

Mutua Montañesa

Prestación de Riesgo Durante el embarazo y Lactancia

Octubre 2025

www.mtuamontanesa.es



**Mutua
Montañesa**

Muy fácil



Nacimiento y Evolución de la prestación



1995 → Ley 31/1995. Artículo 26. **Obligación empresarial de protección del embarazo**

1999 → Ley 39/1999 **Incluye la Prestación** por Riesgo durante el Embarazo

⇒ Gestión → **INSS**

2007 → Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la Igualdad Efectiva de Mujeres y Hombres: **intensifica y amplía** la acción protectora de la Seguridad Social

⇒ Gestión → **INSS y Mutuas. Primera Guía**

2009 → Real Decreto 295/2009, de 6 de marzo, viene a regular las prestaciones económicas del sistema de la Seguridad Social por maternidad, paternidad, riesgo durante el embarazo y riesgo durante la lactancia natural.

2018 → Actualización de la Guía

2020 → Última Actualización de la Guía



Buenas Prácticas LPRL



Supresión riesgo



Adaptación



Reubicación



GUIA

ACTORES

Servicios de Prevención



Valoran y Estudian → Los riesgos en los puestos de trabajo

Proponen → medidas preventivas, para eliminar la exposición

Empresas



Implementan → medidas preventivas

Eliminan riesgo, adaptan o reubican → trabajadoras gestantes
(Artículo 26. Ley 31/1995, Prevención Riesgos Laborales).

Entidades que gestionan la prestación



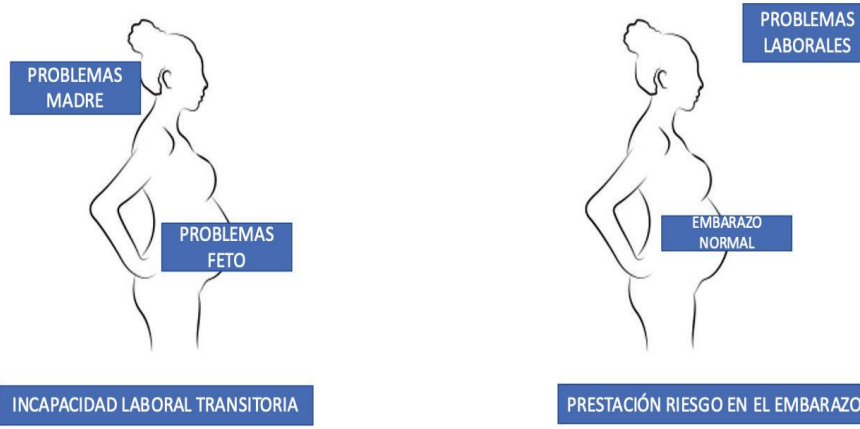
Valoración clínica → repercusiones para el embarazo

LA GUIA : Prestación de Riesgo Durante el embarazo y Lactancia



- La guía está orientada a la gestión de las prestaciones de la Seguridad Social para la mujer embarazada ante dos situaciones:
- **Incapacidad Temporal:** Cuando la situación de riesgo es atribuible a una realidad clínica del embarazo (riesgo genérico) y puede ser, dependiendo de los requerimientos del puesto de trabajo, susceptible de la prestación por incapacidad temporal.
- **Prestación de riesgo durante el embarazo:** Cuando la situación es achacable a la existencia de un agente nocivo en el trabajo, riesgo específico, y se debe valorar la prestación de riesgo durante el embarazo.
- **Objetivo:** Servir de orientación tanto a los médicos del INSS como a los del SPS y entidades colaboradoras a la hora de definir cuales son las condiciones que afectan a una posible determinación del riesgo durante el embarazo

“Embarazo de riesgo” vs “Riesgo en el embarazo”





ESTRUCTURA DE LA GUÍA

- La Guía se estructura en dos apartados que responde al tipo de prestación:
- Apartado “A” sobre Riesgos Clínicos en el embarazo
- Apartado “B” sobre Riesgos Laborales: Este apartado desarrolla los riesgos para el embarazo por agentes: Físicos, Ergonómicos, Químicos, Biológicos, Psicosociales y por procedimientos industriales.
- Para cada tipo de riesgo se establecen los siguientes apartados:
 - - Introducción
 - - Agentes
 - - Valoración del riesgo y procedimiento



Riesgos clínicos

- La **SEGO** clasifica los factores de riesgo en los siguientes apartados:

- **1-Factores** sociodemográficos :

La mujer embarazada puede presentar factores que pudieran influir de manera negativa en el curso de la gestación. Edad extrema, hábitos tóxicos..

- 2- Antecedentes Reproductivos: abortos de repetición, partos pretérmino, incompetencia cervical..
- 3- Antecedentes médicos: HTA, enfermedad real, enfermedad cardiaca.....
- 4-Embarazo actual: Embarazo ectópico, amenaza aborto, preeclampsia y eclampsia....

Riesgos LABORALES

- RIESGOS FÍSICOS

- FÍSICOS

- Radiaciones Ionizantes
- Radiaciones NO ionizantes
- Vibraciones
- Temperatura
- Ruido

- **ERGONÓMICOS**

- RIESGOS QUÍMICOS
- RIESGOS BIOLÓGICOS
- RIESGOS PSICOSOCIALES
- RIESGOS POR PROCEDIMIENTOS INDUSTRIALES



Riesgos FISICOS: ERGONÓMICOS

- Se valoran los siguientes riesgos ergonómicos que pueden influir en el embarazo:

- **Manipulación Manual de Cargas**

- Flexión de tronco
- Trepar escalas y escaleras manuales
- Bipedestación
- Sedestación (Novedad)
- Actividad deportiva (Novedad)



Riesgos FISICOS: ERGONOMÍCOS

Manipulación de cargas

INTRODUCCIÓN

- Se define la manipulación manual de cargas como cualquier operación de transporte o sujeción (levantamiento, colocación, empuje, tracción...) de una carga (objeto susceptible de ser movido) por parte de uno o varios trabajadores que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos. Se incluye en esta definición la manipulación de personas o animales

AGENTES

- La fatiga que puede generar la manipulación manual de cargas no sólo viene determinada por el peso de la carga sino también por las condiciones ergonómicas en que se realiza: posición de la carga respecto al cuerpo, desplazamientos verticales, giros del tronco, agarre de la carga, frecuencia de manipulación, desniveles en el suelo, condiciones termo-higrométricas, etc



MANEJO MANUAL DE CARGAS	SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO ÚNICO				SEMANA DE INICIO DEL RIESGO EMBARAZO MÚLTIPLE		
	FRECUENCIA	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
> 10 kg	≥ 4 veces/hora	20	22	24	18	20	22
	< 4 veces/hora	24	26	28	22	24	26
≥4-10 kg	≥ 4 veces/hora	24	28	30	22	26	28
	< 4 veces/hora	28	34	36	26	32	34
<4 kg		Riesgo tolerable	Riesgo tolerable	Riesgo tolerable	Riesgo tolerable	Riesgo tolerable	Riesgo tolerable



INSTRUCCIONES: DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA EL COBRO DE LA PRESTACIÓN DE RIESGO DE EMBARAZO Y LACTANCIA NATURAL

La trabajadora comunicará al empresario su situación de embarazo o lactancia, de modo que, si el puesto de trabajo supone un riesgo para la nueva situación de la trabajadora, éste adoptará las medidas preventivas necesarias o, en su caso, el cambio de puesto de trabajo.

Cuando la adaptación de las condiciones de trabajo no resultara posible o, a pesar de la adaptación, dichas condiciones de trabajo pudieran seguir influyendo negativamente en la salud de la trabajadora o del feto, en caso de embarazo, o de la madre y el niño, en caso de lactancia, la trabajadora podrá dirigirse a la Mutua e iniciar los trámites para el reconocimiento de la prestación de riesgo de embarazo o lactancia natural.

Para ello, la trabajadora presentará en Mutua Montañesa la siguiente **DOCUMENTACION INICIAL OBLIGATORIA**:

Embarazo

- Solicitud de certificado médico sobre la existencia de riesgos durante el embarazo o la lactancia natural:
 - Modelo cuenta ajena y empleada de hogar.
 - Modelo Cuenta propia.
- Informe del Médico de Cabecera que certifique la Fecha de Última Revisión, Fecha Probable de Parto, semanas de gestación y si existe algún tipo de patología que requerirá o que haya requerido una baja laboral, y en su caso, si dicha patología está ya resuelta.
- Copia de la Cartilla de Embarazo -en aquellas provincias en las que el Servicio Público de Salud la entregue a la trabajadora- y/o cualquier otro informe médico relativo a dicha situación de embarazo.
- Declaración 1: Certificado de empresa sobre la actividad desarrollada y las condiciones del puesto de trabajo (aportado por su empresa).

Si estás adscrita al Régimen Especial de Trabajadores Autónomos esta declaración será cumplimentada por la trabajadora (si presta sus servicios en una sociedad cooperativa o sociedad laboral o mercantil, la declaración será cumplimentada por el administrador de la sociedad. Si es autónoma económicamente dependiente (TRADE), la declaración deberá cumplimentarla el representante legal del cliente).
- Informe de Evaluación del Puesto de Trabajo del Servicio de Prevención (aportado por su empresa).

En caso de ser trabajadora por cuenta propia, si dispone de Servicio de prevención, podrá aportar dicha Evaluación.

Lactancia

- Solicitud de certificado médico sobre la existencia de riesgos durante el embarazo o la lactancia natural:
 - Modelo cuenta ajena y empleada de hogar.
 - Modelo Cuenta propia.
- Informe médico expedido por el facultativo del Servicio Público de Salud, en el que se acredite la situación de lactancia natural.
- Certificado del INSS de fin de Maternidad.
- Copia del Libro de Familia.



**Mutua
Montañesa**
Muy fácil

- Declaración 1: Certificado de empresa sobre la actividad desarrollada y las condiciones del puesto de trabajo (aportado por su empresa).

Si estás adscrita al Régimen Especial de Trabajadores Autónomos esta declaración será cumplimentada por la trabajadora, o en su caso, por el administrador de la sociedad o el representante legal del cliente.
- Informe de Evaluación del Puesto de Trabajo del Servicio de Prevención (aportado por su empresa).

En caso de ser trabajadora por cuenta propia, si dispone de Servicio de prevención, podrá aportar dicha Evaluación.

Recibida toda esta documentación, por parte de los servicios médicos de Mutua Montañesa se estudiará si el desarrollo de la actividad profesional por la trabajadora implica o no riesgo para su situación de embarazo o de lactancia natural.



¡Mmuchas gracias!

El equipo de Mutua Montañesa