

Guía de Ayuda
para la Valoración del Riesgo Laboral
durante el Embarazo. **3ª edición**

Novedades en el subsidio
por riesgo en el **embarazo** y **lactancia**

Mayte Ruiz Sánchez
Silvia Martínez López

Ley de igualdad efectiva para hombres y mujeres



- **Ley de Igualdad efectiva para hombres y mujeres. Marzo 2007.**
Contingencia profesional

Proteger:

- Garantizar entorno laboral seguro para la gestación
 - Minimizar / eliminar riesgos: adaptación y/o cambio de puesto
-
- **Guía de la SEGO 2008.** Oficio de la DGOSS. Revisión 20/12/2018- Segunda revisión Septiembre 2020.

Ley de igualdad efectiva para hombres y mujeres

ÁMBITO DE APLICACIÓN

Trabajadoras por cuenta ajena y por cuenta propia.

REQUISITOS

- Trabajadoras en situación de alta laboral.
- Trabajadoras que no estén en situación de ITCC
- Trabajadoras por cuenta ajena de pleno derecho
- Trabajadoras autónomas al corriente de pago en cotizaciones

CUANTÍA

- 100% de la BR de contingencias profesionales.
- RETA sin cobertura de Contingencias profesionales: base contingencia común.



Ley de igualdad efectiva para hombres y mujeres

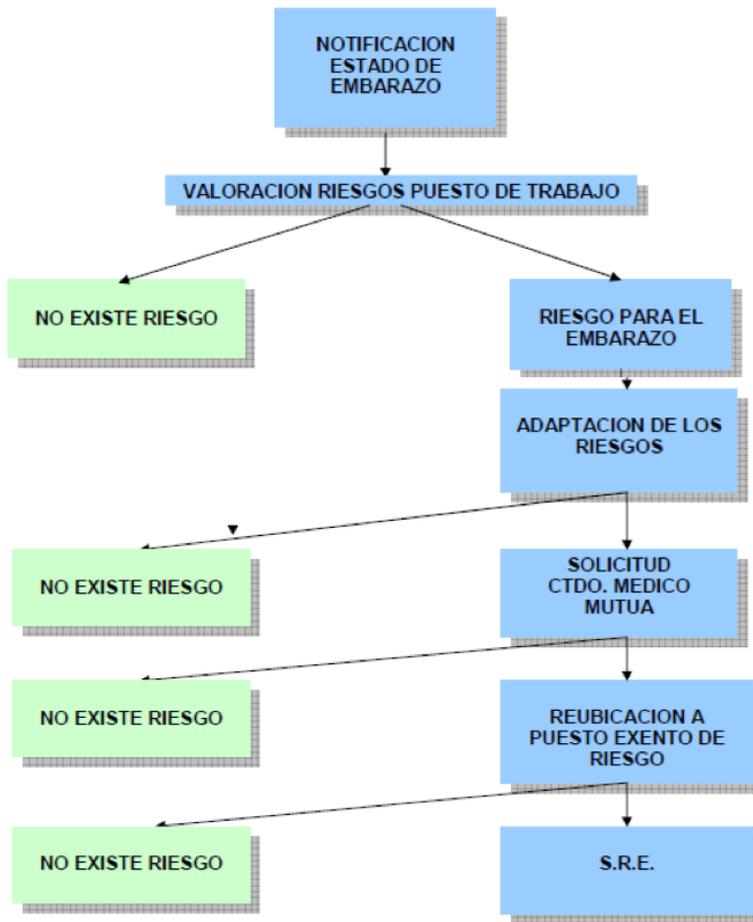


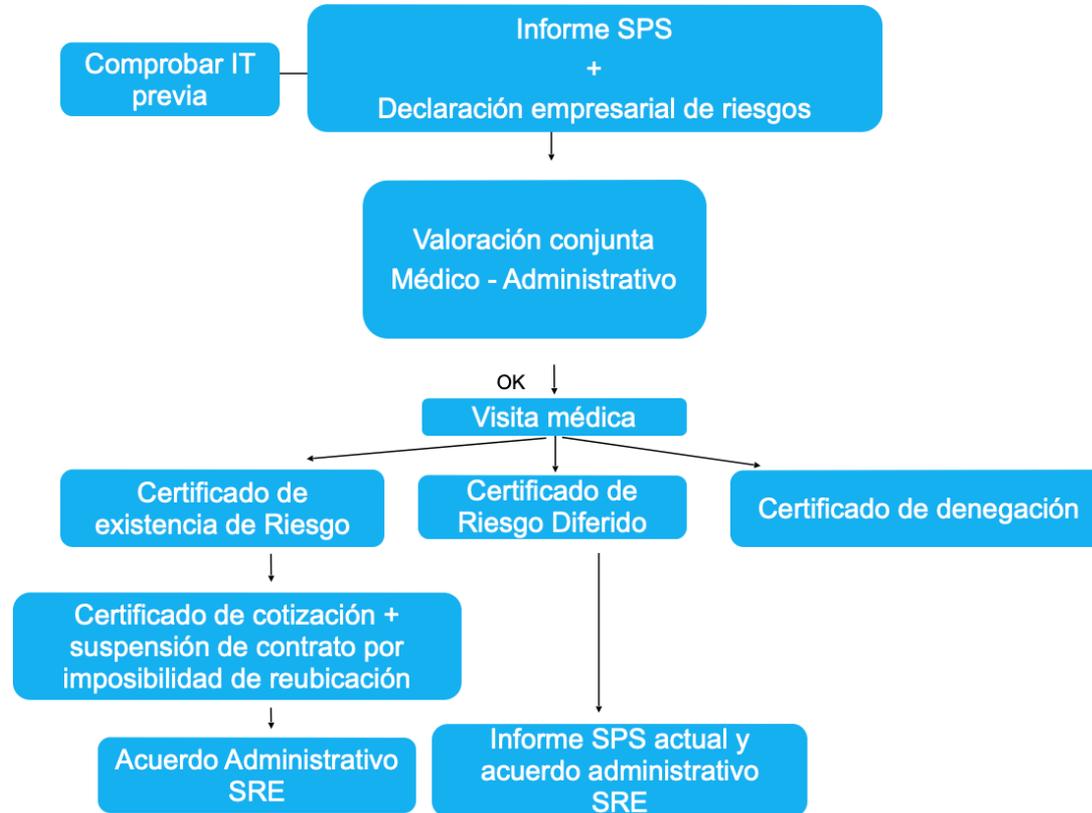
CAUSAS DE EXTINCIÓN

- Inicio del descanso por maternidad
- Reincorporación al puesto de trabajo
- Extinción del contrato de trabajo
- Fallecimiento de la trabajadora o feto

CAUSAS DE SUSPENSIÓN, ANULACIÓN Y DENEGACIÓN

- Artículo 165 LGSS
- Fraude detectado: alta injustificada o incremento injustificado de la base de cotización





Embarazo de riesgo / Riesgo en el embarazo



Riesgo ergonómicos - **Trepar escalas y postes verticales**



ESCALAS Y POSTES VERTICALES			
FRECUENCIA (nº veces/jornada)	DISTANCIA AL SUELO	SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO ÚNICO	SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO MÚLTIPLE
< 4 veces / jornada	Más de 1 metro	26	24
	Menos de 1 metro	34	32
4 a 8 veces / jornada	Más de 1 metro	20	18
	Menos de 1 metro	26	24
> 8 veces / jornada	Más de 1 metro	18	16
	Menos de 1 metro	20	18

LAS ESCALERAS ESTRUCTURALES SIGUEN SIN COMPORTAR RIESGO

**SE INTRODUCE LA NECESIDAD DE CONOCER LA DISTANCIA AL SUELO,
MÁS O MENOS DE 1 METRO**

Riesgo ergonómicos - **Trepar escalas manuales**



ESCALERAS MANUALES			
<u>FRECUENCIA</u> <u>(nº veces/jornada)</u>	<u>DISTANCIA</u> <u>AL SUELO</u>	<u>SEMANA DE INICIO</u> <u>DEL RIESGO</u> <u>EMBARAZO ÚNICO</u>	<u>SEMANA DE INICIO</u> <u>DEL RIESGO</u> <u>EMBARAZO MÚLTIPLE</u>
<u>< 4 veces / jornada</u>	<u>Más de 1 metro</u>	<u>37</u>	<u>32</u>
	<u>Menos de 1 metro</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>Riesgo tolerable</u>
<u>4 a 8 veces / jornada</u>	<u>Más de 1 metro</u>	<u>30</u>	<u>28</u>
	<u>Menos de 1 metro</u>	<u>34</u>	<u>32</u>
<u>> 8 veces / jornada</u>	<u>Más de 1 metro</u>	<u>26</u>	<u>24</u>
	<u>Menos de 1 metro</u>	<u>30</u>	<u>28</u>

Bipedestación



- ***Bipedestación estática:*** es el acto de soportar el peso del cuerpo en posición erecta y sobre los dos pies con nulos desplazamientos respecto a un punto
- ***Bipedestación dinámica:*** es el acto de soportar el peso del cuerpo en posición erecta y sobre los dos pies asociando, de forma alternada, desplazamientos o alternando bipedestación con sedestación

Bipedestación



BIPEDESTACIÓN ININTERRUMPIDA ESTÁTICA	SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO ÚNICO			SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO MÚLTIPLE		
	Tiempo de exposición al riesgo			Tiempo de exposición al riesgo		
	>5 h/día	3-5 h/día	2-3 h/día	>5 h/día	3-5 h/día	2-3 h/día
	22	26	30	20	24	26

BIPEDESTACIÓN DINÁMICA	SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO ÚNICO			SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO MÚLTIPLE		
	Tiempo efectivo de trabajo			Tiempo efectivo de trabajo		
	>5 h/día	3-5 h/día	2-3 h/día	>5 h/día	3-5 h/día	2-3 h/día
	30	34	Riesgo tolerable	28	32	Riesgo tolerable

Sedestación



- La sedestación sólo comporta riesgo si hay imposibilidad de cambio de postura
- No existe riesgo en los puestos: Secretaria / administrativo con actividad física ligera, profesional liberal con actividad gerencial y sentadas con actividades ligeras.
- Necesitamos saber las horas de exposición al riesgo

Riesgos psicológicos - Estrés



- **Nocturnidad** – El trabajo nocturno no comporta S.R.E. salvo certificado médico que lo desaconseje
- **Trabajo en aislamiento** – El trabajo en solitario y en zona aislada comporta S.R.E

Riesgos psicológicos - Agresiones



- **NIVEL I:** profesiones en cuya **actividad principal se contempla la contención**
- Fuerzas del Orden.
- Cuerpos militares
- Vigilantes de Seguridad.
- Celadoras en penitenciarias.
- Personal sanitario en unidades psiquiátricas de agudos.
- Personal al cuidado de menores en centros tutelados.

NO SE SOLICITARÁ REGISTRO DE INCIDENCIAS **SEMANA 12**

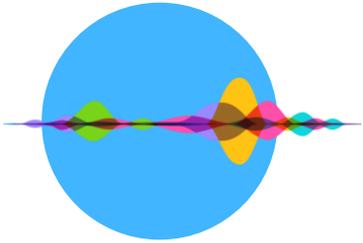
- **NIVEL II:** actividades que **no requieren la contención como actividad principal**, pero que la posibilidad de agresión es significativa.
- SE SOLICITARÁ REGISTRO DE INCIDENCIAS. SI PROCEDE CONCEDER: **SEMANA 12**

Radiación ionizante



- Radiación Ionizante. **Se establece 1msv como valor de seguridad (2msv en dosímetro de abdomen) en concordancia con las recomendaciones del C.S.N.**
- Radiación no Ionizante. **Conjunto de actividades específicas que debe evitar la trabajadora embarazada(solicitar medición de las emisiones radioeléctricas)**
- Utilización de sistemas radar GPR de tierra.
- Operadores de antenas.
- Soldadura de plásticos.
- Calentamiento de depósitos y baños.
- Hornos de secado.
- Hornos microondas industriales.
- De radares de aviación.
- Diatermia si no hay distancia de seguridad.

Vibraciones



Aportar el índice A8

Vibraciones de cuerpo entero
 $A(8) > 0,25 \text{ m/s}^2$
(lista de trabajos)

Vibraciones mano-brazo
 $A(8) > 2,5 \text{ m/s}^2$

Temperaturas extremas



Tabla 1.2 Tabla de cálculo del índice entrando sólo humedad y temperatura

		Wet Bulb Globe Temperature (WBGT) from Temperature and Relative Humidity																														
		Temperature (°C)																														
		20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Relative Humidity (%)	0	15	16	16	17	18	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	29	29	30	31	31	32	32
	5	16	16	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	27	28	29	29	30	31	31	32	33	33	34	35
	10	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	32	33	34	35	36	36	37
	15	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	26	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	39	
	20	17	18	18	19	20	21	21	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	30	31	32	32	33	34	35	36	37	38	39			
	25	18	18	19	20	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39					
	30	18	19	20	20	21	22	23	23	24	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	36	37	39							
	35	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39								
	40	19	20	21	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39									
	45	19	20	21	22	23	24	25	26	27	27	28	29	30	32	33	34	35	36	37	38											
	50	20	21	22	23	23	24	25	26	27	28	29	30	31	33	34	35	36	37	39												
	55	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	34	35	36	37	38													
	60	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	35	36	37	38														
65	21	22	23	24	25	26	27	28	29	31	32	33	34	36	37	38																
70	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	33	34	35	36	38	39																
75	22	23	24	25	26	27	29	30	31	32	33	35	36	37	39																	
80	23	24	25	26	27	28	29	30	32	33	34	36	37	38																		
85	23	24	25	26	28	29	30	31	32	34	35	37	38	39																		
90	24	25	26	27	28	29	31	32	33	35	36	37	39																			
95	24	25	26	27	29	30	31	33	34	35	37	38																				
100	24	26	27	28	29	31	32	33	35	36	38	39																				

Note: This table is compiled from an approximate formula which only depends on temperature and humidity. The formula is valid for full sunshine and a light winds

Índice **WBGT ≥ 33: Riesgo**

Índice **WBGT entre 25 y 33:**

valorar consumo metabólico
(exigencias físicas muy
intensas en zonas calurosas)

Temperaturas extremas - frío



- Medir estrés por frío si temperaturas inferiores a 10° (sin lluvia)
- Aislamiento requerido de la ropa (**IREQ**)
- Lugares en los que es necesario trabajar a temperaturas muy bajas:
- Conserveras (cadena de frío)
- Determinados puestos en mataderos industriales
- Permanencia en cámaras de congelación (T^a -20° a -40°)
- Trabajo de embolsado y manipulación de congelados

Ruido



-Valor límite de exposición:

pico de 135 DB ó 80 DB de media en la jornada

- Semana 20

Riesgo químico



Anexo VII: **contiene la lista no exhaustiva de los agentes, procedimientos y condiciones de trabajo que pueden influir negativamente en la salud de las trabajadoras embarazadas o del feto, siempre que no figuren en el anexo VIII**

Si hay exposición hay que valorar el riesgo, en base a la Evaluación de Riesgos y mediciones, etc... [Valor de Seguridad 50% VLA](#)

Anexo VIII: **incluye la lista no exhaustiva de los agentes y condiciones de trabajo respecto a los cuales no podrás haber riesgo de exposición por parte de la trabajadora embarazada**

Si hay exposición ([presencia y contacto](#)) hay que conceder SRE.

Riesgo químico



- Indicar los productos químicos en la declaración empresarial
- Aportar fichas de seguridad de los productos químicos
- Aportar mediciones de la exposición Exposiciones concretas

Riesgo biológico



Ocupaciones de riesgo de exposición a enfermedades exantemáticas (rubeola, sarampión, varicela, parvovirus B19), parotiditis y citomegalovirus:

- Trabajadoras de centros sanitarios, comprendiendo:
 - **Personal sanitario** de Asistencia primaria, Urgencias, Pediatría, UCI, Unidad de trasplantes, Medicina interna y Neumología
 - **Personal no sanitario** en los que se compruebe contacto directo con los pacientes de los servicios citados en el punto anterior (admisión urgencias, limpieza, celadoras).
- Trabajadoras de centros educativos y guarderías, especialmente si se declarara algún caso.

Riesgo biológico



Si las trabajadoras gestantes de centros sanitarios (en los servicios mencionados) y educativos-guarderías presentan una serología negativa se debe reubicar a la trabajadora en un puesto sin riesgo.

Cambios más relevantes



- **Horquillas de intensidad y frecuencia en ergonómicos**
- **Valoración a razón del tiempo de exposición al riesgo**
- **La carga inferior a 4kg no comporta riesgo**
- Bipedestación **estática ininterrumpida / dinámica**
- Sedestación **sin posibilidad de cambio de postura**
- **Desaparece la semana 37 para personal administrativo**
- Nocturnidad **sólo S.R.E. si acredita problema de salud vinculado**
- **Trabajo en Aislamiento**
- Agresiones **dos niveles de riesgo y S.R.E. en semana 12**
- **Vibraciones A8**
- **Temperaturas:** Humedad / IREQ

