



GUIA D'AJUDA PER A LA VALORACIÓ DEL RISC LABORAL DURANT L'EMBARÀS (SEGONA EDICIÓ)

*Nous criteris a aplicar en la valoració de sol·licituds de subsidi
per risc durant l'embaràs*

L'Institut Nacional de la Seguretat Social va publicar el passat dia 19 de desembre la segona edició de la Guia d'ajuda per a la valoració del risc laboral durant l'embaràs, en la qual es determinen nous criteris a aplicar en la gestió de les sol·licituds de subsidi per risc durant l'embaràs.

Us presentem un resum d'aquests nous criteris, segons el tipus de risc:

RISCOS ERGONÒMICS

1) Manipulació manual de càrregues

Es modifica el rang de la càrrega, que queda dividit en <4 kg, 4-10 kg i >10 kg, i canvia també el rang de freqüència, de manera que cal que es realitzi 4 o més vegades en una hora perquè es consideri càrrega repetida de pes (abans jornada de 8 hores). La càrrega inferior a 4 kg no comporta risc.

Canvia la valoració del risc a raó de la jornada realitzada: fins a 20 hores i fins a 40 hores setmanals.

MANEIG MANUAL DE CÀRREGUES	FREQUÈNCIA	Setmana d'inici del risc d'embaràs únic		Setmana d'inici del risc d'embaràs múltiple	
		Jornada de 40 hores/setm.	Jornada de 20 hores/setm.	Jornada de 40 hores/setm.	Jornada de 20 hores/setm.
>10 kg	≥4 vegades/hora	20	22	18	20
	<4 vegades/hora	24	26	22	24
≥4-10 kg	≥4 vegades/hora	24	28	22	26
	<4 vegades/hora	28	34	26	32
<4 kg		No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc

Taula 22: Maneig manual de càrregues: setmana d'inici de risc

Taula anterior

Repetidament (4 o més vegades en torn de 8 hores)	Embaràs únic	Embaràs múltiple
Més de 10 kg	18	16
De 5 a 10 kg	20	18
Menys de 5 kg	26	24

Intermitent (menys de 4 vegades en torn de 8 hores)	Embaràs únic	Embaràs múltiple
Més de 10 kg	20	18
De 5 a 10 kg	26	24
Menys de 5 kg	37	34

2) Flexions del tronc

Són les inclinacions en què queden les mans per sota dels genolls (flexions de tronc superiors a 60°). També s'introdueix el canvi de la durada de la **jornada realitzada: fins a 20 hores i fins a 40 hores setmanals**.

La taula actual només difereix de l'anterior en l'especificació de la durada de la jornada de treball:

FLEXIÓ DEL TRONC	Setmana d'inici del risc d'embaràs únic		Setmana d'inici del risc d'embaràs múltiple	
	Jornada de 40 hores/setm.	Jornada de 20 hores/setm.	Jornada de 40 hores/setm.	Jornada de 20 hores/setm.
Repetidament (més de 10 vegades/hora)	20	24	18	22
Intermitent (<10 i >2 vegades/hora)	28	32	26	30
Intermitent (<2 vegades/hora)	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc

Taula 13: Flexió de tronc repetida: setmana d'inici de risc

Taula anterior

	Embaràs únic	Embaràs múltiple
Repetidament (més de 10 vegades/hora)	18	16
Intermitent		
De 2 a 9 vegades l'hora	26	24
Menys de 2 vegades a l'hora	37	34

3) Pujar escales

Les escales estructurals dels edificis no suposen risc

S'entén que pujar és arribar a un lloc elevat ajudant-se de peus i mans. Aquest risc es divideix en: pujar per escales i pals verticals —amb més risc— o fer-ho per escales manuals.

Es fixa una **nova forquilla de freqüència: <4 vegades per jornada, entre 4 i vuit vegades i >8 vegades per jornada**, a més de la necessitat de conèixer si el **nombre d'esglaons** és superior o inferior a 4.

Per valorar el risc laboral per aquest requeriment, es fixen dues taules:

ESCALES I PALS VERTICALS			
Freqüència (Núm. vegades/jornada)	Núm. d'esglaons	Setmana d'inici del risc d'embaràs únic	Setmana d'inici del risc d'embaràs múltiple
<4 vegades/jornada	Més de 4	26	24
	Menys de 4	34	32
4 a 8 vegades/jornada	Més de 4	20	18
	Menys de 4	26	24
>8 vegades/jornada	Més de 4	18	16
	Menys de 4	20	18

Taula 14: Pujar escales i pals verticals: setmana d'inici de risc

ESCALES MANUALS			
Freqüència (Núm. vegades/jornada)	Núm. d'esglaons	Setmana d'inici del risc d'embaràs únic	Setmana d'inici del risc d'embaràs múltiple
<4 vegades/jornada	Més de 4	34	32
	Menys de 4	No hi ha risc	No hi ha risc
4 a 8 vegades/jornada	Més de 4	28	26
	Menys de 4	34	32
>8 vegades/jornada	Més de 4	26	24
	Menys de 4	28	26

Taula 15: Pujar escales manuals: setmana d'inici de risc

Taula anterior

Escales i pals verticals	Embaràs únic	Embaràs múltiple
Repetidament (4 o més vegades en torn de 8 hores)	18	16
Intermitent (menys de 4 vegades en torn de 8 hores)	26	24
Escales		
Repetidament (4 o més vegades en torn de 8 hores)	26	24
Intermitent (menys de 4 vegades en torn de 8 hores)	37	34

4) Bipedestació

Es defineix com l'acte de suportar el pes del cos en posició erecta. S'introdueix la diferenciació entre **bipedestació ininterrompuda estàtica** i **bipedestació dinàmica, discontinua i intermitent**.

BIPEDESTACIÓ ININTERRUMPUDA ESTÀTICA	Setmana d'inici del risc Embaràs únic		Setmana d'inici del risc Embaràs múltiple	
	Jornades de 40 hores setmanals	Jornades de 20 hores setmanals	Jornades de 40 hores setmanals	Jornades de 40 hores setmanals
	>=4 hores per jornada (només en jornada intensiva i acreditada pel Servei de Prevenció)	22	24	20
>=3 hores per jornada	24	26	22	24
>=2 hores per jornada	28	30	26	28

Taula 16: Bipedestació ininterrompuda estàtica: setmana d'inici de risc

BIPEDESTACIÓ DINÀMICA	Setmana d'inici del risc Embaràs únic		Setmana d'inici del risc Embaràs múltiple	
	Jornades de 40 hores setmanals	Jornades de 20 hores setmanals	Jornades de 40 hores setmanals	Jornades de 40 hores setmanals
	>=50% (meitat) de la jornada. (Només en jornada intensiva i acreditada pel Servei de Prevenció)	30	34	28
>=33% (una tercera part) de la jornada	34	No hi ha risc	32	No hi ha risc
>=25% (una quarta part) de la jornada	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc

Taula 17: Bipedestació dinàmica: setmana d'inici de risc

Taula anterior

	Embaràs únic	Embaràs múltiple
De manera perllongada (més de 4 hores al dia)	22	20
De manera intermitent		
Més de 30 minuts/hora	30	28
Menys de 30 minuts/hora	37	34

5) Sedestació

En la nova guia desapareixen les referències a secretària o administrativa amb activitat física lleugera, professional liberal amb activitat gerencial i asseguda amb activitats lleugeres.

El risc de sedestació es valora com un risc més sempre que concorri **impossibilitat de canvi de postura**.



SEDESTACIÓ	Setmana d'inici del risc Embaràs únic		Setmana d'inici del risc Embaràs múltiple	
	Jornades de 40 hores setmanals	Jornades de 20 hores setmanals	Jornades de 40 hores setmanals	Jornades de 20 hores setmanals
Sedestació perllongada, superior al 50% de la jornada, sense possibilitat de canvis de postura	33	37	31	33
Sedestació perllongada sense possibilitat de canvis de postura durant més de 2 hores ininterrompudes	37	No hi ha risc	36	No hi ha risc
Sedestació amb possibilitat de canvis de postura	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc	No hi ha risc

Taula 18: Sedestació: setmana d'inici de risc

Taula anterior

	Embaràs únic	Embaràs múltiple
Secretària o administrativa amb activitat lleugera	37	34
Professional liberal amb activitats gerencials	37	34
Asseguda amb activitats lleugeres	37	34

6) Activitat esportiva

S'indica una taula amb l'activitat esportiva, el tipus d'activitat i les setmanes de risc en funció de la jornada setmanal.

RISCOS FÍSICS:

1) Radiacions ionitzants

S'eleva el límit de seguretat a 1 msv (2 msv a l'abdomen).

2) Radiacions no ionitzants

S'estableix un conjunt d'activitats específiques que cal evitar a les treballadores embarassades pel principi de prudència.

3) Vibracions

Es considera el risc per exposició a vibració **des de l'inici de la gestació**, si el resultat de l'A8 presenta un valor superior als 0,5 m/s² en exposicions a cos sencer o superior a 2,5 m/s² en exposicions a mans i braços.

4) Temperatures extremes

Exposició al fred: S'analitzarà identificant la temperatura concreta d'exposició i el valor IREQ que determina l'acció aïllant de la roba de protecció individual.

Exposició a la calor: S'analitzarà mitjançant l'aplicació de l'índex WBGT, per la qual cosa serà necessari disposar en relació els valors de **temperatura i d'humitat**.

5) Soroll

Es mantenen els mateixos valors límit i es concreta la concessió abans, a la setmana 20, en cas que els valors límit de LAeq siguin superiors a 80 dB(A) i el nivell pic sigui de 135 dB(C).

RISCOS QUÍMICS:

La **principal novetat** en la forma de valorar les substàncies o agents de l'**annex VII** és l'establiment d'un **valor de seguretat determinat en 50% del valor límit** admès per a qualsevol treballador. En conseqüència, es fa necessari disposar dels mesuraments específics si es supera el 10% del VLA.

La **principal novetat de l'annex VIII** és la concreció del terme *exposició*, que determina que l'exposició implica presència i contacte.

RISCOS BIOLÒGICS:

Desapareix el **Coxsackie 16**, comunament conegut com la malaltia de boca-mà-peu, com un risc per a l'estat d'embaràs.

S'introdueix la **Febre Q** com a risc biològic, en cas de serologia negativa, per a veterinàries, explotacions ramaderes, escorxadors i treballadores de la indústria làctia. Cal aportar la serologia de la treballadora que acredita la manca d'immunitat a l'agent biològic pel qual se sol·licita.



RISCOS PSICOSOCIALS:

Agents estressadors

L'estrès no es pot considerar, en si mateix, com un risc per a l'embaràs.

Ordenació del temps de treball (nocturnitat)

No es concedeix per nocturnitat perquè no s'arriba a una conclusió determinant sobre el risc. És per això que es fa necessària una valoració adequada del risc en els llocs de treball, tant des de la perspectiva general del lloc com amb l'examen específic de la treballadora.

Treball en aïllament

En un treball en solitari i en una zona aïllada, per la dificultat en la demanda i recepció d'auxili, es concedeix des del moment de la sol·licitud.

Agressions

Es recull el risc per agressions tot distingint dos nivells de risc: en el primer hi entren les professionals que tinguin la contenció com a activitat principal, i en el segon les que no. Les professions del segon nivell hauran d'aportar el registre d'incidents, que es concedeix a partir de la setmana 12.





MUTUA COL·LABORADORA
AMB LA SEGURETAT SOCIAL

NÚMERO 1