar”*.
- b) La fecha límite para presentación de propuestas es el viernes, 30 de enero de 2026 a las 18:00 horas.

13. CRITERIOS DE ADJUDICACIÓN DE LAS PROPUESTAS

No.	Criterio	Valoración (puntaje máximo)
1.	Calidad de la oferta técnica y económica	30%
2.	Innovación de la propuesta	20%
3.	Experiencia comprobada (CV o portafolio de trabajo)	50%
	Total	100%