



*CENTRO DE TRABAJO DE BEASAIN*

## CASO PRACTICO

Taller teórico-práctico:  
embarazo y trabajo

Maite Usabiaga  
Enfermera del trabajo



Líderes internacionales en el diseño, fabricación, mantenimiento, rehabilitación y suministro de todo tipo de material rodante (muy alta velocidad, alta velocidad, trenes regionales y de cercanías, coches remolcados, lanzaderas de aeropuerto, tranvías y LRVs, locomotoras) y equipos y componentes para sistemas ferroviarios



Creamos soluciones ferroviarias

## 2. Desde 1860 hasta hoy



# Presencia Internacional - Proyectos



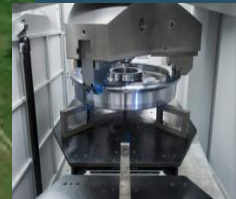
- 34 PAISES
- 87 PROYECTOS
- 15.000 MILLONES €

- Implantación industrial en USA, Francia, México y Brasil
- 40 centros de mantenimiento en el mundo
- Concesión por 30 años de un sistema integral de trenes de cercanías en México D.F.



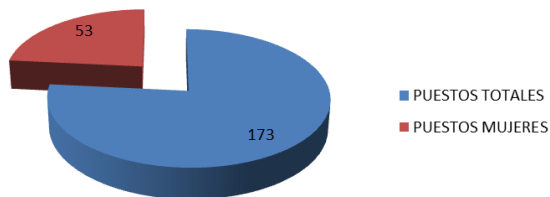
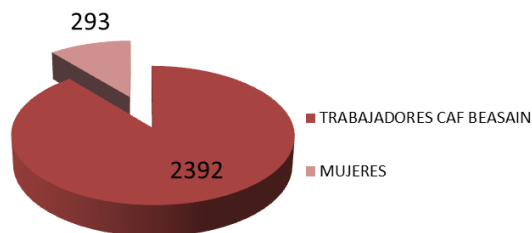
# Centro de trabajo CAF BEASAIN

446.000 m<sup>2</sup>

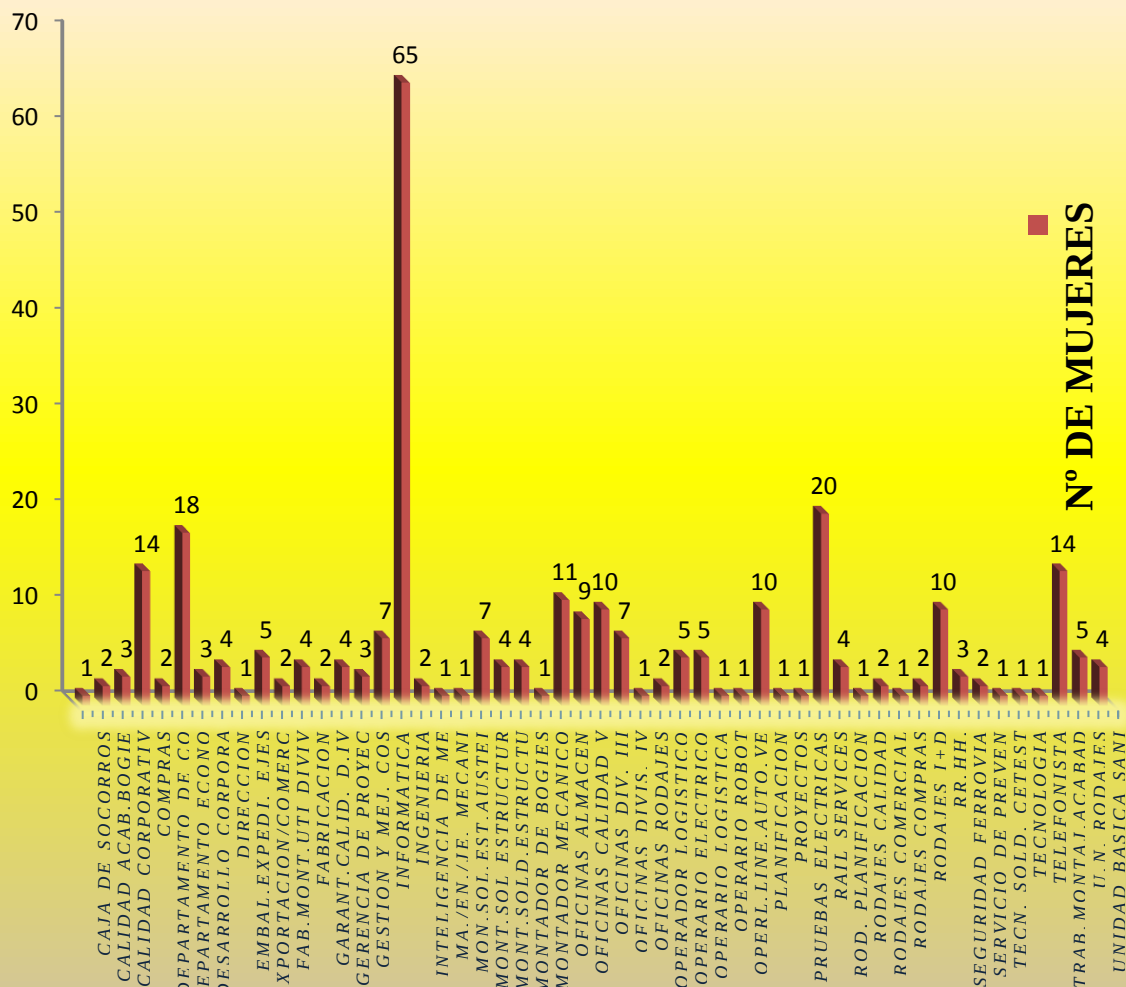


# MUJERES ACTIVAS EN CAF BEASAIN

12,24% de la  
plantilla somos  
mujeres y ocupamos  
53 puestos  
diferentes.



## PUESTOS DE TRABAJO MUJERES CAF BEASAIN



# EMBARAZO Y TRABAJO

## CAF - Bibliografía

1. Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.
2. Real Decreto Legislativo 1/1995 4 de 24 de marzo.
3. Ley 39/1999 de 5 de noviembre.
4. NTP 413 Carga de trabajo y embarazo del INSHT.
5. Manual de Procedimientos. Protocolos de prevención de riesgos laborales. Consellería de Sanidad.
6. Tratado de Medicina del Trabajo. Fernando Gil Hernández. Masson. 2.005. Procedimientos den Microbiología Clínica.  
Recomendaciones de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica.
7. Embarazo, Lactancia y Trabajo. Protocolo de actuación. Servicio de Prevención de Riesgos Laborales. Universidad de Valencia.
8. Real Decreto 298/2009
9. Documento de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia
10. Documento de la Asociación de Mutuas de AT y EEPP
11. Documento del Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud
12. Documento de la Asociación Madrileña de Atención Primaria

# ANEXO I

Tabla resumen de las limitaciones laborales en casos de embarazo y lactancia en función de la exposición a diferentes factores de riesgo recomendados por las diferentes Sociedades Médicas e Instituciones.

| RIESGOS | RD 298/2009 | SEGO | AMAT | ISTAS | MCI |
|---------|-------------|------|------|-------|-----|
|---------|-------------|------|------|-------|-----|

## Agentes físicos

|                           |                                                                   |                                                                 |                                                                                                                     |                                                                                                                                                 |                                                                                                                             |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ruido                     | Puede influir negativamente (anexo VII)                           | > 80 dB(A) de Leqd. Interrumpir trabajo a la semana 20-22       | > 80 dB(A) de Leqd. x 4h o más o NP >= 135 dB(C) Interrumpir trabajo a la semana 20-22                              | > 80 dB(A) de Leqd. Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo                                                                        | No hace referencia                                                                                                          |
| Vibraciones EESS          | No especifica tipo. Puede influir negativamente (anexo VII)       | Efecto improbable. Interrumpir trabajo si hay problemas de EESS |                                                                                                                     |                                                                                                                                                 | No hace referencia                                                                                                          |
| Vibraciones CE            | Puede influir negativamente (anexo VII)                           | Interrumpir trabajo a partir del 6º mes                         | Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo                                                                | Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo hasta los 7 meses del parto                                                                | No hace referencia                                                                                                          |
| Frio                      | Puede influir negativamente (anexo VII)                           | Interrumpir trabajo en puestos con Tª < 0º C                    | En condiciones extremas (no especifica cuales son) y en cambio bruscos de Tª, al conocerse la situación de embarazo | En condiciones extremas (no especifica cuales son) y en cambio bruscos de Tª, al conocerse la situación de embarazo hasta los 7 meses del parto | No hace referencia                                                                                                          |
| Calor                     | Puede influir negativamente (anexo VII)                           | Interrumpir trabajo en puestos con Tª > 36º C                   |                                                                                                                     |                                                                                                                                                 | No hace referencia                                                                                                          |
| Radiaciones ionizantes    | Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo (anexo VIII) | Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo            | Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo                                                                | Interrumpir trabajo al conocer situación de embarazo hasta los 7 meses del parto                                                                | La exposición en la superficie del abdomen no debe exceder de 2mSV durante todo el embarazo. Utilizará dosímetro de abdomen |
| Radiaciones No ionizantes | No especifica tipo. Puede influir negativamente (anexo VII)       | Efecto improbable. No tenerlas en cuenta                        | No especifica tipo. Puede influir negativamente (Valorar cada caso)                                                 |                                                                                                                                                 | Reducir al mínimo durante el embarazo<br>En Lactancia: No hay que limitar la exposición                                     |

## Riesgos Ergonómicos

## PROCEDIMIENTO PS-12.05-B

### OBJETO:

Adoptar un conjunto de medidas para proteger a la mujer en situación embarazo y lactancia.

1.Determinar Riesgo

2.Realizar certificación médica que acredite que las condiciones del puesto influyen o no negativamente en la salud

3.Establecer Recomendaciones de

Adaptación o  
limitación del puesto  
de trabajo

Cambio de puesto  
de trabajo

La solicitud de la prestación por  
riesgo durante el embarazo



PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN  
ANTE SITUACIONES DE EMBARAZO Y  
LACTANCIA EN CAF

PS-12.05-B -

Página 1 de 6

#### CONTROL DE EDICION

| EDICION | MOTIVO  | FECHA    |
|---------|---------|----------|
| -       | Edición | ENERO 12 |

# ALCANCE

- Personal Sanitario de la UBS del S° de Prevención
- S° de Prevención propio de la empresa
- RRHH
- Responsable del lugar de trabajo
- La mujer trabajadora

# DEFINICIONES

- Embarazo
- Riesgos Laborales
- Situaciones exentas de consideración de Riesgo durante el embarazo
- Lactancia materna

# ¿Cómo INFORMAMOS a la mujer?

## \*RECONOCIMIENTO

## \*PORTAL.CAF.NET

## \*PROCEDIMIENTO DE ACTUACION ANTE SITUACIONES DE EMBARAZO Y LACTANCIA EN CAF

The screenshot shows the CAF portal website in a Windows Internet Explorer browser. The page is titled 'Documentación RRHH' and displays a list of documents under the 'PROCEDIMIENTOS' category. The document 'PS-12.05-B Procedimiento de actuación ante situaciones de embarazo y lactancia en CAF (-)' is highlighted. The left sidebar shows a navigation menu with categories like '01 ACTAS', '02 DOCUMENTACIÓN DEL SISTEMA', '03 EVALUACIÓN DE RIESGOS', '04 PLANIFICACIÓN ACCIÓN PREVI', '05 PRODUCTOS QUÍMICOS', '06 INSPECCIONES', '07 INFORMACIÓN DE RIESGOS', '08 HIGIENE', '09 ERGONOMÍA', '10 PSICOSOCIOLOGÍA', and '11 ÍNDICES SINIESTRALIDAD'.

The screenshot shows the IBM Content Navigator interface displaying the document 'PS-12.05-B Procedimiento de actuación ante situaciones de embarazo y lactancia en CAF (-)'. The document is titled 'PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN ANTE SITUACIONES DE EMBARAZO Y LACTANCIA EN CAF' and is identified by the code 'PS-12.05-B'. The page number is 'Página 1 de 6'. The document content includes a section titled 'CONTROL DE EDICIÓN' with a table showing the edition history.

| EDICIÓN | MOTIVO  | FECHA    |
|---------|---------|----------|
| -       | Edición | ENERO 12 |

# TRABAJADORA EMBARAZADA

## ¿Cómo actúa?



- Conoce el procedimiento y solicita consulta Médica en la UBS.
- Comunica a su responsable de la situación. Solicita consulta Médica para iniciar con el procedimiento con UBS
- Acude al Reconocimiento comunicando de su situación

# QUE PASOS DAMOS EN LA UBS MEDICO-ENFERMERA

Abrimos un nuevo episodio-HISTORIA CLINICO LABORAL:

- ❖ Trabajadora sensible
- ❖ Creamos una nueva consulta donde apuntamos toda la información de su embarazo, semana....
- ❖ Nos aseguramos de la información que tenemos de ella y quien es su responsable
- ❖ Valoramos los Riesgos relacionados con el puesto de trabajo que ocupa

# PUESTOS DE TRABAJO DE CAF

En Nuestro Protocolo de Vigilancia de Salud Especifica los puestos de trabajo los clasificamos en Grupos Profesionales

- Estos Grupos profesionales los clasificamos en 3 posibles puestos de trabajo para la mujer embarazada

## GRUPOS PROFESIONALES



PUESTO DE RIESGO

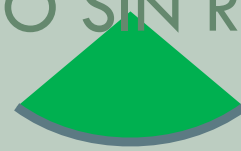


CAMBIO DE PUESTO

PUESTO DE POSIBLE  
RIESGO



PUESTO SIN RIESGO



Evaluación de  
Riesgos

Check list

Visita al puesto

# EVALUACIÓN DE RIESGOS



Visor de IBM Content Navigator - Windows Internet Explorer

Documentación RRHH - Visor

Montador soldador subconjuntos (cajas+bogies)(F).pdf x

**CAF**

## FICHA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

MOS-01.01-B-02 (A)

Pág. 1 de 3

DIV/DPTO: Division III PUESTO: 162-80-03 Montador soldador subconjuntos (cajas+bogies) SECCION: Montaje y Soldad Emisión: 09/07/2014 Edición: F

| Nº ID                                                    | FACTOR DE RIESGO O ANOMALIA DETECTADA                                            | MR J.P. | ACCIONES PROPUESTAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2 Caídas de personas al mismo nivel</b>               |                                                                                  |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                          | Materiales ubicados en zonas de paso de personas y accesos al puesto, mangueras. | 2       | Sistemática de orden y limpieza. Cada herramienta manual ha de tener su lugar de ubicación una vez finalizada la tarea.<br>Sistemática de recogida de mangueras de los puestos de trabajo una vez finalizada la tarea.<br>Los accesos a los puestos de trabajo han de estar libres de materiales.                                                                                                                                                                                         |
|                                                          | Herramientas manuales en el suelo. Mangueras en zonas de paso                    | 2       | Sistemática de recogida de herramientas manuales y mangueras una vez finalizada la jornada                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>3 Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento</b> |                                                                                  |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                          | Materiales almacenados junto a puestos de trabajo en palés                       | 3       | Los materiales en los palés irán colocados de tal modo que las piezas no se puedan caer durante su manipulación.<br>Almacenar correctamente los materiales en los palets según procedimiento PS-08.14-B "Norma sobre correcto apilamiento de materiales".                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>4 Caídas de objetos en manipulación</b>               |                                                                                  |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                          | Manipulación de cargas mediante grúa                                             | 4       | Formación a los operarios del puesto de trabajo en manipulación mecánica de cargas mediante grúa<br>Cumplimiento del procedimiento PS-08.13-B " Norma para transporte por carretillo y grua de materiales en general".<br>Informar a los trabajadores de la Instrucción IS-08.13-B-03 "Instrucción sobre el uso de mandos por radio en grúas"<br>Cumplimiento del procedimiento PS-08.05-B "Procedimiento para la manipulación de piezas y volteo de bastidores de bogie en División III" |
|                                                          | Accesorios de elevación.                                                         |         | Cumplimiento del procedimiento PS-08.26-B "Instrucciones de seguridad para el uso de eslingas"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

Página 1 de 3...

Intranet local | Modo protegido: desactivado

10:33 23/05/2016

Microsoft Excel - Tabla de Procolos.xls [Modo de compatibilidad]

Area Sanitaria del S.P. de CAF,S.A.



|    | A                                                                | B | C | D | E | F | G |
|----|------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 1  |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 2  | <b>INFORME MEDICO LABORAL SOBRE EXPOSICIÓN A RIESGOS DURANTE</b> |   |   |   |   |   |   |
| 3  | <b>EL EMBARAZO O LA LACTANCIA NATURAL</b>                        |   |   |   |   |   |   |
| 4  |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 5  |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 6  | Informe de:                                                      |   |   |   |   |   |   |
| 7  | Dirigido a:                                                      |   |   |   |   |   |   |
| 8  | Motivo:                                                          |   |   |   |   |   |   |
| 9  | Fecha:                                                           |   |   |   |   |   |   |
| 10 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 11 | Datos de la solicitante:                                         |   |   |   |   |   |   |
| 12 | Chapa:                                                           |   |   |   |   |   |   |
| 13 | Profesión                                                        |   |   |   |   |   |   |
| 14 | Categoría:                                                       |   |   |   |   |   |   |
| 15 | Puesto de trabajo:                                               |   |   |   |   |   |   |
| 16 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 17 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 18 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 19 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 20 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |
| 21 |                                                                  |   |   |   |   |   |   |

Hoja1 TABLA COMPA Hoja6 INFO-MODELO SUST.QUIMICAS

KINGSTON (F:) procesos-asistenci... 13084embarazo20... Microsoft PowerP... 13998embarazo20... Tabla de Procolos.... ES < 0:47

|    | A                             | B                                 | C       | D          | E | F         | G         |
|----|-------------------------------|-----------------------------------|---------|------------|---|-----------|-----------|
| 22 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 23 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 24 | <b>Riesgos Laborales</b>      |                                   |         |            |   | <b>Sí</b> | <b>No</b> |
| 25 | <b>Por Agentes físicos</b>    |                                   |         |            |   |           |           |
| 26 | Ruido:                        | Intensidad (LAeqd):               |         |            |   |           |           |
| 27 |                               | Nivel Pico (dB(C)):               |         |            |   |           |           |
| 28 | Vibraciones CE:               | Expo. Diaria (m/s <sup>2</sup> ): |         |            |   |           |           |
| 29 | Temperaturas extremas:        | Trabajos sedentarios:             |         |            |   |           |           |
| 30 |                               | Trabajos no sedentarios:          |         |            |   |           |           |
| 31 | Radiaciones ionizantes:       | Presentes: Sí / No                |         |            |   |           |           |
| 32 | Radiaciones No Ionizantes     | Presentes: Sí / No                |         |            |   |           |           |
| 33 |                               | Tipo:                             |         |            |   |           |           |
| 34 | Atmósferas de sobrepresión    | Presentes: Sí / No                |         |            |   |           |           |
| 35 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 36 | <b>Por Agentes químicos</b>   |                                   |         |            |   |           |           |
| 37 | Nombre comercial              | Agentes químicos                  |         | Frases R-H |   |           |           |
| 38 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 39 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 40 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 41 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 42 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 43 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 44 |                               |                                   |         |            |   |           |           |
| 45 | <b>Por Agentes biológicos</b> |                                   |         |            |   |           |           |
| 46 | Grupo 2 o 3                   | Sí / No                           | Grupo 4 | Sí / No    |   |           |           |

A

B

C

D

E

F

G

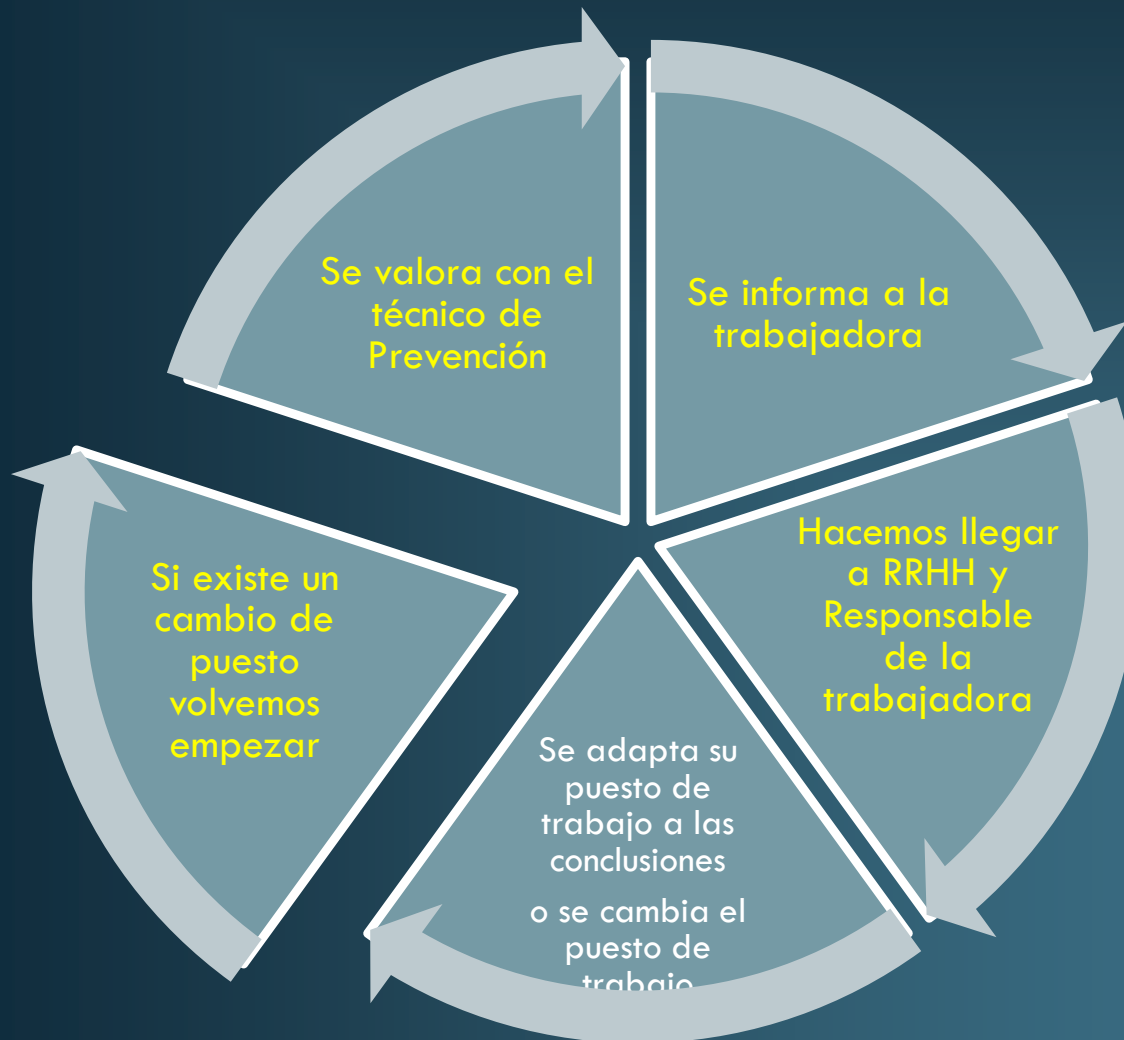


Area Sanitaria del S.P. de CAF,S.A.

| Grupo 2 o 3                                                     | Sí / No | Grupo 4           | Sí / No |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------|---------|-------------------|---------|--|--|--|
| <b>Por Riesgos Ergonómicos (carga física y riesgo postural)</b> |         |                   |         |  |  |  |
| Manejo manual de cargas, arrastre y empuje                      | Sí / No | Cargas (Kg):      |         |  |  |  |
|                                                                 |         | Veces/día:        |         |  |  |  |
| Subir/bajar escaleras repetidamente                             |         | Veces/turno:      |         |  |  |  |
| Subir escaleras de mano:                                        |         | Sí / No           |         |  |  |  |
| Flexionar tronco y trabajo en cuclillas                         |         | Grados Flexion:   |         |  |  |  |
|                                                                 |         | % de jornada:     |         |  |  |  |
| Bipedestación mantenida:                                        |         | Horas/Jornada:    |         |  |  |  |
| Bipedestación intermitente:                                     |         | Minutos/hora:     |         |  |  |  |
| Riesgo por trabajo nocturno:                                    |         | Presente: Sí / No |         |  |  |  |
| <b>Por Riesgos de Seguridad</b>                                 |         |                   |         |  |  |  |
| Tipos                                                           |         |                   |         |  |  |  |
|                                                                 |         |                   |         |  |  |  |
|                                                                 |         |                   |         |  |  |  |
|                                                                 |         |                   |         |  |  |  |
| <b>Otros Riesgos no descritos anteriormente</b>                 |         |                   |         |  |  |  |
|                                                                 |         |                   |         |  |  |  |

|    | A                                                                                                               | B | C | D | E | F | G |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 67 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 68 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 69 | CONCLUSIONES                                                                                                    |   |   |   |   |   |   |
| 70 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 71 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 72 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 73 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 74 | OBSERVACIONES                                                                                                   |   |   |   |   |   |   |
| 75 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 76 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 77 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 78 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 79 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 80 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 81 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 82 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 83 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 84 | Firma:                                                                                                          |   |   |   |   |   |   |
| 85 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 86 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 87 |                                                                                                                 |   |   |   |   |   |   |
| 88 | <i>Real Decreto 298/2009</i>                                                                                    |   |   |   |   |   |   |
| 89 | <i>Documento de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia</i>                                           |   |   |   |   |   |   |
| 90 | <i>Documento de la Asociación de Mutuas de AT y EEPP</i>                                                        |   |   |   |   |   |   |
| 91 | <i>Documento del Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud</i>                                            |   |   |   |   |   |   |
| 92 | <i>Documento de la Asociación Madrileña de Atención Primaria</i>                                                |   |   |   |   |   |   |
| 93 | <i>Directrices para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el trabajo NIPO: 792-11-112-4</i> |   |   |   |   |   |   |

# INFORME MEDICO LABORAL SOBRE EXPOSICIÓN A RIESGOS DURANTE EL EMBARAZO O LA LACTANCIA NATURAL



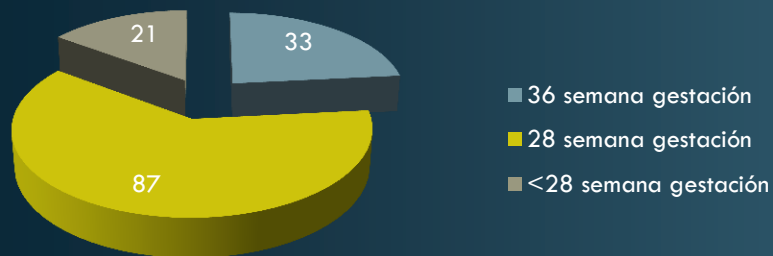
# PUESTO DE TRABAJO SIN RIESGO

## ❖ Seguimiento de la mujer:

1. Nos comunicamos de forma mensual para conocer su situación.
2. Valoramos la adaptación al nuevo puesto, si se cumplen las condiciones necesarias que en el informe concluimos
3. Hasta que la mujer de forma natural termina en una baja de Enfermedad Común debido a su estado natural

# DATOS DE LAS MUJERES DE CAF

- En el ultimo año 2015 por la situación de la empresa se han tramitado tres **Prestaciones de Riesgo Durante el Embarazo y Riesgo Durante Lactancia Natural**
- Desde el 2011 al 2015 se han realizado **25 Informes Medico laborales** frente a **155 Bajas de Maternidad**
- De estas 155 bajas **107 mujeres han sido madre. Todas han causado baja antes del parto.**



# PREGUNTAS FRECUENTES

1. Como guardar el secreto al resto de compañeros
2. ¿Por qué no tenemos evaluados los puestos de posible riesgo para el embarazo?
3. Como la mujer se adapta a la nueva situación. ¿Miedos?
4. Que ocurre en el momento de lactancia. Como la contemplamos en el procedimiento.