



Región  
de Murcia

**Secretaría de Salud Laboral**  
Oficina Técnica de Prevención  
de Riesgos Laborales

Financiado por:



**FUNDACIÓN  
PARA LA  
PREVENCIÓN  
DE RIESGOS  
LABORALES**



Nuestro  
**compromiso**  
eres **tú**

**Boletín Informativo  
para la Prevención  
de Riesgos Laborales**

número

**14**

junio 2009

#### **SECRETARÍA SALUD LABORAL UGT REGIÓN DE MURCIA**

La Secretaría de Salud Laboral cuenta, en su estructura con la OFICINA TÉCNICA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, cuyo personal técnico está a disposición de trabajadores/as, afiliados/as, delegados/as de prevención, así como del resto de los organismos de la UGT Región de Murcia, para el asesoramiento técnico necesario en

materia de prevención de riesgos laborales: elaboración de informes técnicos, formulación de denuncias ante la Inspección de trabajo, revisión de evaluaciones de riesgo, información, participación como asesores externos en las reuniones de los órganos de participación preventivos como puede ser el Comité de Seguridad y Salud, etc.

#### **OFICINA TÉCNICA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES**

C./ Santa Teresa, nº 10, 5ª planta - 30005 Murcia - Teléfono 968 274 519 - Fax 968 274 373

Horario: 9'00 h. a 14'30 h. y 17'00 h. a 20'00 h. (lunes a viernes, excepto viernes tarde)

slaboral@murcia.ugt.org - prevencion@murcia.ugt.org

www.ugt.es/murcia (guía editada en formato pdf traducida al árabe y francés)

**S  
U  
M  
A  
R  
I  
O**

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA (II)

- pág. 3 anexo VII
- pág. 4 anexo VIII
- pág. 5 medidas preventivas
- pág. 7 prestación por riesgo durante el embarazo y lactancia materna
- pág. 8 preguntas frecuentes / bibliografía

Edita: UGT Región de Murcia, Secretaría de Salud Laboral / D. Legal: MU-794-2006 / Diseña: (vea)



**En la evaluación de riesgos se deberá tener en cuenta los riesgos contemplados en los anexos VII y VIII del Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.**

El anexo VII del Real Decreto contiene una "lista no exhaustiva de los agentes, procedimientos y condiciones de trabajo" que deben ser evaluados por ser susceptibles de influir negativamente en la salud de las trabajadoras embarazadas o en período de lactancia natural.

- La trabajadora embarazada no podrá realizar actividades que supongan riesgo de exposición a los agentes o condiciones de trabajo incluidos en la lista no exhaustiva de la **parte A del anexo VIII**, cuando, según la evaluación de riesgos, ello pueda poner en peligro su seguridad o su salud o la del feto.
- La trabajadora en período de lactancia no podrá realizar actividades que supongan el riesgo de exposición a los agentes o condiciones de trabajo enumerados en la lista no exhaustiva del **anexo VIII, parte B**, cuando según la evaluación ello pueda poner en peligro su seguridad o su salud o la del niño durante el período de lactancia natural.

## Anexo VII

**Lista no exhaustiva de 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.**

### A. Agentes

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. Agentes biológicos.-Agentes biológicos de los grupos de riesgo 2, 3 y 4, según la clasificación de los agentes biológicos establecida en el Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo, 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.
3. Agentes químicos.-Los siguientes agentes químicos, en la medida en que se sepa que ponen en peligro la salud de las trabajadoras embarazadas o en período de lactancia, del feto o del niño durante el período de lactancia natural y siempre que no figuren en el anexo VIII:
  - a) Las sustancias etiquetadas R 40, R 45, R 46, R 49, R 68, R 62 y R63 por el Reglamento sobre clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas, aprobado por el Real Decreto 363/1995, de 10 de marzo, o etiquetadas como H351, H350, H340, H350i, H34, H361f, H361d y H361fd por el Reglamento (CE) n.º 1272/2008 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 16 de diciembre de 2008, sobre clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas, en la medida en que no figuren todavía en el anexo VIII.
  - b) Los agentes químicos que figuran en los anexos I y III del Real Decreto 665/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos durante el trabajo.
  - c) Mercurio y derivados.
  - d) Medicamentos antimetabólicos.
  - e) Monóxido de carbono.
  - f) Agentes químicos peligrosos de reconocida penetración cutánea.

### B. Procedimientos

Procedimientos industriales que figuran en el anexo I del Real Decreto 665/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos durante el trabajo.

## Anexo VIII

### Lista no exhaustiva de agentes y condiciones de trabajo a los cuales no podrá haber riesgo de exposición por parte de trabajadoras embarazadas o en período de lactancia natural

#### A. Trabajadoras embarazadas

##### 1. Agentes

###### a) Agentes físicos:

Radiaciones ionizantes.

Trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada, por ejemplo, en locales a presión, submarinismo.

###### 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:

Las sustancias etiquetadas R60 y R61, por el Reglamento sobre clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas, aprobado por el Real Decreto 363/1995, de 10 de marzo, o etiquetadas como H360F, H360D, H360FD, H360Fd y H360Df por el Reglamento (CE) n.º 1272/2008 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 16 de diciembre de 2008, sobre clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas.

Las sustancias cancerígenas y mutágenas incluidas en la tabla 2 relacionadas en el "Documento sobre límites de exposición profesional para agentes químicos en España" publicado por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo para las que no haya valor límite de exposición asignado, conforme a la tabla III del citado documento.

Plomo y derivados, en la medida en que estos agentes sean susceptibles de ser absorbidos por el organismo humano.

##### 2. Condiciones de trabajo.-Trabajos de minería subterráneos

#### B. Trabajadoras en período de lactancia

##### 1. Agentes químicos

Las sustancias etiquetadas R 64, por el Reglamento sobre clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas, aprobado por el Real Decreto 363/1995, de 10 de marzo, o H362 por el Reglamento (CE) n.º 1272/2008 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 16 de diciembre de 2008, sobre clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas.

Las sustancias cancerígenas y mutágenas incluidas en la tabla 2 relacionadas en el "Documento sobre límites de exposición profesional para agentes químicos en España" publicado por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo para las que no haya valor límite de exposición asignado, conforme a la tabla III del citado documento.

Plomo y derivados, en la medida en que estos agentes sean susceptibles de ser absorbidos por el organismo humano.

##### 2. Condiciones de trabajo.-Trabajos de minería subterráneos.

## Medidas preventivas

### Carga de trabajo

El hecho de realizar un trabajo fuera de casa no comporta, en sí, un factor de riesgo para el embarazo siempre que las condiciones de trabajo sean las adecuadas. Hay que procurar hacer un análisis de las mismas para cada caso y ver la frecuencia y envergadura de las cargas, el número de horas trabajadas, si se trabaja a turnos o no, la sobrecarga debida al trabajo en casa, como por ejemplo si se tienen hijos pequeños, etc.

Hay que tener en cuenta que durante el embarazo hay más dificultad en realizar determinadas actividades que se desarrollan, de forma habitual, tanto en el mundo laboral como en casa y entre las que se encuentran las siguientes:

Subir escaleras, alcanzar objetos situados en estanterías altas, trabajar sentado en una mesa, coger cosas del suelo, permanecer de pie, manejar pesos, realizar tareas de la casa (planchar, llevar la compra, fregar el suelo, etc.).

### Recomendaciones para el diseño del puesto y la organización del trabajo:

- Adaptar el puesto a la persona. Se recomienda para trabajos manuales que la altura más baja sea como mínimo el quinto percentil de altura del punto justo debajo del abdomen de la población femenina.
- Eliminar o reducir la carga de trabajo, especialmente el manejo de pesos y posturas forzadas.
- Disminuir el tiempo de exposición a trabajos pesados y aumentar el número de pausas.
- La mujer embarazada debe poder cambiar de posición con frecuencia.
- Caso de que la persona tenga distribuidas las tareas en distintos puestos o plantas en un edificio, se intentará ubicar, todas las tareas en una sola planta y puesto, evitando desplazamientos innecesarios.
- Es obligatorio por parte de la empresa informar a las trabajadoras de los posibles factores de riesgo existentes en sus puestos.
- Informar de las medidas legales que existen a las que se puede acoger la mujer embarazada.
- La fatiga laboral y la semana laboral excesivamente prolongada dan lugar a una tasa de prematuridad más elevada. Debiéndose eliminar ambos factores de riesgo.
- Supresión del trabajo nocturno y a turno en embarazadas, ya que es un agravante de la carga de trabajo.

## Agentes químicos y biológicos, recomendaciones

- Almacenar productos químicos de manera adecuada evitando toda emisión.
- Lavarse las manos después del contacto con sustancias peligrosas y antes de comer, beber o fumar.
- Evitar el contacto de la piel con los productos químicos.
- Si los productos químicos entran en contacto con la piel, seguir las instrucciones de la ficha de datos de seguridad (FDS) para el lavado. El empresario debe disponer de la FDS de todos los materiales peligrosos usados en el trabajo y suministrarlas, a petición de las trabajadoras.
- Revisar todas las FDS para familiarizarse con cualquier peligro para la reproducción existente en el trabajo. Si existen dudas, consultar con el Servicio de Prevención o el médico de la empresa.
- Conocer los procedimientos seguros de trabajo y las medidas de protección colectiva.
- Cuando esté justificado, usar equipos de protección personal (guantes, mascarillas y ropa de protección personal) para reducir la exposición a las sustancias peligrosas.
- Prevenir la contaminación de los hogares y familia con las siguientes actuaciones:
  - a) Quitarse la ropa contaminada y lavarse cuidadosamente antes de salir del trabajo.
  - b) Guardar la ropa de calle separada de la del trabajo para prevenir contaminación.
  - c) El lavado de la ropa de trabajo deberá hacerlo la empresa. En los casos en que estuviera justificado no hacerlo así, lavar la ropa separadamente de la doméstica.
  - d) Evitar llevar a casa ropa contaminada u otros objetos. Si la ropa de trabajo debe ser llevada a casa, hacerlo en una bolsa de plástico hermética.



## Prestación por riesgo durante el embarazo y lactancia materna

El artículo 40.2 de la Constitución Española encomienda a los poderes públicos, como uno de los principios rectores de la política social y económica, velar por la seguridad e higiene en el trabajo.

Este mandato constitucional conlleva la necesidad de desarrollar una política de protección de la salud de los trabajadores mediante la prevención de los riesgos derivados de su trabajo y encuentra en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales su pilar fundamental.

### Riesgo durante el embarazo

- Se considera contingencia profesional
- No se precisa periodo de carencia previa
- El importe de la prestación pasa del 75% al 100% de la base reguladora
- Gestión por parte de las Mutuas



### Riesgo durante la lactancia natural ante el embarazo

- Contingencia de carácter profesional
- No preciso periodo de carencia previo
- El importe de la prestación pasa del 75% al 100% de la base reguladora
- Gestión por parte de las Mutuas
- Dura hasta que el lactante cumpla 9 meses, o hasta que desaparezca la imposibilidad de la trabajadora de reincorporarse a su puesto de trabajo anterior u otro compatible con su estado



## Preguntas frecuentes

### ¿Qué puede hacer la trabajadora si cree que existe riesgo en el trabajo para su embarazo o lactancia natural

Deberá comunicar el embarazo a la empresa, al servicio de prevención de la empresa y al delegado/os de prevención.

Conocer la evaluación de riesgos de su empresa y la posibilidad de que existan riesgos para su embarazo o lactancia en el puesto de trabajo que desempeña. Consultando para ellos a los delegados de prevención y al servicio de prevención de su empresa. También deberá conocer las medidas de prevención propuestas.

Solicitar informe del médico que la atiende sobre los riesgos de su puesto de trabajo. Con este informe médico puede exigir a la empresa la eliminación de los riesgos, o en su caso, el cambio de puesto de trabajo. Si no hay puesto alternativo se puede solicitar la prestación de riesgo durante el embarazo o durante la lactancia natural.

### ¿Por qué es conveniente que la mujer embarazada o lactante comunique su estado a la empresa?

Para que su situación pueda ser reconocida legalmente y pueda exigir la adopción de las medidas oportunas a la empresa, es necesaria la comunicación a la misma del estado de la trabajadora. El empresario tiene obligación de actuar a partir del conocimiento de la situación de embarazo o lactancia natural.

## Bibliografía

- Enciclopedia de la OIT
- Notas Técnicas de Prevención del INSHT. nº 413, 414 y 542
- Documento sobre orientaciones para la valoración del riesgo laboral durante la lactancia natural; INSS (Instituto Nacional de Seguridad Social) y AEP (Asociación Española de Pediatría).