

Si estás embarazada o en periodo de lactancia natural, comunícalo a la empresa

NOMBRE	
DNI	

Comunico que:

- ☐ En la actualidad me encuentro en situación de embarazo. Estando en la ____ semana de gestación.
- ☐ En la actualidad me encuentro en periodo de lactancia natural.

Informo a la empresa de la situación señalada para que tenga conocimiento de los hechos y cumpla con lo establecido en el Art. 26 de la LPRL con relación a la protección de la maternidad.

En _____ a _____ de _____ de 20

Firma Trabajadora	Recibí Empresa



**INFORMACIÓN BÁSICA SITUACIÓN DE
EMBARAZO / LACTANCIA NATURAL**

Con objeto de dar cumplimiento al Artículo 26 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Protección de la maternidad), a continuación se incluyen las conclusiones obtenidas de la Evaluación de Riesgos de los puestos de trabajo; relacionadas con los agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que pueden influir negativamente en la salud de las trabajadoras embarazadas o en período de lactancia natural, del feto o del niño durante el período de lactancia natural; y con los agentes o condiciones de trabajo a los cuales no podrá haber riesgo de exposición por parte de trabajadoras embarazadas o en período de lactancia natural.

Puestos de trabajo Exentos de Riesgo para el Embarazo, Lactancia y Parto reciente:

- Administración.
- Informático.
- Informático desplazado.

Puestos de trabajo en los que existen agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que pueden influir negativamente en la salud de las trabajadoras embarazadas o en período de lactancia natural, del feto o del niño durante el período de lactancia natural:

- Limpieza y Mantenimiento

RECUERDA ...

- Seguir una **alimentación adecuada**.
- **Evitar los tóxicos**.
- Muévete, **practica deporte**, sin grandes esfuerzos, pero con regularidad.

