

# Derechos de ajustes laborales para mujeres embarazadas

Guía para empleadores y empleados en el estado de Washington



## ¿Qué son las leyes de ajustes para embarazadas?

Las leyes de ajustes para embarazadas proporcionan protección específica de los derechos civiles de las trabajadoras embarazadas. Conforme a la ley de Washington (Código Revisado de Washington [Revised Code of Washington, RCW] 43.10.005), todos los empleadores con 15 o más empleados deben proporcionar estos ajustes.

## ¿Cuáles son los derechos de ajustes que tienen las trabajadoras embarazadas?

Las empleadas embarazadas pueden solicitar ciertos cambios en su entorno laboral para adaptarse a su embarazo y sus condiciones de salud después del nacimiento del bebé, como la necesidad de amamantar o extraer leche. Los empleadores deben cumplir con una solicitud de las trabajadoras embarazadas para:

- Tomar descansos frecuentes, más largos o flexibles para ir al baño;
- Modificar la política de prohibición de bebidas o alimentos;
- Brindar asiento o permitir que la trabajadora se siente con más frecuencia; y
- Abstenerse de levantar más de 17 libras.

Los empleadores pueden solicitar una nota escrita de un profesional de atención médica que describa la necesidad de un cambio cuando una trabajadora embarazada solicita:

- Reestructuración laboral, incluido modificar el horario de trabajo, reasignación de labores, cambio de estación de trabajo o prestación de equipo;
- Una transferencia temporal a un cargo menos arduo o peligroso;
- Flexibilidad para la programación de consultas prenatales; y
- Cualquier otra adaptación que necesite la trabajadora.

## ¿Cuáles son las prácticas prohibidas?

Conforme a la ley del estado de Washington un empleador no puede:

- Negarse o rehusarse a proveer ajustes en el trabajo para una trabajadora embarazada, a menos que imponga una "dificultad excesiva";
- Tomar represalias contra una trabajadora embarazada que solicite un cambio en su ambiente de trabajo;
- Negar oportunidades de empleo a una empleado calificada debido a sus necesidades; o
- Requerir a una trabajadora embarazada que tome un permiso cuando se puede encontrar otra solución.

Una "dificultad excesiva" se define conforme a la ley como, "una medida que requiere una dificultad o gasto significativo".

## ¿Cómo puedo denunciar una violación a mis derechos de embarazo?

La División de Derechos Civiles del Procurador General del Estado de Washington recibe reclamos de trabajadoras embarazadas cuyos derechos laborales pueden haber sido violados.

Contáctenos al [pregnancySP@atg.wa.gov](mailto:pregnancySP@atg.wa.gov) o deje un mensaje en nuestra línea telefónica gratuita al (833) 660-4877.

También puede presentar un reclamo en línea al: [www.atg.wa.gov/pregnancy-accommodations](http://www.atg.wa.gov/pregnancy-accommodations)

División de Derechos Civiles Wing Luke de la  
Oficina del Procurador General del Estado de Washington  
[www.atg.wa.gov/wing-luke-civil-rights-division](http://www.atg.wa.gov/wing-luke-civil-rights-division)



Updated: 2/4/21