

EMBARAZO Y MATERNIDAD



Ámbito

Este documento incluye información que puede ayudarte a saber qué debes hacer y qué puedes esperar de la UDC y de los servicios sanitarios de Galicia en relación con el embarazo y la maternidad.

El contenido se basa en las preguntas que se reciben en la UDC, por lo que, si su pregunta no encuentra respuesta en este documento, no dude en ponerse en contacto con nosotros.

Incluye 3 secciones:

- He descubierto que estoy embarazada
- He tenido un bebé recientemente
- Bajas y permisos

EMBARAZO Y MATERNIDAD

Ed. 2025

Me he enterado que estoy embarazada

Una vez confirmado el embarazo, puedes comunicarlo a la persona directamente responsable de tu puesto de trabajo en la UDC o a los servicios de Recursos Humanos de la UDC. Por supuesto no es obligatorio informar sobre tu estado pero puede ser de suma importancia si el trabajo que realizas o las sustancias con las que trabajas pueden suponer algún riesgo para ti o para el feto (este extremo lo evaluarán los servicios de salud y seguridad de la UDC).

Cita con la matrona de tu centro de salud:

Si se registró en el SERGAS cuando se mudó a Galicia, solo tiene que iniciar sesión en la aplicación y reservar una cita con la *matrona* de su centro de salud. Si no tiene credenciales para la aplicación, acuda directamente al centro de salud y solicite una cita con ella.

Si aún no te has registrado en el SERGAS, el primer paso es acudir al centro de salud del SERGAS más cercano a tu domicilio. Lleve su NIE y un justificante de residencia (*padrón*) y solicite darse de alta en el sistema. El personal del mostrador de información le preguntará si prefiere que le asignen un médico de cabecera por la mañana o por la tarde. Le proporcionarán las credenciales para la aplicación/página web y solicitarán una tarjeta sanitaria, que recibirá en su domicilio postal en unos días.

Durante su primera visita con la matrona, te pedirá información detallada sobre su historial médico, así como el de su familia. Si tiene pareja, es recomendable que le acompañe, ya que la matrona también le preguntará sobre sus hábitos de salud y antecedentes.

También le explicará información esencial para el primer trimestre del embarazo y programará un calendario de visitas con ella y otros profesionales sanitarios, como el dentista, el radiólogo y el anestesista. También calculará la fecha prevista del parto.

Se le realizarán tres ecografías para controlar el desarrollo de su bebé:

1. A las 12 semanas de embarazo: durante esta ecografía, el personal médico confirmará la viabilidad del feto y también podrá determinar el sexo biológico del bebé.
2. A las 20 semanas de embarazo: el radiólogo realizará un estudio morfológico exhaustivo del bebé para descartar discapacidades y problemas anatómicos. Si hubo alguna duda sobre el sexo en la ecografía anterior, este es el momento de confirmarlo.
3. Alrededor de las 40 semanas de embarazo: esta última ecografía se realiza cerca de la fecha prevista del parto. Su objetivo es evaluar si las condiciones son adecuadas para el parto y valorar opciones como la cesárea o el parto vaginal.

Antes del parto, tiene derecho a decidir cómo prefiere dar a luz, siempre y cuando no haya ningún riesgo para ti ni para tu bebé. El SERGAS proporciona un documento llamado «Plan de Parto», disponible en su página web y en la consulta de tu comadrona. En este documento, puedes indicar tus preferencias para el proceso de parto y los cuidados posparto. Pide más detalles a tu comadrona.

Cuando empiece a tener contracciones frecuentes y comience el parto, acuda directamente al hospital que le hayan asignado por la entrada de urgencias. Presente su NIE y su tarjeta SERGAS, y el personal médico le atenderá.

EMBARAZO Y MATERNIDAD

Ed. 2025

Tenga en cuenta que es probable que la ingresen en el hospital y permanezca allí entre 2 y 3 días después del parto, por lo que debe llevar sus pertenencias personales, así como los artículos necesarios para su bebé recién nacido.

El nombre del bebé: una vez que nazca el bebé, durante el registro, el personal del hospital le pedirá el nombre y los apellidos de su bebé para completar el registro oficial de nacimiento, por lo que deberá decidirlo antes de ese momento.

En resumen:

- Concierte una cita con la comadrona.
- Siga el calendario de citas médicas. Intente no faltar a ninguna cita
- Comunique el embarazo a la UDC.
- Identifique su hospital de referencia.
- Elige el nombre del bebé.

EMBARAZO Y MATERNIDAD

Ed. 2025

Recientemente he tenido un bebé

Si recientemente te has convertido en madre, hay algunos trámites administrativos que tú o tu pareja (si procede) debéis realizar.

El primer paso es inscribir a tu recién nacido. La mayoría de los hospitales públicos se encargan de la inscripción en la oficina del registro civil, pero en algunos casos, tú o el padre del bebé tendréis que acudir a la oficina en persona para completar la inscripción.

Es recomendable comunicar el nacimiento a la persona directamente responsable de usted en la UDC, o a servicios de recursos humanos.

Una vez que reciba el certificado literal de nacimiento (*Certificación literal de nacimiento*), puede acudir al ayuntamiento (*concello*) para inscribir a su bebé como residente. Deberá proporcionar al personal administrativo el certificado de nacimiento, su NIE y su certificado de residencia (*padrón*).

Además, deberá solicitar un número NIE para su bebé en la comisaría de policía. Puede encontrar información sobre el procedimiento y la ubicación de las comisarías aquí: https://www.policia.es/_es/dependencias_localizador_accesible.php

El último paso obligatorio es inscribir a tu bebé en tu centro de salud y concertar una cita con el pediatra para la primera revisión. Durante esta visita, el pediatra y la enfermera del niño tomarán las medidas del recién nacido, crearán su historial médico, te darán consejos para las primeras semanas y establecerán un calendario de vacunación y revisiones de seguimiento.

En cuanto a usted, debe programar una cita con su partera para su primera revisión posparto y para resolver cualquier duda sobre los cuidados posparto, la lactancia materna o cualquier otra cosa que pueda necesitar.

En resumen:

- Inscriba a su recién nacido en el registro civil.
- Solicita un número NIE para tu bebé
- Inscriba a su bebé en el centro de salud.
- Concierta una cita con el pediatra para la primera revisión
- Planifica y sigue el calendario de vacunación.
- Concierte una cita con la comadrona y hágase la revisión posparto, ¡asegúrese de que sus necesidades están cubiertas!

EMBARAZO Y MATERNIDAD

Ed. 2025

Permisos y licencias

A día de hoy (2025), la normativa española establece los siguientes permisos y licencias.

Permisos:

- Para revisiones por embarazo, durante el tiempo necesario para realizar dichas revisiones.
- Baja médica en caso de embarazo de riesgo

Permiso por maternidad: 19 semanas, que se pueden

distribuir en:

- 6 semanas obligatorias inmediatamente después del parto
- 11 semanas que se pueden distribuir de forma flexible durante el primer año
- 2 semanas que se pueden distribuir de manera flexible

durante los primeros 8 años Permiso por lactancia: 1 hora diaria durante los

primeros 9 meses, acumulable. Permiso por paternidad: 19 semanas, que se

pueden distribuir en:

- Las 6 semanas son obligatorias inmediatamente después del parto.
- 11 semanas se pueden distribuir de manera flexible durante el primer año
- 2 semanas se pueden distribuir de manera flexible durante los primeros 8 años

Otros derechos: en España, los padres tienen derecho a reducir su jornada laboral entre un 12,50 % y un 50 % del tiempo total de trabajo para cuidar a hijos de hasta 12 años. La reducción implica una reducción salarial en la misma proporción.

Las bajas y permisos pueden variar en caso de partos múltiples (gemelos, trillizos), familias monoparentales u otras circunstancias.

Enlaces y contactos útiles

Correo electrónico Euraxess UDC: euraxess.vit@udc.es

Página web Euraxess UDC: <https://www.udc.es/es/euraxess/>

Página web HRS4R UDC: <https://www.udc.es/es/hrs4r/>

Correo electrónico Unidad de Retribuciones y Seguridad Social de la UDC: nominas@udc.es

Sitio web del Servicio Gallego de Salud (SERGAS): <https://www.sergas.es/>

Departamento de Salud y Seguridad de la UDC: prl@udc.es