

Nueva Guía de valoración de riesgo laboral de embarazo y la lactancia

El Instituto Nacional de Seguridad Social (INSS) ha editado una guía de ayuda ⁽¹⁾ para la gestión de la prestación del riesgo laboral durante el embarazo y la lactancia que ha entrado en vigor en este año 2019.



Introducción

La Unidad de Prevención de Riesgos Laborales (UPRL) y el Servicio de MAS Prevención (SPMAS), sabiendo de la importancia que tiene este tema entre las trabajadoras de la Universidad de Zaragoza ha considerado abordarlo en UPRL informa.

La revisión de la **Nueva Guía** de valoración de riesgo laboral de embarazo y lactancia ⁽¹⁾ ha sido llevada a cabo por un equipo multidisciplinar con la participación de varias entidades, **SEGO** ⁽²⁾, **INSS** ⁽³⁾, **AMAT** ⁽⁴⁾, **INSHT** ⁽⁵⁾. En ella se han reevaluado los riesgos de las trabajadoras en situación de embarazo, contemplando algunos nuevos, como riesgo de actividad deportiva o agresión.

Se mantienen conceptos sobre la “**prestación por riesgo**” recordando que el embarazo es un estado fisiológico, no una enfermedad, la diferencia entre “**embarazo de riesgo**” y “**riesgo laboral para el embarazo**” o la diferencia entre “protección por riesgo durante el embarazo” (para embarazo sano) e incapacidad temporal por contingencia común.

Esta guía pretende ser una herramienta de asesoramiento para los profesionales que intervengan en el proceso de la prestación. Pretende ser especialmente útil y rigurosa para los médicos responsables de determinar la concesión o no del subsidio, así como una referencia para todos los profesionales que intervienen en una situación de riesgo en el embarazo, entre los que se encuentran los servicios de prevención de las empresas, los médicos de atención primaria y las propias trabajadoras. La finalidad final de la guía es mejorar la atención y la protección de la salud de la mujer gestante en el trabajo.

- (1) http://www.seg-social.es/wps/wcm/connect/wss/e91e61c5-7559-4ce9-9440-a4bfe80e1df2/RIESGO+EMBARAZO_on-line.pdf?MOD=AJPERES&CVID
- (2) *SEGO: Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia* <https://sego.es/>
- (3) *INSS: Instituto Nacional de Seguridad Social* www.seg-social.es/
- (4) *AMAT: Asociación de Mutuas de Accidentes.* <http://www.amat.es/>
- (5) *INSHT: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.* www.insht.es



Conceptos:

Embarazo de riesgo: El riesgo no se modifica con la interrupción de la actividad laboral. La trabajadora deja su puesto de trabajo pero sigue necesitando reposo físico o tratamientos médicos, interfiriendo en su vida cotidiana. Dejando de trabajar, persiste el riesgo para el buen fin de la gestación

Riesgo laboral para el embarazo: El riesgo desaparece una vez que se interrumpe la actividad laboral, pudiendo desarrollar la embarazada una vida normal, fuera del entorno laboral. En estos casos sólo la exposición a determinados riesgos específicos de un puesto de trabajo, podría condicionar riesgos para la salud del feto.

En la guía se modifica la relación semana/trimestre quedando:

- **I TRIMESTRE:** hasta la 13 semana completa de gestación
- **II TRIMESTRE:** desde la 14 a la 27 semana
- **III TRIMESTRE:** desde la 28 a la 40 semana

El tercer trimestre comienza en la semana 28 y no en la 24 que es cuando se estaban concediendo determinadas prestaciones



Algunos riesgos no varían, mientras que **los riesgos ergonómicos sufren un cambio importante** donde se contempla la existencia de jornada parcial o no, distinguiendo entre jornadas iguales o menores a 20 horas semanales y jornadas entre 20 y 40 horas semanales, siendo la semana de concesión diferente según el tipo de jornada realizada.

Distingue también la flexión de tronco superior a 60° en las que la embarazada alcanza el polo inferior de su rótula con los dedos.

Las mutuas de accidentes de trabajo, para definir la semana de inicio de prestación ante determinados riesgos, pueden solicitar el resultado de mediciones existentes ante riesgos como ruido, vibraciones, productos químicos y objetividad en la exposición a agentes biológicos.

En virtud de esta guía, las mutuas han modificado el criterio de la semana de concesión de la prestación por riesgo e instan a las empresas a abordarlo con un criterio preventivo siguiendo este orden:

- Manteniendo en el puesto a la trabajadora embarazada cuando no existe riesgo.**
- Eliminando el riesgo si se puede suprimir.**
- Adaptando el puesto para evitar el riesgo si no se suprime.**
- Cambiando de puesto a la trabajadora si no se puede suprimir ni adaptar.**
- Y por último, solicitando la prestación cuando no se consigue lo anterior.**

El objetivo que se transmite en la guía es intentar adaptar el puesto para evitar los riesgos a la embarazada en virtud de lo dispuesto en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, pero siempre que sea posible. Por esta razón, si durante el embarazo o lactancia natural hay objetivamente riesgos, el empleador inicialmente debe destinar a la trabajadora a un puesto de trabajo o función diferente compatible con su estado, y se aplicaría una **reducción del 50% de la aportación empresarial en la cotización a la seguridad social por contingencias comunes de esa trabajadora** durante el periodo de permanencia en el nuevo puesto o función. (Ley 51/2007 y sucesivas LPGE) (6)

No se considerará situación protegida la derivada de riesgos o patologías que puedan influir negativamente en la salud de la trabajadora o del feto, cuando no esté relacionada con agentes, procedimientos o condiciones de trabajo del puesto desempeñado.

Esto no modifica la elaboración del informe de Vigilancia de la Salud que se realiza por los Servicios de Prevención y que denominaremos **“Informe de Vigilancia de la Salud sobre Valoración de riesgos laborales para trabajadoras en situación de embarazo y período de lactancia”** que seguirá siendo el mismo con la salvedad de añadir o modificar algunos epígrafes.

En el anexo I de este documento adjuntamos el **check-list** que debe cumplimentarse y objetivar los riesgos del puesto de trabajo siguiendo los apartados que se detallan:

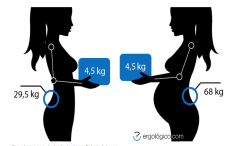
1.- RIESGOS GENERADOS POR AGENTES FÍSICOS

- Radiaciones ionizantes
- Radiaciones electromagnéticas no ionizantes
- Vibraciones
- Ruido
- Calor y frío extremos
- Trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada, p. ej. en locales a presión



2.- RIESGOS ERGONOMICOS

- Manipulación manual de cargas
- Movimientos y posturas forzadas asociadas a la actividad profesional
- Trepando escaleras
- Actividades realizadas de pie
- Sedestación
- Actividad deportiva

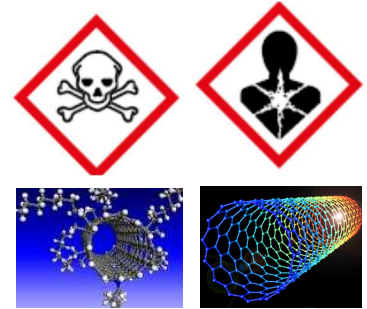


(6) <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2007-22295>

3.- RIESGOS GENERADOS POR AGENTES QUÍMICOS *

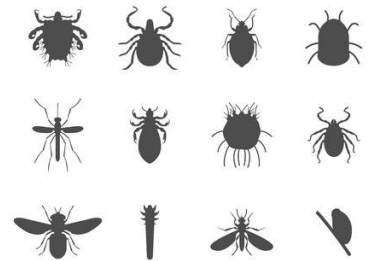
Sustancias etiquetadas con las frases H310, H311, H341, H351, H361, H361d, H361f, H361df, H371 (7) (8)

- Sustancias o procesos incluidos en el anexo VII (RD 39/1997)
- Sustancias o procesos incluidos en el anexo VIII (RD 39/1997)
- Gases anestésicos
- Carburantes



4.- RIESGOS GENERADOS POR AGENTES BIOLÓGICOS

- Agentes biológicos de los grupos 2, 3 y 4
- Rubeola, sarampión, parotiditis, varicela, parvovirus B19 y CMV
- Virus de transmisión parenteral (VHB, VHC, VIH)
- Brucellas
- Toxoplasmosis
- Fiebre Q
- ...

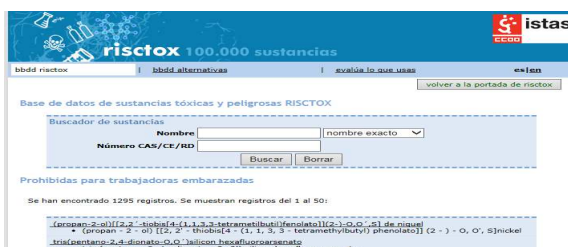


5.- RIESGOS PSICOSOCIALES Y POR CONDICIONES DE TRABAJO

- Agentes estresores
- Ordenación del tiempo de trabajo
- Agresiones
- Trabajo en aislamiento
- Trabajos de minería en subterráneos



(7) Base de datos de sustancias tóxicas y peligrosas RISCTOX, prohibidas a las trabajadoras embarazadas.
Fuente: ISTAS, http://risctox.istas.net/dn_risctox_buscador2.asp?listName=pro_emb



(8) Ante cualquier duda sobre la clasificación de un producto químico, también tenemos para consultar la web oficial de la ECHA (Agencia Europea de Sustancias y Mezclas Químicas), creada para dicho fin y considera fuente de información de referencia europea (<https://echa.europa.eu/es/>)

ANEXO I. CHECK-LIST

(registro de los riesgos del puesto de trabajo durante el embarazo y/o lactancia)

EMPRESA:		FECHA:
CENTRO:	SECCION:	PUESTO:

1.- RIESGOS GENERADOS POR AGENTES FÍSICOS

Radiaciones ionizantes	Especificar puesto y tareas.			
	Debe aportar informe dosimétrico suyo o de otra persona en su mismo puesto. Dependiendo del puesto, no se considerará riesgo si existen niveles de exposición inferiores a 1 mSv.			
	Fuentes naturales de radiación	1-Gas radón, núcleos radioactivos (uranio, torio, rubidio). Especificar descripción de puestos, medidas preventivas, tiempos de exposición, mediciones.		
2- Rad. Cósmica. Aumenta con la latitud y la altitud. Valorar viajes intercontinentales en avión: tripulación o viajes comerciales				
Radiaciones electromagnéticas no ionizantes	Ámbito industrial	Principio de precaución. Sistemas de radar GPR de tierra, operadores de antena, soldadura de plásticos, calentamiento de depósitos y baños, hornos de secado, hornos microondas industriales, radares de aviación		
	Ámbito sanitario	Consultas de fisioterapia, consultas de estética, instalaciones de RMN. Especificar procedimiento. En general no riesgo con medidas preventivas y respetando distancias		

Vibraciones	Tipos de maquinaria:	Conductor de metro, tranvía, tren		
		Conductor de grúa eléctrica		
		Conductor de camión de gran tonelaje		
		Conductor de helicópteros y situaciones de exposición similares		
		Compactadoras de cemento		
		Todo tipo de vehículos o maquinaria de construcción		
		Tractores o maquinarias agrícolas		
		Plataformas sometidas a vibraciones		
		Herramientas vibrátiles (martillo neumático, taladro, sierra, desbrozadora, ...)		
	Medición	Vibración a cuerpo entero, exposición diaria $A(8) > 0.5 \text{ m/s}^2$		
Vibración mano brazo, exposición diaria $A(8) > 2.5 \text{ m/s}^2$				
Ruido	Exposición a niveles $> a 80 \text{ dB Laeq}$ durante 8 h. de la jornada (o, calcular la media ponderada en función de las horas) MEDICION			
	Exposición a niveles pico $\geq a 135 \text{ dB}$			
Calor y frío extremos	MEDICIONES: Índice WBGT estrés térmico por calor			
	Índice térmico IREQ para hipotermia ($T^a < 10^\circ$)			
	A valorar	Tiempo de exposición		
		Carga física en situación de calor excesivo		
		Vestimenta (bomberos, fumigadores, trajes completos de protección química o biológica)		
		Mojadura (mataderos, conserveras, intemperie, ...)		
Alta o baja humedad, focos de radiación de calor (hornos, cocinas..)				
Trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada, p. ej. en locales a presión	Existe riesgo			

2.- RIESGOS ERGONOMICOS

Manipulación manual de cargas	Frecuencia	Repetida, 4 o más veces / hora		
		Intermitente < 4 veces / hora		
	Nº de kilos	> de 10 Kg.		
		De 4-10 Kg.		
< de 4 Kg.				
Movimientos y posturas forzadas asociadas a la actividad profesional <i>(Flexión de tronco implica que las manos quedan por debajo de la rodilla, >60º)</i>	Flexión de tronco repetida, >10 v / h, en turno de 8 horas			
	Flexión de tronco intermitente, 2-9 v / h			
	Flexión de tronco intermitente < 2v / h			
	Trabajos en cuclillas de forma prolongada			
Trepano escaleras	1-Tipos de escalera	Escalas y postes verticales: tramex, gato, ...		
		De mano- tijera		
	2-Frecuencia	Repetida > 8 v / turno		
		4-8 v / turno		
		< 4 v/ turno		
	3-Altura	Más de 1 m o 4 escalones		
Menos de 1 m o 4 escalones				
Actividades realizadas de pie	Bipedestación estática (no posibilidad de movilización)	> = 4 h por jornada (sólo en jornada intensiva)		
		> = 3 h / jornada		
		> = 2 h/ jornada		
	Bipedestación dinámica, discontinua o intermitente	> = 50% de la jornada (sólo en jornada intensiva)		
		> = 33% de la jornada		
		> = 25% de la jornada		

Sedestación	Sedestación prolongada sin cambios de postura, con manejo de carga asociado (cadenas de montaje, manipuladora de alimentos o embalaje)	> 50% de la jornada (jornadas intensivas)		
		> De 2 h ininterrumpidas		
	Sedestación con cambios de postura (trabajos administrativos)			Sin riesgo
Actividad deportiva	Deportista profesional	Deportes con riesgo de contacto (boxeo, artes marciales)		
		Aumento de presión intraabdominal (halterofilia)		
		Flexo-extensiones forzadas de raquis lumbar (gimnasio rítmica o deportiva)		
	Profesora de gimnasia	De baja demanda física (mantenimiento, pilates)		
		De alta demanda física (aerobic, zumba)		
		De contacto repetido (boxeo, artes marciales)		
	Profesora de natación			Sin riesgo
	Profesiones prohibidas	Anexo VIII RD 298/2009 (buceo, submarinismo)		
	Deportes multiaventura	Riesgo de impacto pélvico indirecto de alta energía (paracaidismo, parapente)		
		Riesgo de impacto pélvico indirecto repetido (rafting, equitación, esquí acuático)		

3.- RIESGOS GENERADOS POR AGENTES QUÍMICOS *

Sustancias o procesos incluidos en el anexo VII (RD 39/1997)	Sustancias etiquetadas con las frases H310, H311, H341, H351, H361, H361d, H361f, H361df, H371		Especificar productos y frases de riesgo / MEDICIONES	
	Los agentes químicos que figuran en los anexos I y III del Real Decreto 665/1997	Fabricación de auramina		
		Trabajos que supongan exposición a los hidrocarburos aromáticos policíclicos presentes en el hollín, el alquitrán, la brea, el humo o los polvos de la hulla		
		Trabajos que supongan exposición al polvo, al humo o a las nieblas producidas durante la calcinación y el afinado eléctrico de las matas de níquel		
		Procedimiento con ácido fuerte en la fabricación de alcohol isopropílico		
		Trabajos que supongan exposición a polvo de maderas duras		
		Benceno		
		Cloruro de vinilo monómero		
	Mercurio y derivados		LACTANCIA	
	Medicamentos antimitóticos (citotóxicos)		LACTANCIA Descripción de tareas	
Monóxido de carbono		MEDICIONES riesgo > 10 ppm en 8 horas		
Agentes químicos peligrosos de reconocida penetración cutánea		LACTANCIA		
Sustancias o procesos incluidos en el anexo VIII (RD 39/1997)	Sustancias etiquetadas con las frases H340, H360, H360D, H360F, H360DF, H360Df, H360Fd, H370, H350, H350i, H362		H 362 LACTANCIA	
	Cancerígenos, mutágenos y tóxicos para la reproducción categoría 1ª y 1B		LACTANCIA	
	Plomo y derivados		LACTANCIA	

Gases anestésicos			MEDICIONES Especificar producto (evitar exposición a halotano)
Carburantes			MEDICIONES

4.- RIESGOS GENERADOS POR AGENTES BIOLÓGICOS

Agentes biológicos de los grupos 2, 3 y 4	No se considerará riesgo si es por causa accidental. Estado inmunitario de la embarazada (aportar serología)		
Rubeola, sarampión, parotiditis, varicela, parvovirus B19 y CMV	Riesgo en educación y trabajadoras sanitarias de asistencia primaria, urgencias, pediatría, UCI, trasplantes medicina interna y neumología		CMV lactancia
Virus de transmisión parenteral (VHB, VHC, VIH)	La presencia de estas patologías no se considera riesgo. Necesario accidente laboral para su contagio		VIH lactancia
Brucelas	Serología susceptible y ocupación de riesgo, RIESGO		
Toxoplasmosis	Serología negativa y ocupación de riesgo. RIESGO		
Fiebre Q	Serología negativa y ocupación de riesgo. RIESGO		

5.- RIESGOS PSICOSOCIALES Y POR CONDICIONES DE TRABAJO

Agentes estresores	No se considera en sí mismo un factor de riesgo, sino un efecto de la exposición a determinadas condiciones de trabajo.		
Ordenación del tiempo de trabajo	Horario, jornada completa o reducida, jornada continua o partida		
	Turnicidad - Nocturnidad		
	Jornadas prolongadas		
	Falta de descanso entre jornadas		
Trabajo en aislamiento	Trabajo en aislamiento (en solitario y en zona aislada), ante la dificultad en la demanda y recepción de auxilio		

Agresiones	Nivel I, actividades de contención (fuerzas del orden, militares, celadoras...)		
	Nivel II, posibilidad de contención Necesario registro de incidencias, valorar como agresiones aquellas producidas durante la intervención en una contención.		
Trabajos de minería en subterráneos	Existe riesgo		*LACTANCIA

MAS Área de Actividades Preventivas

PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD

Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza

Para prevenir los riesgos laborales durante el EMBARAZO

COMUNICA TU SITUACIÓN DE EMBARAZO AL SERVICIO DE PREVENCIÓN
(Art. 26 Ley Prevención de Riesgos Laborales)

PLAN GENERAL DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS DE LA SEGURIDAD SOCIAL 2018

MAS MUYA COLABORADORA CON LA SEGURIDAD SOCIAL Nº11 www.mas.es