



Notificar el embarazo en el trabajo: guía completa para padres

EMBARAZO

ARTÍCULO

SEP 11, 2015

4 MIN

Me acabo de enterar de mi embarazo y ¡estoy en las nubes! Ahora me toca seguir una serie de trámites administrativos. ¡Es hora de averiguar perfectamente mis derechos como mujer embarazada!

Cuándo notificar el embarazo a la empresa

No esperes demasiado tiempo. En cuanto lo hagas "oficial", tendrás derecho a las medidas de protección previstas para las mujeres embarazadas.

Embarazo y tu trabajo

Cuando la relación con la organización es buena y se tiene un contrato indefinido, es

conveniente decirlo pronto en beneficio de la salud de la madre. Al notificar el embarazo en el trabajo cuanto antes, la embarazada puede organizar su tiempo para ir al ginecólogo o solicitar un cambio de puesto de trabajo si su labor implica algún riesgo para la gestación.

Cuando el contrato de la futura madre es temporal, la decisión es más bien ética. Se puede esperar a firmar un nuevo contrato, pero por lo general no debería haber problemas en la renovación.

Tu lista de licencia por maternidad

- Cuéntale a tu jefe/a las grandes noticias. Puede variar dependiendo de donde vivas, pero normalmente debes avisarle en la semana 25, a más tardar.
- Averigua si hay alguien más a quien debas avisar en tu trabajo. En algunas empresas hay representantes de recursos humanos que te pueden ayudar.
- Pide una evaluación de riesgo en el trabajo, puede ser que se evalúe tu postura, tu área de trabajo o tu exposición a productos químicos.
- Pregunta a tu profesional de la salud cuándo debes obtener un certificado de maternidad. El tiempo y el proceso pueden variar en distintos países.
- Pregunta a tu profesional de la salud cómo funciona el certificado de maternidad y a quién mostrárselo.
- Piensa cuánto tiempo debes tomarte antes de que llegue el bebé: tal vez puedas comenzar tu licencia de maternidad antes de que nazca el bebé, dependiendo de tu país.
- Considera cuánto tiempo te tomarás después de que llegue el bebé: es posible que exista un mínimo de tiempo requerido, dependiendo de donde vives y el trabajo que haces.
- Calcula cuanto tiempo de licencia de incapacidad por maternidad puedes tomar, con base en la cantidad de pago por incapacidad disponible.
- Compara el costo de la guardería y el monto de tu salario.
- Considera cuál es la mejor fecha para que sea tu último día de trabajo.
- Piensa cuál es la mejor fecha para regresar al trabajo.
- Habla con tus colegas que hayan tomado licencia de incapacidad por maternidad en el pasado para que te aconsejen.
- Pregunta sobre qué bonos por regresar al trabajo pueden ofrecerte.
- Considera la licencia por paternidad y la licencia compartida, si está disponible donde vives.
- Verifica la elegibilidad para la licencia compartida. Si es limitada, ¿qué tal si papá inscribe al bebé en una guardería durante dos semanas para que mamá pueda volver al trabajo tranquilamente?
- Pregunta si tu oficina ofrece días para estar en contacto.
- Ahora que ya terminaste esa tarea administrativa, prémiate a ti misma con una tarea divertida: ¡nombres para el bebé?!

Embarazo y trámites administrativos:

¿qué hago?

Seguridad Social

Si te realizaste el test de embarazo y dio positivo, lo primero que debes hacer es pedir cita con el ginecólogo para una primera revisión prenatal, que debe programarse antes de finalizar primer trimestre.

Cómo solicitar el permiso de maternidad

Este permiso se solicita después del parto y, de por lo general, sigue el siguiente proceso:

- El Servicio Público de Salud te entregará tu informe de maternidad. Una copia la retiene tu médico y otra el Servicio Público de Salud.
- Entrega el original del informe de maternidad a tu empresa. La empresa deberá devolvarte el documento debidamente tramitado.

Cobertura de la seguridad social

Luego de declarar tu parto, de forma general, tu salario estará cubierto al 100% por la seguridad social. Tendrás que preparar tus documentos personales necesarios para tramitar la cobertura.

Además, necesitarás gestionar el documento oficial de la "Solicitud de maternidad", o cualquier similar, que contenga la misma información.

Registrarse en FamilyNes te ofrece acceso a una comunidad de padres, recursos personalizados y asesoramiento experto para cada etapa de tu embarazo y más allá.