

Directrices para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el trabajo

*O xénero na prevención de riscos laborais:
integración no sector primario
31 de mayo 2012*



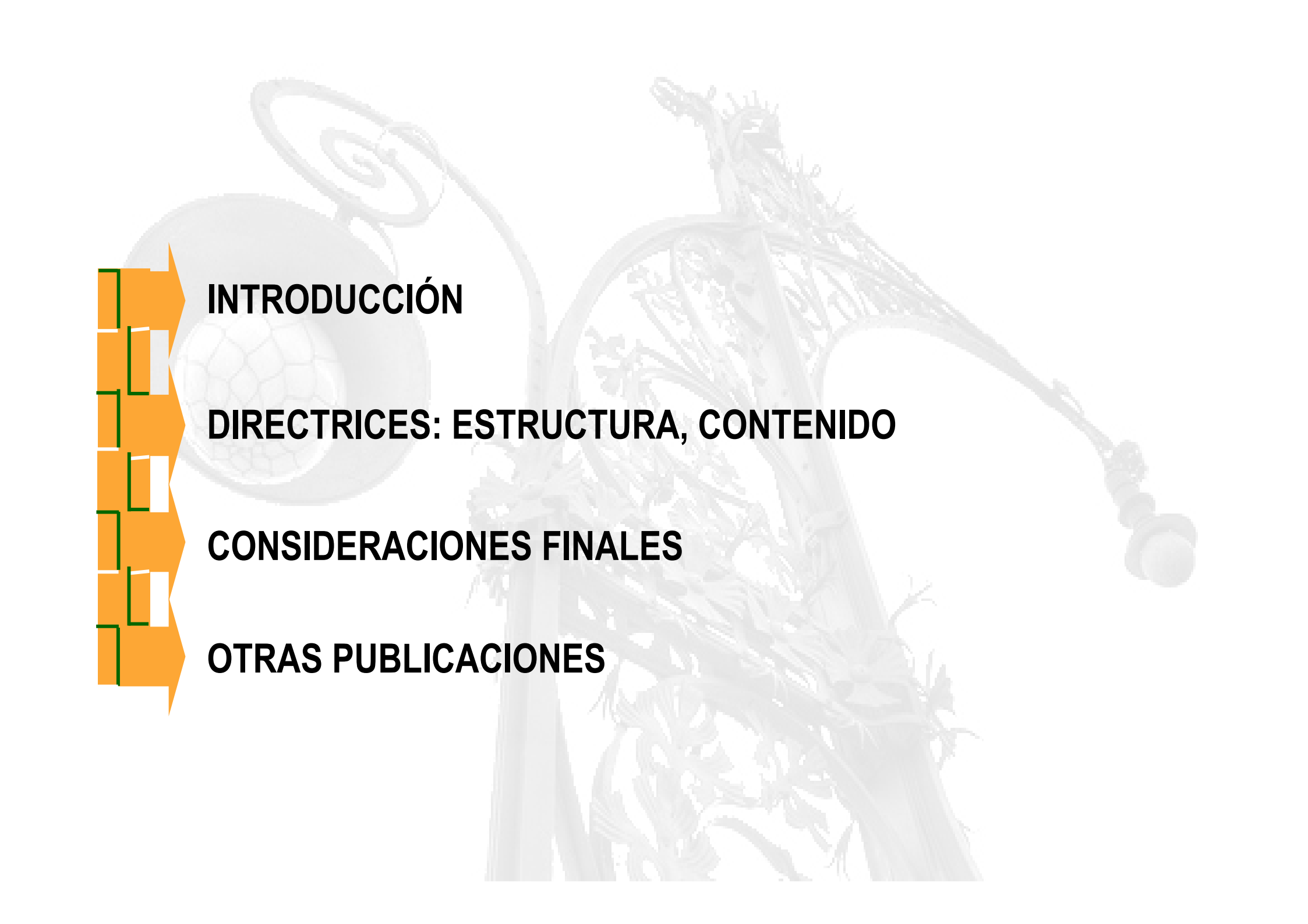
MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL
DE SEGURIDAD E HIGIENE
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO. BARCELONA

M^a Dolores Solé
Unidad de Medicina del Trabajo
doloress@meyss.es



INTRODUCCIÓN

DIRECTRICES: ESTRUCTURA, CONTENIDO

CONSIDERACIONES FINALES

OTRAS PUBLICACIONES

Tags

Reproducción SENSIBLE

Evaluación riesgos Lactancia

Listado de puestos Formación

Abortos Comunicación

INFORMACIÓN

Gestión MALFORMACIONES

Efectos Principio precaución

Colectivo

Valores Límite Prohibición

Esterilidad Suspensión de contrato

Caso Prestación Embarazo

DIFICULTADES PARA LA PREVENCIÓN (I)

- ❖ Incertidumbre en la toma de decisiones por no disponer de información o ser insuficiente.
- ❖ Los efectos no son siempre obvios o inmediatos: abortos precoces que pasan desapercibidos, efectos en el niño en épocas postnatales o puberales (o incluso en la edad adulta).
- ❖ Los efectos no se expresan en tanto no se decide tener descendencia.
- ❖ Percepción del riesgo (sexo, expuesta, experto, inspector de trabajo...)

DIFICULTADES PARA LA PREVENCIÓN (II)

- ❖ Exposiciones múltiples, exposición de ambos progenitores – concurrencia de factores laborales, extralaborales y personales...
- ❖ Temor a incurrir en responsabilidad: actuaciones defensivas, sobreprotectoras o incluso discriminatorias
- ❖ Desconocimiento de la situación de embarazo durante un periodo crítico (8 primeras semanas de embarazo)
- ❖ Exposición antes de la concepción.
- ❖ Trabajadora por cuenta ajena o no (autónoma, ayuda familiar, servicio doméstico)



¿Por qué actuar?

¿En qué momento?

¿Quién debe actuar?

¿Dónde encontrar información?



¿Por qué actuar? (I)

Proteger la salud de la mujer durante el embarazo, el puerperio y la lactancia.

Proteger la salud del embrión, del feto, del lactante y del niño o niña.

**FACTORES DE RIESGO LABORAL
INTERACCIÓN CONDICIONES DE TRABAJO Y
EVOLUCIÓN DEL ESTADO**

EFFECTOS A PREVENIR EMBARAZO Y LACTANCIA

EMBRIÓN Y FETO

Aborto
Muerte fetal
Defectos del crecimiento fetal
Malformaciones congénitas
Prematuridad

MADRE

Alt. Osteomusculares
Fatiga física
Hipertensión arterial
Estrés
↓ capacidad de lactancia

NIÑO

Muerte neonatal
Alt. desarrollo físico/mental
Alt. Funcionales/comportamiento
Cáncer infantil

LACTANTE

Intoxicaciones
Infecciones

Algunas evidencias (I)

Efectos descritos en el sector de la agricultura

Espina bífida, defectos del sistema nervioso, hendidura palatina, defectos del desarrollo, anomalías en las extremidades (sindactilia, polidactilia, adactilia), anencefalia.

Algunas evidencias (II)

Efectos relacionados con los agentes químicos:

Abortos tempranos por exposición antes de la concepción (incluso 6 meses) y antes de la semana 12.

Abortos tardíos por exposición entre la semana 12 y la 19.

Otras lesiones (espina bífida, hidrocefalia, defectos EEES/II, alteraciones cardíacas) por exposición durante el primer trimestre.

Ejemplos agentes químicos implicados

Pesticidas – Glifosato – Tiocarbamato – DDE
(diclorodifenildicloroetileno) – Derivados del ácido
clorofenoxiacético – triazinas – AQ contra roedores.

Usados en el sector agrícola, huertos – invernaderos y
floricultura.

Algunas evidencias (III)

Otras evidencias:

Manejo manual de cargas y posturas que se relaciona con abortos, parto prematuro, bajo peso al nacer, riesgo aumentado de preeclampsia.

Vibraciones de cuerpo entero (incluido el manejo de herramientas portátiles de grandes dimensiones) a partir de la semana 25, bajo peso al nacer y (combinado con factores ergonómicos) aumento de la tasa de muerte fetal.

¿Por qué actuar? (II)

Obligación para el empresario/a con relación a las trabajadoras que desempeñen su trabajo en la empresa.

Obligación para el autónomo/a con empleados y empleadas o deber para con la empresa cliente, si la actividad puede incidir en la salud de los trabajadores de la misma.

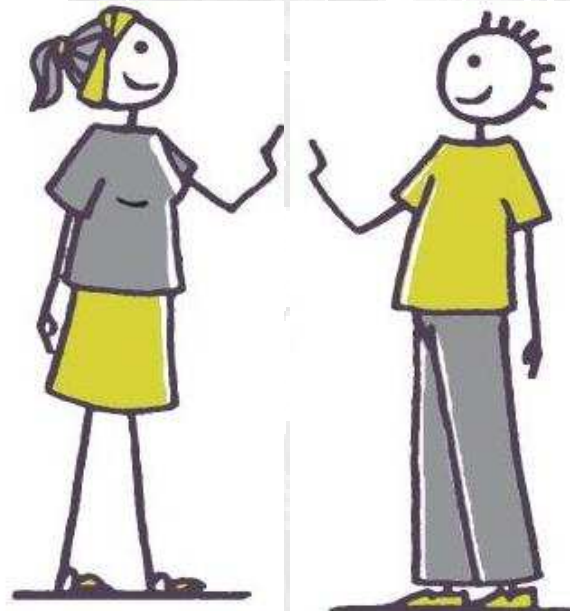
¿Por qué actuar? (II)

Obligación para el empresario/a con relación a las trabajadoras que desempeñen su trabajo en la empresa.

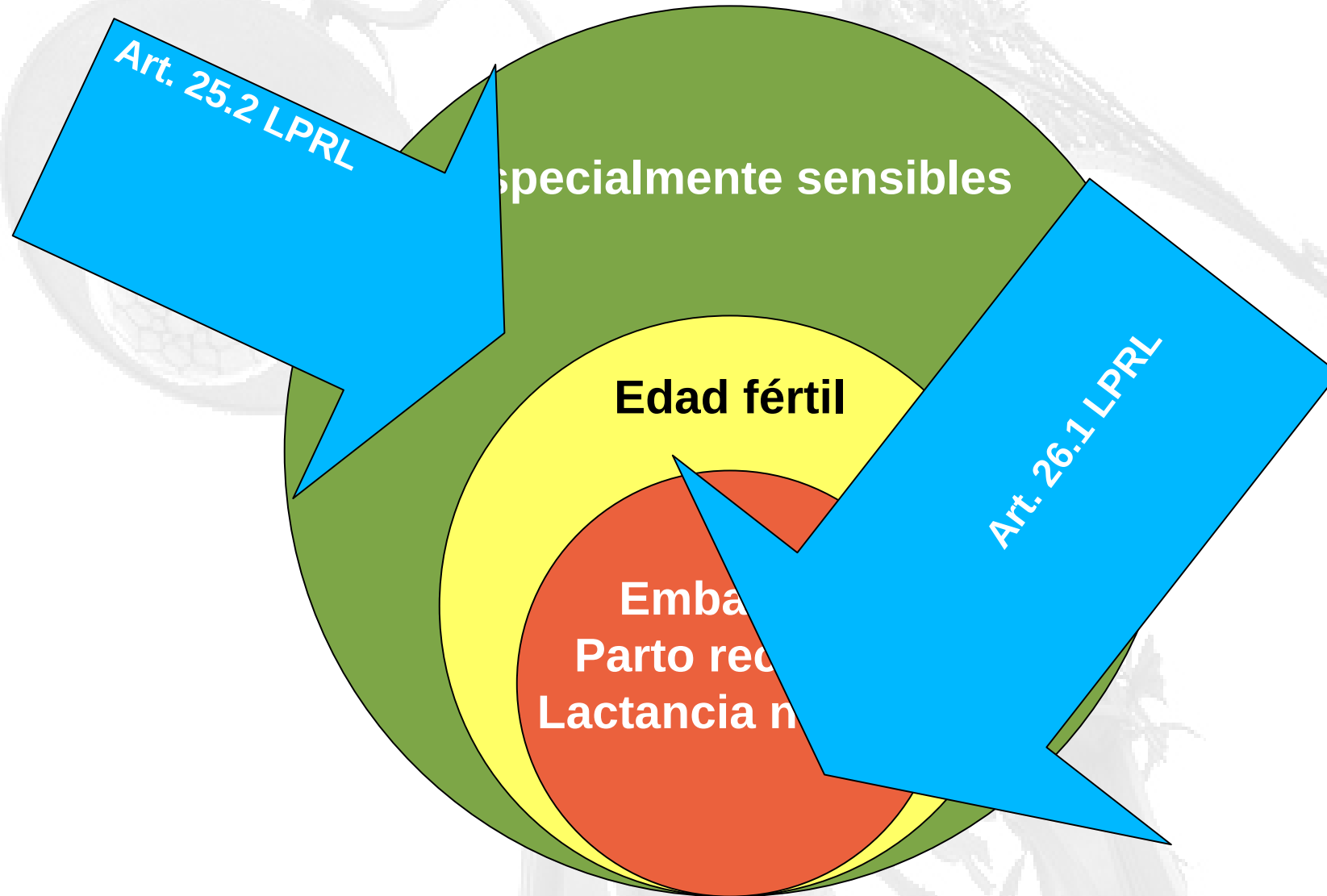
Obligación para el autónomo/a con empleados y empleadas o deber para con la empresa cliente, si la actividad puede incidir en la salud de los trabajadores de la misma.

La protección de la maternidad en el trabajo

- ❖ FORMA PARTE de la protección de los trabajadores especialmente sensibles.
- ❖ ES una manifestación específica de la protección de la función de procreación.



PROTECCIÓN



ACTIVACIÓN MEDIDAS ART.26

Cuando la trabajadora lo comunica, conforme a la legislación y prácticas nacionales

Importancia de la FORMACIÓN/INFORMACIÓN sobre los riesgos.

Clima de confianza y procedimiento de comunicación sencillo y claro.

La necesidad de la comunicación vendrá determinada por el puesto de trabajo desempeñado por la trabajadora (con o sin riesgo).

Existencia de un catálogo de puestos de trabajo (tareas) clasificados según compatibilidad con la situación de embarazo/parto reciente/lactancia y según fase de la situación.

Tener en cuenta trabajadoras externas.

Riesgo laboral durante el embarazo

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

Art. 25 LPRL

- ❖ Embarazo de riesgo por motivos médicos.
- ❖ Existencia de circunstancias anómalas en embarazos anteriores.
- ❖ Patologías que pueden verse agravadas por el embarazo.
- ❖ Antecedentes de infertilidad/dificultad para concebir.
- ❖ Etc.

Embarazos de riesgo

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

Art. 25 LPRL

- ❖ Mujer que no ha comunicado su estado a la empresa, pero sí a la Unidad de Medicina del Trabajo.
- ❖ Mujer que sigue lactando más allá de los 9 meses.
- ❖ Retraso de 10 días en puestos de trabajo con FR que actúan en las primeras fases del embarazo (< 8 semanas)
- ❖ Hasta 12 meses después del parto

¿En qué momento?

ANTES

Identificación de los puestos de trabajo/ tareas de riesgo.
Eliminación – Medidas preventivas.

AL CONOCERSE LA SITUACIÓN

Nueva evaluación del riesgo (compatibilidad estado/CT)
Eliminación – Medidas preventivas.

DURANTE

Seguimiento periódico.

DESPUÉS

Aparición de alguna lesión en el lactante o el niño/a.

¿Quién debe actuar?

El empresario, el autónomo con empleados, los mandos intermedios, el servicio de prevención.

Los representantes de los trabajadores - delegados de prevención.

La propia trabajadora o la mujer autónoma.

El profesional sanitario que atiende a la mujer o a su hijo en el SNS.

Otros: ITSS, MATEPSS ...

¿Dónde obtener información?

Directrices para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el trabajo (INSHT).

Consulta al ISSGA, al INSHT, al servicio de prevención propio, ajeno.

Unidades de Salud Laboral del SNS.

Empresa cliente.

Comunidad científica, bases de datos especializadas.

<http://tinyurl.com/7mp68xw>

**Directrices
para la evaluación
de riesgos y protección de la
maternidad en el trabajo**

DOCUMENTOS DIVULGATIVOS

NIPO: 792-11-112-4



AUTORES

INSHT

Nuria Cavallé
Miriam Corrales
Clara I. Díaz
Enrique Gadea
Ana Hernández
Pablo Luna
Silvia Nogareda

Jordi Obiols
Joaquín Pérez
Tomás Piqué
M^a Dolores Solé
Montserrat Solórzano
Sofía Vega
M^a Ángeles de Vicente

Marta Zimmermann

INSS

Emilio Jardón



REVISORES

Expertos

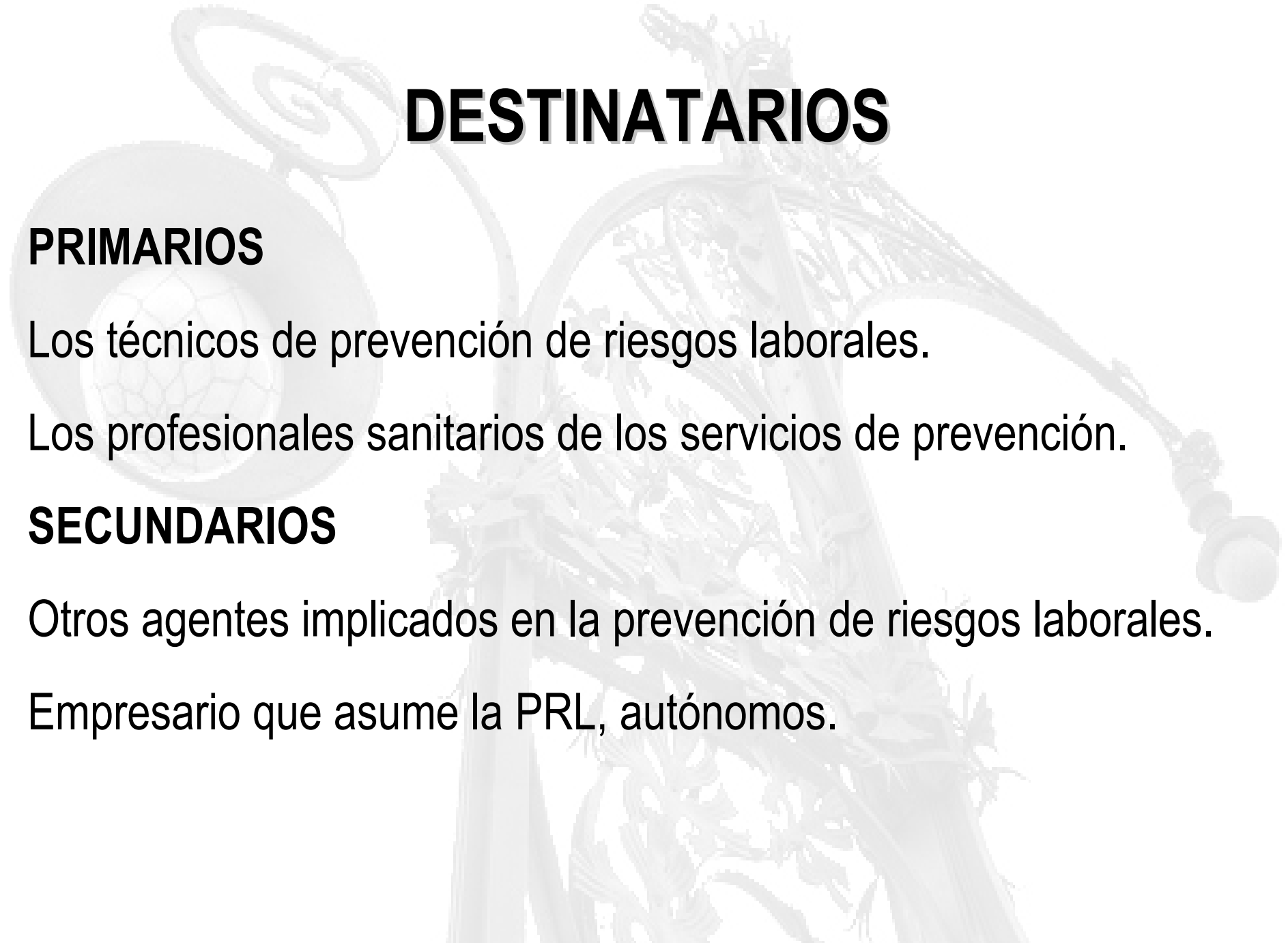
Comunidades Autónomas

Sindicatos

CEOE – CEPYME

ITSS

MATEPSS



DESTINATARIOS

PRIMARIOS

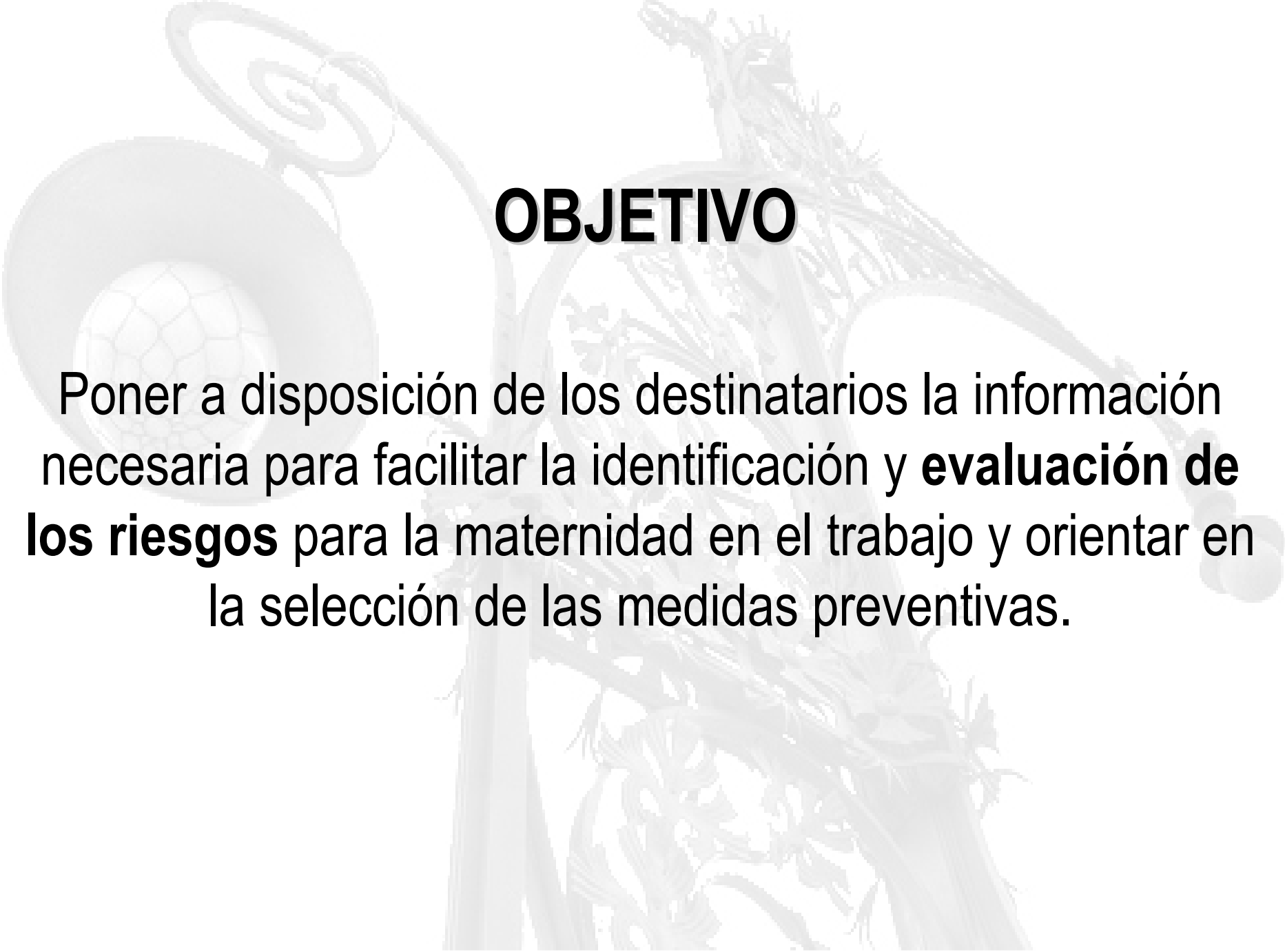
Los técnicos de prevención de riesgos laborales.

Los profesionales sanitarios de los servicios de prevención.

SECUNDARIOS

Otros agentes implicados en la prevención de riesgos laborales.

Empresario que asume la PRL, autónomos.



OBJETIVO

Poner a disposición de los destinatarios la información necesaria para facilitar la identificación y **evaluación de los riesgos** para la maternidad en el trabajo y orientar en la selección de las medidas preventivas.

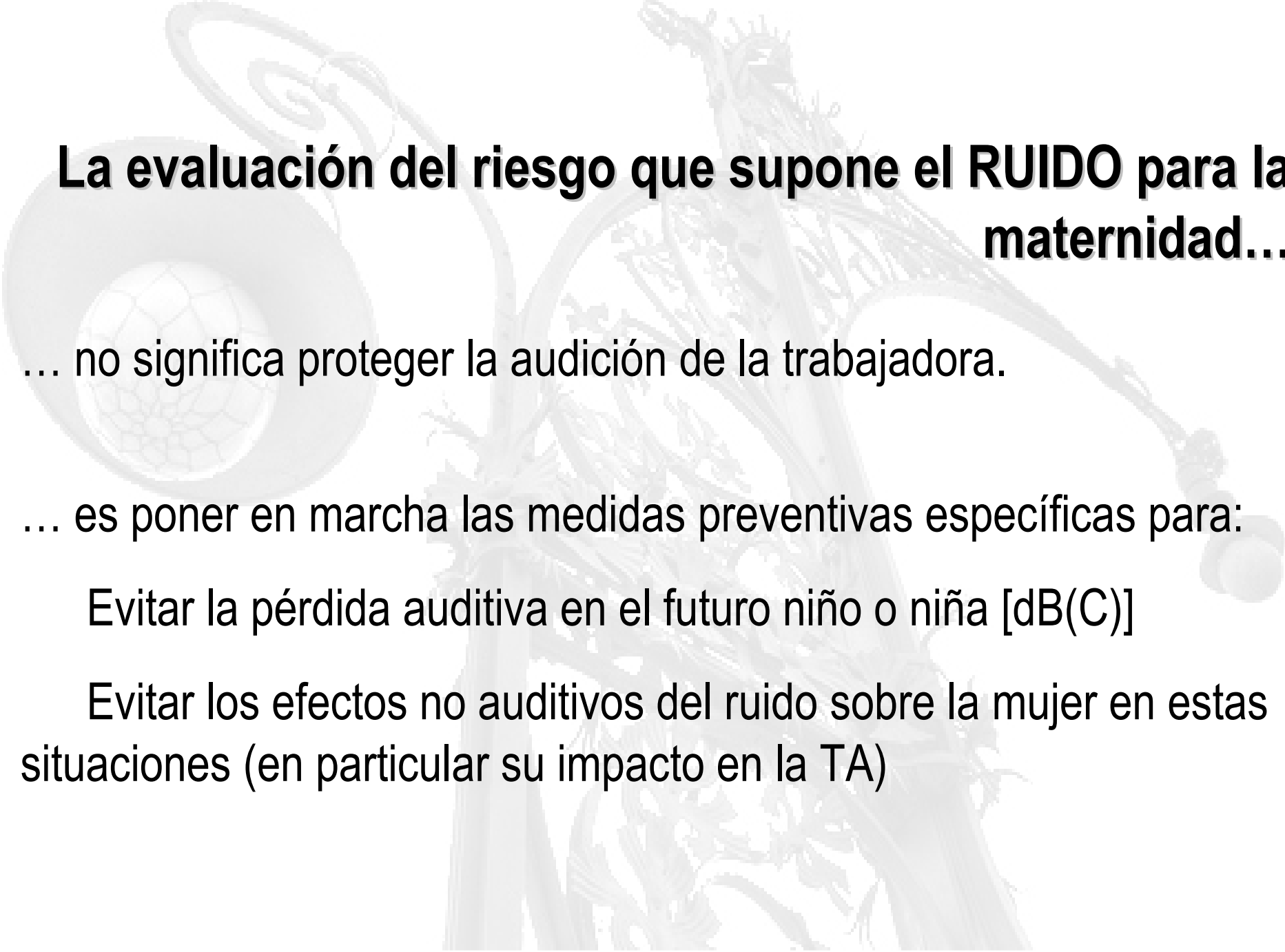
INFORMACIÓN

Las recomendaciones se han establecido en base a:

- La revisión de la evidencia en este campo.
- Los criterios utilizados por otros organismos de reconocida solvencia (IARC, TNO, INRS...).
- La experiencia de sus autores en sus respectivas disciplinas.
- La normativa aplicable.

CONSIDERACIONES

- Son de naturaleza **generalista**, por lo que no se podrán aplicar directamente a los casos individuales.
- La toma de decisiones en los casos individuales se ha de hacer en base a la evaluación de riesgos adicional, teniendo en cuenta la **interacción** real de la mujer con las condiciones de trabajo concretas y de sus condiciones de salud conforme evolucionan el embarazo o la lactancia natural.
- Las recomendaciones se establecen en base al carácter **diferencial** del riesgo con motivo de la maternidad.



La evaluación del riesgo que supone el RUIDO para la maternidad...

... no significa proteger la audición de la trabajadora.

... es poner en marcha las medidas preventivas específicas para:

Evitar la pérdida auditiva en el futuro niño o niña [dB(C)]

Evitar los efectos no auditivos del ruido sobre la mujer en estas situaciones (en particular su impacto en la TA)

ESTRUCTURA I

DOS SECCIONES

Parte I: Bases para la actuación en la empresa

Parte II: Fichas de riesgo

2 fichas con un esquema de la normativa aplicable

37 fichas correspondientes a 5 categorías de riesgo (Ag. Químicos, Físicos, Biológicos y Factores ergonómicos y psicosociales) precedidas por una introducción sobre el tipo de riesgo, los criterios generales para su evaluación y las medidas preventivas aplicables.

ESTRUCTURA II

PARTE II

Recomendaciones para el empresario que ha asumido la prevención de riesgos laborales.

Procedimiento para la solicitud de la prestación por riesgo laboral durante el embarazo.

ESTRUCTURA III

DOS APÉNDICES

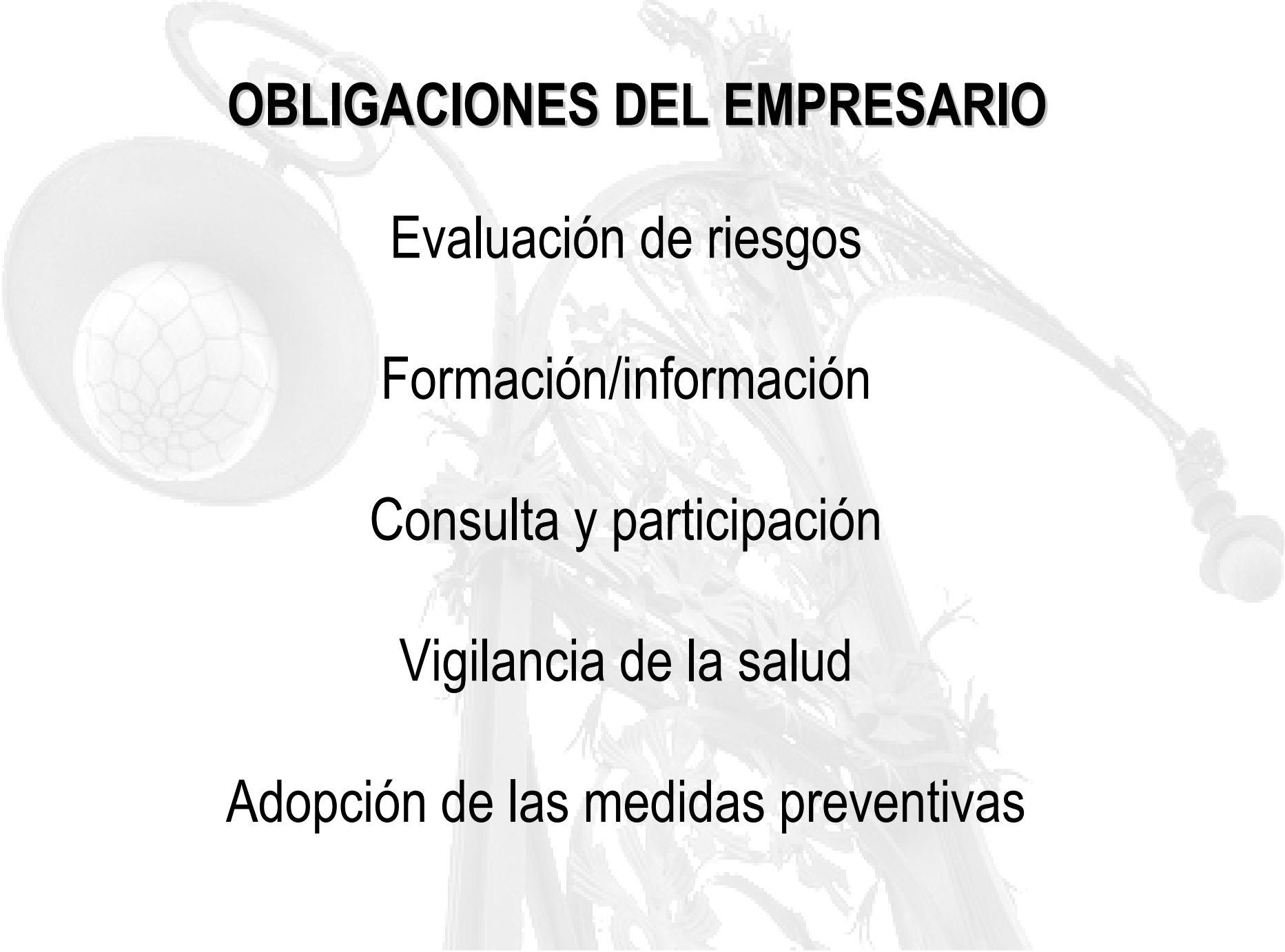
- 1- Explicación de la principal normativa aplicable.
- 2- Fuentes de datos e información de utilidad para buscar información actualizada sobre riesgos y medidas preventivas

BIBLIOGRAFÍA RELEVANTE

A faint, grayscale background image featuring a vintage-style lamp on the left and a leafy tree branch on the right, both partially obscured by the text.

PARTE I

ACTUACIÓN EN LA EMPRESA



OBLIGACIONES DEL EMPRESARIO

Evaluación de riesgos

Formación/información

Consulta y participación

Vigilancia de la salud

Adopción de las medidas preventivas

EVALUACIÓN DE RIESGOS: TIPOS

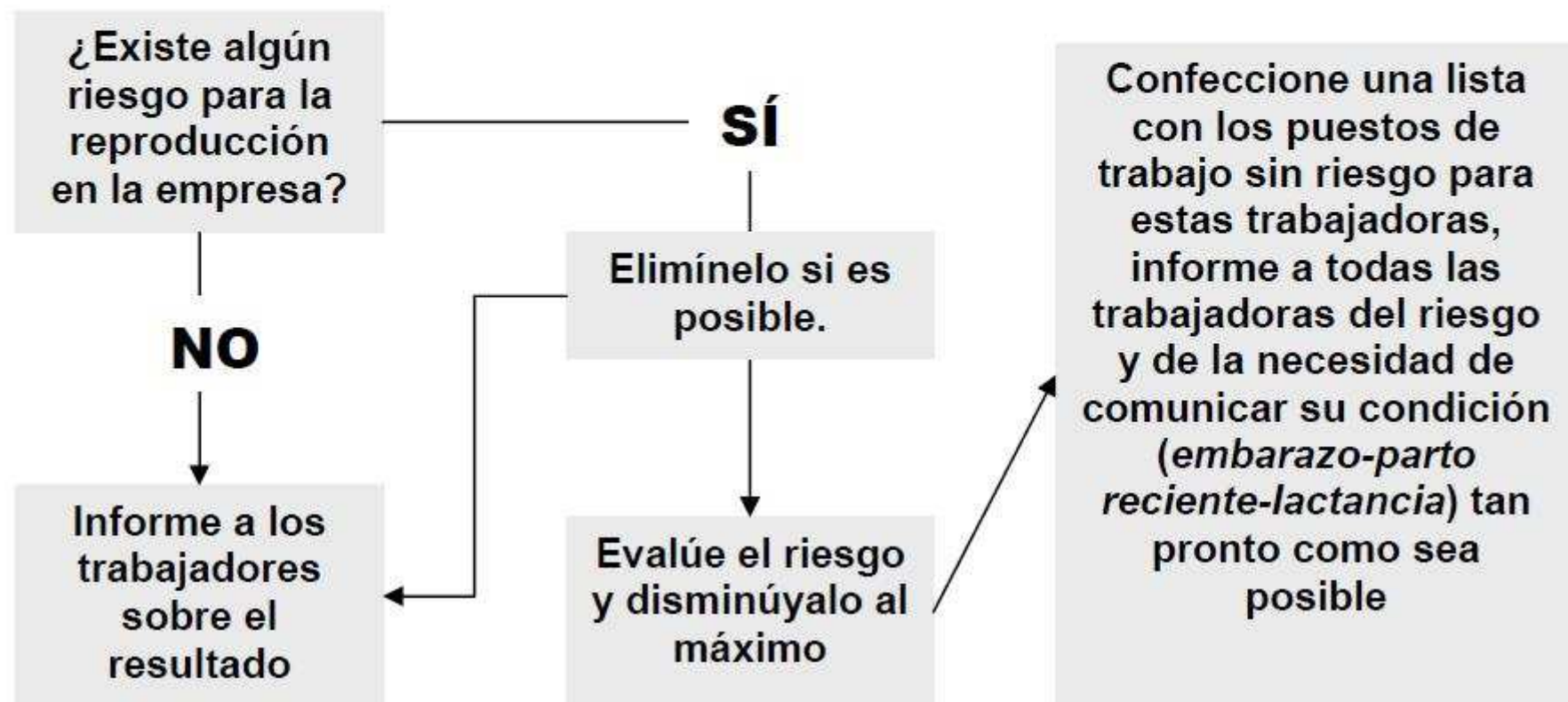
- ❖ Evaluación **inicial** (haya o no mujeres en los puestos de trabajo)
- ❖ Evaluación **adicional** (en el momento de la comunicación de la situación)
- ❖ Evaluaciones **periódicas** o de **revisión** (si se produce un cambio en las condiciones de trabajo o individuales, o aparece un daño)

Dimensiones de la evaluación/análisis de riesgos para la reproducción en la empresa:

- ❖ Análisis del riesgo para las trabajadoras (actuales-futuras)
- ❖ Análisis del riesgo específico para una trabajadora
 - embarazo/lactancia
 - aparición de un efecto
- ❖ Análisis de un cluster (concentración) de casos en la empresa

Primera etapa – Evaluación inicial de riesgos

Identifique y evalúe los riesgos para la maternidad en todos los puestos de trabajo, estén o no ocupados por una mujer



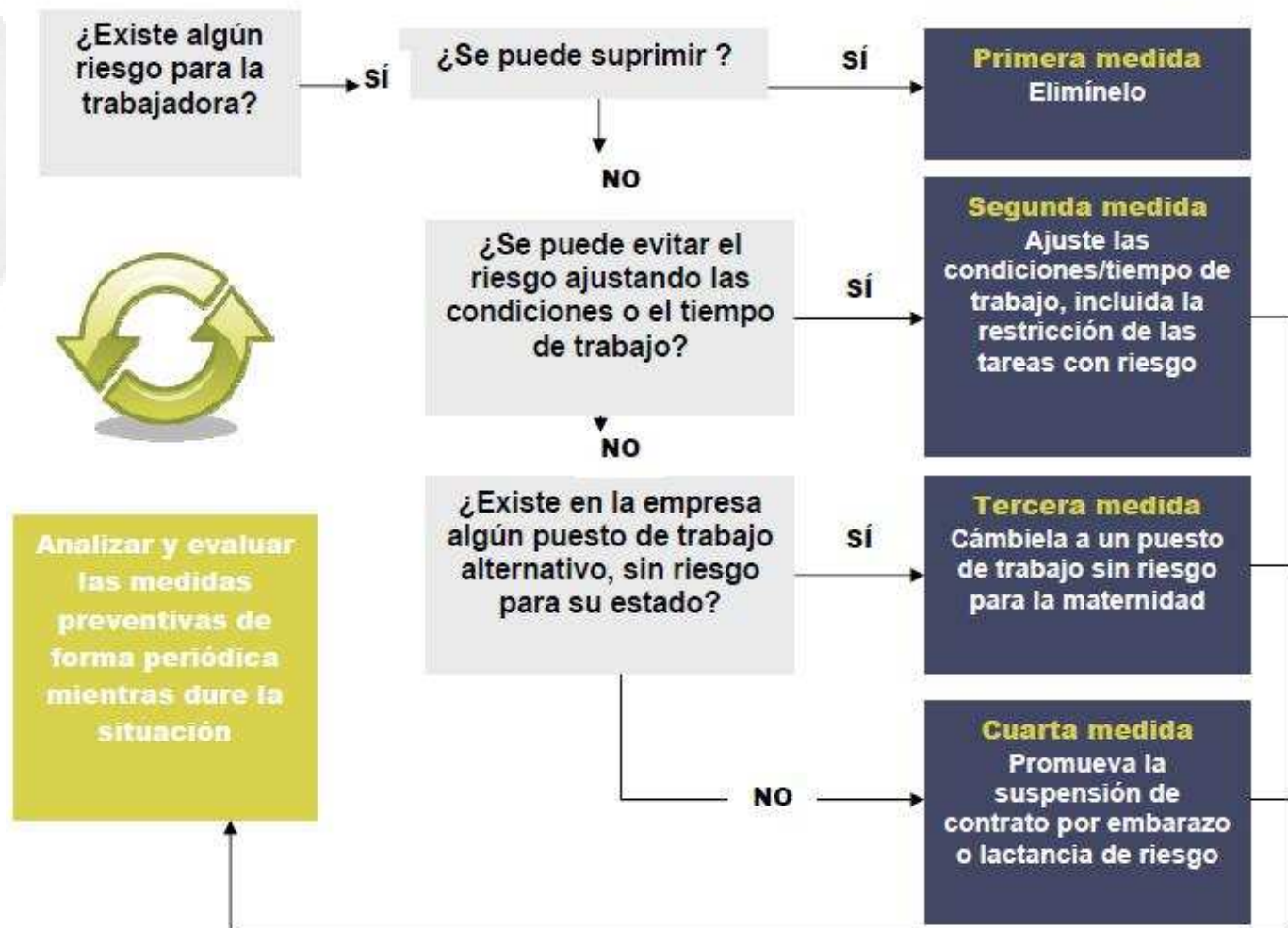
La evaluación de los riesgos INICIAL debería responder a las preguntas:

- ❖ Existencia de exposición a los factores de riesgo identificados.
- ❖ En qué puestos de trabajo, en qué tareas.
- ❖ Posibilidad de eliminación/substitución.
- ❖ RESULTADO: Listado de puestos de trabajo (tareas) sin riesgo para la trabajadora embarazada o lactante en función de la fase de su estado.

Y preveer: Qué medidas se tomarán en el momento de la comunicación y los responsables de las mismas.

Segunda etapa – En el momento de la notificación del embarazo, el parto reciente o la lactancia

Lleve a cabo una evaluación de riesgos adicional en el puesto de trabajo identificado como de riesgo en la etapa anterior para analizar la naturaleza, el grado y la duración de la exposición, así como las necesidades de la trabajadora.



EVALUACIÓN DE RIESGOS: ADICIONAL

Evaluación en la situación concreta de exposición en un puesto de trabajo con riesgo, teniendo en cuenta:

- ❖ Condiciones objetivas del puesto.
- ❖ Interacción mujer-condiciones de trabajo.
- ❖ Condiciones personales de la mujer.

La evaluación (es) de los riesgos ADICIONAL y PERIÓDICAS debería responder a las preguntas:

- ❖ Existencia de exposición a los factores de riesgo identificados en la ER inicial o a otros factores añadidos.
- ❖ Existencia del riesgo en función de las condiciones concretas de trabajo, de la forma en que es desempeñado por la mujer y de sus características personales y fase de su estado.
- ❖ Efectividad de las medidas preventivas planeadas.

y preveer:

- ❖ Medidas preventivas adicionales (en orden)
- ❖ Responsables de su ejecución.

TOMA DE DECISIONES

situaciones teóricas

- ❖ **No hay riesgo:** ¿evidencia-riesgo es igual al de la población general- riesgo asumible?
- ❖ No se dispone de datos fiables o concluyentes ni a favor ni en contra
- ❖ No se puede afirmar la inexistencia del riesgo (exposición imprevista/fallo en las medidas de prevención)
- ❖ **Hay riesgo:** existe evidencia

PRINCIPIO DE PRECAUCIÓN

PRINCIPIO DE PRECAUCIÓN

- ❖ Principio de precaución es la respuesta a un escenario complejo, con factores de riesgo sospechosos y consecuencias impredecibles.
- ❖ La evidencia científica debe ser parte del proceso deliberativo pero no justificar la inacción (principio de reacción).
- ❖ Más que asumir riesgos aceptables se han de explorar vías alternativas
- ❖ La toma de decisiones ha de ser transparente y participativa

Art. 5.2 del RD 39/1997 "...El procedimiento de evaluación utilizado deberá proporcionar confianza sobre su resultado. En caso de duda deberán adoptarse las medidas preventivas más favorables, desde el punto de vista de la prevención"

The background of the slide is a faded, grayscale image. On the left, there is a street lamp with a large, circular, textured globe. To the right of the lamp, a tree with many thin branches and some leaves is visible. The overall image is light and serves as a backdrop for the text.

PARTE II

Factores de riesgo

CATEGORÍAS

1- Anexos VII y VIII del RD 39/1997 (añadidos por RD 298/2009)

2- Considerados por la comunidad científica como nocivos o existir sospechas fundadas.

¿Qué factores de riesgo?

RIESGOS ESPECÍFICOS

Agentes físicos

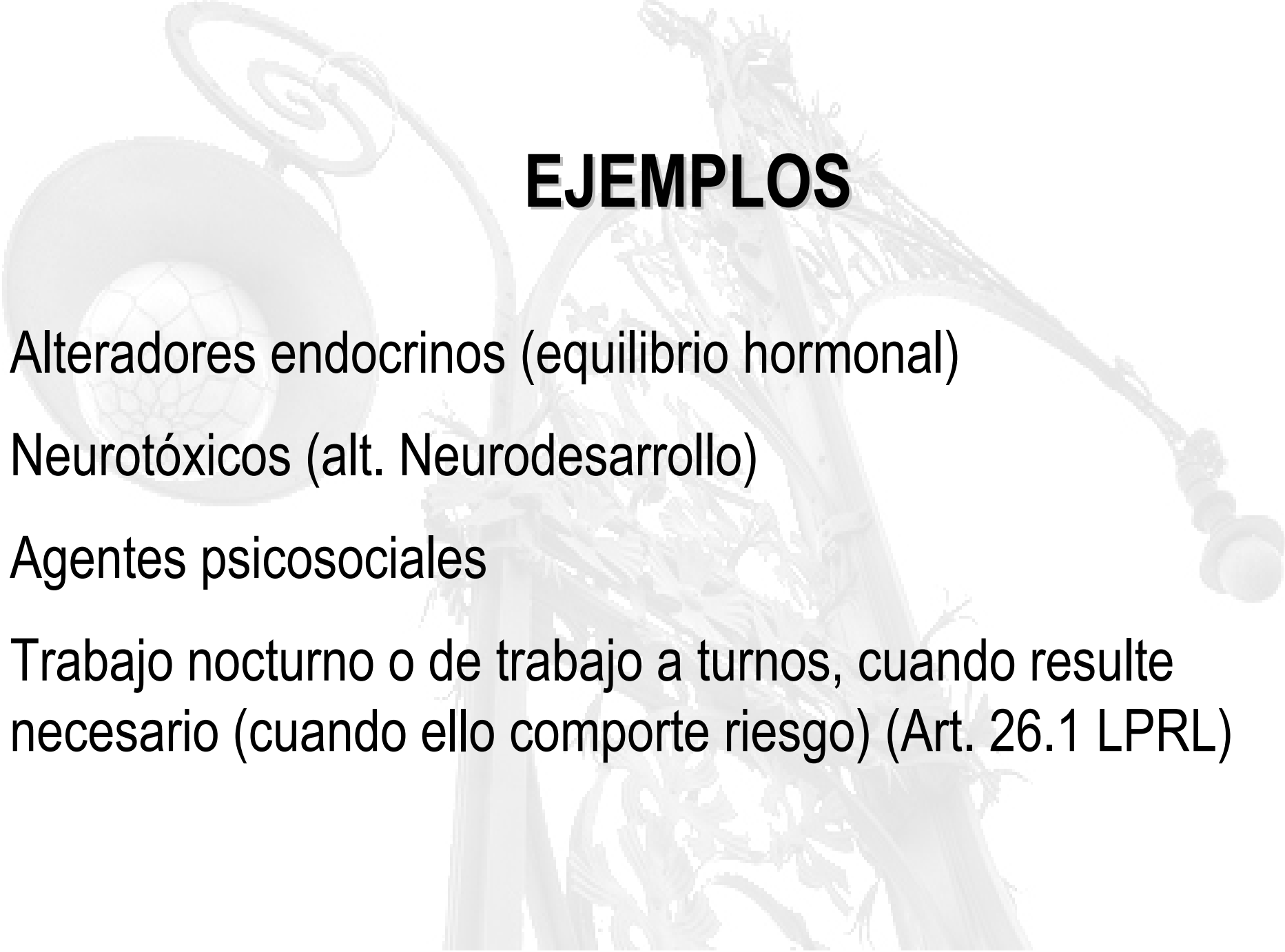
Agentes Biológicos

Agentes químicos

Factores psicosociales y ergonómicos

RIESGOS DE CARÁCTER GENERAL

Interacción cambios gestacionales y trabajo



EJEMPLOS

Alteradores endocrinos (equilibrio hormonal)

Neurotóxicos (alt. Neurodesarrollo)

Agentes psicosociales

Trabajo nocturno o de trabajo a turnos, cuando resulte necesario (cuando ello comporte riesgo) (Art. 26.1 LPRL)

PREMISAS

- ❖ NO evaluación ni interpretación mecánica.
- ❖ Interacciones entre los diferentes factores de riesgo.
- ❖ Interacción entre las condiciones de trabajo y las características de la mujer (que evolucionan a lo largo del embarazo, en la lactancia)

Valoración técnico-médica individualizada.

The background of the slide features a faded, grayscale image. On the left, there is a street lamp with a large, circular, textured globe. To the right, a tree branch with leaves and small flowers extends diagonally across the frame. The overall aesthetic is clean and minimalist.

EJEMPLOS DE MEDIDAS PREVENTIVAS

AQ – Acciones preventivas

Acciones que evitan el riesgo

Eliminación del uso del agente (cambio del proceso – sustitución)

Eliminación de las tareas con presencia del agente

Separación del puesto de trabajo (considerar exposición por vecindad)

Acciones que reducen el riesgo

Refuerzo de las medidas técnicas y organizativas

AF – Acciones preventivas

Golpes/choques a nivel abdominal

- **Agentes diversos:** golpes por objetos, caídas, trabajo con animales, violencia en el trabajo, falta de espacio, trabajo en altura o que requieran de equilibrio, lugares muy concurridos, sacudidas (trenes, tranvías)...
- **Efectos diversos:** aborto, parto prematuro, desprendimiento de placenta (alrededor de la semana 20), transfusión fetomaternal (alrededor de la semana 12); muerte, anemia fetal, lesiones fetales directas a nivel craneal...
- Pueden ocurrir con **traumatismos mínimos** en la gestación avanzada (último trimestre).

AF – Acciones preventivas

Golpes/choques a nivel abdominal

- Orden y limpieza
- Evitar uso de tornos de entrada
- Diseño del lugar de trabajo
- Restricción de tareas:

Cuidado de enfermos violentos, con incoordinación motora o comportamiento impredecible.

Cuidado de animales de cierta envergadura

Trabajo en alturas a partir del 2º trimestre (antes si mareos)

Trabajo en espacios reducidos

ETC.

EP – Acciones preventivas

- ❖ Evitar el manejo de más de 5 kg de forma reiterada o de más de 10 kg de forma intermitente durante los 6 primeros meses de embarazo.
- ❖ Evitar el manejo manual de cargas a partir del séptimo mes de embarazo.

EP – Acciones preventivas

Adecuar el puesto de trabajo al aumento de volumen y cambios en los alcances.

Evitar jornadas de trabajo de más de 8 horas al día o más de 40 horas semanales.

A faint, grayscale background image featuring a vintage-style lamp with a spherical globe on the left and a leafy plant on the right, both partially obscured by the text.

PARTE II

Recomendaciones al empresario que ha asumido la PRL

EMPRESARIO ASUME PRL

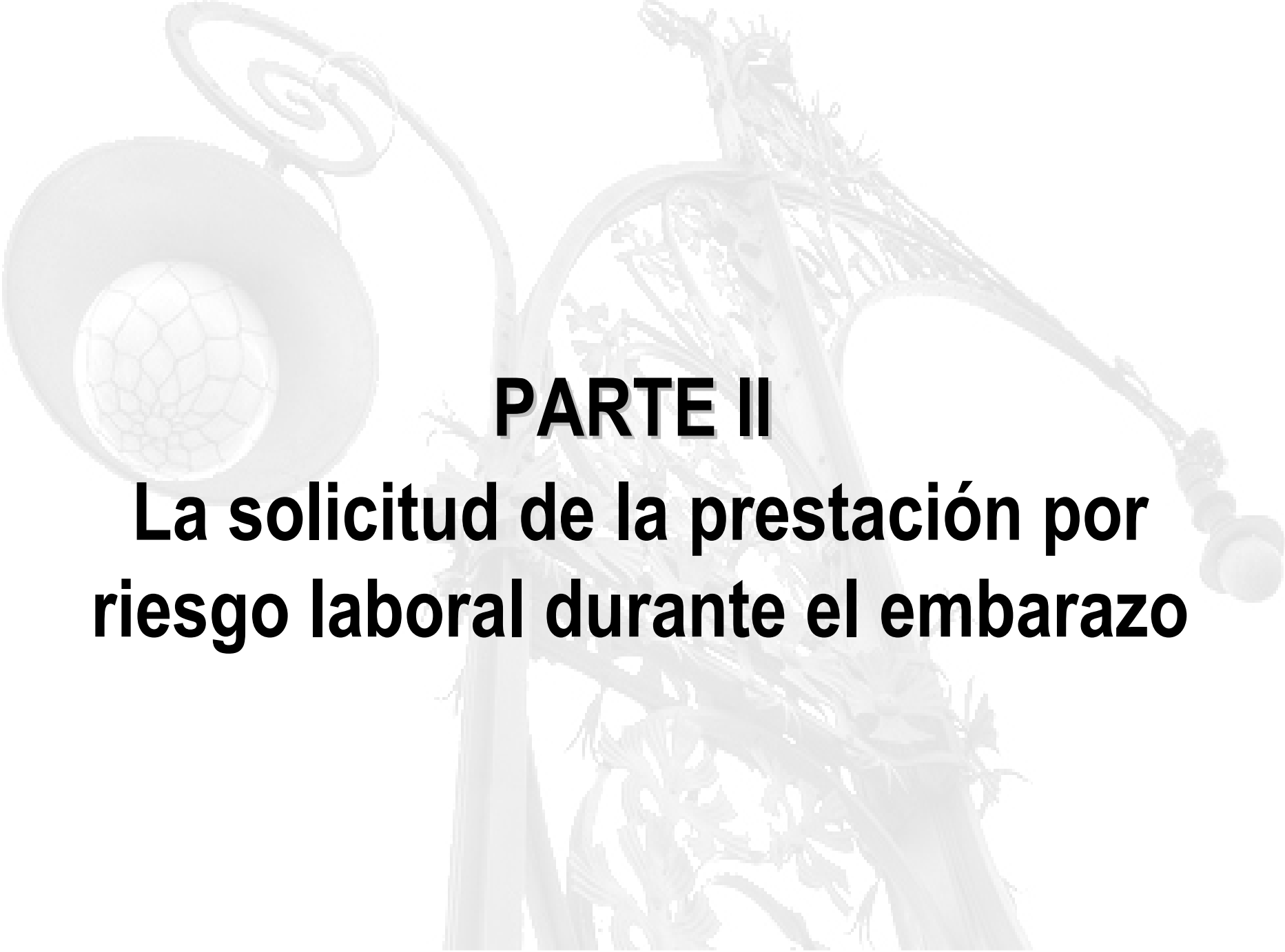
- ❖ Empresas de hasta 10 trabajadores.
- ❖ No actividad incluida en el Anexo 1 del RSP.
- ❖ Desarrolla su actividad en el centro de trabajo.
- ❖ **Tiene la competencia suficiente.**

LA MAYORÍA DE LAS VECES

- ❖ Situaciones complejas que requieren de medición y evaluación.
- ❖ La compatibilidad o no de la situación con el desempeño del trabajo requiere del conocimiento de las condiciones de trabajo, de las características individuales y de la fase/etapa de la maternidad (Unidad de Medicina del Trabajo del SP).
- ❖ EXCEPCIONES: discomfort, fatiga, factor de riesgo único y controlable mediante medidas organizativas...

EJEMPLOS

- ❖ En trabajos que supongan el mantenimiento de una postura estática: fomentar la alternancia de posturas y programar descansos y pausas de recuperación más frecuentes y más largos.
- ❖ Poner a disposición de la mujer instalaciones de descanso que le permitan sentarse o tumbarse cómodamente.



PARTE II

La solicitud de la prestación por riesgo laboral durante el embarazo

PREMISAS

- ❖ Es la **última acción** a considerar, una vez se ha llegado a la conclusión que no son técnica y razonablemente posibles las acciones anteriores.
- ❖ **No basta con la identificación** de unos riesgos para el embarazo y la lactancia o la semana de gestación para que proceda la suspensión del contrato de trabajo. No se da una automaticidad.
- ❖ En caso de incumplimiento de sus obligaciones (no aplicación/análisis de la viabilidad de las medidas preventivas previas a la solicitud) podría plantearse una eventual **responsabilidad de la empresa** por esa omisión.

PROCESO DE SOLICITUD

<http://www.seg-social.es>

Apartado “Prestaciones”

Descripción-Procedimiento-FAQs-Impresos normalizados

Apartado “Direcciones y Teléfonos”

Centros de atención e información de la CA

A faint, grayscale background image featuring a street lamp on the left and a tree with dense foliage on the right. The lamp has a large, rounded globe with a textured surface. The tree's branches are thick and gnarled, with many leaves. The overall image is semi-transparent, allowing the text to be clearly visible.

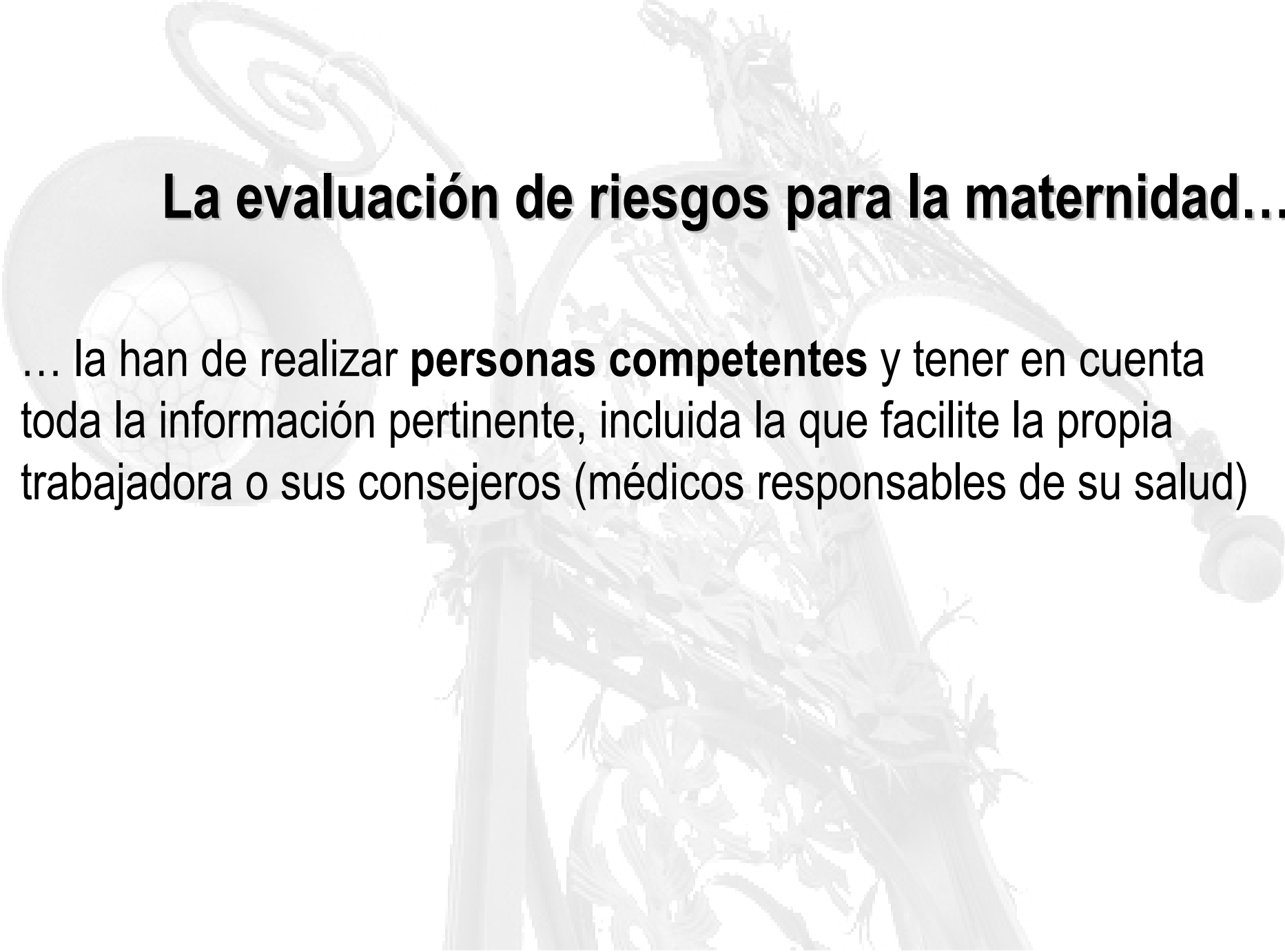
CONSIDERACIONES FINALES

El punto de partida de la evaluación de riesgos para la maternidad...

... son unas condiciones de trabajo que **cumplen la normativa** de prevención de riesgos laborales vigente.

... es una evaluación que se establece en base al **carácter diferencial del riesgo** con motivo de las situaciones de embarazo, parto reciente y lactancia natural.

Un puesto de trabajo que no cumple los estándares de seguridad y salud en el trabajo no es aceptable ni para la mujer en estas situaciones ni para ningún otro trabajador o trabajadora.



La evaluación de riesgos para la maternidad...

... la han de realizar **personas competentes** y tener en cuenta toda la información pertinente, incluida la que facilite la propia trabajadora o sus consejeros (médicos responsables de su salud)

Los productos de la evaluación de riesgos para la maternidad son...

... una **relación de los puestos** de trabajo exentos de riesgos (art. 26.2 LPRL) previa consulta con los representantes de los trabajadores.

... la **planificación preventiva** que incluya un procedimiento de actuación cuando se presente el caso individual.

A faint, light gray background illustration. On the left, there is a street lamp with a large, circular, textured globe. To its right, a tree with a thick trunk and dense, leafy branches extends upwards and to the right. The overall style is minimalist and artistic.

OTRAS PUBLICACIONES



Promoción de la Salud en el Trabajo

- ▶ Inicio
- ▶ Antecedentes
- ▶ La promoción de la salud en el trabajo
- ▶ Importancia de la PST
- ▶ La PST en la práctica
- ▶ Evaluación/Certificación
- ▶ La Red Europea de PST (ENWHP)
- ▶ La PST en el mundo
- ▶ Novedades, eventos, publicaciones
- ▶ Contacto

Bienvenido al portal de promoción de la salud donde podrá encontrar toda la información relacionada con la promoción de la salud en el trabajo

[Conocer más](#)

Destacados

- ▶ 12 temas, 12 meses
- ▶ Caja de herramientas europea

Promoción de la Salud en el Trabajo



- ▶ [Formación en PST](#)
- ▶ [Colabora con nosotros \(pdf, 58 Kbytes\)](#)
- ▶ [Campaña 12 temas, 12 meses](#)
- ▶ [Adhesión a la Declaración de Luxemburgo](#)

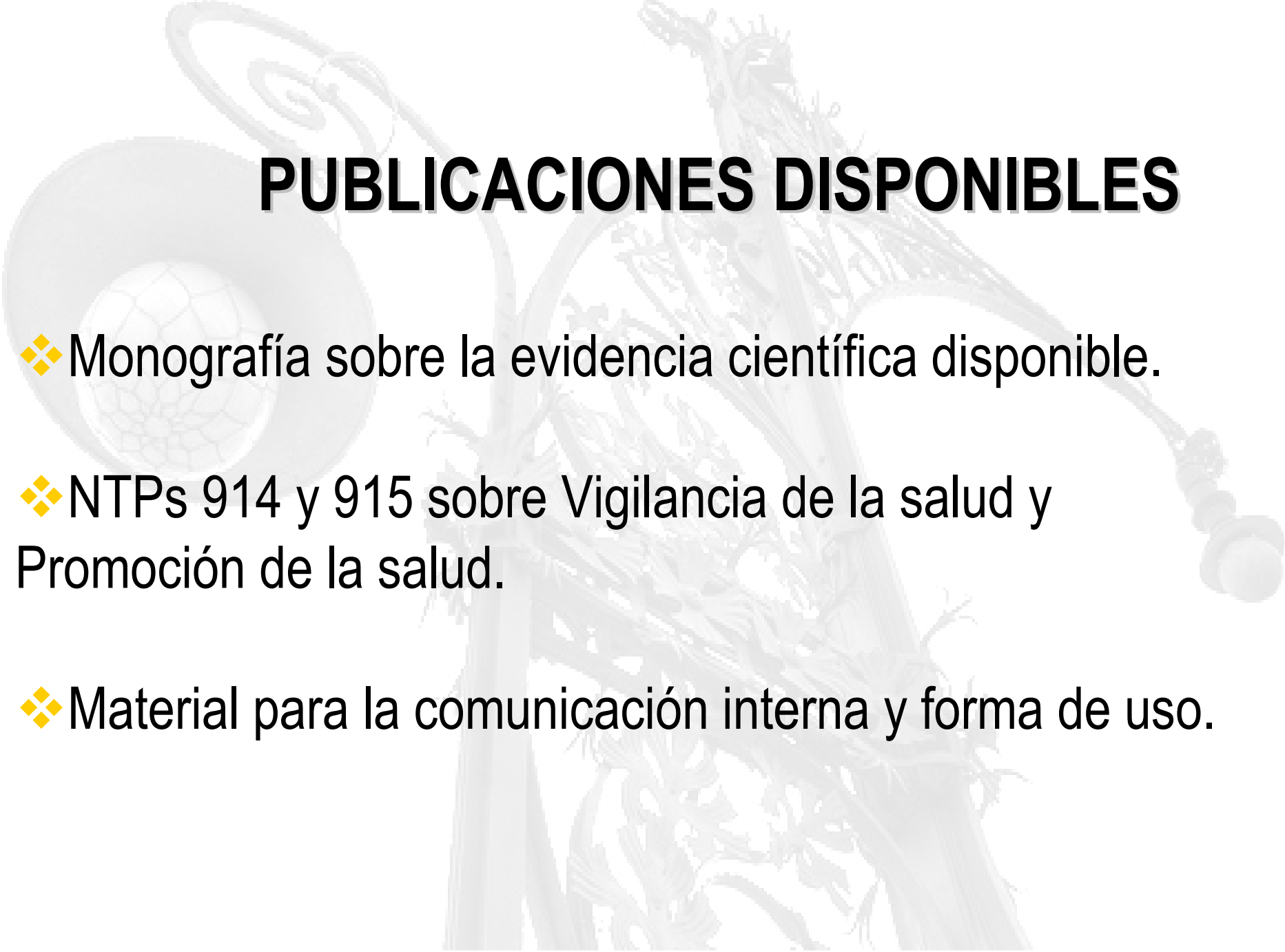
Documentos PST CLAVE



- ▶ [Declaración de Luxemburgo \(pdf, 88 Kbytes\)](#)
- ▶ [Documentos de la ENWHP en castellano](#)
- ▶ [La promoción de la salud en el trabajo en la práctica](#)
- ▶ [2012 - European Year for Active Ageing](#)



<http://www.insht.es/portal/site/PromocionSalud/>



PUBLICACIONES DISPONIBLES

- ❖ Monografía sobre la evidencia científica disponible.
- ❖ NTPs 914 y 915 sobre Vigilancia de la salud y Promoción de la salud.
- ❖ Material para la comunicación interna y forma de uso.

DISPONIBLE EN

Portal Temático del INSHT sobre PST



Maternidad y trabajo

¿COMPATIBLES?

Si tu entorno te apoya, es posible.



<http://www.insht.es/portal/site/PromocionSalud/>

Maternidad



A pesar de todas las ideas o prejuicios existentes, el embarazo y la lactancia natural son, salvo contadas excepciones, totalmente compatibles con el trabajo. Lo más frecuente es que surcan de manera natural, sin molestias o con molestias mínimas a pesar de los numerosos cambios físicos, psicológicos y sociales que se producen. En la empresa, es cuestión de crear entornos "amigables" para las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, evitando riesgos, facilitando elecciones saludables, organizando y optimizando la agenda, ayudando a la mujer a hacer frente a las posibles molestias que surgen durante las diferentes etapas de su maternidad, etc.

Consejos prácticos

- Anticipación y diálogo! Cada una de las partes implicadas (empresa, compañeros de trabajo, mujer embarazada o lactante) tiene sus necesidades, prioridades y objetivos diferentes. Negociar un marco para la acción y ajustarlo a cada caso ayuda a encontrar una solución que satisfaga a todos.
- La mujer embarazada o en periodo de lactancia, sigue siendo productiva. Y de eso ha de estar convencida ella y los que la rodean.
- Un padre también debería poder dedicar tiempo a sus hijos. Es posible si nos organizamos y si la cultura de la empresa es favorable.

¿Y en casa? (o en tu tiempo libre)

Los beneficios de un programa de promoción de la salud para las trabajadoras embarazadas, que han dado a luz recientemente o en periodo de lactancia son múltiples. A destacar:

- El BEBÉ tendrá una mejor salud, una mayor resistencia a las infecciones y verá disminuido el riesgo de ciertas enfermedades crónicas cuando sea adulto...
- La MUJER se recuperará más rápido después del parto, su nivel de salud y bienestar será mayor, no perderá poder adquisitivo y la relación entre ella y su bebé se verá fortalecida.

¡Piénsatelo!

El motivo más frecuente de abandono de la lactancia natural antes de los 6 meses de edad es la vuelta al trabajo.

¿Te lo has planteado así?

- ¿Tu puesto de trabajo comporta riesgos para el embarazo o la lactancia?
- Cuidar a nuestros hijos es importante, pero también lo es nuestro desarrollo personal, laboral y social.
- Si la empresa no considera estas situaciones, a lo mejor es porque nunca se lo han planteado. ¿No podrías hablarlo con tu responsable?

PRÓXIMAS PUBLICACIONES

- ❖ Folleto informativo para las trabajadoras (generalidades – Riesgo químico)
- ❖ Folleto informativo para la empresa.
- ❖ Documento de consenso para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el sector sanitario.

**Directrices
para la evaluación
de riesgos y protección de la
maternidad en el trabajo**

*Sugerencias
Comentarios
Críticas
Aportaciones
Necesidades ...*

dolores@meyss.es

**Directrices
para la evaluación
de riesgos y protección de la
maternidad en el trabajo**

Mejora continua

