

FORMACIÓN PROFESIONAL · FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL (TCAE) · UNIDAD 9

Seguridad Social y protección

Ocho años a media jornada y un pinchazo en la FCT sin contrato: ¿qué cuenta y quién protege?

PARA EMPEZAR

En esta unidad aprenderás a...

- Explicar cómo se organiza el sistema de Seguridad Social.
- Identificar las obligaciones de afiliación, alta, baja y cotización.
- Explicar tu protección durante la formación en centros de trabajo (FCT).
- Relacionar cada contingencia con su prestación.
- Reconocer los requisitos de la incapacidad temporal y del desempleo.
- Resolver situaciones TCAE con fuentes oficiales.

SITUACIÓN DE PARTIDA

«¿Me cuentan la mitad?»

Lunes 08/02/2027. Fátima lee su vida laboral: dos meses en una tienda en 2012 y más de ocho años en una gestoría, a media jornada. *«¿Me cuentan la mitad?»*. **Leonor**: «¿Qué documento lo dice?».

Miércoles 10/02/2027. El caso de **Cayetana**: se pinchó con una aguja olvidada entre las sábanas en la FCT, sin contrato ni sueldo. *«¿Quién la protegía?»*

❓ **Si una TCAE se lesiona trabajando y no puede ir a su turno, ¿quién crees que le paga esos días?**

❓ **¿Tienes número de la Seguridad Social? ¿Para qué lo necesitará Fátima en la FCT?**

❓ **¿Crees que las prácticas sin sueldo aparecen en la vida laboral? ¿Por qué?**

❓ **¿Qué datos esperarías encontrar en un informe de vida laboral?**

MAPA DE LA UNIDAD

Lo que vamos a ver

9.1 El sistema de Seguridad Social

9.2 Afiliación, alta, cotización y vida laboral

9.3 Incapacidad temporal, nacimiento y riesgo durante el embarazo

9.4 Desempleo

9.5 Incapacidad permanente, jubilación y otras prestaciones

Cotizas mientras trabajas para estar protegida



Contingencia

Situación protegida: enfermedad, accidente, nacimiento, paro…



Prestación

Lo que da el sistema: dinero o asistencia.



Nivel contributivo

Según lo cotizado.



Nivel no contributivo

Por necesidad: pensiones no contributivas, IMV.



Mejoras voluntarias

Las paga la empresa por convenio.



Régimen general y RETA

Kevin, en el general; Espe, por su cuenta, en el RETA.

CLAVE

Cotizar no es perder dinero: te da derecho a cobrar cuando no puedes trabajar. Si la causa es el trabajo, la contingencia es **profesional**; si no, **común**.

Cinco entidades, cinco ventanillas

ENTIDAD	QUÉ GESTIONA	EJEMPLO TCAE
TGSS	Afiliación, altas y bajas, cotización, vida laboral	Clínica Alameda da de alta a Kevin
INSS	IT e incapacidad permanente, nacimiento, jubilación, viudedad, ingreso mínimo vital	Una TCAE pide la prestación por nacimiento
SEPE	Prestaciones y subsidios por desempleo	Termina una sustitución y pide el paro
Mutuas colaboradoras	Accidentes de trabajo y enfermedades profesionales; la baja común, si la empresa lo elige	Lesión al movilizar a un residente
Servicio de salud	Asistencia sanitaria; partes médicos de baja y alta	Baja por una gripe

CLAVE

¿Número de la Seguridad Social o vida laboral? **TGSS**. ¿Paro? **SEPE**. ¿Baja, nacimiento o jubilación? **INSS** (o la mutua, si la causa es el trabajo).

Un régimen público para todos



«Los poderes públicos mantendrán un régimen público de Seguridad Social para todos los ciudadanos...», con prestaciones suficientes ante situaciones de necesidad.

Constitución Española, art. 41 · consulta la versión vigente

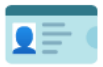
SUJETO OBLIGADO

Los poderes públicos: deben mantener el sistema y sus prestaciones.

CLAVE

Las mejoras del convenio (por ejemplo, completar la baja hasta el 100 %) no son Seguridad Social: las paga la empresa.

Afiliación, alta, cotización y baja



Afiliación

Una vez en la vida: te da tu número de la Seguridad Social.



Alta

En cada empleo, y la empresa la tramita **antes** de que empieces.



Cotización

Cada mes: la parte de la empresa y la tuya, descontada en la nómina (a Kevin, 114,65 €).



Baja

Al terminar, la empresa la comunica.

CLAVE

Si Kevin cambia de empresa se repiten **alta, cotización y baja**; la afiliación y el número no cambian. Trabajar sin alta es una infracción: si te accidentas, el sistema te protege y luego reclama a la empresa.

9.2 · DOCUMENTO FICTICIO · D16

La vida laboral de Fátima

Informe emitido por la TGSS el 08/02/2027 · Situación actual: sin alta · Régimen general.

EMPRESA	ALTA	BAJA	JORNADA	DÍAS
Modas Galindo, S.L. (comercio)	01/07/2012	31/08/2012	Completa	62
Gestoría Albor, S.L. (auxiliar administrativa)	01/03/2016	31/05/2024	Parcial, 50 %	3.014
Total de días en alta				**3.076**

CLAVE

Revisa tu vida laboral al empezar y al terminar: es tu historia de protección. Se descarga gratis en la sede electrónica de la Seguridad Social.

Los días cuentan enteros, la base es menor



Periodo mínimo

Para acreditar el periodo mínimo de una prestación, los días a tiempo parcial cuentan **enteros**: los 3.014 días de la gestoría siguen siendo 3.014.

VS



Cuantía

Lo que fue menor es su **base de cotización**: trabajó al 50 % y, con ella, serán menores las cuantías de sus prestaciones.

CLAVE

Error frecuente: «en la gestoría le cuentan 1.507 días». Se reduce el dinero, no los días.

Las prácticas también cuentan



«...con la exclusión de la protección por desempleo, de la cobertura del Fondo de Garantía Salarial y por Formación Profesional»

Ley General de la Seguridad Social, disp. adic. 52.ª, ap. 3 · consulta la versión vigente

SUJETO OBLIGADO

La entidad de las prácticas da el alta, salvo que el convenio de FCT lo atribuya al centro educativo. El alumnado queda asimilado a trabajador por cuenta ajena, aunque no cobre.

NO OBLIGA A...

No da paro ni, si no está remunerada, baja por enfermedad común. La FCT no es un contrato.

CLAVE

Solo cotizan los días de prácticas: cada uno cuenta como **1,61 días cotizados**, sin superar los del mes.

Lo que se oye antes de la FCT

Pulsa cada tarjeta para ver la respuesta.

«En las prácticas no estás protegida porque no cotizas»

BULO

Estás incluida como asimilada aunque no tengas contrato ni sueldo (LGSS, DA 52.ª).

«Los días de FCT no aparecen en la vida laboral»

BULO

Hay alta al empezar y baja al terminar; cada día cuenta como 1,61 días cotizados.

«Si te pinchas en la FCT, pide la baja por enfermedad común»

BULO

Es contingencia profesional; y la IT común está excluida en las prácticas no remuneradas.

«Con los días de FCT no podrás cobrar el paro»

REALIDAD

La FCT excluye la protección por desempleo: cotiza para otras prestaciones, no para el paro.

La baja se cobra según su causa

	ENFERMEDAD COMÚN O ACCIDENTE NO LABORAL	ACCIDENTE DE TRABAJO O ENFERMEDAD PROFESIONAL
Periodo mínimo	180 días cotizados en los 5 años anteriores	Ninguno
Días 1 a 3	Nada, salvo mejora del convenio	Día de la baja: salario. Desde el día siguiente: 75 %
Días 4 a 20	60 % de la base reguladora	75 % de la base reguladora
Desde el día 21	75 % de la base reguladora	75 % de la base reguladora
Quién paga	Días 4 a 15, la empresa; desde el 16, el INSS o la mutua	La mutua o el INSS desde el primer día de prestación

Dura como máximo 365 días, prorrogables 180 más si se prevé la curación. La empresa adelanta la prestación en la nómina (pago delegado).

CLAVE

Accidente de trabajo: toda lesión corporal sufrida «con ocasión o por consecuencia del trabajo» (LGSS, art. 156.1).

Base reguladora × porcentaje × días

Prestación = (base del mes anterior ÷ 30) × % del tramo × días

Act. 7 · baja común del 1 al 10 de abril, base 1.500 €	1.500 ÷ 30 = 50,00 → 7 días × 50,00 × 60 %	**210,00 € (empresa)**
Cristian · accidente de trabajo, base 1.680 €	1.680 ÷ 30 = 56,00 → 56,00 × 75 %	**42,00 €/día**
Cristian, si fuera una gripe	Días 1–3: 0 · días 4–20: 56,00 × 60 %	**33,60 €/día**

Situación 3 de la Practica: Cristian, TCAE de Residencia Mirasol, se lesiona al movilizar a un residente el lunes 23/11/2026.

CLAVE

Cristian no necesita haber cotizado un mínimo: es accidente de trabajo. Con una gripe necesitaría 180 días cotizados en los 5 años anteriores.

Al 100 % de la base reguladora

19
semanas de permiso por progenitor (ET, art. 48.4)

6
semanas obligatorias tras el parto

32
semanas en las familias monoparentales

100 %
de la base: nacimiento y riesgo durante el embarazo

Nacimiento: sin periodo mínimo antes de los 21 años; después aumenta por tramos (Camila, con 29 años, cumple). Riesgo durante el embarazo o la lactancia: si el puesto no se puede adaptar ni cambiar, se suspende el contrato y se cobra el 100 % por contingencias profesionales, sin periodo mínimo.

CLAVE

En un gabinete dental con radiaciones, si no se puede adaptar el puesto, una embarazada puede pasar a riesgo durante el embarazo. **Mira tu convenio:** muchos complementan la baja hasta el 100 %.

🙋 PREGUNTA PARA LA CLASE

Una TCAE está de baja por enfermedad común. ¿Qué cobra el día 10? ¿Y si fuera un accidente de trabajo?

A 75 % en los dos casos

B Común: 60 % de la base reguladora · accidente de trabajo: 75 %

C Común: nada · accidente de trabajo: 60 %

✔ En la IT común, los días 4 a 20 se cobra el 60 % y desde el 21, el 75 %. En la profesional, el 75 % desde el día siguiente a la baja.

Cuatro requisitos para cobrar el paro

1 → 2 → 3 → 4

1 · Situación legal de desempleo

Despido, fin de contrato temporal o de sustitución, entre otras. Dimitir no lo es.

2 · 360 días cotizados

Por desempleo, en los 6 años anteriores y sin haberlos usado para otra prestación.

3 · Inscripción

Como demandante de empleo, con el acuerdo de actividad.

4 · 15 días hábiles

Para pedirla. Si la pides tarde, pierdes los días de retraso.

CLAVE

Selene termina su sustitución en Clínica Alameda el 31/01/2027 con **398 días** cotizados por desempleo: le corresponde la prestación contributiva. El personal estatutario temporal también cotiza por desempleo (Orden PJC/297/2026, art. 33.2.a).

Más días cotizados, más días de prestación

DÍAS COTIZADOS	DÍAS DE PRESTACIÓN	DÍAS COTIZADOS	DÍAS DE PRESTACIÓN
360–539	**120**	1.440–1.619	**480**
540–719	**180**	1.620–1.799	**540**
720–899	**240**	1.800–1.979	**600**
900–1.079	**300**	1.980–2.159	**660**
1.080–1.259	**360**	2.160 o más	**720**
1.260–1.439	**420**		

CLAVE

Se cobra el **70 %** de la base reguladora los primeros 180 días y el **60 %** desde el día 181 (LGSS, art. 270), con límites que dependen de los hijos a cargo. Mientras cobras, sigues cotizando.

Tres preguntas en orden



¿Situación legal?

Si no estás en situación legal de desempleo, no hay protección por desempleo.

→



¿360 días sin usar?

En los 6 años anteriores. Sí: **prestación contributiva**.

→



¿90 días o más y rentas bajas?

Sí: **subsidio**. No: otras ayudas, como el ingreso mínimo vital.

CLAVE

Subsidio por cotizaciones insuficientes, sin responsabilidades familiares: 3 meses con 90 días, 4 con 120, 5 con 150 y 6 con 180 o más; al 95 % del IPREM los primeros 180 días (LGSS, arts. 274, 277 y 278). **Los días de FCT no dan paro.**

🙋 PREGUNTA PARA LA CLASE

Una TCAE ha cotizado 200 días por desempleo, no tiene responsabilidades familiares y cumple el requisito de rentas. Termina su contrato. ¿Qué puede pedir?

A La prestación contributiva: 120 días

B Nada: no llega a 360 días

C El subsidio por cotizaciones insuficientes: 6 meses

✔ Con menos de 360 días no hay prestación, pero con 90 o más puede ir al subsidio. Con 180 días o más, sin responsabilidades familiares, dura 6 meses.

Cuatro grados, de menos a más

Parcial	El grado más leve	
Total	Para la profesión habitual	sí puede hacer otro trabajo
Absoluta	Para todo trabajo	
Gran incapacidad	Además necesita ayuda	de otra persona

Protege cuando, tras el tratamiento, una lesión o enfermedad reduce de forma previsiblemente definitiva la capacidad de trabajar. La reconoce el INSS; los requisitos cambian según la causa sea común o profesional.

CLAVE

Hasta dónde llega tu título: el grado lo valoran los equipos médicos y el INSS. Como TCAE no informas a nadie del diagnóstico ni de la baja de un compañero.

No hace falta calcularla: sí saber dónde

SITUACIÓN	PRESTACIÓN	REQUISITO PRINCIPAL	GESTIONA
Edad ordinaria: 67 años en 2027, o 65 con 38 años y 6 meses cotizados	Jubilación	15 años cotizados, 2 de ellos en los 15 últimos	INSS
Fallece un familiar	Viudedad, orfandad	Según el caso	INSS
Rentas y patrimonio muy bajos	Ingreso mínimo vital	Vulnerabilidad, con o sin cotización	INSS
Edad o discapacidad sin cotización suficiente	Pensión no contributiva	Sin derecho a la contributiva y con rentas bajas	Comunidad autónoma o IMSERSO

Fátima suma 3.076 días en alta, algo más de 8 años: le faltan 2.399 días para los 15 años (5.475 días), y tiene muchos años de vida laboral por delante.

CLAVE

Usa los simuladores de la Seguridad Social y la información del SEPE. Anota la fuente y la fecha: las cifras cambian cada año, y si una web no oficial da otra cifra, manda la oficial.

CASO RESUELTO · PASO A PASO

El pinchazo de Cayetana durante la FCT



Cayetana · exalumna del IES

FCT 2025/26 sin sueldo en Traumatología de Las Acacias. Jueves 14/05/2026: se pincha con una aguja usada entre las sábanas. Sigue el protocolo. Caso ficticio.

1. **Quién era.** Alumna en prácticas no remuneradas, **asimilada** en el régimen general; sin contrato ni salario.
2. **Qué contingencia.** Lesión en las prácticas con material de la planta: **profesional**, no común.
3. **Quién da el alta.** El hospital, salvo que el convenio de FCT diga el IES. Mayo: 20 × 1,61 = 32,2 → 33 → límite **31**.
4. **Qué prestaciones.** Asistencia y, si no pudiera acudir, IT profesional sin periodo mínimo. Sin paro ni IT común.
5. **Dónde se comprueba.** LGSS, disp. adic. 52.ª; convenio de FCT (lo guarda Ezequiel); su vida laboral.

✔ **En la FCT no eres trabajadora, pero estás en la Seguridad Social.**

REPASO

Ideas clave

- Contingencia = situación protegida; prestación = lo que da el sistema.
- TGSS: altas y vida laboral; INSS: bajas y pensiones; SEPE: paro.
- Afiliación una vez; alta antes de empezar en cada empleo.
- A tiempo parcial los días cuentan enteros; la base es menor.
- FCT: asimilada, 1,61 días por día; sin paro ni IT común.
- Baja común: 60 % (días 4–20) y 75 %; profesional: 75 % sin mínimo.
- Paro: situación legal, 360 días en 6 años, 15 días hábiles para pedirlo.
- Jubilación: 15 años cotizados; cuantías, en la fuente oficial.



¡Ahora te toca a ti!

Repasa, practica y comprueba lo que has aprendido.

📝 **Resumen**

✅ **Test**

👆 **Interactivos**

Libro, presentaciones, resúmenes y tests gratis en **josesande.com**