

PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD

La normativa nacional contempla la **protección de la maternidad** con carácter general y con carácter específico para determinadas actividades o tareas, disponiendo de reglamentos concretos que precisan los riesgos para las mujeres embarazadas, de parto reciente o lactancia.

Mediante la aplicación del artículo 26 de la Ley 31/95, de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales (LPRL), se garantiza la seguridad y salud en el trabajo de la mujer en situación de embarazo, de parto reciente o lactancia, contemplando determinadas obligaciones para la Administración, en sus actuaciones como empresario, junto con el RD 39/97 (Anexos VII y VIII) y el RD 295/09.

Además, las empleadas públicas de la Comunidad de Madrid, a través del procedimiento establecido en la **Instrucción de 30 de julio de 2009**, de la DGFP, tienen a su disposición el conjunto de trámites necesarios para la solicitud de prestaciones económicas del Sistema de Seguridad Social en los supuestos de riesgo durante el embarazo y riesgo durante la lactancia natural a que se refiere el RD 295/2009:

https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/instruccion_embarazo_dgfp.pdf

El I Plan de Igualdad entre mujeres y hombres en la Administración de la Comunidad de Madrid le dedica especial

atención a la protección de la maternidad y la lactancia en las líneas estratégicas 6.4 y 6.5.

PRINCIPALES RIESGOS A TENER EN CUENTA

Cuando la trabajadora comunique a la Administración la situación de embarazo o lactancia natural, se activará el procedimiento especial de actuación de la Instrucción de 30 de julio de 2009 y la de su Servicio de Prevención, a tenor de los riesgos del puesto de trabajo.

Esta comunicación tiene carácter voluntario. Es fundamental informar a las trabajadoras asignadas a puestos de trabajo con riesgo para la maternidad de la importancia de comunicar a la empresa su condición de embarazo, parto reciente o lactancia materna.

LISTA NO EXHAUSTIVA DE RIEGOS:

El **Anexo VII del RD 39 /97** incluye agentes, procedimientos y condiciones de trabajo que **PUEDEN INFLUIR NEGATIVAMENTE** en la salud de las trabajadoras embarazadas o en período de lactancia natural, del feto o del niño durante el período de lactancia natural:

- 1) Agentes físicos, cuando se considere que puedan implicar lesiones fetales o provocar un desprendimiento de la placenta, en particular:
 - a) Choques, vibraciones o movimientos.
 - b) Manipulación manual de cargas pesadas que supongan riesgos, en particular dorsolumbares.
 - c) Ruido,

d) Radiaciones no ionizantes.

e) Frío y calor extremos.

f) Movimientos y posturas, desplazamientos, tanto en el interior como en el exterior del centro de trabajo, fatiga mental y física y otras cargas físicas vinculadas a la actividad de la trabajadora embarazada, que haya dado a luz o en período de lactancia.

2) Biológicos:

•De los grupos de riesgo 2, 3 y 4, según la clasificación de los agentes biológicos establecida en el Real Decreto 664/1997 en la medida en que se sepa que dichos agentes o las medidas terapéuticas que necesariamente traen consigo ponen en peligro la salud de las trabajadoras embarazadas o del feto y siempre que no figuren en el anexo VIII del RD 39/97. Es importante saber el estado de inmunización, en especial sobre rubeola, varicela y toxoplasmosis.

3) Químicos: Consultar tríplico Protección del embarazo, parto reciente y lactancia natural. Riesgos y recomendaciones de seguridad y salud. Trabajos con exposición a agentes químicos y cancerígenos

El **Anexo VIII RD 39 /97** establece que, en todo caso, la trabajadora embarazada **NO PODRÁ REALIZAR ACTIVIDADES** que supongan riesgo de exposición a los agentes o condiciones de trabajo incluidos en las siguientes listas no exhaustiva cuando, según la evaluación de riesgos, ello pueda poner un peligro para su seguridad o su salud o la del feto.

a) Agentes físicos:

Radiaciones ionizantes.

Trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada

b) Agentes biológicos:

Toxoplasma.

Virus de la rubeola.

Salvo si existen pruebas de que la trabajadora embarazada está suficientemente protegida contra estos agentes por su estado de inmunización.

c) Agentes químicos: Consultar tríptico Protección del embarazo, parto reciente y lactancia natural. Riesgos y recomendaciones de seguridad y salud. Trabajos con exposición a agentes químicos y cancerígenos.

La trabajadora en período de **LACTANCIA NO PODRÁ REALIZAR ACTIVIDADES** que supongan riesgo de exposición a los agentes o condiciones de trabajo enumerados en el siguiente apartado, cuando de la evaluación de riesgos se desprenda que ello pueda poner en peligro su seguridad o su salud o la del niño durante el período de lactancia natural:

a) Agentes químicos: Consultar tríptico Protección del embarazo, parto reciente y lactancia natural. Riesgos y recomendaciones de seguridad y salud. Trabajos con exposición a agentes químicos y cancerígenos.

OTROS RIESGOS A CONSIDERAR

Además de los anteriores, se deberán considerar:

CARGA DE TRABAJO:

Se recomienda evitar manejar cargas superiores a 3 kilos.

ESTRÉS LABORAL:

Durante la gestación, es recomendable no trabajar en horario nocturno o en solitario. La legislación prevé la posibilidad del traslado a un trabajo con horario diurno.

Realizar pausas con cierta frecuencia.

OTRAS RECOMENDACIONES:

Tener especial atención en las actividades habituales de subir y bajar escaleras, alcanzar objetos en baldas altas o permanecer de pie o sentado durante largos períodos de tiempo.

Es importante realizar descansos y usar los lugares habilitados para ello. Si el puesto o centro de trabajo carece de un lugar para descansar, la trabajadora tendrá que tener un lugar donde poder sentarse y descansar con comodidad.

Utilizar calzado cómodo, ajustable al pie (puntera espaciosa), con suela no resbaladiza o antideslizante (si procede). Llevar ropa cómoda y holgada (si procede). En caso de fatiga muscular, o durante las pausas, sería recomendable realizar con suavidad ejercicios de relajación muscular.

PROTECCIÓN DEL EMBARAZO, PARTO RECIENTE Y LACTANCIA NATURAL RIESGOS RELACIONADOS CON EL TRABAJO Y RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD Y SALUD



Servicio de Prevención de riesgos laborales
Dirección General de Función Pública

<https://www.comunidad.madrid/gobierno/espacios-profesionales/servicio-prevencion>