

## PRODEDIMIENTO DE PROTECCIÓN MUJERES EMBARAZAS.

### 1. OBJETO.

El objeto del presente documento es establecer el método a seguir por la empresa Instalaciones Eléctricas S.L. para garantizar la protección efectiva de sus trabajadoras en situación de embarazo o periodo de lactancia.

### 2. AMBITO DE APLICACIÓN.

Este procedimiento es de aplicación a todas las trabajadoras de la plantilla, independientemente del contrato que les vincule con la empresa.

### 3. COMUNICACIÓN DE SITUACION DE EMBARAZO O PERIODO DE LACTANCIA.

Instalaciones Eléctricas S.L. iniciara el procedimiento oportuno siempre y cuando la trabajadora afectada lo comunique a la empresa de forma voluntaria. Dicha comunicación se hará al responsable de prevención, José Suarez, o bien mediante la vigilancia de salud en el caso que se autorice por parte de la trabajadora a comunicar su situación.

A efectos de su situación la trabajadora embarazada o en periodo de lactancia se considerara como trabajador especialmente sensible.

### 4. EVALUACION DE RIESGOS.

La evaluación de riesgo considerara la posibilidad de que cualquier puesto de trabajo de la oficina pueda ser ocupado por una mujer embarazada o en periodo de lactancia. En ese sentido, en el proceso de evaluación de riesgos se tendrán en cuenta todos aquellos agentes y condiciones de trabajo que puedan afectar negativamente en la salud de las trabajadoras afectadas.

#### 4.1 RIESGOS.

**Fatiga mental:** esta situación depende del tiempo de exposición e intensidad de la actividad que se desarrolla. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediatas a informaciones complejas y numerosas.

**Fatiga física:**

- Posturas forzadas: trabajos en espacios reducidos o en puestos de trabajo que no se acoplen al aumento de volumen.
- Actividades realizadas en bipedestación: no es aconsejable permanecer más de 4 horas de pie en caso de embarazo.

- Manipulación de cargas: se prohíbe cualquier manipulación de cargas superiores a los 3 kilos debido a los riesgos de lesiones fetales y el desprendimiento de placenta.
- Actividades en sedestación: cuando la mujer embarazada permanece durante muchas horas sentadas la presión de la sangre en las venas de las piernas aumenta considerablemente aumentando el riesgo de de provocar edemas y lumbalgias.

Atendiendo a los riesgos descritos Instalaciones Eléctricas opta por llevar acabo las siguientes recomendaciones:

- Evitar los desplazamientos en automóvil lo máximo posible.
- Eliminar tareas de manipulación de cargas.
- Facilitar la posibilidad de movimiento para evitar problemas sedentarios.
- Suministrar el equipo necesario para su mayor comodidad: reposa pies...
- Evitar sobre cargas de trabajo que puedan llevar a una situación de estrés o fatiga mental.