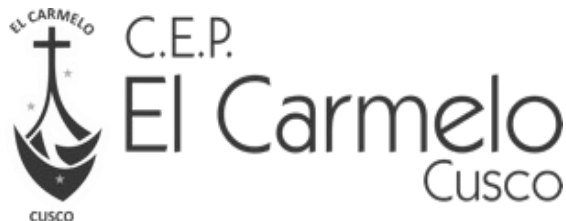

 <b>C.E.P. El Carmelo</b> Cusco	<b>PROGRAMA DE VIGILANCIA DE GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b>	<b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01 <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024 <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024 <b>Versión:</b> 01
---	--	---



## PROGRAMA DE VIGILANCIA DE GESTACIÓN Y PERIODO DE LACTANCIA

ELABORADO POR:	REVISADO POR:	APROBADO POR:
 Carlos Becerra Chavez Medico Ocupacional CMP 58408 DNI 06672707		
<b>Fecha: 24//2/2022</b>	<b>Fecha:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Cargo:</b>  Médico Ocupacional	<b>Cargo:</b>	<b>Cargo:</b>

 <b>C.E.P. El Carmelo Cusco</b>	<b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b>	<b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01 <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024 <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024 <b>Versión:</b> 01
--	--	---

## I. OBJETIVO GENERAL

El objetivo del siguiente Programa de Vigilancia Médica, en adelante (PVM), es prevenir y controlar riesgos laborales en mujeres trabajadoras gestantes, evitando así complicaciones maternas perinatales (Ver Cuadro 1). así como el bienestar y confort durante el periodo de lactancia.

## II. ALCANCE

Todas las trabajadoras gestantes y en periodo de lactancia de la institución.

## III. BASE LEGAL


- **Ley N° 29783**, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo: Artículo 66. Enfoque de género y protección de las trabajadoras.  
“El empleador adopta el enfoque de género para la determinación de la evaluación inicial y el proceso de identificación de peligros y evaluación de riesgos anual. Asimismo, implementa las medidas necesarias para evitar la exposición de las trabajadoras en periodo de embarazo o lactancia a labores peligrosas, de conformidad a la ley de la materia. Las trabajadoras en estado de gestación tienen derecho a ser transferidas a otro puesto que no implique riesgo para su salud integral, sin menoscabo de sus derechos remunerativos y de categoría”.
- **Decreto Supremo N° 005-2012-TR**, Reglamento de la Ley N° 29783: Artículo 100°.- En función a lo previsto en el artículo 66° de la Ley, durante el período de gestación son de aplicación las normas pertinentes. Las medidas adoptadas deben mantenerse o modificarse para garantizar la protección de la trabajadora o del recién nacido durante el periodo de lactancia, al menos hasta el año posterior al parto.
- **Resolución Legislativa N° 23432** que aprobó la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer.
- **Resolución Legislativa N° 24508** que aprobó el Convenio N° 156 de la OIT sobre la igualdad de oportunidades y de trato entre trabajadores y trabajadoras con responsabilidades familiares.
- **Resolución Legislativa N° 30312** que aprobó el Convenio N° 183 de la OIT sobre Protección de la Maternidad, 2000.
- **Ley N.º 28983**, Ley de Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres.

	<p align="center"><b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b></p>	<p><b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01  <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024  <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024  <b>Versión:</b> 01</p>
---	--	--

- **Ley 28048**, Ley de protección a favor de la mujer gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o desarrollo normal del embrión y feto.
- **Ley N.º 26644**, Ley que precisa el goce del derecho de descanso prenatal y - postnatal de la trabajadora gestante.
- **Ley 30367**, Es derecho de la trabajadora gestante gozar de 49 días de descanso prenatal y 49 días de descanso postnatal. el goce de descanso prenatal podrá ser diferido, parcial o totalmente, y acumulado por el postnatal, a decisión de la trabajadora gestante. tal decisión deberá ser comunicada al empleador con una antelación no menor de dos meses a la fecha probable de parto.
- **Resolución N° 374-2008-TR**, Aprueba el Listado de los agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales que generan riesgos para la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto,
- **Decreto Supremo N.º 011-2020-TR**, que establece normas complementarias para la aplicación del Decreto de Urgencia N.º 038-2020, Decreto de Urgencia que establece medidas complementarias para mitigar los efectos económicos causados a los trabajadores y empleadores ante la COVID-19 y otras medidas.
- **Ley 29896**, Ley que establece la implementación de lactarios en las instituciones del sector público y del sector privado promoviendo la lactancia materna
- **Ley N° 31051**, Ley que amplía las medidas de protección laboral para mujeres gestantes y madres lactantes en casos de emergencia nacional sanitaria.
- **RM 031-2023**, D.A. N° 339-MINSA/DGIESP, Nuevas medidas en la Directiva Administrativa que establece las disposiciones para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a SARS-CoV-2,

#### IV. DEFINICIONES

- **Gestante**, Estado de embarazo o gestación: Estado fisiológico de la mujer que se inicia con la fecundación y termina con el parto.
- **Periodo Gestacional**: tempo durante el cual se desarrolla la gestación, está comprendido desde el inicio de la concepción hasta el término de la misma (tiempo promedio de 37 semanas, divididos en 03 periodos o trimestres).
- **Vigilancia Médica en gestantes**: Vigilar la salud de las trabajadoras gestantes de modo que se identifiquen tempranamente las consecuencias relacionadas a los riesgos ocupacionales y con ayuda de los médicos tratantes.

	<p align="center"><b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b></p>	<p><b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01  <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024  <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024  <b>Versión:</b> 01</p>
---	--	--

- **Cambios Metabólicos:** Son los que se producen durante el embarazo y pueden potenciar la exposición tanto de la trabajadora como del embrión o el feto a sustancias tóxicas peligrosas (Ej: el aumento de la absorción pulmonar y del gasto cardiaco, el retraso del vaciamiento gástrico, el aumento de la motilidad intestinal y de la grasa corporal).
- **Lactancia:** es el proceso por el que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de las mamas que segregan leche inmediatamente después del parto, que debería ser el principal alimento del bebé al menos hasta los dos años es un derecho humano fundamental que debe ser promovido y protegido por el Estado, la Sociedad, las Familias y la Comunidad, en la medida que contribuye al desarrollo integral de las niñas y niños, mejora la salud de la madre y fortalece los vínculos familiares.
- **Periodo de Lactancia laboral:** Tiempo brindado a la trabajadora para con su menor hijo a poder brindarle exclusivamente alimentación con leche materna durante sus primeros seis meses de vida. Las madres trabajadoras tanto del sector privado y público, tienen derecho a gozar de una hora diaria de permiso por lactancia materna, hasta que su hijo/a cumpla un año de edad, este permiso puede ser fraccionado en dos tiempos iguales, siendo otorgado dentro de la jornada laboral.
- **Lactario:** Espacio destinado a la lactancia materna en horario de trabajo y en el centro de labores, que debe contar con especificaciones mínimas indispensables si se cuenta con al menos 20 mujeres en edad fértil en el centro laboral.

## V. RESPONSABILIDADES

### 1. Personal Operativo/Administrativo

Responsable de comunicar oportunamente a RRHH sobre su Estado de Gestación para activar los mecanismos de protección y cuidado correspondientes.

### 2. Personal de Recursos Humanos / Bienestar

O quien haga sus veces en estos cargos, responsables de brindar a la Gestante las primeras orientaciones acerca de su condición en adelante respecto al ámbito laboral, mantener registros y comunicar al Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo acerca de la Notificación en la identificación de la gestante.

### 3. Personal de Salud

 <b>C.E.P. El Carmelo Cusco</b>	<b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b>	<b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01 <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024 <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024 <b>Versión:</b> 01
--	--	---

Es responsable del control regular y periódico de la Gestante y verificar el cumplimiento de sus controles médicos por la especialidad y evidenciar las restricciones u orientaciones de acuerdo a su estado evolutivo, desde la captación del caso hasta la interrupción temporal de sus actividades cuando corresponda. Verificar a su vez las mejores condiciones y orientación para la Lactante. Así como supervisar el llenado de las fichas y declaraciones correspondientes.

#### 4. Gerencia y/o Administración

Es el responsable de brindar las facilidades y recursos para el cumplimiento y la operabilidad del presente programa, así como la supervisión de las condiciones que se brindaron para el desarrollo de las actividades planteadas.

### VI. PROCEDIMIENTOS

#### A- ACTIVIDADES A PROGRAMAR

6.1 Implementación y Difusión del PVM de prevención de riesgos en gestantes y control en periodo de lactancia:

- Mediante la divulgación oportuna por medios físicos o digitales de la implementación de este programa dirigido a toda la población femenina, en especial a las que se encuentren en edad fértil (MEF: 15 a 49 años) y con carácter de obligatoriedad para con las mujeres gestantes y en periodo de lactancia explicando los alcances respectivos.

6.2 Selección e identificación del personal.

- La selección, por intermedio del área de salud, será de acuerdo a los criterios de inclusión ya establecidos.
- La comunicación de esta condición la debe realizar la trabajadora directamente a la Institución bajo el principio de documento de compromiso asignado durante su actividad laboral (**Anexo 01**) o por medio de la identificación de la misma por el personal de salud o algún tercero dentro de la entidad que se percate o ponga parte de su estado. Una vez identificadas, se les inscribe en el registro correspondiente (**Anexo 02**)

6.3 Evaluación de riesgos por área y puesto laboral:

	<p align="center"><b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b></p>	<p><b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01  <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024  <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024  <b>Versión:</b> 01</p>
---	--	--

- Realizada la comunicación e identificación se debe realizar la evaluación de riesgos que deberá comprender la determinación de la naturaleza, grado y duración de la exposición de las trabajadoras en situación de embarazo, parto reciente, o periodo de lactancia a agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos, psicosociales y mecánicos; procedimientos o condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras o del feto o indirectamente en el recién nacido, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico.
- El alejamiento del peligro es una de las medidas de control importantes en caso se encuentren, optando por reubicaciones en áreas sin riesgo.
- La evaluación del puesto de trabajo con la Ficha respectiva por el área de salud (**Anexo 03 y 04**) serán una herramienta útil para verificar la implementación de este proceso.

#### 6.3 Seguimiento del personal y procesos del programa:

Las actividades generales que se desarrollarán durante los controles en adelante serán registradas en los formatos establecido de control (**Anexo 05**).

Estas son:

- Verificación de cartilla de controles prenatales.
- Toma de funciones vitales.
- Seguimiento de molestias que puedan presentarse durante la gestación.
- Recomendaciones personalizadas según avance del programa.
- Entrega de Cartillas de Información y orientación (Anexo 06)
- Supervisión de los registros generados correspondientes.

#### B- CONTROLES

- Los controles se realizarán de parte del personal de Salud de la Institución quien supervisara su proceso durante mínimo tres momentos con respecto a las gestantes:

PERIODO GESTACIONAL	SEGUIMIENTO
PRIMER TRIMESTRE	1 CONTROL
SEGUNDO TRIMESTRE	1 CONTROL
TERCER TRIMESTRE	1 CONTROL

 <b>C.E.P. El Carmelo Cusco</b>	<b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b>	<b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01 <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024 <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024 <b>Versión:</b> 01
--	--	---

- Los controles se realizarán de parte del personal de Salud de la Institución quien supervisara el cumplimiento de los beneficios durante el periodo de lactancia durante mínimo dos momentos, sobre todo en el periodo de lactancia materna exclusiva (06 primeros meses post parto):

PERIODO DE LACTANCIA	SEGUIMIENTO
PRIMER TRIMESTRE	1 CONTROL
SEGUNDO TRIMESTRE	1 CONTROL

#### C- CAPACITACIONES Y/O CHARLAS

- Las capacitaciones y/o charlas se programarán con el objetivo de educar a las gestantes sobre cuidados prenatales, el reconocimiento de factores de riesgo, y otros. Así como en lactantes sobre las facilidades que se les brinda y la importancia sobre la leche materna para con su menor hijo.

#### D- ACCIONES EN PERIODO DE LACTANCIA

- El jefe inmediato superior otorgará los permisos correspondientes a las madres trabajadoras, previo acuerdo para efectivizar el permiso por lactancia materna (1 hora diaria), cualquiera que sea su condición laboral, para que se extraiga la leche hasta que su niña o niño tenga veinticuatro (24) meses de edad como se establece en el Decreto Supremo N° 023-2021-MIMP. La institución mantendrá a su vez un **Registro de Identificación de Lactantes** para la contabilidad o apertura de las facilidades del uso del lactario a quienes la soliciten.
- La trabajadora podrá acudir diariamente al servicio de lactario para la extracción de la leche y debe firmar el **Registro de Usuaris del Lactario** ubicado en el mismo ambiente, a cargo del personal asignado para tal fin. El área de Salud verificará si se brindan las facilidades para dicho fin si se encuentran en esta condición. La institución mantendrá a su vez un Registro de Identificación de Lactantes para la contabilidad o apertura de las facilidades del uso del lactario a quienes la soliciten.
- Ambos registros mencionados estarán bajo normativa de la Directiva de uso de lactario de la Institución.

	<p align="center"><b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b></p>	<p><b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01  <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024  <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024  <b>Versión:</b> 01</p>
---	--	--

**E- RESULTADOS DEL PROGRAMA**

- Cobertura de inserción al programa mayor al 70%.
- Monitoreo de las funciones vitales en un 100% de las gestantes dentro del programa durante sus controles.
- Monitoreo de riesgos laborales en gestantes en un 100% de puestos involucrados.
- Prevenir accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales en un 80%, mediante la aplicación del Mapa de Riesgo de la Mujer Gestante.
- Monitorizar la difusión, identificación de usuarias, así como las facilidades para el uso del Lactario según corresponda.

**F- INDICADORES DEL PROGRAMA**

<p align="center"><b>INDICADORES DE GESTION (PROCESO)</b></p>	<p align="center"><b>Índice de cobertura (IC)</b></p> <p align="center">IC= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras en el PVMG}}{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras gestante en la empresa}} \times 100 =</math></p> <p align="center">IC= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras en el PVMG}}{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras lactantes en la empresa}} \times 100 =</math></p> <p align="center">IC= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ de trabajadoras que recibe capacitaciones}}{\text{N}^\circ \text{ de trabajadoras gestante en la empresa}} \times 100 =</math></p> <p align="center">IC= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ de trabajadoras que recibe capacitaciones}}{\text{N}^\circ \text{ de trabajadoras lactantes en la empresa}} \times 100 =</math></p>
<p align="center"><b>INDICADORES DE EFICACIA</b></p>	<p align="center"><b>Índice de cumplimiento de recomendaciones (ICR)</b></p> <p align="center">ICR= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras que cumplen con su control pre-natal}}{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras gestantes en la empresa}} \times 100 =</math></p> <p align="center">ICR= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras que usan el lactario institucional}}{\text{N}^\circ \text{ trabajadoras lactantes en la empresa}} \times 100 =</math></p> <p align="center">ICR= <math>\frac{\text{N}^\circ \text{ de trab que cumplen con medidas preventivas del PVM}}{\text{N}^\circ \text{ de trabajadoras que recibieron capacitaciones}} \times 100 =</math></p>



 <b>C.E.P. El Carmelo</b> Cusco	<p align="center"><b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b></p>	<p><b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01  <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024  <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024  <b>Versión:</b> 01</p>
---	--	--

G- MATERIALES PARA LA IMPLEMENTACION DEL PROGRAMA

INSTRUMENTOS	UNIDADES
Balanza (simple)	1
Tensiómetro	1
Estetoscopio	1
Fichas o Registros	VARIABLE

## VII. ANEXOS

**Anexo 1 :** DECLARACIÓN JURADA DE GESTACIÓN Y PERIODO DE LACTANCIA


**Anexo 2 :** REGISTRO TRIMESTRAL DE IDENTIFICACIÓN DE GESTANTES U MUJERES EN PERIODO DE LACTANCIA

**Anexo 3 :** EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA MUJER GESTANTE

**Anexo 4 :** RIESGOS LABORALES PARA GESTANTE

**Anexo 5 :** REGISTRO DE CONTROL Y SEGUIMIENTO

**Anexo 6 :** RECOMENDACIONES GENERALES A TOMAR EN CUENTA CON TRABAJADORAS GESTANTES Y EN PERIODO DE LACTANCIA

 <b>C.E.P. El Carmelo</b> Cusco	<p align="center"><b>PROGRAMA DE VIGILANCIA MEDICA GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b></p>	<p><b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01  <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024  <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024  <b>Versión:</b> 01</p>
---	--	--

## ANEXO 01

### Declaración Jurada de Gestación y/o Periodo de Lactancia

Yo,....., identificada con DNI....., en el puesto  
o cargo de..... que:


Por medio de la presente me comprometo y comunico de modo inmediato a la institución que durante mi relación laboral me encuentro en periodo de gestación o lactancia, así como a realizar los controles respectivos con el médico tratante de mi estado y comunicar algún evento adverso sobre mi estado de salud que afecte mi gestación a efectos de acreditar mi condición de aptitud laboral ante el área de salud de la institución a fin de no poner en riesgo mi salud y/o el desarrollo del embrión y el feto durante el periodo de mi gestación y/o lactancia.

Asimismo, me comprometo a presentar en su oportunidad los documentos que acrediten encontrarme en periodo de gestación y/o lactancia, de ser el caso.

Finalmente, dejo constancia que la suscripción del presente compromiso lo realizó debidamente informada de acuerdo y en cumplimiento de las normas de protección a favor de la mujer gestante y en periodo de lactancia.

\_\_\_\_\_  
Firma Trabajadora

Fecha:     /     / 2023

	<b>PROGRAMA DE VIGILANCIA DE GESTACION Y PERIODO DE LACTANCIA CEP EL CARMELO</b>	<b>Código:</b> CC-VSO-PVM-01 <b>ELABORACION:</b> MARZO 2024 <b>APROBACIÓN:</b> MARZO 2024 <b>Versión:</b> 01
--	--	---

ANEXO 02

<b>REGISTRO TRIMESTRAL DE IDENTIFICACIÓN DE GESTANTES Y MUJERES EN PERIODO DE LACTANCIA</b>											<b>CODIGO:</b>
<b>INGRESO AL PVM</b>											<b>VERSION:</b>
<b>TRIMESTRE : I (    ), II (    ), III (    ), IV (    )</b>											<b>FECHA:</b>
<b>DATOS DEL EMPLEADOR</b>											
<b>RUC</b>		<b>RAZON SOCIAL O DENOMINACION</b>			<b>DOMICILIO</b>			<b>ACTIVIDAD ECONOMICA</b>			<b>N° DE TRABAJADORES EN EL CENTRO</b>
<b>N°</b>	<b>FECHA</b>	<b>DNI</b>	<b>APELLIDOS Y NOMBRES</b>	<b>TELEFONO</b>	<b>CARGO</b>	<b>CONDICION DE INGRESO: -GESTANTE -LACTANTE</b>	<b>EDAD GESTACIONAL (SOLO SI ES GESTANTE)</b>	<b>FECHA PROBABLE DE PARTO (SOLO SI ES GESTANTE)</b>	<b>FECHA DE PARTO (SOLO SI ES LACTANTE)</b>	<b>OBSERVACIONES</b>	<b>FIRMA</b>
1											
2											
3											
4											
5											

Las aquí firmantes expresan su consentimiento de participación en el Programa de Vigilancia respectivo y se sujetan a su control y normas, quedando a su resoonsabilidad el incumplimiento de las mismas.

<b>RESPONSABLE DEL REGISTRO</b>				
<b>NOMBRE</b>	<b>CARDO</b>		<b>DNI</b>	<b>FIRMA</b>

ANEXO 03

Evaluación de Riesgos para la Mujer Gestante

Trabajadora			
Puesto / Área de Trabajo:			
Descripción de las tareas:			
Uso de EPP:	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	Fecha:	Hora:
N° de Mujeres Gestantes		Cuentan con lactarios	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>

Condiciones Generales ( Solo marcar si corresponde )			
Turno	M <input type="checkbox"/> T <input type="checkbox"/> N <input type="checkbox"/>	Trabajo en altura <input type="checkbox"/>	Servicios Higiénicos no adecuados <input type="checkbox"/>
Rotación o cambio de Puesto		Trabajo en aislamiento <input type="checkbox"/>	No cercanía a bebederos de agua <input type="checkbox"/>
Tiempo de Trabajo		Requiere equilibrio <input type="checkbox"/>	Zonas de descanso inexistentes <input type="checkbox"/>
H x Día	H x S	Espacios reducidos <input type="checkbox"/>	No formación/información de riesgos de Estrés <input type="checkbox"/>

Agentes Físicos	Agentes Psicosociales
Agentes Químicos	Ergonomía
Otros:	

Análisis del Riesgo de la Actividad de la Gestante (Cuando Corresponda)			
¿La solución requiere evaluación del riesgo?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> No	¿Está identificado?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> No Referencia
Riesgo:		Decisión:	
Evaluador:		Firma	
Observaciones:			

ANEXO 04

RIESGOS LABORALES PARA GESTANTES

TIPO DE RIESGO	FACTORES DE RIESGO
Agentes Físicos	Choques, vibraciones o movimientos Ruido, radiaciones ionizantes, frío o calor extremo. Trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada.
Agentes Biológicos	Agentes biológicos de los grupos 2, 3 y 4 (Ej. hepatitis, virus del sida, tuberculosis)
Agentes Químicos	Sustancias cancerígenas y mutágenas (etiquetadas con las frases R40, R45, R46, R49) Sustancias tóxicas para la reproducción (etiquetadas con las frases R60, R61 R62, R63, R64 y R33) Disruptores endocrinos Mercurio y sus derivados Medicamentos antimitóticos (citotóxicos) Agentes químicos cuyo peligro de absorción cutánea es conocido. Incluyen algunos pesticidas y disolventes, entre otras sustancias. Monóxido de carbono Plomo y sus derivados, en la medida en que estos agentes puedan ser absorbidos por el organismo humano
Psicosociales	Horarios de trabajo inadecuados (trabajo a turnos, nocturno o prolongaciones de jornada, etc.). Situaciones de acoso psicológico. Trabajo aislado. Alta carga mental. Exposición a riesgos psicosociales y trabajos de alta tensión
Ergonómicos	Actividades realizadas de pie. Subir escaleras de mano. Actividades realizadas en posición sentada Posturas forzadas asociadas a la actividad profesional de las trabajadoras embarazadas o que han dado a luz recientemente Manipulación manual de cargas Movimientos y posturas Desplazamientos dentro o fuera del establecimiento
Otros riesgos	Trabajo en altura Riesgo de infección o de enfermedades del riñón como resultado de instalaciones sanitarias poco adecuadas Ausencia de zonas de descanso y otras instalaciones similares Peligros derivados de una alimentación poco apropiada Peligros derivados de instalaciones poco apropiadas o de la ausencia de las mismas

ANEXO 05

REGISTRO DE CONTROL Y SEGUIMIENTO

GESTANTE

DATOS PERSONALES									
Nombre y Apellido						Edad:			
Fecha de Nacimiento		FUR		FPP		Edad Gestacional			
Puesto					Código				
ANTECEDENTES PATOLOGICOS FAMILIARES									
PATOLOGIA	SI	NO	PATOLOGIA	SI	NO				
Alergias			Gemelares						
Anomalías Congénitas			TBC						
Epilepsia			Neoplasia						
Diabetes			Asma						
HTA			Otros						
ANTECEDENTES PATOLOGICOS PERSONALES.									
PATOLOGIA	SI	NO	PATOLOGIA	SI	NO	PATOLOGIA	SI	NO	
Aborto Recurrente			Enfermedades Congénitas			Parto Prolongado			
Alergia a Medicamentos			Enfermedades Infecciosas			Pre-eclampsia			
Asma Bronquial			Epilepsia			Prematuridad			
Cardiopatía			HTA			Placenta Previa			
Cirugía Pélvica Uterina			Hemorragia Post-Parto			VIH SIDA			
Diabetes			Neoplasia			Embarazo Ectópico			
Gastritis			TBC			Otros			
SEGUIMIENTO Y CONTROL									
Síntomas o signos de Alarma	Fecha de Captación	PESO:		PESO:		PESO:			
		1er control		2do control		3er control			
Nauseas									
Mareo/Vómitos									
Fatiga									
Presión Arterial									
Aumento Aprox. De peso									
Acidez									
Dolor de Cabeza									
Edema									
Otros									
Se dio consejería									



## ANEXO 06

### RECOMENDACIONES GENERALES A TOMAR EN CUENTA PARA CON LAS TRABAJADORAS GESTANTES Y EN PERIODO DE LACTANCIA

**Es sugerente que la trabajadora notifique o anuncie su estado gestacional ante el área correspondiente para brindarle o esté sujeta a todas las siguientes recomendaciones:**

- La trabajadora gestante deberá notificar a Servicio social y/o a Recursos Humanos cuando tengan programados sus controles médicos e informar su cumplimiento y los resultados de los mismos al área de salud de su institución a consideración, sobre todo si son adversos o incompatibles con la actividad laboral que realiza.
- El jefe inmediato deberá respetar los horarios de refrigerio y de alimentación principal de las gestantes, así mismo puede designar periodos cortos de descanso durante la jornada laboral, el mismo que puede ser coincidente con sus refrigerios a brindarlos, esto de acuerdo a las indicaciones médicas brindadas por su médico tratante si así es recomendada en cada caso.
- Toda gestante será reubicada a un puesto donde exista el menor riesgo posible para ocurrencia de algún incidente o accidente que pueda afectarla, de preferencia en nivel inferior del lugar donde trabaje (generalmente piso 1) evitando las actividades que impliquen carga física continua o intensidad de labores en frecuencia, tiempo, y tránsito.
- Toda trabajadora, en lo posible, no deberá manipular cargas mayores de 5kgs. y menos si esto es de manera repetitiva.
- Deberá evitar colocarse a la trabajadora en horarios nocturnos o de "amanecida" donde se dificulte algún proceso para su traslado o atención por una unidad de Emergencia cercana en caso lo amerite.
- Las trabajadoras embarazadas no deben estar expuestas a condiciones climáticas adversas como calor ni frialdad excesiva y prolongada en el lugar de trabajo.
- Toda trabajadora gestante deberá evitar las áreas expuestas donde existan altos índices de ruido o vibración.
- Deberá en lo posible evitarse la sobrecarga laboral y de funciones con responsabilidades mayores así como cambios de horario que sean adversos a los que rutinariamente venga desempeñando.
- Las gestantes evitarán en lo posible tener contacto permanente con los siguientes tipos de máquinas: fotocopadoras, scanner y todo instrumento o equipo capaz de emitir algún tipo de radiación aun si este instrumento y su uso con emisión de este tipo de radiaciones sea cuestionable.
- Se deberá tener en cuenta evitar que las gestantes no adopten posturas forzadas ni prolongadas de forma estática en la actividad que realizan sobre todo si es por largos periodos de tiempo.
- Toda trabajadora embarazada deberá presentar el descanso medico correspondiente a su pre y postnatal otorgado por su médico tratante al área de Servicio Social o Recurso Humanos en original oportunamente.
- En caso amerite atención o condición especial, de acuerdo a las indicaciones de su médico tratante, se tendrá en cuenta el informe que certifique su estado de salud para continuar llevando o no a cabo sus funciones de acuerdo a su puesto de trabajo.
- Deberán brindarse las facilidades para su atención y/o traslado hacia alguna unidad de Emergencia, en caso lo amerite su estado de salud, primando su condición de gestante.

#### POST PARTO Y LACTANCIA:

- Toda trabajadora después del nacimiento de su bebe, gozará de un tiempo de vacaciones de acuerdo a la norma y al reintegrarse de sus labores después del parto no deberá manipular cargas mayores a 5 kgs. durante el primer trimestre de su reinserción.
- Toda trabajadora reintegrada a sus labores después del parto por cesárea, no deberá manipular cargas mayores a 3 kgs. durante el primer trimestre de su reinserción.
- Deberá brindarse las facilidades para el uso del Lactario institucional o del ambiente designado para este propósito el cual debe cumplir mínimas condiciones de higiene, tiempo y confort aceptadas por la usuaria pero de acuerdo a norma.
- Evitar las áreas donde exista altos índices de ruido, humedad calor o frialdad ambiental en las unidades donde se identifique que existan madres en periodo de lactancia.
- Durante el periodo en que la trabajadora este alimentando al bebe (periodo de lactancia), no deberá realizar labores en que se exponga a sustancias químicas que puedan afectar su salud o la del niño.

**Es sugerente que el Profesional de la salud a cargo de la institución deba proceder a una verificación de su evolución o estado, una vez identificada durante tres periodos o momentos de su gestación:**

PRIMER TRIMESTRE: desde la 1era sem. Hasta la 13va sem

SEGUNDO TRIMESTRE: desde la 14 sem. Hasta la 27va sem

TERCER TRIMESTRE: desde la 28va sem hasta la 40va sem

VIII. CONTROL DE CAMBIOS

Versión	Fecha	Procedimiento	Aprobado por
01	Febrero 2023	Elaboración de Documento	Ver pág. 1
	Marzo 2024	Revisión y Revalidación	