

**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**

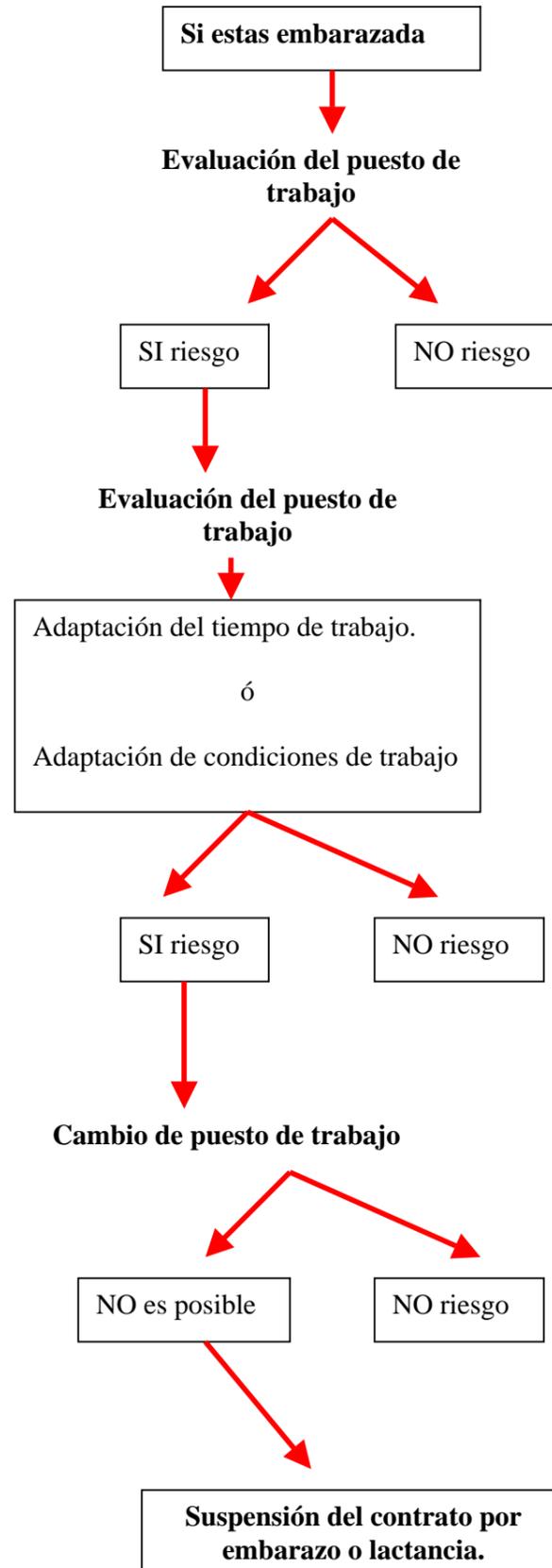
- Comunica tu situación de embarazo por escrito a la empresa, a los representantes de los trabajadores y al servicio de prevención.
- Infórmate sobre si en tu evaluación de riesgos laborales, se identifican riesgos específicos y si están determinadas las medidas de protección y prevención.
- Solicita 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 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. Una de las principales causas de los partos prematuros. Responsable de un buen número de abortos espontáneos. 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. Espacios reducidos (dificultad en la movilidad, sobre todo en la etapa final del embarazo). 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. Nacimientos de bajo peso. Abortos espontáneos. Partos prematuros. Problemas cardiovasculares. Lumbalgia
Desplazamientos	Cansancio excesivo. Estrés. Posturas estáticas. Malestar físico. 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 ABBREVIADO	
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.00 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. Ruido Radiaciones ionizantes Frio o calor extremos 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) Sustancias tóxicas para la reproducción (frases R60, R61, R62, R63, R64 y R33) Disruptores endocrinos Mercurio y sus derivados Medicamentos citotóxicos Agentes químicos cuyo peligro de absorción cutánea es conocido. Incluyendo pesticidas y disolventes, entre otras sustancias. Plomo y sus derivados.
Otros riesgos	Trabajos en altura, riesgos de infección o enfermedades del riñon como resultado de instalaciones sanitarias poco adecuadas. Ausencia de zonas de descanso y otras instalaciones similares. Peligro derivados de una alimentación poco apropiada. Peligros derivados de instalaciones poco apropiadas o de ausencia de las mismas.

!!! Nuestra participación depende de ti!!!