



Información proporcionada por Dirección del Trabajo

Declaración jurada de trabajo pesado

Última actualización: 14 mayo, 2026

Descripción

Si eres trabajadora o trabajador dependiente, realiza una declaración jurada de trabajo pesado ante la Dirección del Trabajo (DT), institución que actúa como ministro de fe, cuando:

- No es posible contar con el certificado de tu empleadora o empleador que describa las labores realizadas.
- Te desempeñas de forma independiente.

Importante: se consideran trabajos pesados aquellos que aceleran el desgaste físico, intelectual o psíquico de la mayoría de las trabajadoras y trabajadores que los realizan, provocando un envejecimiento precoz, aun cuando no generen una enfermedad laboral.

La declaración jurada es uno de los antecedentes solicitados por la [Comisión Ergonómica Nacional \(CEN\)](#) para declarar una labor como trabajo pesado.

Realiza la declaración jurada durante todo el año en el **sitio web de la DT** y en las **oficinas de la Inspección del Trabajo**.

Realiza la declaración jurada

En línea:

Ingresa al [portal Mi DT](#) con tu [ClaveÚnica](#).

Deberás seleccionar el perfil "Trabajador", luego haz clic en "Actuaciones ministro de fe" y "Declaración jurada de trabajo pesado". Para finalizar, sigue los pasos que te indique el sistema.

Importante: descarga la declaración jurada (realizada) desde la sección "Cartola del Trabajador" del portal Mi DT.

En oficina:

Dirígete a una [oficina de la Inspección del Trabajo](#).



- Ingresa tu consulta a través del [Sistema Único de Atención Ciudadana](#).
- Llama al canal de atención telefónica al **600 450 4000**. Revisa el [horario de atención](#).

Lee el marco legal

- [Ley N° 19.404](#), de 1995, del Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- [Decreto N° 71](#), de 1996, que aprueba el reglamento para la aplicación de la Ley N° 19.404.