

Maternidad y riesgos laborales

El embarazo no es una enfermedad, es un aspecto de la vida cotidiana, por lo que la salud y seguridad de las trabajadoras en situación de embarazo y período de lactancia, pueden ser adecuadamente conducidas según los procedimientos habituales de prevención y protección de riesgos laborales. Durante el embarazo se producen en el organismo una serie de cambios fisiológicos (cardiovasculares, respiratorios, metabólicos etc.), alguno de los cuales pueden afectar al desarrollo de la actividad laboral de la embarazada; así mismo, se tienen que considerar los cambios antropométricos que se producen durante el embarazo, sobre todo el aumento de volumen del abdomen. Estos elementos deben ser tenidos en cuenta en el acondicionamiento y adaptación del puesto de trabajo de la mujer embarazada.

Igualmente, hay que tener en cuenta que en los lugares de trabajo se producen, exposiciones a sustancias, agentes y situaciones laborales que pueden tener consecuencias negativas en el sistema reproductivo de hombres y mujeres. En este proceso intervienen diferentes mecanismos biológicos que pueden alterarse por exposiciones del padre o de la madre, antes o después de la concepción y que pueden manifestarse en una amplia gama de efectos que veremos a continuación. Además existen momentos de mayor susceptibilidad a la acción de sustancias químicas u otras exposiciones laborales, como la división y maduración de las células reproductivas (especialmente de los espermatozoides) y durante el desarrollo del embrión en el útero (primeras semanas de embarazo).



Riesgos para la salud de la madre y el niño

QUÍMICOS: Todas aquellas sustancias o productos que en su envasado y etiquetado aparece la letra: **R** seguidas de números identificativos, lo que indica que son productos peligrosos Cancerígenos y mutágenos: R40, R45, R46, R49, y R60, R61, R62, R63, R64 y R33, sustancias tóxicas para la reproducción, entre éstas se encuentran:

- Plomo y derivados, en la medida en que éstos agentes sean susceptibles de ser absorbidos por el organismo humano.
- Mercurio y derivados.
- Disolventes, benceno, hidrocarburos halogenados, monóxido de carbono, halogenados óxido nitroso
- Agentes citostáticos, esterilizantes
- Pesticidas y Hormonas

FÍSICOS: radiaciones ionizantes, radiaciones electromagnéticas, radiaciones no ionizantes, ruido, vibraciones y temperaturas extremas: frío y calor extremos



BIOLÓGICOS: toxoplasma, virus: varicela-zoster, sarampión, rubeola, paperas. En algunos casos la trabajadora puede estar protegida frente a la infección (enfermedad pasada o vacunación).

PSICOSOCIALES Y ERGONÓMICOS:

- Trabajo a turnos y nocturno
- Las demandas de trabajo: sobrecarga, ritmo impuesto, dificultad para conciliar la vida familiar y laboral, carga mental y estrés laboral
- Movimientos repetitivos
- Posturas forzadas, estáticas y desplazamientos
- Manejo manual de cargas que puede producir riesgo de lesiones fetales, o provocar riesgo de desprendimiento de la placenta.

Efectos de los Riesgos

Los factores de riesgo de origen laboral pueden tener efectos perjudiciales sobre la fertilidad, pueden producir alteraciones del comportamiento sexual, función endocrina, esperma-togénesis y duración de la vida reproductiva. En cuanto a sus efectos en la gestación, éstos variarán según la etapa del embarazo en la que se encuentre la madre: durante los tres primeros meses, suelen causar defectos congénitos o abortos espontáneos, mientras que en los seis últimos meses, la exposición puede producir retrasos en el crecimiento intrauterino, alteraciones en el desarrollo cerebral, parto pretérmino, mortalidad perinatal y bajo peso del recién nacido. Posteriormente los factores de riesgo, también tienen efectos perjudiciales durante la lactancia.



Obligaciones del empresario

El artículo 26 de la LPRL indica que "la evaluación de riesgos deberá comprender la determinación de la naturaleza, grado y duración de la exposición de las trabajadoras en situación de embarazo o parto reciente, a agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras o del feto, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico". Incluyendo el periodo de lactancia.

- Si los resultados de la evaluación revelasen un riesgo, el empresario adoptará las medidas necesarias para evitar la exposición a dicho riesgo, a través de una adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo de la trabajadora afectada.
- Cuando la adaptación no resulte posible, el empresario deberá determinar previa consulta con los representantes de los trabajadores, la relación de los puestos de trabajo exentos de riesgos, para un cambio de puesto.
- En el supuesto de que no hubiera un puesto de trabajo exento de riesgo, la trabajadora podrá ser destinada a un puesto no correspondiente a su grupo o categoría equivalente, si bien conservará el derecho al conjunto de retribuciones de su puesto de origen.
- Si dicho cambio de puesto no resultara posible, podrá declararse el paso de la trabajadora afectada a la situación de suspensión de contrato por riesgo durante el embarazo.



Medidas preventivas

- No ponerse en contacto con sustancias tóxicas, radiaciones o gérmenes.
- No subir a escaleras portátiles, no alcanzar objetos situados en estanterías altas.
- No mantener ninguna postura durante mucho tiempo, es aconsejable que la mujer embarazada pueda cambiar de posición con cierta frecuencia.
- Enseñar a las personas a adoptar una postura correcta y evitar posturas forzadas o extremas al realizar la tarea.
- Tendrá la posibilidad de descansar tumbada si lo requiere (RD 486/1997).
- El trabajo nocturno altera los ritmos biológicos circadianos, suprimirlo en caso de embarazo.
- Se debe eliminar o reducir la sobrecarga de trabajo.
- Hay que aumentar el número de pausas.
- Evitar desplazamientos innecesarios y el levantamiento de cargas pesadas.
- Se debe informar de las medidas legales que existen, a las que se puede acoger la mujer embarazada.

Solicitud de riesgo

El artículo 29.2.6 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece, con carácter general, la obligación de los trabajadores y las trabajadoras de cooperar con la empresa para que pueda ésta garantizarles unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos para su seguridad y salud.

En caso de no comunicarlo, no sería imputable a la empresa el no haber tomado las medidas oportunas.

• Trámites.

- Comunicar el embarazo a las personas con responsabilidad en prevención de riesgos laborales: empresario, servicio de prevención.

- Poner en conocimiento del médico que la atiende, los riesgos de su puesto. Con el informe médico de éste, solicitar a la empresa la eliminación de dichos riesgos, o en su caso, el cambio de puesto. Si no hay puesto alternativo, se solicitará la prestación de "riesgo durante el embarazo".

- Para tramitar dicha solicitud, se dirigirá al INSS, acompañando: a) informe del médico que la atiende b) certificación médica de que las condiciones del puesto de trabajo, pueden influir negativamente en la salud de la trabajadora y/o del feto, o del bebé en periodo de lactancia, expedido por los servicios médicos de la mutua de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales c) declaración de la empresa sobre la inexistencia de puestos de trabajo compatibles con su estado.



Derechos de la trabajadora

- Estar informada de los riesgos de su puesto de trabajo y de las medidas de prevención y protección establecidas.
- Permiso retribuido para exámenes prenatales.
- Permiso retribuido para asistir a técnicas de preparación al parto. Ambos permisos, previo aviso al empresario.

Marco legal



Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales. Protección de la maternidad (capítulo III: Art. 26)

Ley 39/1999, para promover la Conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras.

RD 1251/2001, por el que se regulan las prestaciones económicas del sistema de la Seguridad Social por maternidad y riesgo durante el embarazo.

Ley Orgánica 3/2007, para la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

RD 298/2009, aplicación de medidas para promover la mejora de la seguridad y de la salud en el trabajo de la trabajadora embarazada, que haya dado a luz o en período de lactancia.