



# Diplomado en Seguridad Social

Ejercicios prácticos



# Centro de Reflexión y Acción Laboral

El Centro de Reflexión y Acción Laboral, A. C. tiene como objeto colaborar con los trabajadores y trabajadoras en sus procesos organizativos por medio de la investigación, educación, vinculación, promoción y defensa de sus Derechos Humanos Laborales. En especial de las y los trabajadores de las empresas de la industria electrónica-eléctrica y otros sectores, propiciando la formación de actores sociales que promuevan, defiendan y difundan el ejercicio de los derechos de las y los trabajadores.

Buscamos reivindicar la dignidad de los trabajadores, para que vivan en un mundo laboral con verdadera justicia, mediante el ejercicio, defensa y respeto de sus derechos, a través de su fortalecimiento, organización y solidaridad entre ellos y con otros.

El presente material tiene como objetivo reforzar los conocimientos adquiridos durante las sesiones impartidas del diplomado en seguridad social.

Mediante ejercicios prácticos que permiten al trabajador o trabajadora tener una mayor comprensión de los conocimientos adquiridos durante cada sesión y le permita evaluar-se.▪

Centro de Reflexión y Acción Laboral

# Índice

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.- Introducción                                                       | 03 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 2.- ¿Qué es la seguridad social?                                       | 04 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 3.- Salario base de cotización y semanas cotizadas en el seguro social | 07 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 4.- Requisitos para pensionarme                                        | 10 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 5.- ¿Cuáles son los riesgos de trabajo?                                | 14 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 6.- AFORES                                                             | 18 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 8.- ¿Qué es el estrés? y acoso sexual                                  | 20 |
| <hr/>                                                                  |    |
| 7.- ¿Qué es el INFONAVIT?                                              | 24 |
| <hr/>                                                                  |    |



# ¿Qué es la Seguridad Social?

✓ La seguridad social es la protección que se le otorga a los trabajadores y las trabajadoras contra las eventualidades económicas y sociales resultadas de la pérdida de ingresos a consecuencia de enfermedades, maternidad, riesgos de trabajo, invalidez, vejez y muerte; con ella los trabajadores y sus familias tienen acceso a la asistencia médica y cuentan con protección contra la pérdida de ingresos. Es tan indispensable que es considerada como un Derecho Humano básico por la OIT.



A continuación se encuentran algunos conceptos claves para entender tu derecho a la seguridad social. Une con una línea el concepto con su descripción:

Asegurado

Es el cónyuge del asegurado o pensionado y a falta de éste, la concubina o el concubinario en su caso, así como los ascendientes y descendientes del asegurado o pensionado.

Trabajador

Es el trabajador o sujeto de aseguramiento inscrito ante el Instituto Mexicano del Seguro Social.

Beneficiarios

Es el asegurado que tiene otorgada pensión por: incapacidad, permanente o parcial, invalidez; cesantía en edad avanzada y vejez, así como los beneficiarios de aquél cuando tengan otorgada pensión de viudez, orfandad, o de ascendencia.

Pensionado

Es la persona que utiliza los servicios de uno o varios trabajadores

Patrón

Es el asegurado, el pensionado y los beneficiarios de ambos, que en los términos de la Ley tengan vigente su derecho a recibir las prestaciones del IMSS.

Derechohabientes

Es la persona que presta a otra un trabajo o servicio personal y subordinado.

¿Sabes cuáles instituciones están encargadas de brindarte seguridad social?  
¡Completa los nombres de las instituciones con las palabras del siguiente cuadro y descúbrelo!

Fondo del Trabajadores Instituto Seguridad y del Estado del Seguro  
Servicios Retiro Para el Fondo de Trabajadores Administradoras Nacio-  
nal de Vivienda de la para los Instituto Sociales Instituto de los Mexicano  
Social

### AFORES

Son instituciones financieras privadas de México, que administran fondos de retiro y ahorro de los trabajadores afiliados al Instituto Mexicano del Seguro Social.

### INFONAVIT

Es una institución mexicana donde participa el sector obrero, el sector empresarial y el gobierno, dedicada a otorgar crédito para vivienda a los trabajadores y brindar rendimientos al ahorro que está en el Fondo Nacional de Vivienda para las pensiones de retiro.

### ISSSTE

Es una organización gubernamental de México que administra parte del cuidado de la salud y seguridad social, ofrece asistencia en casos de invalidez, vejez, riesgos de trabajo y la muerte, que cubre a los trabajadores en el sector privado, beneficios sociales para los trabajadores del gobierno federal.

### IMSS

Es la institución para la atención a la salud y protección social de los mexicanos desde su fundación en 1943, para ello, administra los recursos para el retiro de sus asegurados, para brindar tranquilidad y estabilidad a los trabajadores y sus familias, ante cualquiera de los riesgos especificados en la Ley del Seguro Social.

## ¿Enfermedad de trabajo? ¿Accidente de Trabajo? ¿Incapacidad? ¿Son diferentes?

¡¡A continuación se encuentran algunos conceptos y sus descripciones, únelas y realiza un dibujo que represente cada concepto!!

INCAPACIDAD

.....  
Son los accidentes y enfermedades a que están expuestos los trabajadores en ejercicio o con motivo del trabajo.  
.....

Es enfermedad o patología que tenga su origen o motivo en el trabajo o en el medio en que el trabajador se vea obligado a prestar sus servicios.  
.....

PENSION

Es el pago que reciben los trabajadores que dejan de laborar de manera temporal o permanente, ya sea por un riesgo, enfermedad de trabajo, invalidez o vejez.  
.....

RIESGOS DE TRABAJO

.....  
Es aquella que da suspensión temporal, parcial o permanente, de las obligaciones sin responsabilidad para el trabajador y el patrón.  
.....

SALARIO BASE DE  
COTIZACIÓN

.....  
Es todo accidente producido repentinamente con motivo del trabajo, cualquiera que sea el lugar y el tiempo en que se preste. También es aquel que se produce al trasladarse el trabajador, directamente de su domicilio al lugar del trabajo, o de éste a aquél.  
.....

ACCIDENTE DE TRABAJO

ENFERMEDAD DE  
TRABAJO

.....  
Es el que se integra con los pagos hechos en efectivo por cuota diaria, gratificaciones, percepciones, alimentación, habitación, primas, comisiones, prestaciones en especie y cualquiera otra cantidad o prestación que se entregue al trabajador por su trabajo.  
.....

# Tipos de salario

## Salario Mínimo

Es la mínima cantidad que puede recibir en efectivo el trabajador por la realización de labores; El salario mínimo en teoría debe garantizar el bienestar de una familia y no puede ser embargado por ninguna razón salvo las siguientes:

Para garantizar una pensión alimenticia, el porcentaje es fijado por el juez

Pago de renta de casas facilitadas por el patrón. Máximo de descuento 10%

Para el pago de INFONAVIT que no podrá exceder del 20%

Pago de FONACOT que no podrá exceder del 10%

## Salario Diario Base

El salario es la retribución económica que debe pagar el patrón o la empresa a la trabajadora o el trabajador que preste un servicio o realice un trabajo subordinado, y que puede ser por tiempo establecido, por obra, por comisión, por precio alzado o de cualquier otra manera.

Aclaremos que el salario que se fija debe ser inferior al salario mínimo vigente que es de \_\_\_\_\_

Sirve para calcular prestaciones como el aguinaldo, vacaciones, 20 días por año, 1 mes de salario. 4 meses de salario que más adelante analizaremos.

## Salario Diario Integrado

Salario Base de Cotización

El salario diario integrado es aquel que comprende los pagos hechos en efectivo por cuota diaria, gratificaciones, percepciones, habitación, primas, comisiones, prestaciones en especie y cualquier otra cantidad o prestación que se entregue al trabajador por su trabajo.

Aguinaldo

Vales de Despensa

Prima Vacacional

Prima Dominical

Pagos en Efectivo

Comisiones

Bonos (Puntualidad, Asistencia, producción, etc.)

= Salario Diario Integrado

## Ejemplo:

María es operadora de producción y gana 150.00 pesos diarios y recibe algunas prestaciones de manera continua, hagamos la suma para saber cuál es su salario diario integrado:

Salario diario \$150.35

Prima vacacional el 25% x \$1503.5=\$375/360= \$ 1.04

Aguinaldo 30 días x \$150.35= \$4510.5/360= \$ 12.52

Vales de despensa \$300/30 = \$ 10.00

Fondo de ahorro \$240/30= \$ 8.00

Total salario diario integrado = \$181.08

Ahora es tu Turno de calcular tu Salario Diario Integrado

Salario Diario: \_\_\_\_\_

Prima Vacacional: \_\_\_\_\_

Aguinaldo: \_\_\_\_\_

Vales: \_\_\_\_\_

Bonos: \_\_\_\_\_

Fondo de Ahorro: \_\_\_\_\_

Total Salario Diario Integrado: \_\_\_\_\_

## Para revisar tus semanas cotizadas sigue estos pasos:

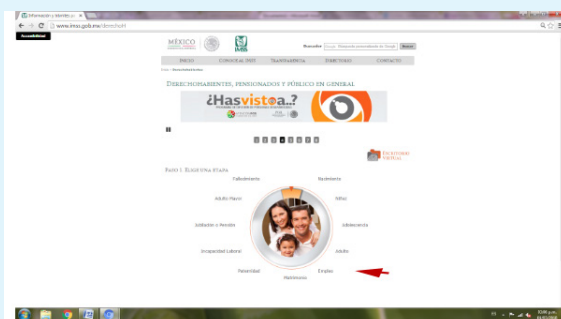
1.- Ingresa a <http://www.imss.gob.mx/>



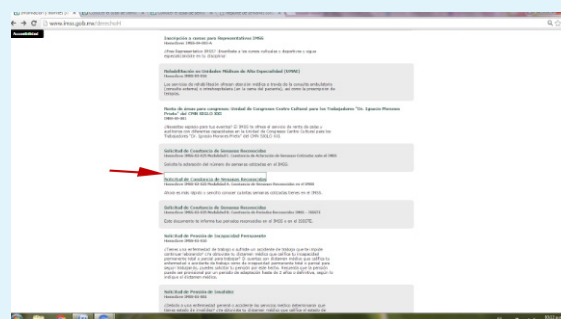
2.- Da click en el vínculo de Derechohabientes, pensionados y público en general.



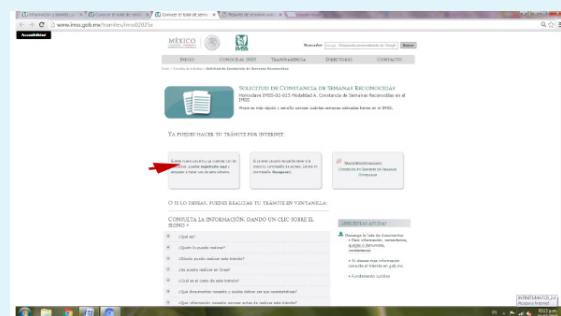
3.- Da Click a donde dice Empleo



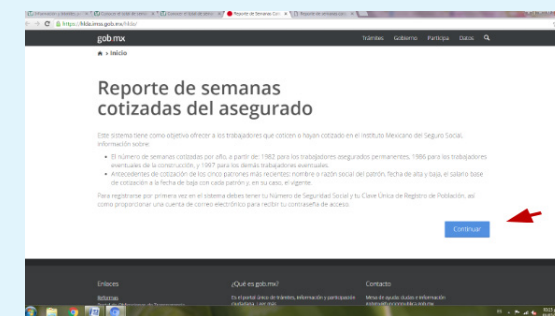
4.- Selecciona la opción de "Solicitud de Constancia de Semanas Reconocidas"



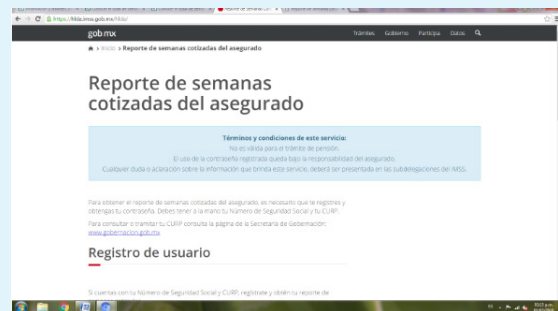
5.- Y Regístrate.



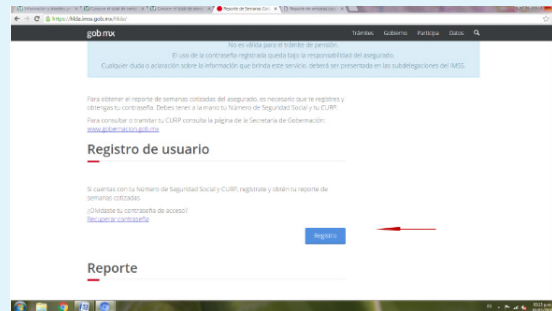
6.- Da click en continuar



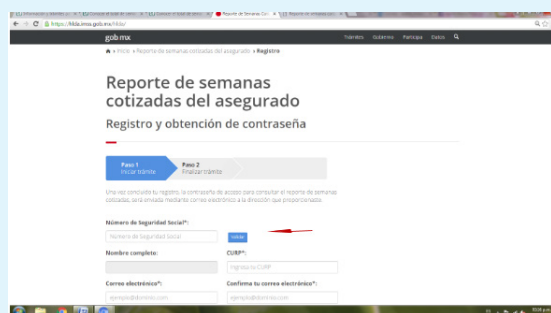
## 7.- Te va a llevar a la siguiente pantalla



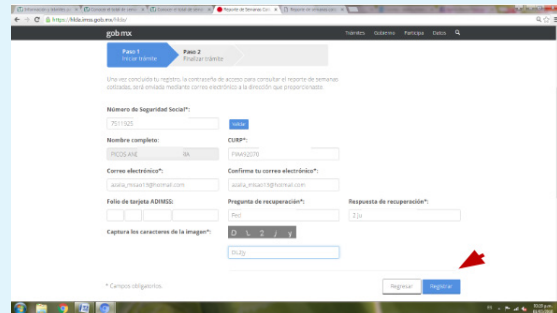
## 8.- Bajas a donde dice “registro de Usuario” u das click en registrar



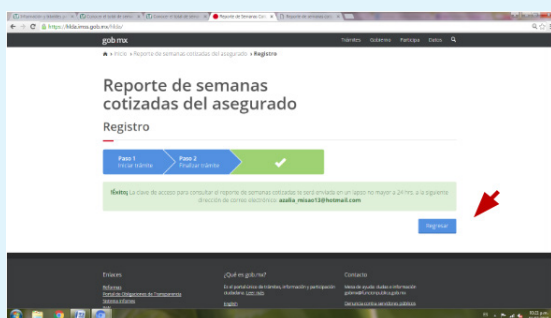
## 9.- Llena los recuadros, al ingresar tu número de seguridad Social le das click a validar.



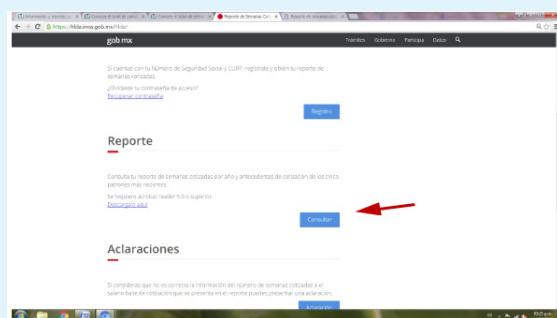
## 10.- Continúas con el llenado de los recuadros y das click en registrar.



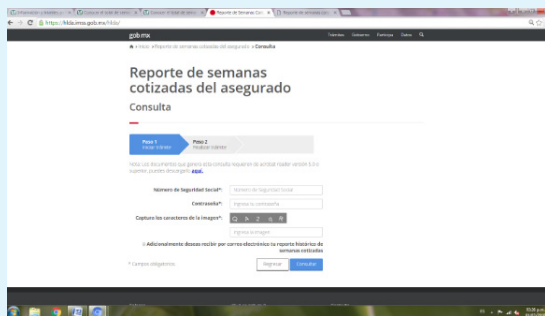
## 11.- Al aparecer este recuadro ha quedado registrado y se te enviara a tu correo la clave.



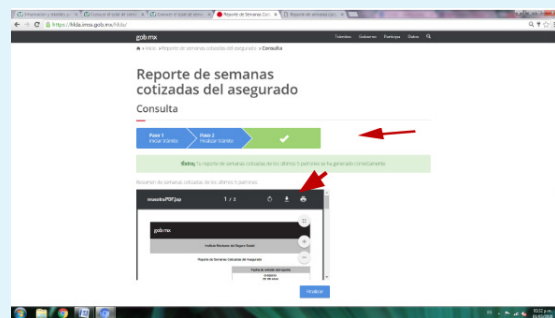
## 12.- Regresas a esta pantalla y das click en “reporte”.



13.- Llenas los recuadros con tu información. Recuerda que tu contraseña se envió al correo que usaste para registrarte y das click



14.- Presiona en descargar para que se descargue el documento y puedas imprimirlo. Y tienes tu Reporte de semanas cotizadas. Presiona en descargar para que se descargue el documento y puedas imprimirlo. Y tienes tu Reporte de semanas cotizadas.



## ¿Qué necesito para pensionarme?

¿Cuáles son los Requisitos para la pensión por CESANTÍA EN EDAD AVANZADA?

- ✓ Podrás solicitarla si llegaste a los 60 años
- ✓ Si ya Cumpliste con el periodo de cotización mínimo
- ✓ Si no tienes un trabajo remunerado.

Pero algunos de estos requisitos tienen variaciones de acuerdo a la ley que aplique en cada caso. Se encuentran vigentes la ley del seguro social de 1973 y la de 1997 las cuales aplican dependiendo del año en el que comenzaste a cotizar; Estas Leyes tienen algunas diferencias entre ellas, en el siguiente cuadro podremos comparar las diferencias en cuanto a requisitos para Pensión de Cesantía de edad avanzada.

| ¿Empecé a cotizar antes del 01 de julio de 1997?                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ley del Seguro Social 1973                                                                                                                                                                   |
| Requisitos:                                                                                                                                                                                  |
| * Que hayas cumplido <b>60 años</b> al momento de causar baja ante el IMSS.                                                                                                                  |
| * Haber cotizado ante el IMSS <b>500 semanas</b> , como mínimo es decir que hayas trabajado con seguro por lo menos <b>9 años con 8 meses</b> (no es necesario que sea en periodo continuo). |

| ¿Me dieron de alta en el seguro después de 1 de julio de 1997?                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ley del Seguro Social 1997                                                                                                          |
| Requisitos:                                                                                                                         |
| * Tener cumplidos <b>60 años</b> al momento de causar baja ante el IMSS                                                             |
| * Haber cotizado ante el IMSS <b>1250 semanas</b> , como mínimo es decir que hayas trabajado con seguro por lo menos 24 años 1 mes. |
| * <b>Estar dado de baja ante el IMSS</b> al                                                                                         |

| ¿Empecé a cotizar antes del 01 de julio de 1997?                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ley del Seguro Social 1973                                                                                                                                                                                    |
| * <b>Ser trabajador activo</b> al momento de solicitar la pensión es decir tener la baja del trabajo.                                                                                                         |
| <b>Nota:</b> En caso de no laborar al momento de solicitar la pensión, verificar estar dentro del periodo de conservación de derechos (son una cuarta parte del tiempo de cotización reconocido por el IMSS). |

| ¿Me dieron de alta en el seguro después de 1 de julio de 1997?                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ley del Seguro Social 1997                                                                                                                                                                                    |
| * <b>momento de solicitar la pensión.</b>                                                                                                                                                                     |
| <b>Nota:</b> En caso de no laborar al momento de solicitar la pensión, verificar estar dentro del periodo de conservación de derechos (son una cuarta parte del tiempo de cotización reconocido por el IMSS). |



### ¿Y para la pensión por vejez?

Puedes solicitarla si ya cumpliste los 65 años, y al igual con la pensión por cesantía en el siguiente cuadro puedes ver los requisitos que aplican según cada ley.

| Ley del Seguro Social 1973                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Requisitos:                                                                                                                                                                                                  |
| * Que hayas cumplido <b>65 años</b> al momento de causar baja ante el IMSS                                                                                                                                   |
| Haber cotizado ante el IMSS <b>500 semanas, como mínimo</b> es decir que hayas trabajado con seguro por lo menos 9 años con 8 meses (no es necesario que sea en periodo continuo).                           |
| * Estar dado de baja ante el IMSS al momento de realizar la solicitud                                                                                                                                        |
| * No ser trabajador activo al momento de solicitar la pensión, es decir, tener la baja del trabajo.                                                                                                          |
| <b>Nota:</b> En caso de no laborar al momento de solicitar la pensión verificar estar dentro del periodo de conservación de derechos (son una cuarta parte del tiempo de cotización reconocido por el IMSS). |

| Ley del Seguro Social 1997                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Requisitos:                                                                                                                                                                                                  |
| * Que hayas cumplido <b>65 años</b> al momento de causar baja ante el IMSS.                                                                                                                                  |
| * Haber cotizado ante el IMSS <b>1250 semanas, como mínimo</b> es decir que hayas trabajado con seguro por lo menos 9 años con 8 meses (no es necesario que sea en periodo continuo).                        |
| * Estar dado de baja ante el IMSS al momento de realizar la solicitud.                                                                                                                                       |
| * No ser trabajador activo al momento de solicitar la pensión es decir tener la baja del trabajo.                                                                                                            |
| <b>Nota:</b> En caso de no laborar al momento de solicitar la pensión verificar estar dentro del periodo de conservación de derechos (son una cuarta parte del tiempo de cotización reconocido por el IMSS). |



# Diferencia entre Cesantía por edad avanzada y Pensión por vejez

## Ley del Seguro Social 1973

Si te pensionas a los 60 años

- \* Pensiones mensuales de por vida del 70% calculado sobre la base del salario así como los ahorros (AFORES) y el porcentaje otorgado por el gobierno.
- \* Atención médica en Instituto Mexicano del Seguro Social.
- \* Pago de Aguinaldo.
- \* Pago de las aportaciones al sistema de ahorro para el retiro del periodo 92-97.
- \* Pensión por viudez del 15%
- \* Pensión por orfandad del 10% hasta los 18 años o hasta los 25 de estar estudiando.
- \* Si no usaste tu crédito INFONAVIT se te devuelve el dinero aportado de ahorro para la vivienda que está en tu AFORE.

Si te pensionas a los 65

- \* Pensiones mensuales de por vida del 100% calculado sobre la base del salario así como los ahorros (AFORES) y el porcentaje otorgado por el gobierno.
- \* Atención médica en Instituto Mexicano del Seguro Social.
- \* Pago de Aguinaldo.
- \* Pago de las aportaciones al sistema de ahorro para el retiro del periodo 92-97.

## Ley del Seguro Social 1997

Si te pensionas a los 60 años

- \* Si alcanzas la edad tienes derecho a una pensión mensual de por vida del 70% calculado sobre la base del salario así como los ahorros (AFORES) y el porcentaje otorgado por el gobierno.
- \* Atención médica en Instituto Mexicano del Seguro Social.
- \* Pensión por viudez del 15%
- \* Pensión por orfandad del 10% hasta los 18 años o hasta los 25 de estar estudiando.
- \* Si no usaste tu crédito INFONAVIT se te devuelve el dinero aportado de ahorro para la vivienda que está en tu AFORE.
- Nota:** si no alcanzas tus semanas cotizadas puedes solicitar y se te entrega todo lo que tienes ahorrado en un solo pago, de ser el caso a lo único que tendrías derecho es a la atención médica

Si te pensionas a los 65

- \* Pensiones mensuales de por vida del 100% calculado sobre la base del salario así como los ahorros (AFORES) y el porcentaje otorgado por el gobierno.
- Atención médica en Instituto Mexicano del Seguro Social.
- \* Pensión por viudez del 15%
- \* Pensión por orfandad del 10% hasta los

### **Ley del Seguro Social 1973**

- \* Pensión por viudez del 15%
- \* Pensión por orfandad del 10% hasta los 18 años o hasta los 25 de estar estudiando.
- \* Si no usaste tu crédito INFONAVIT se te devuelve el dinero aportado de ahorro para la vivienda que está en tu AFORE.

### **Ley del Seguro Social 1997**

- \* Si no usaste tu crédito INFONAVIT se te devuelve el dinero aportado de ahorro para la vivienda que está en tu AFORE.
- Nota:** si no alcanzas tus semanas cotizadas puedes solicitar y se te entrega todo lo que tienes ahorrado en un solo pago, de ser el caso a lo único que tendrías derecho es a la atención médica.

**Nombre:**

**Empresa:**

**¿Cuál es la ley conforme a la que tú te puedes pensionar?**

**¿Qué opinas sobre los derechos que te otorga esa ley?**

**¿Te alcanza la pensión que te dan para una vida digna? ¿Por qué?**

# ¿Qué es una incapacidad?

**C**uando un trabajador se encuentre incapacitado para trabajar de manera temporal, debido a que sufra un padecimiento derivado de un accidente o enfermedad, o bien durante los periodos anteriores y posteriores al parto, en el caso de trabajadoras aseguradas, el médico del IMSS le expedirá un certificado de incapacidad con el fin de justificar su ausencia en el trabajo durante los días que requiera para su recuperación. <http://www.imss.gob.mx/derechoH/pago-incapacidades> Cuando un trabajador sufre un accidente de trabajo o enfermedad de trabajo puede producir como consecuencia una incapacidad que puede ser:

- 1.- Incapacidad temporal: es la pérdida de facultades o aptitudes que imposibilita parcial o totalmente a una persona para desempeñar su trabajo por algún tiempo.
- 2.-Incapacidad permanente parcial: es la disminución de las facultades o aptitudes de una persona para trabajar.
- 3.-Incapacidad permanente total: es la pérdida de facultades o aptitudes de una persona que la imposibilita para desempeñar cualquier trabajo por el resto de su vida.
- 4.-La muerte: al trabajador que tenga una incapacidad o muera se le otorgarán beneficios en especie y en dinero así como a sus beneficiarios tal y como se muestra en el cuadro que aquí se anexa.

## RIESGOS DE TRABAJO.

Son los accidentes y enfermedades a que están expuestos los trabajadores a realizar sus actividades en la empresa y también al trasladarse de su casa al trabajo y viceversa.

## ACCIDENTE DE TRABAJO

Es toda lesión orgánica o perturbación funcional, inmediata o posterior; o la muerte, producida repentinamente en ejercicio, o con motivo del trabajo, cualquiera que sea el lugar y el tiempo en que dicho trabajo se preste.

También se considerará accidente de trabajo el que se produzca al trasladarse el trabajador, directamente de su domicilio al lugar del trabajo, o de éste a aquél.

## ENFERMEDADES DE TRABAJO

Es todo estado patológico derivado de la acción continuada de una causa que tenga su origen o motivo en el trabajo, o en el medio en que el trabajador se vea obligado a prestar sus servicios. Las enfermedades de trabajo son las que se regulan en la Ley Federal del Trabajo.

**Nota importante:** El patrón deberá dar aviso al Instituto del accidente o enfermedad de trabajo, en los términos que señale el reglamento respectivo.

El trabajador, los beneficiarios del trabajador incapacitado o muerto, o las personas encargadas de representarlos, podrán denunciar inmediatamente al Instituto el accidente o la enfermedad de trabajo que haya sufrido. El aviso también podrá hacerse del conocimiento de la autoridad de trabajo correspondiente, la que, a su vez, dará traslado del mismo al Instituto.

El patrón que oculte la realización de un accidente sufrido por alguno de sus trabajadores durante su trabajo o lo reporte indebidamente como accidente en trayecto, se hará acreedor a las sanciones que determine esta Ley y el reglamento respectivo.



|                    | Prestaciones en especie                                                                                                                               | Prestaciones en Dinero                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TEMPORAL           | I. Asistencia médica, quirúrgica y farmacéutica.<br>II. Servicio de hospitalización.<br>III. Aparatos de prótesis y ortopedia.<br>IV. Rehabilitación. | La indemnización consistirá en el pago íntegro del salario que deje de percibir mientras subsista la imposibilidad de trabajar. Este pago se hará desde el primer día de la incapacidad.<br>De un día hasta el término de 52 semanas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| PERMANENTE PARCIAL | I. Asistencia médica, quirúrgica y farmacéutica.<br>II. Servicio de hospitalización.<br>III. Aparatos de prótesis y ortopedia.<br>IV. Rehabilitación. | Si la incapacidad es superior al 50% se pagará al trabajador una pensión mensual<br>Si la incapacidad es menor a 50%, pero mayor de 25% se le pagará una pensión al trabajador de acuerdo a la tabla de valuaciones de incapacidades.<br>Si la incapacidad parcial es menor a 25% se le hará al trabajador un solo pago correspondiente a 5 años de la pensión.<br>Si la incapacidad parcial consiste en la pérdida absoluta de las facultades o aptitudes del trabajador para desempeñar su profesión, la indemnización será el monto de la que corresponde por incapacidad permanente total.<br>Aguinaldo anual de 15 días si la incapacidad es de más del 50%.<br>Al declararse la incapacidad permanente, sea parcial o total, se concederá al trabajador asegurado la pensión que le corresponda, con carácter provisional, por un período de adaptación de dos años. |
| PERMANENTE TOTAL   | I. Asistencia médica, quirúrgica y farmacéutica.<br>II. Servicio de hospitalización.<br>III. Aparatos de prótesis y ortopedia.<br>IV. Rehabilitación. | La indemnización consistirá en una cantidad equivalente al importe de mil noventa y cinco días de salario.<br>60 % del salario cotizado<br>Aguinaldo anual de 15 días si es de más de 50%<br>Al declararse la incapacidad permanente, sea parcial o total, se concederá al trabajador asegurado la pensión que le corresponda, con carácter provisional, por un período de adaptación de dos años.<br>Pensión a la viuda del 40%<br>Pensión a los hijos del 20%<br>Si no hay viuda e hijos se les dará a los padres 20% de la pensión permanente total.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                             | Prestaciones en especie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Prestaciones en Dinero                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MUERTE                      | Cancelación del crédito INFONAVIT para los beneficiarios.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>Dos meses de salario por concepto de gastos funerarios<br/>cinco mil días de salario.<br/>Pensión a la viuda del 90%<br/>Pensión a los hijos del 20%<br/>Devolución de lo aportado al INFONAVIT de 1972 a 1992<br/>Las AFORES devolverán las aportaciones al SAT 1992-1997 el 2% de la subcuenta de retiro por cesantía.<br/>Las aportaciones a la subcuenta de vivienda de 1997 a la fecha del fallecimiento si no solicitó crédito.<br/>La empresa entregará a los beneficiarios:<br/>Pago de vacaciones, prima vacacional, aguinaldo, prima de antigüedad, salarios devengados, fondo de ahorro; entre otras prestaciones legales que haya tenido.</p> |
| POR MATERNIDAD Y PATERNIDAD | <p>I. Asistencia obstétrica.<br/>II. Ayuda de seis meses para lactancia, capacitación y fomento para la lactancia.<br/>III. Durante el período de lactancia tendrán derecho a decidir entre contar con dos reposos extraordinarios por día, de media hora cada uno, o bien, un descanso extraordinario por día, de una hora para amamantar a sus hijos.<br/>IV. Una canastilla al nacer el hijo, cuyo importe será señalado por el Consejo Técnico.</p> | <p>El 100% del salario registrado en el IMSS, al inicio de la semana 34 de gestación por 84 días.<br/>Permiso de paternidad de cinco días laborales con goce de sueldo a los hombres trabajadores por el nacimiento de sus hijos y de igual manera en el caso de la adopción de un infante.<br/><br/>Nota. Cuando la asegurada no cumpla con este requisito, quedará a cargo del patrón el pago del salario íntegro, mientras dure el periodo de incapacidad.</p>                                                                                                                                                                                            |
| ENFERMEDAD GENERAL          | <p>I. Asistencia médica, quirúrgica y farmacéutica.<br/>II. Servicio de hospitalización.<br/>III. Aparatos de prótesis y ortopedia.<br/>IV. Rehabilitación.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>60% del salario registrado en el IMSS, al inicio de la incapacidad.<br/>A partir del 40. día hasta el término de 52 semanas prorrogables hasta por 26 semanas más.<br/>Si derivado de la enfermedad ya no puede laborar se le pagará al trabajador una pensión por invalidez temporal o permanente. Que será del 35% del promedio de las últimas 500 semanas cotizadas o de las que tenga.<br/>Si el asegurado muere se le dará una pensión a la viuda del 90 % de la pensión por invalidez y del 90 y 20% a los huérfanos, aquí para los padres no aplica.<br/>Nota: si es hospitalizado el asegurado se</p>                                             |

Identifica y por en la línea el tipo de incapacidad que representa cada dibujo:

1. Incapacidad Temporal

2. Incapacidad Permanente Parcial

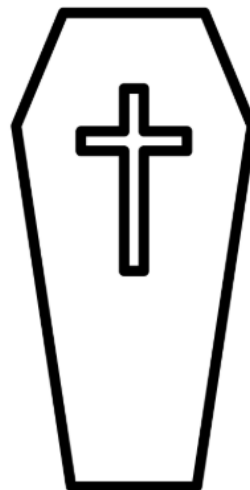
3. Incapacidad Permanente-

Total

4. Incapacidad por Maternidad

5. Enfermedad General

6. Muerte



# ¿Qué es el AFORE?

Una Afore (Administradora de Fondos para el Retiro) es una institución financiera privada que se encarga de administrar los fondos para el retiro de los trabajadores afiliados al IMSS y al ISSSTE.

Lo hace a través de cuentas personales que asigna a cada trabajador, en las que se depositan las aportaciones hechas a lo largo de su vida laboral.

## ¿Quién las regula?

Las Afores están reguladas por la CONSAR (Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro).

## ¿Cuáles son las funciones de la CONSAR?

- \* Vigilar que tus recursos estén seguros. Supervisar que se inviertan dentro de los parámetros y límites establecidos.
- \* Establecer reglas para el correcto funcionamiento del Sistema de Ahorro para el Retiro (SAR).
- \* Asegurarse de que tu AFORE te informe sobre tu cuenta, trámites y servicios.
- \* Sancionar el incumplimiento de cualquiera de estas disposiciones.

## ¿Cómo funcionan?

Cada trabajador tiene derecho a una cuenta individual en una institución una Afore. Ahí se depositan sus aportaciones, junto con las que realice el patrón y el gobierno. De esta manera se crea un fondo de ahorro durante los años que labore el trabajador del que disfrutará después de jubilarse.

## ¿Dónde está tu dinero?

En una Afore, incluso si no elegiste una, pues por ley todos los ahorros para el retiro deben ser administrados por el SAR (Sistema de Ahorro para el Retiro).

Pero puede ocurrir también que si no elegiste una tu dinero no haya sido depositado todavía en una cuenta individual Afore y se encuentre en la Cuenta Concentradora esperando a ser remitido

## ¿Cómo se administra tu dinero?

Las Afore, además de ofrecer seguridad, se encargan de manejar tus recursos de tal forma que tu ahorro genere rendimientos, lo que con el tiempo hace crecer tu patrimonio.

Para ello, los recursos de tu cuenta individual son invertidos en SIEFORE (Sociedades de Inversión Especializadas en Fondos para el Retiro).

Estas Sociedades manejan fondos en inversiones de bajo riesgo y grandes rendimientos basándose en tu edad y tu expectativa de vida laboral.

Trabajadores mexicanos y las AFORE



## ¿Qué AFORE me conviene?

Para saber qué AFORE conviene, es necesario saber cuál es el rendimiento neto que tienen las afores para poder comparar cada una y elegir. Los rendimientos netos se sacan restando el rendimiento bruto menos la comisión que cobra cada afore.

En la página web de la Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro (CONSAR) puedes buscar los cuadros en los que se comparan los rendimientos y comisiones entre AFORES, para entrar ve a <https://www.gob.mx/consar> y busca el apartado de AFORES.

## ¿Por qué es importante recibir mi estado de cuenta?

Para dar seguimiento a tu dinero, verificar si te están depositando tus aportaciones y observar el rendimiento y ganancias generadas por la inversión de tus recursos en el periodo.

## ¿Cuándo me tiene que llegar mi estado de cuenta?

Enero, mayo y septiembre por ley tiene que ser emitido tres veces al año al domicilio proporcionado a tu AFORE.

¿Y si no me llega o la necesito en otro mes? En cualquier momento puedes solicitar tu estado de cuenta, constancia de saldos o detalle de movimientos y tu AFORE está obligada a entregarla en 5 días hábiles a partir de la solicitud.

Comisiones de las AFORE  
(% sobre saldo administrado)

| AFORE            | Comisión en 2018 |
|------------------|------------------|
| PensionISSSTE    | 0.85             |
| Inbursa          | 0.97             |
| Banamex          | 0.98             |
| XXI Banorte      | 0.99             |
| Profuturo        | 1.02             |
| Sura             | 1.02             |
| Principal        | 1.07             |
| Azteca           | 1.08             |
| Coppel           | 1.08             |
| Invercap         | 1.08             |
| Metlife          | 1.09             |
| Promedio Sistema | 1.021            |

MENOR COMISION  
= MÁS AHORRO

MAYOR COMISION  
= MENOS AHORRO

MENOR COMISION  
= MÁS AHORRO

MAYOR COMISION  
= MENOS AHORRO

UBICA LA TABLA DE ACUERDO A TU EDAD  
(CÍFRAS AL CIERRE DE FEBRERO DE 2018)

INDICADOR DE RENDIMIENTO NETO 84 MESES  
Para personas de 36 años y menores

A mayor RENDIMIENTO NETO, mayor ahorro.

| AFORE               | RENDIMIENTO NETO |
|---------------------|------------------|
| Profuturo           | 8.05%            |
| SURA                | 7.58%            |
| Banamex             | 7.09%            |
| Coppel              | 6.66%            |
| MetLife             | 6.41%            |
| Azteca              | 6.38%            |
| PensionISSSTE       | 6.30%            |
| XXI Banorte         | 6.27%            |
| Principal           | 6.26%            |
| Inbursa             | 5.54%            |
| Invercap            | 5.55%            |
| Promedio Simple     | 6.54%            |
| Promedio Ponderado* | 6.80%            |

SB4

INDICADOR DE RENDIMIENTO NETO 84 MESES  
Para personas entre 37 y 45 años

A mayor RENDIMIENTO NETO, mayor ahorro.

| AFORE               | RENDIMIENTO NETO |
|---------------------|------------------|
| Profuturo           | 7.03%            |
| SURA                | 6.87%            |
| Banamex             | 6.35%            |
| PensionISSSTE       | 6.34%            |
| Coppel              | 6.26%            |
| MetLife             | 6.00%            |
| Azteca              | 5.89%            |
| Principal           | 5.84%            |
| XXI Banorte         | 5.74%            |
| Inbursa             | 5.18%            |
| Invercap            | 4.99%            |
| Promedio Simple     | 6.04%            |
| Promedio Ponderado* | 6.24%            |

SB3

INDICADOR DE RENDIMIENTO NETO 60 MESES  
Para personas entre 46 y 59 años

A mayor RENDIMIENTO NETO, mayor ahorro.

| AFORE               | RENDIMIENTO NETO |
|---------------------|------------------|
| Profuturo           | 5.87%            |
| Coppel              | 5.35%            |
| SURA                | 5.17%            |
| Banamex             | 5.02%            |
| Inbursa             | 4.57%            |
| Azteca              | 4.54%            |
| MetLife             | 4.45%            |
| PensionISSSTE       | 4.38%            |
| XXI Banorte         | 4.23%            |
| Principal           | 4.04%            |
| Invercap            | 3.33%            |
| Promedio Simple     | 4.51%            |
| Promedio Ponderado* | 4.76%            |

SB2

INDICADOR DE RENDIMIENTO NETO 36 MESES  
Para personas de 60 años y mayores

A mayor RENDIMIENTO NETO, mayor ahorro.

| AFORE               | RENDIMIENTO NETO |
|---------------------|------------------|
| Inbursa             | 4.73%            |
| PensionISSSTE       | 4.27%            |
| Profuturo           | 4.21%            |
| Azteca              | 4.18%            |
| Coppel              | 4.06%            |
| XXI Banorte         | 3.86%            |
| MetLife             | 3.76%            |
| Principal           | 3.64%            |
| Banamex             | 3.58%            |
| SURA                | 3.54%            |
| Invercap            | 3.40%            |
| Promedio Simple     | 3.52%            |
| Promedio Ponderado* | 3.93%            |

SB1

INDICADOR DE RENDIMIENTO NETO 12 MESES  
Para personas de 60 años y mayores<sup>1</sup>

A mayor RENDIMIENTO NETO, mayor ahorro.

| AFORE               | RENDIMIENTO NETO |
|---------------------|------------------|
| PensionISSSTE       | 6.07%            |
| Banamex             | 5.94%            |
| MetLife             | 5.84%            |
| Coppel              | 5.77%            |
| XXI Banorte         | 5.76%            |
| Principal           | 5.72%            |
| Azteca              | 5.52%            |
| Inbursa             | 5.52%            |
| Profuturo           | 5.50%            |
| SURA                | 5.46%            |
| Invercap            | 5.39%            |
| Promedio Simple     | 5.68%            |
| Promedio Ponderado* | 5.78%            |

SB0

<sup>1</sup> Trabajadores que están próximos a realizar retiros totales por pensión o negativa de pensión, así como los trabajadores del ISSSTE con bono redimido.

El Indicador de Rendimiento Neto para la SIEFORE Básica de Pensiones (SB0) se publica con fines informativos y no podrá ser utilizado para traspasos de una Administradora a otra antes de un año debido a que en términos de los artículos 9 y Séptimo Transitorio de las Disposiciones de carácter general que establecen el procedimiento para la construcción de los Indicadores de Rendimiento Neto de las Sociedades de Inversión Especializadas de Fondos para el Retiro, el Indicador de Rendimiento Neto para Traspasos de las Sociedades de Inversión Básicas de Pensiones únicamente podrá ser utilizado para traspasos antes de un año en el momento en que se cuente con la historia suficiente de 24 meses, misma que a la fecha no se cuenta.

Acumulación de saldos pensionarios ante diferentes escenarios de comisiones

| Comisión sobre saldo                                                             | Saldo acumulado al retiro (pesos) |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Más baja =                                                                       | 0.99%                             |
| Más alta =                                                                       | 1.34%                             |
| Variación del saldo acumulado entre la AFORE con comisión más baja y la más alta | 7.8%                              |



<sup>1</sup> Para este cálculo, se hicieron algunos supuestos simplificados: se consideró a una persona cotizante al IMSS con un nivel salarial de tres salarios mínimos (\$1,056.11), un saldo inicial en su cuenta de \$49,138 que corresponde al promedio actual en el sistema, una unidad de cotización de 100 por ciento, un rendimiento real futuro promedio anual de comisiones de 5.13 por ciento, lo cual equivale a un rendimiento real neto aproximado de 4.0 por ciento para todo el sistema. Asimismo se supone que las comisiones vigentes se mantienen para el futuro.

# ¿Qué es el estrés?

**E**l estrés es el “desgaste y deterioro” que experimentan nuestras mentes y cuerpos al tratar de enfrentarse con un medio ambiente siempre cambiante.

El estresante o causa del estrés es cualquier condición o situación, tensión y/o presión. Los estresantes laborales son los que uno encuentra en el lugar de trabajo y son múltiples y variados.

La tensión es un cambio físico en el cuerpo que resulta de exposición a estresantes. La tensión por lo general ocurre como consecuencia de estrés crónico.

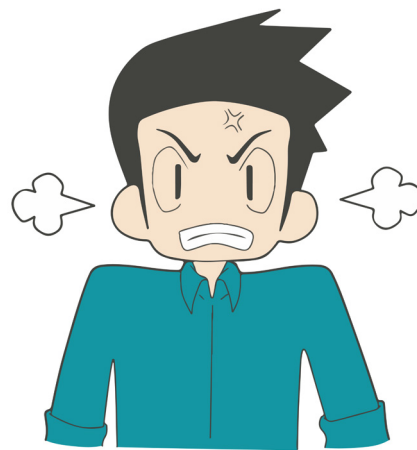
El estrés es una respuesta automática del cuerpo de “pelea o huye,” activada por la adrenalina y otras hormonas del estrés, las cuales estimulan una variedad de cambios fisiológicos; Estas respuestas - que no han cambiado por miles de años - ayudaron a nuestros ancestros a sobrevivir y les permitieron correr, pelear y defenderse. Por eso llamamos a estas reacciones que tenemos al estrés “pelea o huye.” El estrés hace que el cerebro se ponga en guardia. La reacción del cerebro es preparar el cuerpo para la acción defensiva. El sistema nervioso despierta y las hormonas se liberan para despertar los sentidos, acelerar el pulso, agudizar la respiración y tensar los músculos.

**El estrés se convierte en peligro cuando es constante o crónico.**

La reacción del cuerpo al estrés:

Las hormonas del estrés incluyen poderosos estimulantes, tales como la adrenalina, nora-drenalina, hidrocortisona y testosterona, los cuales producen una variedad de respuestas físicas. Las más comunes incluyen:

- \* Incremento en la dilatación de las pupilas
- Sudoración.
- \* Incremento en la proporción de latidos del corazón y presión sanguínea (para pasar más sangre a los músculos, cerebro y corazón).
- \* Respiración acelerada (para tomar más oxígeno).



- \* Tensión muscular (en preparación para la acción).
- \* Incremento en el flujo de sangre al cerebro, corazón y músculos (los órganos que son más importantes en el manejo de los peligros).
- \* Menor flujo de sangre a la piel, sistema digestivo, riñones e hígado (donde éste se necesita menos en los períodos de crisis).
- \* Incremento de la agudeza mental y la sensibilidad (para valorar la situación y actuar de manera rápida).
- \* Incremento en la sangre, del azúcar, las grasas y el colesterol (para tener energía extra).
- \* Aumento de las plaquetas, así como de la velocidad de coagulación de la sangre (para prevenir una hemorragia en caso de lesión).

**Los síntomas del estrés crónico (a largo plazo) incluyen síntomas físicos:**

- \* Problemas cardiovasculares, como ataques del corazón, presión sanguínea alta, dolor en el pecho, palpitaciones del corazón irregulares y migrañas.
- \* Problemas digestivos, incluyendo úlceras, colitis, estreñimiento, diarrea, diabetes, indigestión, náuseas, vómitos.
- \* Problemas musculares y de los huesos, incluyendo dolor de espalda, dolor de cabeza y artritis.
- \* Cansancio o fatiga
- \* Resistencia baja o deteriorada, incluyendo susceptibilidad más grande a infecciones, res-

friados y catarros, alergias y hasta cáncer.

- \* Susceptibilidad a sufrir accidentes.
- \* Pérdida del deseo sexual.

### **Síntomas mentales/emocionales:**

- \* Depresión, falta de interés en el trabajo o fuera del trabajo.
- \* Falta de concentración.
- \* Lapsos de la memoria.
- \* Dificultad para tomar decisiones.
- \* Confusión.
- \* Desorientación.
- \* Ataques de pánico.
- \* Impaciencia e irritabilidad.
- \* Ataques de enojo.
- \* Llanto.
- \* Deterioro en la apariencia e higiene personal.

### **Síntomas en el comportamiento:**

- \* Cambio de apetito: come demasiado o muy poco.
- \* Desórdenes alimenticios: anorexia, bulimia.
- \* Incremento en el consumo de alcohol u otras drogas.
- \* Inhabilidad de relajarse sin el uso de drogas, alcohol o la televisión.
- \* Nerviosismo
- \* Intranquilidad
- \* Morderse las uñas
- \* Incremento en el fumar
- \* Hipocondría

### **El estrés en el trabajo**

El trabajo proporciona un ingreso y también satisface otras necesidades humanas, como ejercicio físico, experiencia mental, contacto social, y un sentimiento de autoestima y habilidad. Sin embargo, el trabajo también es una fuente importante de estrés.

Condiciones de trabajo: como altos niveles de ruido, mucha o poca iluminación, temperaturas extremas, y horarios de trabajo excesivos y antisociales.

Exceso de trabajo: demasiadas horas de trabajo, metas de producción irreales, e interrupciones frecuentes, producirán estrés.

- \* Falta de control en su propio trabajo
- \* Falta de reconocimiento
- \* Cantidad de trabajo muy grande
- \* Falta de comunicación
- \* Movimientos repetidos
- \* Excesivas horas extra
- \* Cambios en el trabajo
- \* Acoso y hostigamiento sexual, físico y verbal.

**Falta de trabajo:** aburrimiento debido a que no hay suficiente por hacer, o debido a que un trabajo en particular es aburrido y repetitivo.

**Incertidumbre:** la incertidumbre acerca de los objetivos, las responsabilidades, las expectativas de los compañeros.

**Conflicto:** el estrés también puede surgir de un trabajo que el individuo no desea realizar o que está en conflicto con sus valores personales, sociales y familiares. Responsabilidad: a mayor nivel de responsabilidad mayor nivel de estrés.

Las siguientes listas son ejemplos de estresantes en el trabajo.

### **Estresantes Físicos o Externos.**

- \* Agentes químicos
- \* Ruido
- \* Calor
- \* Vibración
- \* Radiación
- \* Falta de ventilación
- \* Espacios cerrados
- \* Ventilación deficiente
- \* Peligros en el área de trabajo
- \* Área de trabajo incómoda
- \* Mala iluminación
- \* Diseño pobre o inadecuado del área de trabajo
- \* Mucha gente en el área de trabajo



## Estresantes por el diseño del trabajo

Hay dos estrategias básicas para tratar de resolver los problemas relacionados con el estrés: Soluciones individuales, las cuales incluyen cambiar su propia reacción al estresante. Cambios en la organización los cuales implican identificar las raíces o causas del estresante y desarrollar estrategias que reducen o eliminan el estresante.

### Pasos hacia la prevención.

- 1.- Reconocer los síntomas del estrés cuando le están sucediendo a Ud.
- 2.- Hable con sus compañeros en su lugar de trabajo.
- 3.- Identifique las fuentes del estrés en su lugar de trabajo.
- 4.- Documente el problema.
- 5.- Identifique todas las posibles soluciones, que pueden reducir o eliminar la fuente del estrés. (El estresante)
  - ¿Se puede re-diseñar el trabajo o tarea?
  - ¿Es posible trabajar en equipo?
  - ¿Si mejoramos la comunicación, se resolverá el problema?
  - ¿Cómo vamos a presentar el problema a la gerencia, a los jefes?
- 6.- Al determinar las soluciones al problema, identifique el orden de prioridad.

### ¿Cómo prevenir el estrés en el lugar de trabajo?

Para reducir el estrés, las condiciones del trabajo deben ser modificadas como son:

- \* Horario del trabajo: diseñar un horario para prevenir conflictos.
- \* Control y participación: permitir a los trabajadores que participen de las decisiones que afectan su trabajo.
- \* Cantidad de trabajo:
- \* Contenido
- \* Papeles: definir claramente las responsabilidades de cada uno.

El ambiente: dar la oportunidad para tener interacción social, incluyendo apoyo emocional y ayuda directa para hacer el trabajo

Futuro: evitar la incertidumbre.

## Acoso y Hostigamiento sexual, verbal y físico: ¿cómo prevenirlos?

¿Qué es el acoso?

Físico: uso o amenaza de disciplina física.

Verbal: uso de palabras o acciones cuyo intento es disminuir la autoestima de la empleada/o.

Sexual

Ofrecer cierta preferencia o beneficios a cambio de una relación sexual, ya sea directamente o implícitamente

Tratar de manera perjudicial como represalia por rechazar una proposición sexual.

Comentarios sexuales inoportunos, formas de mirar, insinuaciones o contacto físico inapropiado.

Medidas de seguridad no apropiadas, tales como registros de los guardias a mujeres.

Otros

- Negar descansos razonables, acceso a agua, sanitarios, cuidado médico u otras necesidades básicas.

- Restricciones irrazonables de movimiento a los empleados durante horas que no se trabaja.

¿Por qué es difícil decir NO?

Hay muchas razones que explican el porqué es difícil para una mujer decir "NO" al acoso sexual, físico o verbal:

- \* Ella puede temer la pérdida de su trabajo, el cual ella necesita para sostenerse a sí misma y a su familia.

- \* Puede ser que ella fue educada desde pequeña para respetar y obedecer a hombres mayores y a hombres en la posición de poder.

- \* El hombre puede ser un familiar y ella puede estar con el miedo de que si dice que NO o pro-

**Pero no importa en qué situación una mujer esté, el acoso sexual o de otro tipo es inaceptable.**

El acoso sexual tiene muchos problemas relacionados con el trabajo:

- \* Las trabajadoras temen perder una oportunidad para una promoción de puesto.
- \* Ellas pueden recibir salarios y beneficios más bajos, o incluso perder sus trabajos, tan sólo por el hecho de rechazar las insinuaciones sexuales de un superior.

Hay muchos efectos psicológicos asociados con el acoso sexual, que incluyen:

- \* Inseguridad en sí misma, negación y autcul-pabilidad.
- \* Humillación
- \* Pérdida de interés en el trabajo
- \* Sentirse en un callejón sin salida
- \* Pérdida de confianza
- \* Cólera
- \* Depresión

Varios estudios han demostrado que las víctimas de acoso sexual pueden sufrir reacciones similares a aquellas encontradas en víctimas de traumas como violación o asalto.

**¡No lo ignore!**

El acoso es un peligro para todos los empleados en el lugar de trabajo, especialmente para las mujeres.

- \* Trate de evitar al individuo(s) quienes han acosado a otras empleadas.
- \* No vaya a ningún lado sola con empleadores hombres.
- \* Averigüe si hay leyes o políticas que le protejan del acoso.

Recuerde que usted no está sola.

Este no es un problema individual

- ¿Hay otras trabajadoras que están en la misma situación?
- ¿Hay alguna posibilidad de reunirse

para llevar a cabo algún tipo de acción?

- ¿Podría ser esta una manera de empezar un grupo, el cual pudiera tratar de manera continua estos problemas del lugar de trabajo?
- ¿Cómo puede usted reportar el acoso a su empleador sin temor a castigo?



# INFONAVIT

## ¿En qué puedo usar mi crédito?

| Comprar                                                                                           | Construir                     | Ampliar o Remodelar                                                                                                                                                                                                                | Pagar mi hipoteca                                                  | Rentar              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------|
| * Vivienda nueva o usada.<br>* Vivienda hipotecada en INFONAVIT.<br>* Mejorar una vivienda usada. | * Vivienda en terreno propio. | * Ampliar o reparar afectando la estructura de tu vivienda con gh.<br>* Mejorar tu vivienda sin afectación estructural y con gh.<br>* Mejorar tu vivienda sin afectación estructural y Sin gh.<br>* Mejorar o reparar tu vivienda. | * Pagar mi hipoteca.<br>* Pagar tu Hipoteca y mejorar tu vivienda. | * Rentar y comprar. |

### Nota si vamos a comprar:

1.- Debemos constatar que la casa o departamento que vamos a recibir por la comprar esté totalmente terminada ya que de lo contrario tendremos que batallar para que las constructoras las terminen, y estar perdiendo tiempo para que la termine, otra cosa es el INFONAVIT una vez que le paga las constructoras, éstas prefieren terminar las otras que no se han entregado y la tuya se retrasará más de lo debido evita esto, cerciórate de que esté terminada.

2.- Cómo beneficiario de este crédito, no debemos permitir que el Patrón reciba el aviso de retenciones antes de constatar que todo esté correcto y sobre todo, que la vivienda esté totalmente terminada de lo contrario estaríamos financiando a las constructoras y estaríamos pagando los intereses antes de recibir nuestra casa, lo correcto es pagar hasta que te entreguen tu casa. Recuerda que si se te entrega el aviso se te estará descontando desde la primera quincena el interés del crédito.

3.- No recibir la casa o departamento si no hay un documento formal de que está totalmente terminada y en buenas condiciones.

### Ya tengo mi crédito

Obtén tu aviso de retención de descuentos, esta comienza cuando le entregas el aviso al patrón.

\* Si tu crédito fue del 2004 podrás solicitarlo por internet y podrán recogerlo tú o tu conyugue con su identificación oficial 20 días después.

\* Si tu crédito fue después del 2004 el notario te dirá cuándo estarán.

## Obtén tus escrituras.

Tus escrituras deberán contener los siguientes datos.

- ✓ Número y fecha de la escritura
- ✓ Nombre del notario y número de la notaría
- ✓ Nombre del representante legal de INFONAVIT.
- ✓ Tú Nombre completo
- ✓ Nombre del vendedor
- ✓ Dirección, superficie, medidas, linderos y colindancia de la vivienda.
- ✓ Valor de tu casa
- ✓ Qué esté al corriente en el pago del predial.
- ✓ Que no esté hipotecada.
- ✓ Monto y condiciones de tu crédito; seguros y garantías de tu vivienda.

## ¿Cómo puedo pagar?

### Si tengo un empleo estable:

- \* Tú patrón es responsable de retenerte la cantidad que debes pagar
- \* Tu mensualidad está integrada por el descuento que te hace tu patrón más el 15% que aporta el INFONAVIT.
- \* Tu pago no puede ser mayor al 30% de tu salario integrado.

## ¿QUÉ HAGO SI TENGO PROBLEMAS PARA PAGAR?

- \* Perdí mi empleo y no puedo pagar mi mensualidad.
- \* Mis ingresos disminuyeron y no me alcanza para pagar mi crédito
- \* Tengo pagos vencidos, cómo lo regularizo.
- \* Si estoy incapacitado o llegara a fallecer, qué pasa con mi crédito
- \* Soy jubilado o pensionado.
- \* Mi vivienda se dañó cómo se aplica el seguro
- \* Tengo problemas para pagar y no recibí el apoyo.

## Ya terminé de pagar

### Aviso de suspensión

- \* Entra. *A cuánto debo mi crédito* y confirma tener tu saldo en ceros.
- \* Si te encuentras trabajando y te descuentan el pago de tu crédito por nómina.
- \* Obtén el aviso de suspensión de descuentos en mi cuenta INFONAVIT.
- \* Entrega este visto en la empresa donde trabajas, ahí te deben confirmar y sellar para que dejen de descontarte.
- \* Cancela tu Hipoteca.
- \* Liberación con notario Público / escritura pública.
- \* Llama a INFONATEL y solicita la carta de cancelación de hipoteca.
- \* Te enviaremos la carta al centro de servicio INFONAVIT (CECI)

### Recoge tus escrituras

- \* Llevar original y una copia de una identificación oficial (preferencia credencial)
- \* En caso de que el titular del crédito haya fallecido.
- \* Para los casos de incapacidad total permanente del acreditado

Solicita la devolución.

- \* Puedes solicitar la devolución del excedente si ya terminaste de pagar o si no usaste tu crédito, es necesario agendar una cita y acudir con documentos que acrediten que ya pagaste.



¡Nadie defiende lo que no conoce!



**CENTRO DE REFLEXIÓN Y ACCIÓN LABORAL**

Jesús González Ortega 306 esq. Garibaldi col. Centro  
Guadalajara, Jalisco

tel. (33) 36 14 80 95 cel. (55) 80 03 01 01