



EMBARAZO, LACTANCIA Y TRABAJO

PROTOCOLO DE ACTUACION

Vidal M. J., Navarro J., Rubio I., Roch M. A., Arnau M. J. y Palmer, T.
Delegació de Seguretat, Salut i Qualitat Ambiental. Servei de Prevenció de Riscs Laborals
Universitat de València Estudi General
Avinguda Blasco Ibáñez 13 - 46010 VALENCIA

Introducción

El embarazo es un estado biológico que comporta en la mujer importantes cambios físicos y psicológicos haciéndola especialmente sensible a una serie de riesgos que pueden tener lugar dentro del ámbito laboral. La Ley de Prevención de Riesgos Laborales considera especialmente sensibles las trabajadoras en situación de embarazo o lactancia, por ello cabe extremar durante este periodo la adaptación de todas las medidas preventivas existentes, para que las condiciones de trabajo sean las adecuadas.

Objetivo General

Activar la especial protección de la mujer embarazada.

Objetivos Específicos

- Dar a conocer las medidas preventivas ante los riesgos de especial incidencia durante este periodo.
- Valorar el lugar de trabajo ante la nueva situación de la trabajadora
- Adaptar si es necesario las condiciones de trabajo al nuevo estado.

Metodología

Dentro del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales se integra el área de Vigilancia de la Salud, vertebrada en Gabinetes de Salud Laboral, en los tres campus de la Universidad (C. Burjassot-Paterna, C. Blasco-Ibáñez, C. Tarongers), constituidos cada uno por una unidad básica de salud (medicina y enfermería del trabajo).

Desde esta área y mediante la aplicación de la Normativa vigente, se entiende que es fundamental que las trabajadoras estén informadas de los riesgos que para el embarazo o lactancia puedan suponer los materiales, equipos o agentes con los que se trabaja o las condiciones de trabajo a las cuales están expuestas.

• En primer lugar se facilita la **INFORMACIÓN** mediante:

Correo Electrónico a todas las mujeres en periodo fértil, en cumplimiento de lo indicado en el artículo 26 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, sobre la protección de la maternidad, informando de que en caso de encontrarse en situación de embarazo puede comunicarlo al Gabinete de Salud correspondiente, para proceder a revisar la evaluación de riesgos y adaptar las condiciones de trabajo si se considera necesario.

Póster Informativo distribuido en todos los centros de trabajo.

Dípticos sobre medidas preventivas durante el embarazo y después del parto.

• En segundo lugar, la **COMUNICACIÓN** por parte de la mujer embarazada de su estado, al área de Salud, (la comunicación es voluntaria y la finalidad es activar la situación de especial protección).

• En tercer lugar la **VALORACIÓN** por parte de los técnicos de prevención de los riesgos físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales, en su lugar de trabajo.

• En cuarto lugar, la **ADAPTACIÓN** al nuevo estado en aplicación de la legislación vigente.



Bibliografía

- Ley 31/1995 Prevención de riesgos Laborales. Artículos 25 y 26.
- Real Decreto 1/1995: texto refundido de la Ley del estatuto de los trabajadores.
- Ley 39/1999 de conciliación de la vida laboral y familiar.
- Real Decreto 99/2003 enumerado y etiquetado de sustancias peligrosas.
- Imagen fotográfica del Instituto de Bioética. Universidad pontificia.

Póster informativo



Medidas Preventivas

1. Evitar la fatiga física, no coger pesos, evitar posturas forzadas, cambiar a menudo de postura.
2. Evitar o protegerse ante temperaturas extremas (por debajo de 5°C o muy calurosos), ambientes húmedos o muy ruidosos.
3. Si se trabaja con agentes biológicos, adoptar todas las medidas preventivas con tal de evitar cualquier posibilidad de infección.
4. Alternar la postura sentada y derecha y adaptar el plano de trabajo al volumen del abdomen.
5. Evitar la sobrecarga de trabajo y así evitar sus efectos que son: alteraciones músculo-esqueléticas, patología vascular y estrés.
6. Si se trabaja en una instalación radioactiva, comunicar el nuevo estado de manera inmediata al supervisor.
7. Si se trabaja con productos químicos hay que conocer la ficha de seguridad del producto, tener cuidado con las etiquetas con indicación T (tóxicos) o Xn (nocivos) y conocer las frases S y R.

Atención a las frases R:

- R60:** Puede perjudicar la fertilidad.
R62: Posible riesgo de perjudicar la fertilidad.
R68: Posibilidad de efectos irreversibles.
R46: Puede causar alteraciones genéticas hereditarias.
R47: Puede causar malformaciones congénitas.
R61: Riesgo durante el embarazo de efectos adversos para el feto.
R33 y R64: Puede perjudicar al recién nacido alimentado con leche materna.

Se ha de tener en cuenta que la leche materna puede actuar como vehículo de transporte de las sustancias nocivas a las cuales puede estar expuesta la madre trabajadora. En este periodo se ha de prestar especial atención a la exposición y/o manipulación de agentes de tipo biológico y químico.