

Protección, trabajo y embarazo

Prevención de Riesgos Laborales RIMAC te orientará sobre la gestión de la protección en seguridad y salud de las trabajadoras embarazadas

Para garantizar la permanencia de las mujeres en el empleo sin afectar sus derechos, entre otras medidas, desde el año 2003, el Estado vio conveniente **regular la protección de su salud como la del niño por nacer**, ante posibles riesgos que puedan presentarse en el trabajo, ya sea por exposición a determinados agentes, condiciones de trabajo o cambios propios del embarazo.

- ✓ **Ley N° 28048.-** Ley de protección a favor de la mujer gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto.
- ✓ **Decreto Supremo N° 009-2004-TR.-** Dictan normas reglamentarias de la Ley N° 28048.
- ✓ **Resolución Ministerial N° 374-2008-TR.-** Listado de los agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales que generan riesgos para la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto, sus correspondientes intensidades, concentraciones o niveles de presencia y los períodos en los que afecta el embarazo.
- ✓ **Ley N° 29783.-** Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo
- ✓ **Resolución Ministerial N°312-2011-MINSA.-** Documento Técnico Protocolos de Exámenes Médico Ocupacionales y Guías de Diagnóstico de los Exámenes Médicos obligatorios por Actividad.
- ✓ **Decreto Supremo N° 005-2012-TR.-** Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- ✓ **Decreto Supremo N° 023-2017-EM.-** Modifican diversos artículos y anexos del Reglamento de Seguridad y Salud Ocupacional en Minería, aprobado por Decreto Supremo N° 024-2016-EM.

“Procuramos enfocar la gestión en SST como parte de una cultura preventiva más que un cumplimiento legal para con las futuras madres trabajadoras, porque el embarazo impone una serie de cambios en la mujer.”

Factores personales y relacionados al embarazo:

Condiciones físicas generadas por el embarazo o por la suma del deterioro preexistente de la salud con el embarazo, que impide que la mujer desarrolle labores propias de su puesto de trabajo, sin constituir incapacidad temporal para el trabajo.

Cambios más significativos en el embarazo:

- Disminuye la capacidad del corazón para adaptarse al esfuerzo físico, debido al incremento del volumen sanguíneo, frecuencia cardíaca y consumo de oxígeno.
- Aumenta la sensación de fatiga por el incremento de la curvatura de la columna lumbar, debido a la ganancia progresiva de peso y volumen abdominal.
- Incrementa la susceptibilidad a lesiones articulares, debido a la disminución de la rigidez de los ligamentos por los cambios hormonales, para que las articulaciones sedan al crecimiento fetal.
- Aumenta la frecuencia respiratoria debido a los cambios anatómicos y hormonales, pudiendo incrementar la inhalación de sustancias tóxicas presentes en el lugar de trabajo.
- Aumenta la presión venosa en las piernas, lo que dificulta permanecer de pie durante periodos prolongados.

Factores generados por las condiciones de trabajo:

La R.M. N° 374-2008-TR emitió un listado no excluyente de factores de riesgo, pudiendo ser ampliado siempre y cuando se compruebe que hay otros agentes físicos perjudiciales para la trabajadora embarazada, el feto o el embrión.

| Peligro | Riesgo |
|--------------------|---|
| Agentes Físicos | Exposición a ruido, vibraciones, radiación ionizante, radiación no ionizante, temperaturas extremas, trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada. |
| Agentes Químicos | Exposición a productos químicos cancerígenos, mutagénicos o que afecten el desarrollo del embrión, tales como compuestos orgánicos volátiles (Ej. benceno), plomo, mercurio, etc. |
| Agentes Biológicos | Exposición a ruido, vibraciones, radiación ionizante, radiación no ionizante, temperaturas extremas, trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada. |
| Psicosociales | Exposición a trabajos nocturnos, en aislamiento, altos niveles de estrés, etc. |
| Ergonómicos | Exposición a trabajos que requieren permanecer de pie en periodos prolongados, subir escaleras de mano, inclinación y flexión por debajo del nivel de las rodillas, etc. |
| Otros Riesgos | Exposición a trabajos en altura, que requieren de equilibrio, ausencia de zonas de descanso, en espacios reducidos, etc. |

Adicionalmente, la resolución antes mencionada resaltó algunas actividades, procesos, operaciones o labores, equipos o productos de alto riesgo del sector minero, metalúrgico, fabricación textil, agricultura, construcción, industria del petróleo, etc. como alto riesgo para la trabajadora embarazada.

- ✓ **El D.S. N° 023-2017-EM** actualizó las contraindicaciones médicas absolutas para ascenso a grandes altitudes, actualmente Anexo 16A, indicando que sólo podrán ascender embarazadas con menos de 28 semanas, siendo importante el cumplimiento de lo indicado en el artículo 26 del D.S. N° 024-2016-EM.

¿Cómo gestionar la protección de la trabajadora embarazada?

Es recomendable que las empresas cuenten con un procedimiento interno de intervención para promover una maternidad saludable en el trabajo. Dentro de sus actividades deberá:

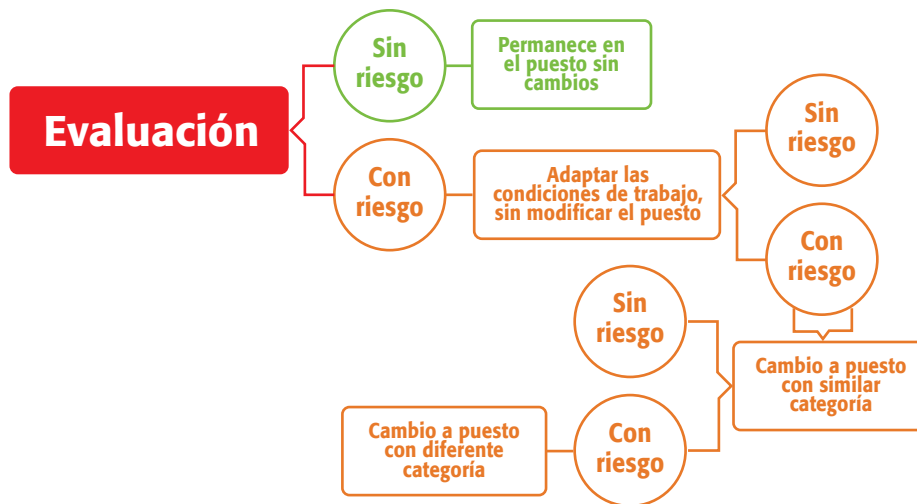
- Identificar, listar e informar a los trabajadores las tareas/puestos de trabajo con riesgo para el embarazo considerando la naturaleza, grado y duración de la exposición, valores límites permitidos y posibles efectos negativos. Considerar como mínimo la metodología indicada en el Anexo 7 de la R.M. N° 374-2008-TR.
- Identificar y listar las tareas/puestos de trabajo exentos de riesgo para futuras reubicaciones.
- Identificar las trabajadoras embarazadas para reubicar de ser necesario.
- Realizar la evaluación de riesgos inmediatamente después de la comunicación del embarazo (Anexo 8).
- Valorar en términos de aptitud la compatibilidad del puesto de trabajo con el estado biológico de la trabajadora.
- Seguimiento de dichas trabajadoras en las diferentes fases de su maternidad para comprobar la compatibilidad del puesto de trabajo con su estado y el mantenimiento de una buena salud.
- Analizar y evaluar las medidas preventivas de forma periódica mientras dure la situación.

| ANEXO 8 FORMULARIO DE EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA LA SALUD DE LA MUJER GESTANTE | | | | |
|--|------------------|--|-----------------------|--|
| Puesto de Trabajo: | | Descripción de las Tareas: | | Equipo de Protección : |
| CONDICIONES GENERALES | | | | |
| <input type="checkbox"/> Turno Fijo <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> T <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/> Rotación turnos _____ Tiempo de Trabajo _____ Horas/día _____ Horas/semana _____ | | <input type="checkbox"/> Trabajo en altura <input type="checkbox"/> Trabajo en aislamiento <input type="checkbox"/> Requiere equilibrio <input type="checkbox"/> Espacios reducidos | | <input type="checkbox"/> Servicios higiénicos no adecuados <input type="checkbox"/> Zonas de descanso inexistentes <input type="checkbox"/> No formación/información riesgos |
| AGENTES FÍSICOS | AGENTES QUÍMICOS | AGENTES BIOLÓGICOS | AGENTES PSICOSOCIALES | ERGONOMÍA |
| | | | | |

Acciones a realizar ante la comunicación del embarazo

La trabajadora deberá acreditar su embarazo para solicitar, al inicio o durante su embarazo, el no realizar labores que pongan en riesgo su salud como la del niño por nacer.

Es recomendable que el Médico Ocupacional valore la compatibilidad de las tareas/puesto con el estado de la trabajadora.



La atención a la adaptación de condiciones o modificación de labores se deberá realizar en el más breve plazo. La adaptación de condiciones o asignación de labores distintas a las habituales se mantendrán solo hasta culminado el embarazo.

El empleador podrá negar la modificación de labores únicamente después de que una inspección de la Autoridad de Trabajo certifique la ausencia de riesgos para la salud de la embarazada, embrión o feto.

Importante recordar que también se cuenta con normativa que promueve la lactancia materna en las instituciones públicas o privadas, más información en Ley N° 29896.