

**IMPORTANTE**

Trabajadora, si estás embarazada, has dado a luz o estás ya en periodo de lactancia HAS DE SABER, que cada puesto de trabajo presenta unos riesgos específicos.

Conocerlos, es lo que va a determinar tu situación y las medidas preventivas específicas que puedas requerir.

**PASOS A SEGUIR**

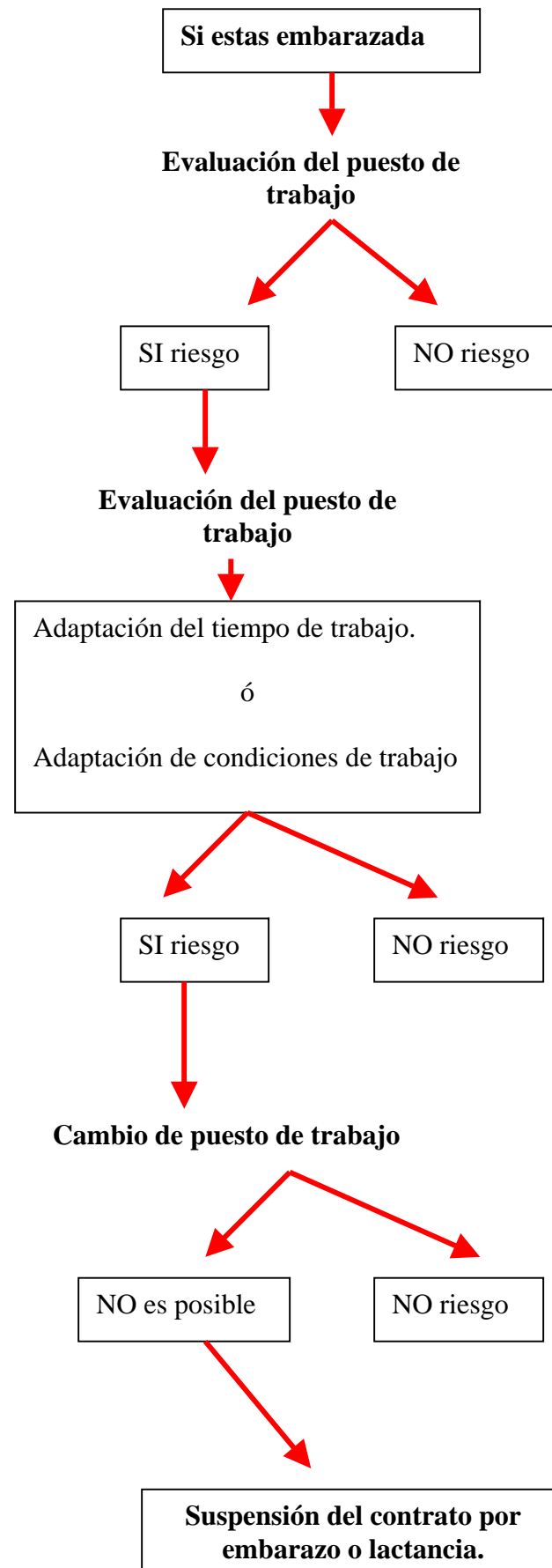
- Comunica tu situación de embarazo por escrito a la empresa, a los representantes de los trabajadores y al servicio de prevención.
- Infórmate sobre si en tu evaluación de riesgos laborales, se identifican riesgos específicos y si están determinadas las medidas de protección y prevención.
- Solicita informe médico en el que se especifiquen las semanas de gestación.
- Solicita a la empresa, la eliminación del riesgo, o en su caso, adaptación del puesto y de no ser posible, pide el cambio de puesto de trabajo y si no lo hay, se solicita la prestación de riesgo durante el embarazo.

Las Normas legales que te asisten son:

- Constitución española.
- Ley de prevención de riesgos laborales.
- Ley para la conciliación de la vida laboral y familiar.
- RD 295/2009 por el que se regulan las prestaciones económicas de la S.S. por maternidad, paternidad, riesgo durante el embarazo y riesgo durante la lactancia natural.
- Ley orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.
- RD 5/2000 de la ley de infracciones y sanciones de orden social.



**ACCIONES A REALIZAR ANTE LA EXISTENCIA DE RIESGO PARA EL EMBARAZO O LACTANCIA**



**¿QUIEN, COMO Y DONDE SE SOLICITA LA PRESTACIÓN?**

El procedimiento lo inicia la trabajadora interesada acudiendo a la entidad con quien tenga cubiertas las contingencias profesionales (mutua ó INSS), allí encontrará impresos ya normalizados.

**¿EN QUE CONSISTE ESTA PRESTACIÓN?**

- Es una suspensión del contrato de trabajo con reserva de puesto.
- La cuantía de la prestación económica es del 100% de la base reguladora derivada de contingencias profesionales.
- El reconocimiento y abono de la prestación lo realizará la entidad que gestiona las contingencias profesionales (mutua ó INSS).
- La trabajadora persiste en su derecho de cotización por parte del empresario a las cuotas de la S.S.
- No se requieren periodos mínimos de cotización

| Riesgo  | consecuencia  |
|---|---|
| Jornadas prolongadas<br>Horas extraordinarias | Fatiga mental y física, aumenta durante el embarazo y en el periodo posterior al parto (disminución del peso del feto)  |
| Estrés profesional                            | Durante el embarazo se producen cambios hormonales, fisiológicos y psicológicos que pueden afectar en más gran medida a aquellas mujeres más vulnerables al estrés, la ansiedad o la depresión.<br>Una de las principales causas de los partos prematuros.<br>Responsable de un buen número de abortos espontáneos.<br>Posible reducción de la capacidad e amamantar. |
| Atención al público                           | Posible exposición a situaciones de violencia, ansiedad, estrés, etc.   |
| Movimientos y posturas forzadas               | Permanecer de pie o sentado durante largos periodos de tiempo produce problemas circulatorios, varices, hemorroides, dolor de espalda, etc.<br>Espacios reducidos (dificultad en la movilidad, sobre todo en la etapa final del embarazo).<br>Tenerse que inclinar, estirarse: riesgo para el proceso de gestación.   |
| Trabajo en solitario                          | Peligro en caso de caídas o de necesitar atención médica urgente.   |
| Manipulación de cargas                        | Retraso en el crecimiento del feto.<br>Nacimientos de bajo peso.<br>Abortos espontáneos.<br>Partos prematuros.<br>Problemas cardiovasculares.<br>Lumbalgia  |
| Desplazamientos                               | Cansancio excesivo.<br>Estrés.<br>Posturas estáticas.<br>Malestar físico.<br>Posibles accidentes  |



## EMBARAZO Y LACTANCIA

PLAÇA NAPOLS I SICILIS,5  
 46003-VALÈNCIA

96 388 21 36

[www.pv.ccoo.es](http://www.pv.ccoo.es)

### DATOS PERSONALES

### FIGHA DE AFILIACIÓN A CC.OO.

|  |  |  |  |   |  |                          |  |
|--|--|--|--|---|--|--------------------------|--|
| DNI  |  | L  |  | APELLIDOS   |  | NOMBRE                   |  |
| DIRECCION  |  | E-MAIL   |  | FECHA DE NACIMIENTO   |  | PROFESION                |  |
| TELEFONO   |  | CODIGO POSTAL                                    |  | LOCALIDAD   |  | COD.                     |  |
| DATOS EMPRESA  |  |  |  | Nº SEGURIDAD SOCIAL   |  | NOMBRE ABREVIADO         |  |
| NIF  |  | DIRECCION CENTRO DE TRABAJO                      |  | CODIGO POSTAL   |  | LOCALIDAD CENTRO TRABAJO |  |
| DATOS SINDICALES   |  |  |  | FECHA DE ANTIGÜEDAD   |  | RAMA                     |  |
| PREFERIRÍA PAGAR LA CUOTA SINDICAL POR NÓMINA <input type="checkbox"/> |  |  |  | SECTOR  |  | COD.                     |  |
| ORDEN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA  |  |  |  | SUBSECTOR   |  | COD.                     |  |
| ENTIDAD BENEFICIARIA   |  | CC.OO UNIDAD ADMINISTRADORA DE RECAUDACIÓN (UAR) |  | FECHA   |  |                          |  |
| DETALLE DOMICILIACIÓN  |  | CONCEPTO: CUOTA SINDICAL DE AFILIACION           |  | TITULAR DEL RECIBO  |  |                          |  |
| TITULAR CUENTA DE CARGO  |  | NOMBRE   |  | CODC  |  | ENTIDAD                  |  |
| ENTIDAD DE CRÉDITO   |  | OFICINA  |  | D.C.  |  | NÚMERO DE CUENTA         |  |
| DIRECCIÓN  |  | LOCALIDAD  |  | MUY SRES. MIOS: CON CARGO A MI CUENTA Y HASTA NUEVO AVISO, ATENDAN LA PRESENTE ORDEN DE DOMICILIACION |  | FIRMA:                   |  |

| Riesgo             | consecuencia  |
|--------------------|---|
| Agentes físicos    | Choques, vibraciones o movimientos.<br>Ruido<br>Radiaciones ionizantes<br>Frio o calor extremos<br>Trabajos en atmosferas de sobrepresión elevada.  |
| Agentes biológicos | Agentes biológicos del grupo 2,3 y 4 (ej. Hepatitis, virus del sida, tuberculosis)  |
| Agentes Químicos   | Sustancias cancerígenas y mutágenas (frases R40, R45, R46, R49)<br>Sustancias tóxicas para la reproducción (frases R60, R61, R62, R63, R64 y R33)<br>Disruptores endocrinos<br>Mercurio y sus derivados<br>Medicamentos citotóxicos<br>Agentes químicos cuyo peligro de absorción cutánea es conocido. Incluyendo pesticidas y disolventes, entre otras sustancias.<br>Plomo y sus derivados. |
| Otros riesgos      | Trabajos en altura, riesgos de infección o enfermedades del riñon como resultado de instalaciones sanitarias poco adecuadas.<br>Ausencia de zonas de descanso y otras instalaciones similares.<br>Peligro derivados de una alimentación poco apropiada.<br>Peligros derivados de instalaciones poco apropiadas o de ausencia de las mismas.   |

!!! Nuestra participación depende de ti!!!