

Guía rápida sobre dejar de trabajar

Trabajar mientras lucha con un diagnóstico y tratamiento de cáncer puede resultar difícil. Quizás necesite tomarse días libres, durante un período corto o por más tiempo, o incluso dejar de trabajar por completo. También puede encontrarse sin trabajo por causas no relacionadas con el cáncer, como cuando el empleador cierra sus puertas. Esta guía rápida incluye algunos aspectos clave para pensar si deja de trabajar.



Tomarse días libres por un período corto

Protección del empleo

- Verifique si su empleador ofrece licencias por enfermedad u otros tipos de licencias remuneradas o no.
- Tómese una licencia de hasta 12 semanas no remuneradas, pero con protección del empleo y seguro médico, según la Ley de Licencia Familiar y Médica (FMLA). La licencia está disponible para los empleados elegibles por una afección grave propia o como cuidador de un cónyuge, padre o hijo. Para más información sobre la FMLA, visite [TriageCancer.org/Guiarapida-FMLAampliada](https://www.triagecancer.org/Guiarapida-FMLAampliada).
- Tómese días libres según las leyes estatales o locales. Para más información, visite [TriageCancer.org/state-laws/taking-time-off](https://www.triagecancer.org/state-laws/taking-time-off).
- Si no puede acceder, o ya usó su licencia de la FMLA o estatal, las adaptaciones razonables de la Ley sobre Estadounidenses con Discapacidades (ADA, por sus siglas en inglés) pueden ser útiles para tomarse días libres. También pueden ser útiles cuando regresa al trabajo. Los ejemplos más comunes de adaptaciones razonables son un cambio en el horario laboral o descansos adicionales. Para más información sobre las adaptaciones, visite [TriageCancer.org/Guiarapida-Adaptaciones](https://www.triagecancer.org/Guiarapida-Adaptaciones).

Conservar los ingresos con una licencia a corto plazo

- Muchos tipos de licencias médicas, incluso la licencia de la FMLA, no son remuneradas. El seguro por discapacidad brinda ingresos mientras no trabaja debido a su afección. Los gobiernos de algunos estados o aseguradoras privadas ofrecen beneficios de seguro por discapacidad a corto plazo. Para más información sobre las opciones de seguro por discapacidad a corto plazo, visite [TriageCancer.org/Guiarapida-seguospordiscapacidad](https://www.triagecancer.org/Guiarapida-seguospordiscapacidad).

Información para recopilar antes de tomarse una licencia

- Saber cuántos días de licencia le corresponden y según qué póliza/ley.
- ¿Su empleador le pide que presente un formulario de certificación médica si solicita adaptaciones razonables o una licencia médica? Si es así, hay limitaciones sobre lo que pueden pedir. Para más información, visite [TriageCancer.org/Guiarapida-divulgacion](https://www.triagecancer.org/Guiarapida-divulgacion).
- Si su empleador paga la totalidad, o una parte, de su seguro médico, debe continuar haciéndolo durante su licencia de la FMLA (esto también se aplica a muchas leyes de licencia estatales o locales, pero hable con su empleador para asegurarse). Si suele pagar una parte de sus primas mediante deducción salarial, pregunte al empleador cómo hacer esos pagos mientras esté de licencia. Si no paga su parte, es posible que cancelen su póliza de seguro médico.
- ¿Paga otros beneficios mediante deducciones salariales (p. ej., una póliza de seguro de la vista, dental, de vida o por discapacidad)? Si es así, ¿cómo puede continuar haciendo los pagos mientras esté de licencia para que las pólizas no caduquen?
- ¿Tiene acceso a una póliza de seguro por discapacidad a través de su trabajo? Si es así, ¿qué pasos debe seguir para presentar una reclamación y cobrar los pagos?
- Comprenda las políticas de su empleador sobre la comunicación durante una licencia. Por ejemplo, ¿hay reglas sobre el uso de su correo electrónico o teléfono laboral? ¿Otros empleados pueden comunicarse con usted?

Tomarse una licencia a largo plazo o dejar de trabajar:

Si no puede trabajar por un período prolongado, es posible que su empleador no esté obligado a conservar su puesto. Quizás prefiera buscar otro trabajo en el futuro o no pueda volver a trabajar. Quizás decida jubilarse. Según su situación, puede acceder a estas opciones para conservar los ingresos y la cobertura del seguro médico.

Conservar los ingresos

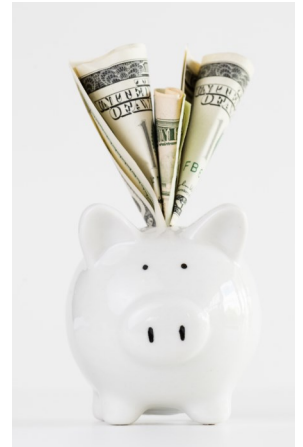
Las personas en esta situación suelen tener dudas sobre cómo reemplazar los ingresos perdidos. Hay tres opciones comunes: seguro por discapacidad, jubilación o beneficios de desempleo.



- **Seguro por discapacidad:** Si no puede trabajar por un período prolongado debido a su afección, quizás sea elegible para un seguro por discapacidad.
 - *Seguro privado por discapacidad a largo plazo (LTD):* Las compañías de seguro venden estas pólizas o las ofrecen a través de su trabajo. Si bien cada póliza tiene diferentes normas, por lo general, podrá recibir los beneficios siempre que la haya obtenido antes de su discapacidad. Incluso aunque haya perdido su trabajo, es posible que pueda acceder a los beneficios del seguro por discapacidad de su empleador, según el tiempo que haya pasado desde que finalizó la relación laboral. Comuníquese con la compañía de seguro para obtener más información sobre su póliza en particular.
 - *Seguro federal por discapacidad:* La Administración del Seguro Social (SSA) administra dos programas de seguro por discapacidad a largo plazo: el Seguro por Incapacidad del Seguro Social (SSDI) y la Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI). Para más información, visite TriageCancer.org/Guiarapida-seguerospor discapacidad.
 - Nota: Es posible obtener beneficios del LTD privado y del SSDI, pero el monto del SSDI se deducirá del monto del LTD. Para más información, visite TriageCancer.org/Guiarapida-SSDIySSI.
- **Jubilación:** Según su edad y cuándo deje de trabajar, puede ser elegible para los beneficios de jubilación. Generalmente, los beneficios de jubilación provienen de la SSA, una cuenta privada o una pensión del empleador. Es posible que pueda acceder a una o más de estas opciones. Considere hablar con un contador o asesor financiero para ayudarle a tomar la mejor decisión para usted.
 - Si pagó los impuestos del Seguro Social mientras trabajaba, es posible que pueda comenzar a cobrar los beneficios de jubilación del Seguro Social. El pago mensual de la jubilación depende de sus ingresos durante su vida laboral y el momento en que decida jubilarse: a la edad de jubilación, antes o después. Si se jubila antes, su pago mensual será menor que si espera a cumplir la edad de jubilación. Si espera hasta los 70 años, su pago mensual será mayor que si se retira a la edad de jubilación. Cree una cuenta del Seguro Social en www.ssa.gov/es, para consultar el monto de los pagos mensuales si quiere solicitar los beneficios por discapacidad del Seguro Social, jubilarse a la edad de jubilación, antes o después. También puede llamar a la SSA al 800-772-1213.
 - Nota: No puede cobrar la jubilación del Seguro Social y el SSDI. Si está en edad de jubilarse, la SSA considerará sus beneficios como beneficios de jubilación.
 - Si tiene una cuenta de jubilación a través de su empleador, es posible que tenga algunas opciones según la edad:
 - Si se jubila a los 59 años y medio, el IRS le permite comenzar a tomar repartos de su 401(k) sin pagar la penalización del 10 % por retiro anticipado.
 - Si cumple con la definición del IRS de tener una discapacidad, puede retirar fondos de su cuenta de jubilación por anticipado sin la penalización del 10 %.
 - Si tiene al menos 55 años, puede retirar dinero y evitar la penalización del 10 % si la 401(k) es de su empleador más reciente.
 - Si tiene una cuenta de jubilación privada que no se relaciona con su empleador, debe comunicarse con la compañía de inversiones para entender cuándo puede retirar dinero de la cuenta, cuánto recibirá mensualmente y si tiene impuestos.
 - Si tiene una pensión, pregúntele a su empleador sobre su porcentaje conferido, cómo se realizará la distribución (p. ej., todos los meses, cada tres meses, etc.) y qué impuestos sobre la renta deberá pagar.

• Beneficios por desempleo:

- Generalmente, cuando una persona se queda sin trabajo, es elegible para recibir beneficios por desempleo. El monto que recibirá dependerá de dónde vive y de los ingresos pasados.
- Si decide dejar un trabajo, por lo general, no será elegible para recibir beneficios por desempleo. Sin embargo, si deja el trabajo porque no es seguro seguir trabajando, es posible que todavía sea elegible para recibir beneficios por desempleo. Puede pedirle a su médico que documente su afección y por qué no es seguro que siga trabajando. Por lo general, no podrá ser elegible para los beneficios por desempleo y los beneficios por discapacidad del Seguro Social al mismo tiempo. Los programas de cada estado tienen diferentes procesos y reglas, pero la mayoría exige que la persona certifique que puede trabajar y está buscando empleo de manera activa, mientras que el requisito de la SSA es que la persona no pueda trabajar debido a una afección.
- Para más información sobre los beneficios por desempleo en su estado, visite [TriageCancer.org/StateResources](https://www.triagecancer.org/StateResources). Si solicita los beneficios por desempleo y se le niegan, puede presentar una apelación. Cada estado tiene un proceso de apelación diferente, por eso comuníquese con la oficina de desempleo local o la agencia estatal para obtener información específica. Para más información sobre cómo encontrar un abogado que le ayude con la apelación, visite [TriageCancer.org/Guiarapida-asistenciallegal](https://www.triagecancer.org/Guiarapida-asistenciallegal).



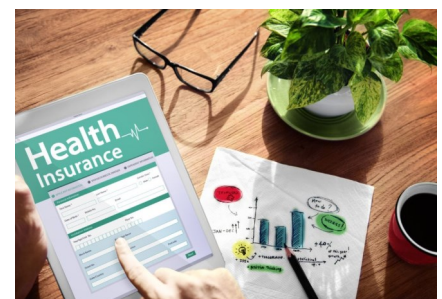
Opciones de seguros médicos

- Si tenía cobertura del seguro médico a través de su empleador, debe entender sus opciones de cobertura y cómo decidir entre estas opciones cuando finalice su trabajo.
- Es posible que pueda conservar durante un tiempo la misma póliza que tenía mientras trabajaba a través de la Ley COBRA o la Ley estatal COBRA. Si elige esta cobertura, será responsable de hasta un 110 % de las primas.
- Es posible que pueda comprar una nueva póliza a través del Mercado de Seguros Médicos de su estado y acceder a asistencia financiera.
- Es posible que pueda unirse a otro plan grupal, como el de un cónyuge o un padre, si es elegible.
- Quizás que sea elegible para Medicaid o Medicare.

Para más información sobre estas opciones y cómo elegir, mire [TriageCancer.org/video-perderelseguromedico](https://www.triagecancer.org/video-perderelseguromedico) y visite [TriageCancer.org/Guiarapida-perderelseguromedico](https://www.triagecancer.org/Guiarapida-perderelseguromedico).

Pasos a seguir al finalizar la relación laboral

- Confirme cómo recibirá su último pago, si corresponde.
- Verifique si le deben pagos por vacaciones que no se haya tomado. Los empleadores pueden tener muchas políticas sobre qué le pagarán, y las normas varían en cada estado. Consulte a la persona encargada de los beneficios para empleados de su empresa qué esperar.
- Si es elegible para la Ley COBRA o la Ley COBRA estatal, asegúrese de tener los documentos necesarios y saber cómo enviar los documentos completos y los pagos en el futuro.



Pasos a seguir al finalizar la relación laboral (continuación)

- ¿Hay beneficios laborales que puedan transformarse en una póliza individual (p. ej., una póliza de seguro de la vista, dental, de vida o por discapacidad)?
 - Si tiene una póliza de seguro de vida, quizás pueda conservar el plan convirtiéndolo de una póliza grupal a una póliza individual. Si su empleador pagaba las primas de esta póliza, es probable que usted deba pagar las primas en adelante. Sin embargo, en determinadas circunstancias, es posible que se considere que su póliza está pagada en su totalidad si deja de trabajar por una discapacidad.
- Revise sus opciones sobre las cuentas de jubilación (p. ej., ¿puede acumular los fondos en una cuenta de jubilación individual, etc.)? Si tiene dudas sobre cómo proceder, reunirse con un asesor financiero puede ser útil (www.afcpe.org/find-an-afcpe-certified-professional).
- Si tiene un plan por discapacidad a corto o largo plazo:
 - ¿Cómo solicita los beneficios (si corresponde)?
 - Si no solicita los beneficios en el momento en que deja su trabajo, ¿puede convertirlos en una póliza privada y comenzar a pagar las primas?
- Si está considerando solicitar los beneficios por desempleo, ¿el empleador impugnará su solicitud?
- Si su plan es mudarse, asegúrese de que el empleador anterior tenga su nuevo domicilio para enviarle los documentos impositivos en el futuro.
- Prepárese para devolver todo el equipamiento que pertenezca a su empleador. Por ejemplo, si tiene un teléfono celular de la empresa, asegúrese de haber guardado los contactos personales en otro lado. Si tiene una computadora de la empresa, asegúrese de haber eliminado toda la información personal.
- Si le interesa, consulte a su empleador si puede configurar una respuesta automática para su cuenta de correo electrónico que proporcione la información de reenvío.



Debería haber una persona en su trabajo que pueda ayudarle a responder estas preguntas mientras se prepara para dejar su trabajo. Algunos empleadores tienen un departamento o personal de recursos humanos (HR) interno, otros contratan una empresa externa para lidiar con sus necesidades de HR. Algunos empleadores más pequeños no cuentan con personal de HR. Si no sabe con quién hablar, comience por la persona que gestiona las planillas de horarios u otra documentación laboral. Por lo general hay plazos para tomar estas decisiones, así que no se demore en obtener la información que necesita para hacerlo.

Presentar una queja por discriminación

Si cree que se quedó sin trabajo por su afección, puede considerar presentar una queja. Según el tipo y el tamaño del empleador, variará la agencia ante la que presente la queja. Es posible que pueda presentar una queja por discriminación por discapacidad ante la Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo federal o ante una agencia estatal de igualdad de oportunidades de empleo. Si es miembro de un sindicato, es posible que cuente con opciones adicionales a través de un acuerdo de convenio colectivo. Para más información, visite www.eeoc.gov/filing-charge-discrimination.

Más recursos

- Para más información sobre sus derechos laborales, visite TriageCancer.org/espanol#eltrabajo.
- Para más información sobre opciones de seguro por discapacidad, visite TriageCancer.org/Guiarapida-seguospordiscapacidad.
- Para más información sobre opciones de seguro médico, visite TriageCancer.org/Guiarapida-opcionesdesegurosmedicos.
- Para más información sobre cómo obtener asistencia legal, visite TriageCancer.org/Guiarapida-asistencialegal.

Para más información sobre todos estos temas y más, visite CancerFinances.org.