

# PSICOSOCIALES Y ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

## Introducción

**Trabajar a un ritmo intenso, impuesto por máquinas, personas o procesos; con plazos ajustados; con condiciones precarias, con un salario variable, en función de prima; realizando tareas poco variadas y repetitivas; con ausencia, escasez y rigidez en las pausas; sin recursos y apoyo social; con atención continuada al público; con comportamientos y situaciones de violencia o de discriminación, como esta:**

**“Llevo 16 años en la empresa y estaba de oficial de segunda pero me quitaron porque pedí la reducción de jornada cuando me incorporé tras el nacimiento de mi hija”.**

**Todos y cada uno de estos factores psicosociales, entendidos como derivados de la organización del trabajo, pueden incidir sobre la trabajadora embarazada y sobre el hecho mismo de la lactancia.**

## ¿Cuáles son los posibles daños?

La fatiga física y mental, el estrés y los trastornos derivados de estas exposiciones pueden generar presión arterial elevada en la gestante poniendo en peligro el desarrollo del feto; adoptar estilos de vida poco saludables repercutiendo en el desarrollo del embarazo y su resultados; aumentar el riesgo de parto prematuro, producir bajo peso al nacer de la criatura incluso muerte fetal.

En cuanto a la lactancia puede dificultar su mantenimiento y aumentar el riesgo de mastitis si no se dispone del tiempo necesario para realizar las extracciones durante la jornada laboral.

FINANCIADO POR:



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE TRABAJO, MIGRACIONES  
Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN  
ESTATAL PARA  
LA PREVENCIÓN  
DE RIESGOS  
LABORALES, F.S.P.



Colabora:  
**CCOO**  
industria



## ¿Cómo y qué hacer?

Las empresas están obligadas a evaluar la exposición a estos factores de riesgo y elaborar una lista de puestos de trabajo exentos de riesgos para el embarazo y la lactancia, informar a las trabajadoras cuando existan riesgos para la gestante, el embarazo y la lactancia, y por último, adoptar las medidas necesarias para evitar dicha exposición.



En las actividades de procesados de alimentos hay que prestar atención al trabajo en cadena. El ritmo de trabajo y las pausas deben ser lo más flexibles posible, de modo que la trabajadora pueda regularlos según sus necesidades (estado del embarazo, para poder atender posibles

mareos, necesidades de micción etc.), así como disponer de personal adecuado para cubrir bajas, y descansos, proporcionar los recursos y los apoyos necesarios, evitando, a toda costa, posibles discriminaciones así como informar a la trabajadora de los riesgos y medidas.

Si consideras que puedes estar expuesta a estos factores de riesgo en tu puesto de trabajo, consulta a la representación sindical, o en su defecto pide información a la empresa, por ejemplo a la persona encargada de tu sección o al personal del servicio de prevención.

FINANCIADO POR:



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE TRABAJO, MIGRACIONES  
Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN  
ESTATAL PARA  
LA PREVENCIÓN  
DE RIESGOS  
LABORALES, F.S.P.



Colabora:  
**CCOO**  
industria