

Boletín N° 3

Comité Paritario



Instituto Nacional de la Juventud

Abril 2007

CALENDARIO ELECCIONES

03 Abril: Invitación a inscribirse a los representantes de los trabajadores por medios de aviso en todo el centro.

10 Abril: Término fecha inscripción representantes trabajadores.

16 Abril: Elección representantes trabajadores.

20 Abril: Renovación y Constitución del nuevo Comité Paritario.

La Dirección Nacional nombró a sus nuevos representantes, los que serán:

Titulares:

1. Laura Moraga.
2. Yuxsu Ramos.
3. Jaime Azocar.

Suplentes:

1. Yenny Mendez.
2. Claudio Fuentes.
3. Fernando Krauss.

Embarazo y Trabajo

Con la progresiva inserción femenina al mundo del trabajo, a estas alturas ya resulta normal ver a muchas mujeres en sus lugares de empleo con pancitas, unas más y otras menos prominentes, que delatan sus meses de embarazo.

Y es que estar embarazada no significa tener que quedarse en casa descansando. Al contrario. Si se trata de un embarazo bien controlado por los médicos, no hay problemas en que la mujer realice su trabajo en forma normal.

Sin embargo, sí hay que tener ciertas consideraciones. "La primera se relaciona con la parte postural. Tiene que haber una postura correcta. Debe ser derecha, con una silla que tenga una altura cómoda para sentarse y apoyar los brazos",

Esto, debido a que "se producen cambios en la línea de fuerza de la columna, y hay problemas serios de columna que pueden provocar dolores que hacen que la mujer no pueda asistir al trabajo y tenga que pedir licencia".

Nuevo Comité

El Comité Paritario que cesa en sus funciones constituirá el nuevo Comité Paritario que inicia sus funciones el día siguiente. (en este caso el 23 de Abril)

También hay otros cuidados que debemos tomar en cuenta:

Alimentación: Muchas mujeres comen lo que ofrecen los casinos de sus trabajos, pero esto no siempre es lo más indicado, porque suele haber demasiada grasa e hidratos de carbono. Tampoco es recomendable comer cosas irritantes (como el ají), ni mucho menos, comer por dos.

Contaminación: Se debe eliminar por completo el cigarrillo. Aquellas que trabajan al aire libre deben usar bloqueadores solar.

Enfermedades: Si alguno de los compañeros de trabajo contrae una enfermedad infecciosa (como la rubéola) debe avisarse de inmediato a la mujer embarazada. Igual consejo para las infecciones digestivas (por ejemplo, la producida por la salmonella)

Estrés: El embarazo produce cambios hormonales y de ánimo tremendos que pueden trascender en el trabajo y producir conflictos. Por eso corresponde a los compañeros y jefes enfrentar de mejor manera el ambiente laboral.

Esfuerzo físico: Una embarazada no puede realizar este tipo de trabajo porque, además del peso que tiene, puede haber una serie de inconvenientes o dolores.

Ejercicio: Tiene que mover las piernas cada cierto tiempo, para que fluya el retorno venoso y disminuya el riesgo de trombosis. Pero depende de cuánto riesgo tenga cada persona. No hay problemas en subir y bajar escaleras, si lo hace con cuidado.

16 de Abril - Elecciones Comité Paritario