PROTECCIÓN de la MATERNIDAD en el ÁMBITO LABORAL

CONOZCAMOS NUESTROS RIESGOS

IT-11/2010
Con la financiación de:

FUNDACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD EN EL ÁMBITO LABORAL

Conozcamos nuestros Riesgos

IT-11/2010
Con la financiación de:

CCOO
comisiones obreras de Navarra
Nafarroako langile komisioak

FUNDACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Esta publicación se realiza en el marco de la Acción IT-11/2010, financiada por la **Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales (FPRL).**

Este trabajo supone la reedición y actualización de la guía editada por CCOO de Navarra en 2007, en el marco de la Acción IT-229/2006, también financiada por la FPRL.

Edita: Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de **CCOO de Navarra.**

Depósito Legal: NA-928-2011

Diseño y maquetación: Irsa + esc Comunicación.

Impresa en papel reciclado.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN 5

INTRODUCCIÓN 7

1. RIESGOS PARA EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA 9

2. OBLIGACIONES EMPRESARIALES 23

- 2.1 EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA EL EMBARAZO Y/O LACTANCIA 25
- 2.2 MEDIDAS PREVENTIVAS: ADAPTACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO 26
- 2.3 MEDIDAS PREVENTIVAS: CAMBIO DE PUESTO DE TRABAJO 26
- 2.4 SUSPENSIÓN DEL CONTRATO POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO O DURANTE LA LACTANCIA NATURAL 27
- 2.5 INFORMAR Y FORMAR 27

3. PRESTACIÓN POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO O DURANTE LA LACTANCIA NATURAL 29

4. DELEGADOS Y DELEGADAS DE PREVENCIÓN 35

RECUERDA 39

PRESENTACIÓN

En el año 2007 la Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de CCOO de Navarra editó la primera edición de la guía "Protección de la maternidad en el ámbito laboral". Esta publicación coincidió con la aprobación de la Ley 3/2007, que otorgaba a las Mutuas la competencia de gestión de la prestación por riesgo durante el embarazo y la lactancia.

En 2009 por fin se produjo en España la transposición de la **Directiva 92/85/CEE**, que establece los criterios de referencia para promover la mejora de la seguridad y salud en trabajadoras embarazadas.

Por los cambios normativos de 2009 y la experiencia acumulada durante estos años, la Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de CCOO de Navarra considera necesario actualizar la anterior guía de protección de la maternidad en el ámbito laboral.

A pesar de que actualmente hay mecanismos legales y suficientes conocimientos técnicos para desarrollar la prevención en este ámbito en las empresas, la realidad es que sigue existiendo invisibilidad de la protección del embarazo y la lactancia en las evaluaciones de riesgos de muchas empresas.

El objetivo de la guía es presentar los conocimientos científicos, la normativa y orientar para la acción sindical con el fin de **prevenir los riesgos laborales para el embarazo y la lactancia natural.** La información va dirigida principalmente a trabajadores/as y a sus representantes y pretende contribuir al logro de unas mejores condiciones de seguridad y salud en el trabajo.

Carmen Sesma Beruete.

Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de CCOO de Navarra.

INTRODUCCIÓN

Desde **CCOO**, cuando hablamos de protección de la maternidad, partimos de la base de que un ambiente laboral nocivo ejerce una influencia negativa sobre las personas expuestas, sean hombres o mujeres, y de que esta influencia adquiere caracteres peculiares en relación a la función reproductiva y muy especialmente sobre el periodo de gestación y lactancia.

Tanto el embarazo como la lactancia deben ser consideradas una contribución a la sociedad, y no sólo una cuestión privada. De ahí la necesidad de prestar una atención especial a la prevención de los riesgos que puedan influir negativamente a la maternidad y lactancia natural.

Los cambios que se producen durante el embarazo en el cuerpo de la mujer y que permiten su adaptación a las necesidades del feto pueden verse afectados por los riesgos presentes en su trabajo habitual.

Los riesgos laborales que afectan al embarazo y la lactancia pueden prevenirse, ya sea eliminándolos o adoptando las medidas preventivas necesarias para evitar la exposición. Los conocimientos científicos y la normativa que se presentan a continuación pretenden orientar para la acción sindical encaminada a la prevención de riesgos laborales para el embarazo y la lactancia natural.

La guía tiene cuatro apartados.

I. Se comienza exponiendo los **riesgos** que se deben tener en cuenta en las evaluaciones de riesgos laborales para la situación de embarazo y lactancia y se muestran los **criterios de referencia** actuales en España.

II. A continuación se exponen las **obligaciones empresariales** en la materia, reguladas en el **Art. 26 de la LPRL**.

III. En el apartado siguiente se detallan las características de la **prestación por riesgo durante el embarazo o durante la lactancia natural**.

IV. Para finalizar se dan **pautas de participación y de acción sindical**.

1 RIESGOS PARA EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA

Muchos riesgos laborales pueden dañar la salud de las mujeres embarazadas, dañar al embrión o al feto e influir en la lactancia o afectar al lactante.

Durante el embarazo y la lactancia se producen importantes cambios fisiológicos y psicológicos en las mujeres para garantizar que el feto en desarrollo y los recién nacidos disponen de todo lo necesario para desarrollarse adecuadamente. Entre los cambios más importantes destacan:

- Modificación del **sistema endocrino**.
- Modificación del **sistema respiratorio y circulatorio** para responder al incremento de la demanda de oxígeno. El volumen respiratorio aumenta hasta un 40%. Por ello, se puede producir un aumento de la inhalación de sustancias tóxicas presentes en los lugares de trabajo.
- Incremento del volumen de sangre, reduciéndose la capacidad del corazón para adaptarse al ejercicio físico y aumentando la **presión venosa** en las piernas, lo que dificulta permanecer de pie durante períodos prolongados.
- Aumento de la **curvatura** de la parte inferior de la **columna vertebral** y aumento del volumen abdominal que afectan a los trabajos estáticos.
- Incremento de las **necesidades de energía.**

Las mujeres embarazadas o lactantes son especialmente vulnerables a algunos riesgos laborales por los cambios biológicos anteriores experimentados en sus cuerpos. Es necesario garantizar un entorno laboral saludable durante el embarazo y la lactancia. Por ello, se ha legislado sobre esta materia para establecer las condiciones mínimas que deben cumplirse en los centros de trabajo.

A continuación se presentan los factores de riesgo que han de tenerse en cuenta para valorar si una trabajadora embarazada o en periodo de lactancia se encuentra en situación de peligro en un determinado puesto de trabajo.

Las siguientes tablas incluyen, **de forma no exhaustiva**, algunos de los riesgos y factores de riesgo laboral que pueden suponer un riesgo para la salud de las mujeres embarazadas, que han dado a luz recientemente o en periodo de lactancia.

En las tablas se muestran los riesgos incluidos en el **RD 298/2009**, marco normativo que contiene la lista no exhaustiva de **riesgos a evaluar** durante el embarazo y la lactancia por influir negativamente. También contiene la lista no exhaustiva de **agentes y condiciones de trabajo prohibidas.**

Tras la explicación del fundamento del riesgo (¿En qué consiste el riesgo?), se muestran las medidas de prevención recomendadas por entidades de reconocido prestigio:

- Las directrices de la **Comisión Europea COM (2000) 466 final.**
- Las orientaciones de la **Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO)** y de la **Asociación Española de Pediatría (AEP).**
- Las Guías de buenas prácticas editadas por el **Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.**

DEBE RECORDARSE QUE ESTAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN SON **ORIENTACIONES MÍNIMAS** Y SIEMPRE SE PUEDE **NEGOCIAR** INCREMENTAR EL NIVEL DE PROTECCIÓN.

AGENTES FÍSICOS

Riesgos/ Factores de Riesgo	**Choques, Vibraciones o Movimientos.**
¿En qué consiste el riesgo?	**La exposición frecuente a choques, es decir, a golpes violentos y bruscos o a vibraciones de baja frecuencia, por ejemplo conducir o desplazarse en vehículos todo terreno, o un movimiento excesivo, pueden aumentar el riesgo de aborto.** **La exposición prolongada a vibraciones en todo el cuerpo puede aumentar el riesgo de parto prematuro o de bajo peso al nacer.**
Medidas de prevención	**RD 298/2009: Evaluar el riesgo.**

Riesgos/ Factores de Riesgo	Ruido.
¿En qué consiste el riesgo?	· El oído de la trabajadora embarazada y del feto es muy sensible a los ruidos. · Pueden producirse daños irreversibles por exposición aguda de intensidad acústica momentáneamente alta o por exposición prolongada a largo plazo. Los resultados negativos se añaden a los que se producen por otras situaciones pudiendo provocar estrés con potencial influencia en los cambios hormonales, el corazón y la circulación sanguínea, aumento de la presión arterial y la fatiga. · La exposición prenatal al ruido puede provocar bajo peso al nacer.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Evaluar el riesgo. SEGO: > 80 dB se debe retirar a la mujer embarazada a partir de la semana 20 o 22.

Riesgos/ Factores de Riesgo	Radiaciones Ionizantes.
¿En qué consiste el riesgo?	· La exposición a las radiaciones ionizantes conlleva riesgos para el feto. Los efectos pueden ser agudos (enfermedad radiante, daños cutáneos) y crónicos (cáncer, daños en material genético). · Si una madre en período de lactancia manipula líquidos o polvos radiactivos, su hijo podría estar expuesto, en particular a través de la contaminación de la piel de la madre. Asimismo, la contaminación radiactiva inhalada o ingerida por la madre puede transmitirse a la leche o, a través de la placenta, al feto.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Prohibida la exposición de embarazadas. AEP: Prohibir la exposición a madres lactantes. SEGO: Riesgo durante todo el embarazo.

Riesgos/ Factores de Riesgo	Frío o calor extremos.
¿En qué consiste el riesgo?	· Las embarazadas presentan una tolerancia menor al calor y son más propensas a los desmayos o al estrés debido al calor. · Los problemas vasculares pueden reducir el aporte de oxígeno al feto pudiendo causarle daños congénitos e incluso la muerte. · La lactancia puede verse perjudicada a causa de la deshidratación provocada por el calor. · El trabajo en condiciones de frío extremo puede resultar peligroso para la mujer embarazada y para el feto. El riesgo aumenta particularmente en caso de cambios bruscos de temperatura.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Evaluar el riesgo. SEGO: Retirar a trabajadora embarazada de los puestos de trabajo con temperaturas superiores a 36ºC o inferiores a 0ºC desde el inicio de la gestación.

Riesgos/ Factores de Riesgo	Trabajo en atmósferas de sobrepresión elevada (Por ejemplo locales a presión o actividades de submarinismo).
¿En qué consiste el riesgo?	Las personas que trabajan en recintos de aire comprimido corren el peligro de contraer la enfermedad del buzo. Las embarazadas corren un riesgo mayor de verse afectadas por la "enfermedad de descompresión" cuya terapia es muy perjudicial para el feto.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Prohibida la exposición de embarazadas.

AGENTES BIOLÓGICOS

1. **Agente biológico del grupo 1** es el agente con escasa probabilidad de causar enfermedad en los seres humanos.

2. **Agente biológico del grupo 2** es el que puede causar una enfermedad en los seres humanos y puede suponer un peligro para los trabajadores y las trabajadoras; es poco probable que se propague a la colectividad; existen generalmente profilaxis o tratamientos eficaces.

3. **Agente biológico del grupo 3** es un agente que puede causar una enfermedad grave en los seres humanos y presenta un serio peligro para los trabajadores y las trabajadoras; existe el riesgo de que se propague a la colectividad; existen generalmente profilaxis o tratamientos eficaces.

4. **Agente biológico del grupo 4** es un agente que causa una enfermedad grave en los seres humanos y supone un serio peligro para los trabajadores y las trabajadoras; existen muchas probabilidades de que se propague a la colectividad; no existen generalmente profilaxis o tratamiento eficaces.

Las medidas preventivas generales a adoptar serían:

Medidas de precaución universal, inmunización y vacunación.

Riesgos/ Factores de Riesgo	Agentes biológicos de los grupos 2,3 y 4.
¿En qué consiste el riesgo?	· Muchos agentes biológicos de los tres grupos de riesgo mencionados pueden afectar al feto en caso de infección de la madre durante el embarazo. Estos agentes pueden transmitirse a través de la placenta cuando el feto está en el útero o durante el parto. También es posible la transmisión durante la lactancia o a través del contacto físico cercano entre la madre y el lactante. · Ejemplos de agentes que podrían infectar al feto por una de estas vías son: la hepatitis B, la hepatitis C, el HIV (el virus del SIDA), el herpes, la tuberculosis, la sífilis, la varicela y el tifus. · En ciertas profesiones (Ej. microbiólogas, personal sanitario, personal de limpieza, docentes, etc.) hay mayores riesgos de infección.
Medidas de Prevención	RD 298/2009: · Prohibida la exposición de embarazadas a toxoplasma y virus de la rubéola (salvo si existen pruebas de que la trabajadora embarazada está suficientemente protegida contra estos agentes por su estado de inmunización). · Para el resto de agentes evaluar el riesgo. SEGO: Prohibir presencia de trabajadoras embarazadas si hay riesgo de contagio de rubéola y toxoplasma. En el resto debe actuarse con la lógica de la intensidad del teórico contagio.

AGENTES QUÍMICOS

Los agentes químicos pueden entrar en el organismo por diferentes vías: inhalación, ingestión, penetración o absorción cutánea. Pueden afectar a la salud de la mujer embarazada, dañar el desarrollo embrionario y fetal y/o dañar la salud de los hijos e hijas de trabajadoras expuestas debido a la exposición prenatal o durante la lactancia. Se incluye una relación no exhaustiva de algunos grupos de sustancias que pueden provocar daños en embarazadas, lactantes y en su descendencia.

Las medidas preventivas generales a adoptar serían:

- **Identificación de todas las sustancias** presentes en los puestos de trabajo, ya sea como componentes de materias primas, productos acabados, residuos, emisiones o vertidos.
- **Identificación de los riesgos** de las sustancias identificadas.
- **Eliminar** las sustancias más peligrosas.
- Realizar **evaluaciones** técnicas de los riesgos no eliminados.
- **Información y formación** de trabajadores
- **Vigilancia** de la salud y el medio ambiente.

La normativa de referencia sobre clasificación e identificación de peligros de sustancias y preparados químicos es: **RD 363/1995, RD 255/2003, Reglamento (CE) 1272/2008, Reglamento (CE) 1907/2006.**

La normativa de referencia sobre protección de los trabajadores en relación a agentes químicos es: **RD 374/2011, RD 665/97.**

Riesgos/ Factores de Riesgo	**SUSTANCIAS CANCERÍGENAS Y MUTÁGENAS, etiquetadas como:** · **R40, R45, R46, R49 según RD 363/1995.** · **H351, H350, H340, H350i, y H341 según Reglamento 1272/2008.**
¿En qué consiste el riesgo?	· **Una sustancia cancerígena o carcinógena es aquella que puede ocasionar cáncer o incrementar su incidencia.** · **Mutágenos son las sustancias y preparados que puedan producir alteraciones genéticas hereditarias o aumentar su frecuencia.**
Medidas de prevención	**RD 298/2009:** · **Prohibida la exposición de embarazadas y lactantes a cancerígenos y mutágenos sin Valor Límite Ambiental (VLA).** · **Evaluación del riesgo del resto de cancerígenos.** **SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de cancerígenos.**

Riesgos/ Factores de Riesgo	**MERCURIO Y SUS DERIVADOS.**
¿En qué consiste el riesgo?	· **Los compuestos orgánicos de mercurio pueden frenar el crecimiento del feto, afectar a su sistema nervioso y provocar el envenenamiento de la madre.** · **El mercurio orgánico pasa de la sangre a la leche materna.**
Medidas de prevención	**RD 298/2009: Evaluar los riesgos de exposición de embarazadas y lactantes.** **SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de estas sustancias.**

Riesgos/ Factores de Riesgo	**SUSTANCIAS TÓXICAS PARA LA REPRODUCCIÓN.** Etiquetadas como: · R60, R61, R62, R63, R64 y R33 según RD 363/1995. · H360F, H360D, H361f, H361d, H362 y H373 según Reglamento.1272/2008.
¿En qué consiste el riesgo?	· Pueden producir efectos negativos no hereditarios en la descendencia o aumentar la frecuencia de éstos, o afectar de forma negativa a la función o a la capacidad reproductora.
Medidas de prevención	RD 298/2009: · Prohibida la exposición de embarazadas a sustancias etiquetadas R60 y R61 (o H360F, H360D, H360FD, H360Fd y H360Df) y lactantes a cancerígenos sin VLA. · Prohibida la exposición a lactantes a sustancias etiquetadas R64 (o H362) · Evaluación de riesgo de exposición al resto tóxicos para la reproducción. SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de sustancias tóxicas para la reproducción.

Riesgos/ Factores de Riesgo	**MEDICAMENTOS ANTIMITÓTICOS (CITOTÓXICOS PARA TRATAMIENTOS CONTRA EL CÁNCER).**
¿En qué consiste el riesgo?	· Pueden alterar la información genética del esperma y de los óvulos. Algunos pueden causar cáncer. La absorción se realiza por inhalación o a través de la piel. · Las trabajadoras expuestas pueden incluir industrias fabricantes, personal de farmacia y enfermería o personal de limpieza y gestión de residuos (químicos y humanos).
Medidas de prevención	RD 298/2009: Evaluar los riesgos de exposición de embarazadas y lactantes. SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de estas sustancias.

Riesgos/ Factores de Riesgo	AGENTES QUÍMICOS con peligro de ABSORCIÓN CUTÁNEA. Incluyen algunos PESTICIDAS y algunos DISOLVENTES.
¿En qué consiste el riesgo?	· Algunos agentes químicos pueden también penetrar por la piel intacta y ser absorbidos por el organismo con efectos nocivos para éste. Algunos pesticidas son Carbaryl, DBCP, DDT y Kepone. Algunos disolventes nocivos son: benceno, estireno, tricloroetileno, etc. · La absorción por la piel puede ocurrir por salpicaduras sobre la piel o la ropa, o por la exposición a altas concentraciones de vapor en el atmósfera.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Evaluar los riesgos de exposición de embarazadas y lactantes. SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de estas sustancias.

Riesgos/ Factores de Riesgo	MONÓXIDO DE CARBONO.
¿En qué consiste el riesgo?	· Gas incoloro e inodoro que se forma en los procesos de combustión. Los riesgos surgen cuando los motores o los aparatos funcionan en espacios cerrados. · Atraviesa fácilmente la placenta y puede privar al feto de oxígeno. La intoxicación aguda está asociada con abortos, malformaciones congénitas, bajo peso al nacer, parto prematuro y problemas de desarrollo.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Evaluar los riesgos de exposición de embarazadas y lactantes. SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de estas sustancias.

Riesgos/ Factores de Riesgo	**PLOMO Y SUS DERIVADOS, cuando puedan ser absorbidos por el organismo humano.**
¿En qué consiste el riesgo?	La exposición de las embarazadas se asocia con la incidencia de abortos y casos de muerte fetal. Tanto la exposición intrauterina como después del parto, trae consigo problemas de desarrollo, especialmente del sistema nervioso y de los órganos de formación de sangre. Las mujeres, los recién nacidos y los niños pequeños son más sensibles al plomo que los adultos de sexo masculino. El plomo pasa de la sangre a la leche.
Medidas de prevención	**RD 298/2009: Prohibida la exposición de embarazadas y lactantes.**

Riesgos/ Factores de Riesgo	**OTRAS SUSTANCIAS TÓXICAS.**
¿En qué consiste el riesgo?	Metales: · Antimonio, Arsénico y Cadmio y sus derivados. · Gases anestésicos. · Cauchos. · Hormonas sintéticas y otros productos farmacéuticos.
Medidas de prevención	**SEGO y AEP: Apartar a la trabajadora embarazada o lactante de trabajos con presencia de estas sustancias.**

AGENTES PSICOSOCIALES

Riesgos/ Factores de Riesgo	HORARIOS INADECUADOS DE TRABAJO.
¿En qué consiste el riesgo?	· Las jornadas de trabajo prolongadas, el trabajo por turnos y el horario nocturno pueden tener importantes consecuencias para la salud de las trabajadoras embarazadas, que han dado a luz recientemente o estén en período de lactancia. · Algunas pueden verse imposibilitadas para trabajar en turnos irregulares o nocturnos o para hacer horas extraordinarias. La organización del tiempo de trabajo (incluidas las disposiciones en materia de pausas, su frecuencia y periodicidad) puede afectar a la salud de la trabajadora embarazada y a la del feto, así como a su recuperación tras el parto o a su capacidad para la lactancia, y pueden aumentar los riesgos de estrés y de enfermedades relacionadas con el estrés.
Medidas de prevención	SEGO: Prohibir los trabajos nocturnos de embarazadas. AEP: Excluir a lactantes de trabajos que conlleven turnicidad y nocturnidad.

PROCEDIMIENTOS INDUSTRIALES

Riesgos/ Factores de Riesgo	PROCEDIMIENTOS INDUSTRIALES.
¿En qué consiste el riesgo?	· Fabricación de auramina. · Trabajos que supongan exposición a los hidrocarburos aromáticos policíclicos presentes en el hollín, el alquitrán, la brea, el humo o los polvos de hulla. · Trabajos que supongan exposición al polvo, al humo o las nieblas producidas durante la calcinación y el afinado eléctrico de las matas de níquel. · Procedimientos con ácido fuerte en la fabricación de alcohol isopropílico.
Medidas de prevención	RD 298/2009: Prohibida la exposición de embarazadas y lactantes a trabajos de minería subterráneos. SEGO: Apartar a la trabajadora embarazada de trabajos con estos procedimientos.

RIESGOS ERGONÓMICOS

Riesgos/ Factores de Riesgo	Manipulación manual de cargas, carga física y postural.
¿En qué consiste el riesgo?	· Riesgo de lesión fetal, parto prematuro, aborto espontáneo y de hipertensión arterial por manipulación manual de cargas. El riesgo aumenta a medida que el embarazo evoluciona. · Bipedestación prolongada se relaciona con riesgo de parto prematuro e incrementa los problemas de retorno venoso (varices). La magnitud del riesgo depende de: la naturaleza, duración y frecuencia de las tareas/movimientos; el ritmo, la intensidad y la variedad del trabajo; la organización del tiempo de trabajo y pausas para el descanso, etc.

RIESGOS ERGONÓMICOS

Medidas de prevención

RD 298/2009: Evaluar los riesgos.
SEGO: Establece recomendaciones para interrumpir la actividad laboral.

ACTIVIDAD LABORAL	SEMANA	E. MÚLTIPLE
1. Secretaría o administrativa con actividad física ligera	37	34
2. Profesional liberal con actividades gerenciales	37	34
3. Sentada con actividades ligeras	37	34
4. Trabajadora con trabajos de bipedestación		
• De forma prolongada (Más de 4 horas al día)	22	20
• De forma intemitente:		
· Más de 30 minutos/hora	30	29
· Menos de 30 minutos/hora	37	34
5. Parándose con inclinaciones por debajo de la rodilla:		
• Repetidamente (Más de 10 veces/hora)	18	16
• Intermitentemente:		
· 2 a 9 veces/hora	18	16
· Menos de 2 veces/hora	37	34
6. Trepando		
• Escalas y postes verticales:		
· Repetidamente (4 o más veces por turno de 8 h.)	18	16
· Intermitentemente (menos de 4 veces por turno de 8 h.)	26	24
• Escaleras:		
· Repetidamente (4 o más veces por turno de 8 h.)	26	24
· Intermitentemente (menos de 4 veces por turno de 8 h.)	37	34
7. Cargando pesos		
•Repetidamente (4 o más veces por turno de 8 h.)		
· Más de 10 kg.	18	16
· 5 a 10 kg.	20	18
· Menos de 5 kg.	26	24
• Intermitentemente (menos de 4 veces por turno de 8 h.)		
· Más de 10 kg.	20	18
· 5 a 10 kg.	26	24
· Menos de 5 kg.	37	34

2 OBLIGACIONES EMPRESARIALES

Art. 26 de la LPRL

La **Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL),** en su **Art. 26** recoge las obligaciones empresariales específicas en materia de protección de la maternidad.

Este Art. 26 se modificó por la **Ley 39/1999**, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras.

En 2007 sufrió otra modificación mediante la **Ley Orgánica 3/2007,** de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres. Esta nueva ley entró en vigor el **24 de marzo de 2007.**

COMUNICACIÓN A LA EMPRESA

NO existe obligación legal de comunicar a la empresa la situación del embarazo o lactancia. Pero para poder exigir la adopción de las medidas de protección oportunas, es necesaria la comunicación a la empresa del estado de gestación o lactancia natural de la trabajadora.

Desde CCOO recomendamos comunicar por escrito la situación de embarazo o lactancia.

Modelo de comunicación a la empresa

Yo, Dña:

con DNI nº

trabajadora de la empresa _____

del centro de trabajo _____

y puesto de trabajo _____

Comunico a la empresa que me hallo en la siguiente situación de:

☐ Embarazo
☐ Periodo Lactancia natural

Con el fin de que la empresa cumpla con la normativa legal vigente de protección de la trabajadora embarazada o periodo de lactancia y adopte las medidas preventivas oportunas en función de los riesgos que se indican en la evaluación de mi puesto de trabajo.

En _____ a ___ de _____ de 20___

Firmado: la trabajadora

Recibí empresa, fecha

2.1. EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA EL EMBARAZO Y/O LACTANCIA

IDENTIFICAR LOS RIESGOS

La empresa deberá tener identificados todos los peligros y las condiciones de trabajo que pueden suponer un riesgo para la salud de la mujer embarazada o en periodo de lactancia, para el desarrollo del feto o del lactante.

Para la identificación de los factores de riesgo el servicio de prevención deberá tener en cuenta la información recopilada en el primer apartado de esta guía (Riesgos para el embarazo y la lactancia).

ELIMINAR LOS RIESGOS

Es obligación de la empresa eliminar los riesgos identificados siempre que sea posible. No es necesario esperar a hacer una evaluación técnica detallada para eliminar situaciones de riesgo evidentes.

EVALUAR LOS RIESGOS NO ELIMINADOS

La empresa debe realizar la evaluación de los riesgos durante el embarazo y la lactancia.

Art. 26 de la LPRL "PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD"

Señala que la **evaluación de riesgos** deberá comprender la determinación de la **naturaleza, el grado y la duración** de la exposición de las trabajadoras en situación de embarazo, parto reciente o en período de lactancia, a **agentes, procedimientos o condiciones de trabajo** que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras, el feto o el lactante.

En la evaluación de riesgos se deben tener en cuenta, como mínimo, los riesgos contemplados en la lista no exhaustiva del RD 298/2009.

La evaluación tendrá en cuenta el conjunto de las tareas del puesto para enfocar correctamente las medidas preventivas.

2.2. **MEDIDAS PREVENTIVAS:** ADAPTACIÓN DE PUESTO DE TRABAJO

Según establece el **Art. 26 de la LPRL**, si los resultados de la evaluación anterior revelasen un riesgo para la seguridad y salud, tanto de la embarazada como del feto, o una posible repercusión sobre el embarazo o la lactancia, la empresa **ADOPTARÁ LAS MEDIDAS NECESARIAS** para evitar la exposición a dicho riesgo.

Las medidas se basarán en una **adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo,** incluyendo la no realización de trabajo nocturno o de trabajo a turnos, cuando resulte necesario.

Si las adaptaciones consiguen eliminar los factores de riesgo debe ser la primera elección (Por ejemplo, eliminación temporal de tareas de manipulación de cargas).

2.3. **MEDIDAS PREVENTIVAS:** CAMBIO DE PUESTO DE TRABAJO

Si la adaptación (de las condiciones o del tiempo de trabajo) no fuera posible o, a pesar de aplicar adaptaciones, se mantuviera el riesgo, habría que recurrir al **CAMBIO DE PUESTO DE TRABAJO.**

Para ello la empresa deberá determinar, previa consulta con los representantes de los trabajadores/as, la **Relación de puestos de trabajo exentos de riesgo.**

En el caso de que tal cambio no se dedujese de la Evaluación de Riesgos, también podría iniciarse el proceso a partir de un informe médico que certificase que las condiciones del puesto de trabajo pudie-

ran influir negativamente en la salud de la trabajadora embarazada o del feto. El informe lo emitirá la entidad con la que la empresa tenga concertada la cobertura de los riesgos profesionales (Mutua o INSS).

El objetivo es que la trabajadora ocupe un puesto de trabajo o función diferente y compatible con su estado.

> El **cambio de puesto** estará sujeto a los supuestos de **movilidad funcional** del Art. 39 del Estatuto de los trabajadores, teniendo la trabajadora derecho a la retribución correspondiente a las funciones que realice, salvo en los casos que las funciones sean inferiores, en los que mantendrá la retribución de su puesto de origen.

2.4. SUSPENSIÓN DEL CONTRATO POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO o DURANTE LA LACTANCIA NATURAL

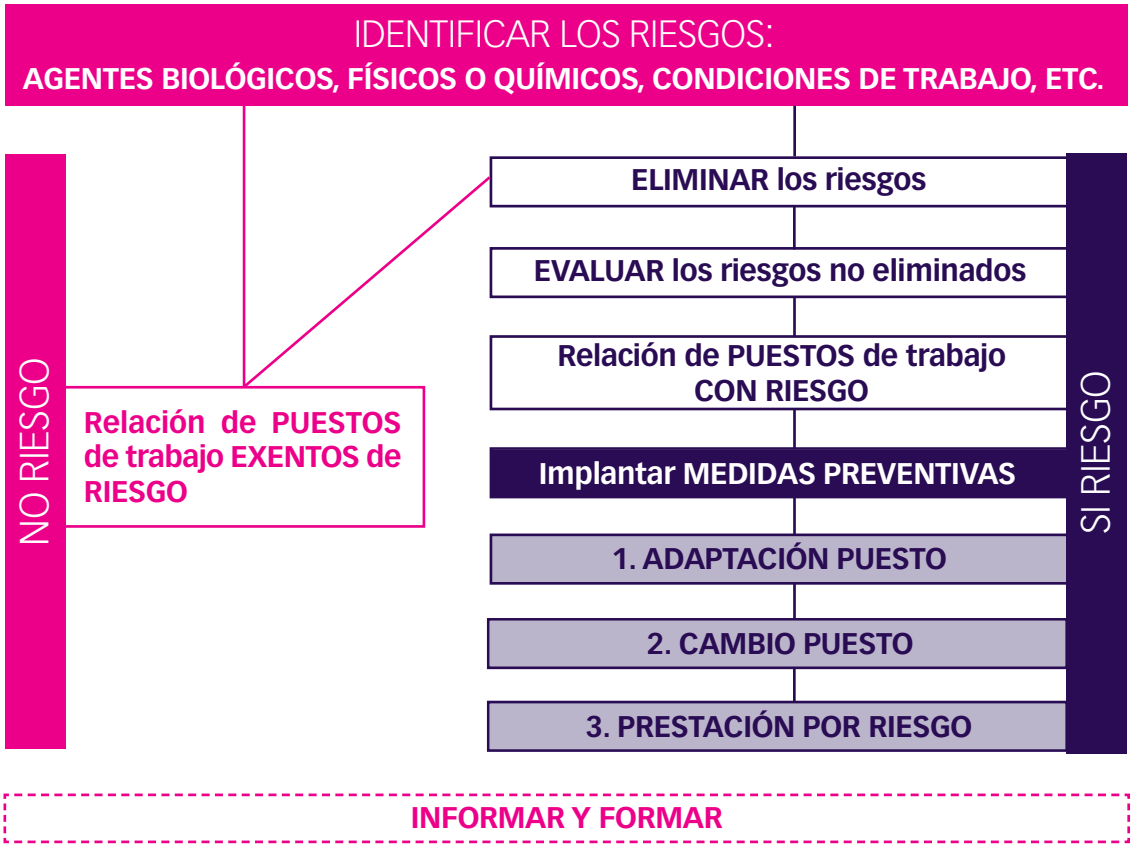
Si el proceso anterior fracasara en la eliminación del riesgo para el embarazo o la lactancia (adaptación o cambio de puesto no resultara técnica u objetivamente posible), podrá declararse el paso de la trabajadora afectada a la situación de **SUSPENSIÓN DEL CONTRATO POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO o LACTANCIA NATURAL.** Se tendrá derecho a la prestación económica por riesgo.

Esta suspensión se mantendrá mientras persista la imposibilidad de reincorporarse a su puesto anterior o a otro compatible con su estado.

2.5. INFORMAR Y FORMAR

La empresa deberá informar y formar a las trabajadoras afectadas sobre los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas de prevención/protección establecidas, en relación al riesgo para el embarazo y la lactancia.

ESQUEMA DEL PROCEDIMIENTO DE PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD



3 PRESTACIÓN POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO O DURANTE LA LACTANCIA NATURAL

CONCEPTO

La prestación económica por riesgo durante el embarazo o durante la lactancia natural trata de proteger la salud de la mujer trabajadora y del feto y de cubrir la pérdida de ingresos que se produce durante el período de suspensión del contrato de trabajo o de la actividad.

CARACTERÍSTICAS

- La situación de riesgo durante el embarazo o lactancia natural es una suspensión del contrato de trabajo con reserva de puesto, por lo que la trabajadora podrá reincorporarse a su puesto al finalizar la situación.
- No se podrá extinguir el contrato de trabajo por ausencias del puesto de trabajo en esta situación y además se considerará nula la extinción de contratos a trabajadoras en riesgo durante el embarazo.
- En la situación de suspensión del contrato por riesgo durante el embarazo o lactancia natural la empresa está obligada a continuar la cotización a la Seguridad Social.
- Las prestaciones por riesgo se consideran a todos los efectos como **contingencias profesionales.**

Hay que diferenciar entre:

- Situación en la que la evolución clínica del embarazo presenta problemas (**embarazo de riesgo**, riesgo genérico), lo que sería una situación de **Incapacidad Temporal por enfermedad común** (Baja Médica emitida desde Atención Primaria).
- Situación en la que la fuente del problema es la exposición laboral, que genera un riesgo para la salud de la trabajadora (riesgo específico para embarazadas), presentando la trabajadora un **embarazo clínicamente sin problemas**. Esta situación dará origen a la suspensión del contrato y a la **prestación por riesgo** durante el embarazo o durante la lactancia, cuando en la empresa no existen puestos de trabajo exentos de riesgo.

¿QUÉ MUJERES TIENEN DERECHO A ESTAS PRESTACIONES?

El conjunto de trabajadoras afiliadas a **cualquier régimen de la seguridad social**, incluido el colectivo de autónomas.

Trabajadoras integradas en el Régimen Especial de empleadas del hogar que presten sus servicios en un hogar con carácter exclusivo también tienen derecho a la prestación.

¿SE REQUIERE PERIODO MÍNIMO DE COTIZACIÓN PARA ACCEDER A ESTAS PRESTACIONES?

NO es necesario un periodo mínimo de cotización a la seguridad social, al considerarse contingencias profesionales.

¿QUÉ CANTIDAD SE PERCIBE?

El subsidio de riesgo durante el embarazo y la lactancia natural es del 100% de la base reguladora por contingencias profesionales (BRCP).

BRCP= **Base de cotización del mes anterior / número de días que tiene el mes**
+
Cotización por las horas extraordinarias del año anterior natural / 365 días

En el caso de Regímenes que no contemplen cobertura por contingencias profesionales, como es el Régimen de las Empleadas de Hogar, la base reguladora será la correspondiente a la incapacidad temporal derivada de contingencias comunes.

¿QUIÉN RECONOCE EL SUBSIDIO Y PAGA LA PRESTACIÓN?

El reconocimiento y abono lo realiza la entidad que gestiona las contingencias profesionales. En la mayoría de las empresas será la **Mutua** de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales a la que la empresa o trabajadora por cuenta propia esté asociada.

En el caso de que la empresa no esté asociada a ninguna Mutua el pago lo hará directamente el INSS.

¿QUÉ DURACIÓN TIENEN LAS PRESTACIONES?

- La prestación de riesgo durante el **embarazo** comienza el día en que se inicie la suspensión del contrato y finalizará:
  - · el día anterior al que se inicie el permiso por maternidad al dar a luz
  - · o el día de reincorporación de la trabajadora a un puesto compatible con su estado en la empresa, si procede.
  - · cuando se extinga el contrato.

> **Al finalizar el contrato automáticamente se acaba la prestación.** La trabajadora tiene que solicitar la prestación por desempleo, si reúne los requisitos, en quince días hábiles.

- La prestación de riesgo durante la **lactancia natural** se podrá extender como máximo hasta que el lactante cumpla **9 meses.**

¿CUÁNDO SE PUEDEN ANULAR O SUSPENDER LAS PRESTACIONES?

- Ante una situación de fraude para obtener o conservar el subsidio.
- Cuando se realice cualquier trabajo o actividad, bien por cuenta ajena o cuenta propia, iniciados con posterioridad a la suspensión del contrato por riesgo durante el embarazo, incompatible con su estado.
- Se anulará la prestación durante los periodos sin trabajar entre temporadas para las trabajadoras fijas discontinuas.

En supuestos de **pluriactividad:**

- Si la situación de riesgo durante el embarazo afecta a todas las actividades desempeñadas por la trabajadora, tendrá derecho al subsidio en cada uno de los regímenes si reúne los requisitos exigidos de manera independiente en cada uno de ellos.
- Si la situación de riesgo durante el embarazo afecta a algunas de las actividades realizadas por la trabajadora, pero no a todas, únicamente tendrá derecho al subsidio en el régimen en el que estén incluídas las actividades en que existe dicho riesgo.

BONIFICACIONES DE LAS CUOTAS EMPRESARIALES DE LA SEGURIDAD SOCIAL

- Se bonifican al 100% las cuotas empresariales a los **contratos de interinidad** celebrados con personas desempleadas para **sustituir** a las trabajadoras embarazadas en situación de riesgo durante el embarazo o lactancia natural.
- También se bonifica al 100% las cuotas de las trabajadoras **embarazadas sustituidas** durante el periodo de suspensión del contrato por riesgo

> Estas bonificaciones sólo se aplicarán mientras **coincidan en el tiempo** la suspensión del contrato por riesgo y el contrato de interinidad.

- Se reducirá el 50% de las cuotas empresariales cuando se cambie a la trabajadora embarazada de puesto de trabajo por riesgo y sea destinada a un puesto compatible con su estado.

¿QUIÉN, CÓMO Y DÓNDE SE SOLICITAN LAS PRESTACIONES?

El proceso lo inicia la **trabajadora** acudiendo a la **Mutua** a la que está asociada su empresa.

Si la empresa no está asociada a ninguna Mutua se acudirá directamente al INSS.

DOCUMENTACIÓN NECESARIA

Se recomienda informarse en cada Mutua sobre el procedimiento de solicitud y la documentación que es necesario cumplimentar y entregar. Cada Mutua tiene sus propios impresos de solicitud normalizados. Esta información también se puede consultar en las páginas web de cada mutua, accesibles a través de la web de AMAT **(http://www.amat.es/).**

A continuación se muestran los documentos más habituales requeridos en el proceso por las mutuas:

CERTIFICADO MÉDICO DE RIESGO

Modelo de solicitud normalizado de la Mutua de "Certificado médico de riesgo durante el embarazo y la lactancia natural".

Junto a la solicitud cumplimentada habrá que aportar:

- **DOCUMENTACIÓN PERSONAL**

  Acreditación de la identidad de la interesada: Españolas (DNI) y Extranjeras (NIE).

- **INFORME MÉDICO DEL SERVICIO NAVARRO DE SALUD**

  Informe de ginecología que acredite la situación de embarazo. Debe constar la semana de gestación y el curso clínico **normal** del mismo.

- **DECLARACIÓN EMPRESARIAL SOBRE SITUACIÓN DE RIESGO DURANTE EL EMBARAZO O LA LACTANCIA NATURAL**

  En ella constarán los trabajos y actividades realizadas por la trabajadora; condiciones del puesto de trabajo; categoría y riesgo específico. También se especificará si el puesto de trabajo está contemplado o no en la relación de puestos exentos de riesgos.

La Mutua analizará toda la documentación presentada y emitirá o no la certificación médica del riesgo. Esta certificación acreditará que las condiciones del puesto de trabajo influyen negativamente en la salud de la trabajadora o el feto **según los criterios de la Mutua.**

PRESTACIÓN POR RIESGO

- **DECLARACIÓN EMPRESARIAL SOBRE LA SUSPENSIÓN DEL CONTRATO**

  La empresa declara la imposibilidad técnica y objetiva de cambio de puesto de trabajo. También establece la **FECHA** de declaración de la situación de suspensión del contrato por riesgo.

- **DATOS SALARIALES PARA LA PRESTACIÓN ECONÓMICA**

  La empresa certifica la cuantía de la base de cotización de la trabajadora por contingencias profesionales del mes anterior al de inicio de la suspensión del contrato.

  Para autónomas se certificará su situación de actividad y el ingreso de cuotas.

La Mutua notificará a la trabajadora su resolución en el plazo máximo de 30 días desde la solicitud.

Desde la fecha que aparezca en la resolución de la Mutua, la trabajadora tendrá reconocido el pago de la prestación y la suspensión del contrato.

¿QUÉ PASA SI LA TRABAJADORA ESTÁ DE BAJA POR ENFERMEDAD COMÚN?

NO son compatibles las situaciones de baja por enfermedad común (ITCC) y prestación por riesgo durante el embarazo.

La Mutua **denegará** la prestación por riesgo mientras la trabajadora se encuentre de baja por enfermedad común.

4 DELEGADOS Y DELEGADAS DE PREVENCIÓN

COMO REPRESENTANTE DE LOS TRABAJADORES Y LAS TRABAJADORAS EN TU EMPRESA PUEDES:

- **INFORMARTE SI EN TU EMPRESA HAY RIESGOS QUE PUEDAN AFECTAR AL EMBARAZO Y A LA LACTANCIA NATURAL.**
- **COMPROBAR SI EN LA EVALUACIÓN DE RIESGOS SE IDENTIFICAN ESTOS RIESGOS.**
- **SER CONSULTADO O CONSULTADA POR LA EMPRESA CUANDO ÉSTA DETERMINE LA RELACIÓN DE PUESTOS EXENTOS DE RIESGO.**
- **RECIBIR INFORMACIÓN DE LAS MEDIDAS DE PROTECCIÓN ESTABLECIDAS POR LA EMPRESA PARA GARANTIZAR QUE NO EXISTA RIESGO PARA LAS TRABAJADORAS EMBARAZADAS O EN PERIODO DE LACTANCIA.**
- **ASEGURARTE DE QUE LOS Y LAS TRABAJADORAS RECIBAN INFORMACIÓN Y FORMACIÓN SOBRE LOS RIESGOS DE SUS PUESTOS DE TRABAJO.**

Puedes encontrar **información práctica** que te ayude en tu labor como delegado o delegada de prevención en las páginas web siguientes:

DERECHOS DE LAS MUJERES TRABAJADORAS

- Secretarías de la Mujer de territorios y federaciones de CCOO:
  http://www.ccoo.es/csccoo
- Ministerio de Trabajo e Inmigración:
  http://www.mtin.es
- Ministerio de Sanidad, política social e igualdad
  http://www.msps.es/
- Instituto Navarro para la igualdad
  http://www.navarra.es/home_es/Gobierno+de+Navarra/Organigrama/Los+departamentos/Asuntos+Sociales+Familia+Juventud+y+Deporte/Organigrama/Estructura+Organica/INAI/

RIESGOS PARA LA SALUD Y EL MEDIO AMBIENTE Y CÓMO PREVENIRLOS

- Gabinetes de Salud laboral y Medio Ambiente de los territorios y federaciones de CCOO:
  http://www.ccoo.es/csccoo
- Gabinetes de Salud laboral y Medio Ambiente de CCOO de Navarra:
  http://www.ccoonavarra.org/Web/
- Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS):
  http://www.istas.ccoo.es
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT):
  http://www.insht.es
- Instituto Navarro de Salud Laboral (INSL):
  http://www.navarra.es/home_es/Gobierno+de+Navarra/Organigrama/Los+departamentos/Salud/Organigrama/Estructura+Organica/instituto+navarro+de+salud+laboral

- Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia:
  http://www.sego.es/

PRESTACIONES POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO Y RIESGO DURANTE LA LACTANCIA NATURAL

- Instituto Nacional de Seguridad Social (INSS):
  www.seg-social.es
- Centros de Atención e Información (CAISS):
  900 16 65 65
- Prácticamente todas las mutuas tienen publicados en sus webs los protocolos que utilizan. Puedes acceder a las diferentes webs a partir de la Asociación de Mutuas de accidentes de Trabajo:
  http://www.amat.es

LACTANCIA MATERNA

- Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría:
  http://www.aeped.es/lactanciamaterna/index.htm
- Grupos de apoyo a la lactancia materna:
  http://www.aeped.es/lactanciamaterna/grupos.htm

RECUERDA

Puedes encontrar apoyo para estas cuestiones en:

SEDES DE CCOO EN NAVARRA

Alsasua	Zelai, 79 bajo · Tfno. 948 56 40 51
Castejón	Estación RENFE, s/n · Tfno. 948 81 42 54
Estella	María de Maeztu, 19-21, bajo · Tfno. 948 55 42 51
Mendavia	Miguel Pérez, s/n · Tfno. 948 69 52 22
Pamplona	Avda. Zaragoza, 12-4ª planta · Tfno. 948 24 42 00
Peralta	Avda. de la Paz, 7A, 1ª planta, puerta B · Tfno. 948 75 07 98
San Adrián	Santa. Gema, 33-35 entrpl. · Tfno. 948 67 20 24
Sangüesa	Mayor, 10 · Tfno. 948 87 07 81
Tafalla	Beire, 2, bajo · Tfno. 948 70 26 73
Tudela	Eza, 5 · Tfno. 948 82 01 44
Viana	Tudela, 9 bajo · Tfno. 948 64 53 95

Infórmate:

Secretaría de Salud Laboral y
Medio Ambiente de CCOO de Navarra

Avda. Zaragoza, 12-6ª planta. 31003 PAMPLONA
Tfno. 948 23 30 90 · slnav@navarra.ccoo.es
www.navarra.ccoo.es

CCOO

IT-11/2010
Con la financiación de:

FUNDACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES