

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
Miguel A. de la Vega Pereda

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
- Trabajadoras no inmersas en situación de ERTE

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

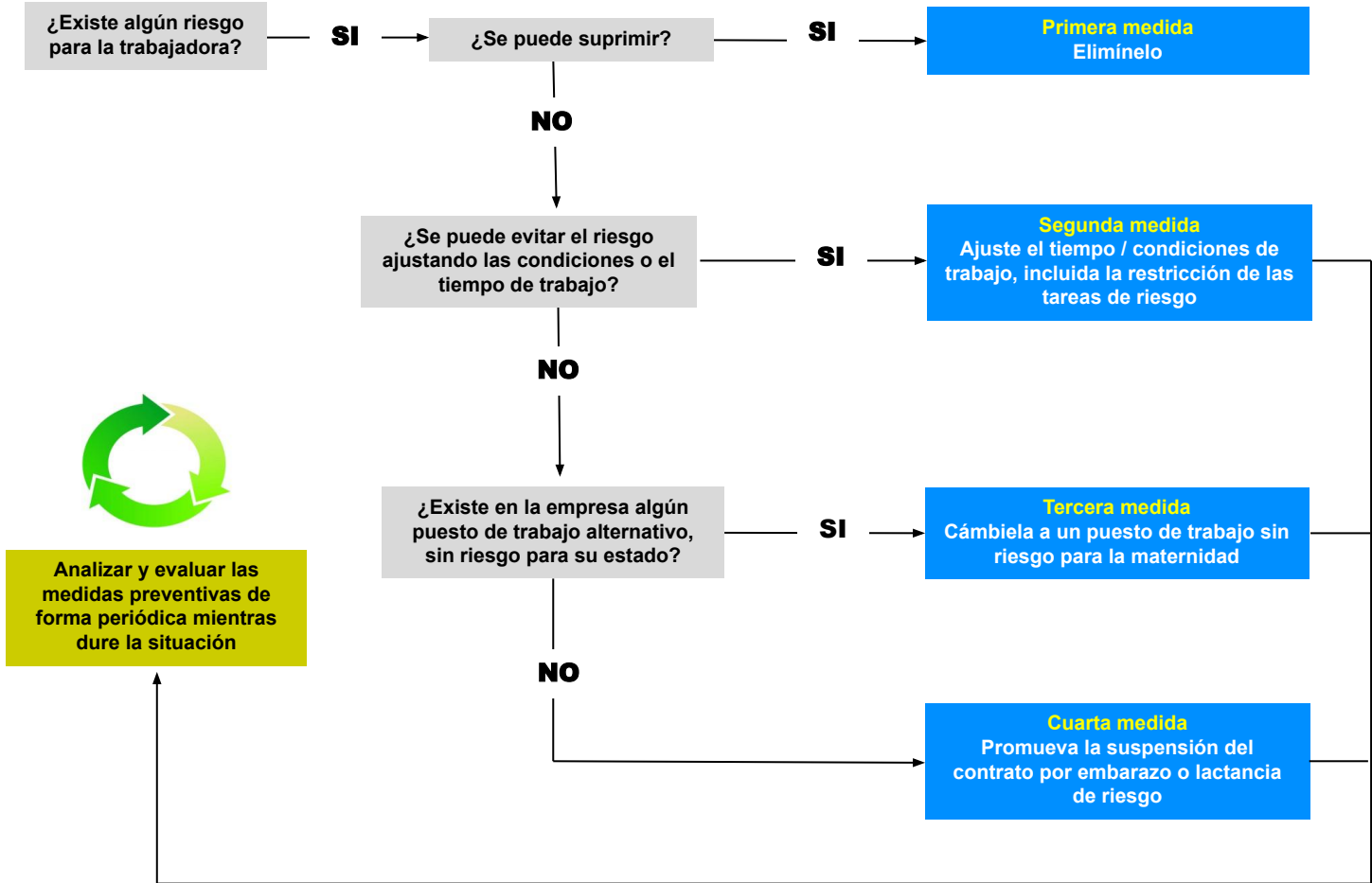


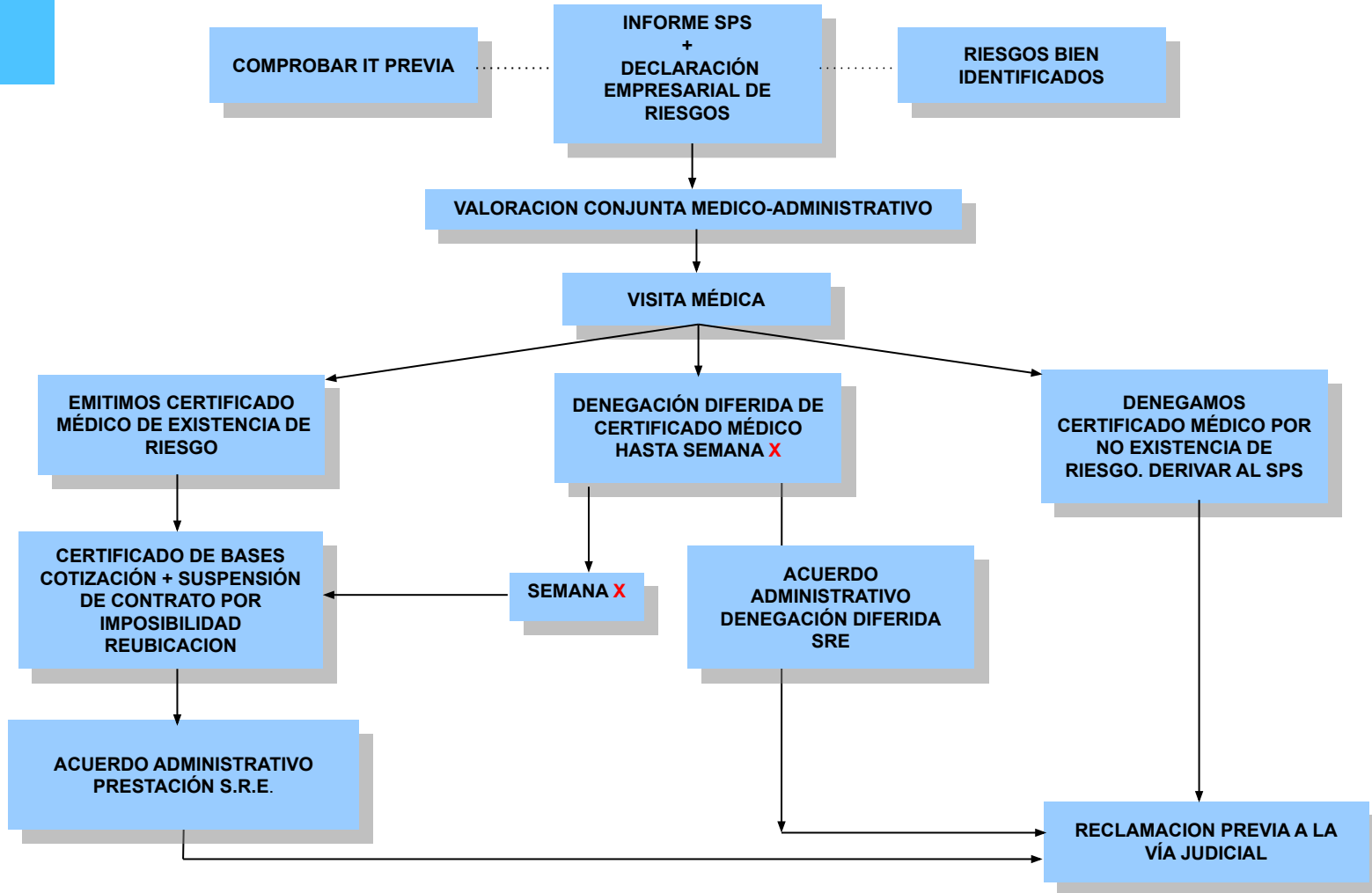
CAUSAS DE EXTINCIÓN

- 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 laboral en el embarazo



RIESGOS 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**

RIESGOS ERGONÓMICOS TREPAR ESCALERAS MANUALES



ESCALERAS MANUALES			
<u>FRECUENCIA</u> (nº veces/jornada)	<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

★ **No tiene carácter acumulativo. Tiene que ser de forma ininterrumpida.**



- **Bipedestación dinámica:**

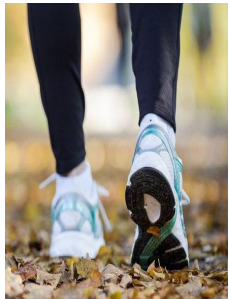
Es el acto de soportar el peso del cuerpo en posición erecta y sobre los dos pies asociando, de forma alternada, desplazamientos o alternando bipedestación con sedestación

★ **Tiene carácter acumulativo. Se elimina el concepto “prolongada”.**

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



<u>SEDESTACIÓN</u>	<u>SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO ÚNICO</u>			<u>SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO MÚLTIPLE</u>		
	<u>Tiempo de exposición al riesgo</u>			<u>Tiempo de exposición al riesgo</u>		
	<u>>5 h/día</u>	<u>3-5 h/día</u>	<u>2-3 h/día</u>	<u>>5 h/día</u>	<u>3-5 h/día</u>	<u>2-3 h/día</u>
<u>Sin posibilidad de cambios de postura</u>	<u>33</u>	<u>37</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>31</u>	<u>34</u>	<u>Riesgo tolerable</u>
<u>Con posibilidad de cambios de postura</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>Riesgo tolerable</u>	<u>Riesgo tolerable</u>

- 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.

- Se necesita saber las horas de exposición al riesgo

RIESGOS PSICOLÓGICOS



- **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.

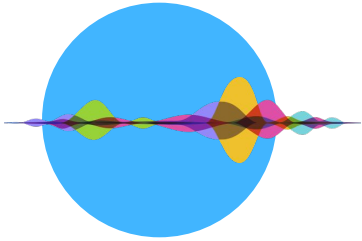
SE SOLICITARÁ REGISTRO DE INCIDENCIAS. SI PROCEDE CONCEDER: **SEMANA 12**

RADIACIÓN IONIZANTE



- **RADIACIÓN IONIZANTE: Se establece 1 msv como valor de seguridad (2 msv 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)**
 - 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



Índice **WBGT \geq 33: Riesgo**

Índice **WBGT entre 25 y 33:**
 valorar consumo metabólico
 (exigencias físicas muy
 intensas en zonas calurosas)

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

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

TEMPERATURAS EXTREMAS



- Medir estrés térmico por frío y/o calor
- Aislamiento requerido de la ropa (**IREQ**)
- Conserveras (cadena de frío)



- Permanencia en cámaras de congelación (T^a -20° a -40°)

RUIDO



Valor límite de exposición:

- Pico de 135 DB
- 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 podrías 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 concretas

RIESGO BIOLÓGICO



Ocupaciones de riesgo de exposición a enfermedades exantemáticas (rubéola, 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



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



Asepeyo, Mutua Colaboradora con la Seguridad Social, nº 151, en adelante "Asepeyo", es titular de todos los derechos de propiedad intelectual de esta publicación. Ni la totalidad ni parte de la misma pueden reproducirse ni transmitirse para propósitos de carácter público o comercial sin autorización escrita de Asepeyo. Esta publicación contiene información de carácter general. Asepeyo no se hace responsable de los daños y perjuicios que pudieran derivarse de su utilización.