



## **SI ESTÁS EMBARAZADA TIENES DERECHOS EN EL TRABAJO**

- ¿Trabajas en Massachusetts?
- ¿Trabajas para una empresa que tiene más de 6 empleados?
- ¿Estás o estabas embarazada?

### **Tienes derecho a:**

- ⇒ trato justo en el trabajo
- ⇒ seguir trabajando hasta el final de su embarazo
- ⇒ cambios en tu trabajo
- ⇒ ayuda para hacer tu trabajo
- ⇒ ser contratado para un trabajo sin importar cuándo vence

### **Tiene derecho a cambios razonables en su trabajo si usted o su proveedor de atención médica lo solicitan.**

### **Estos cambios se reconocen como razonables:**

- ⇒ descansos más frecuentes o más largos
- ⇒ tiempo libre para citas con el médico
- ⇒ tiempo libre para recuperarse del parto
- ⇒ sentarse mientras haces tu trabajo
- ⇒ traslado temporal a un trabajo menos extenuante o peligroso
- ⇒ eliminando algunas tareas de tu trabajo
- ⇒ servicio ligero
- ⇒ asistencia con trabajo manual o
- ⇒ cambios en su horario de trabajo.

### **No necesita una nota del proveedor de atención médica para:**

- ⇒ más baños, comida o descansos de agua
- ⇒ asientos
- ⇒ límites para levantar más de 20 libras
- ⇒ un lugar privado para bombear (un baño no cuenta y no está permitido)

### **Tiene derecho a la cooperación de su empleador:**

- ⇒ no está obligado a preguntar por escrito



PONTIKES LAW LLC  
617-357-1888  
[WWW.PONTIKESLAWLLC.COM](http://WWW.PONTIKESLAWLLC.COM)

- ⇒ puede preguntarle a cualquier supervisor
- ⇒ su jefe tiene que hablarle sobre cuáles son sus necesidades

**Si toma licencia parental, tiene derecho a volver a:**

- ⇒ la misma posición o una similar
- ⇒ el mismo pago o similar
- ⇒ la misma antigüedad o similar
- ⇒ los mismos beneficios o similares

**Si su empleador no le otorga estos derechos, podría estar violando**

**La Ley de Equidad de las Trabajadoras Embarazadas**  
**(The Pregnant Workers' Fairness Act)**

**Puedes hacer algo al respecto. Pontikes Law puede ayudar.**

**Contáctenos**  
**617-357-1888**

**[www.pontikeslawllc.com](http://www.pontikeslawllc.com)**



## **SI ESTÁ AMAMANTANDO, TIENE DERECHOS EN EL TRABAJO**

**¿Trabajas en Massachusetts?  
¿Trabajas para una empresa que tiene más de 6 empleados?  
Está amamantando?**

### **Tienes derecho a:**

- ⇒ un espacio privado, cómodo y sin baño para extraer la leche materna o amamantar
- ⇒ un descanso ininterrumpido para amamantar o extraer leche materna
- ⇒ enchufes eléctricos para extractores de leche
- ⇒ mesas u otras superficies para sostener los extractores de leche y otros artículos necesarios
- ⇒ asientos
- ⇒ tantos descansos como sea necesario para bombear
- ⇒ ser tratado de la misma manera que otros empleados que toman descansos son tratados

**Si su empleador no le otorga estos derechos, podría estar violando**

**[La Ley de Equidad de las Trabajadoras Embarazadas](#)  
**[\(The Pregnant Workers' Fairness Act\)](#)****

**Puedes hacer algo al respecto. Pontikes Law puede ayudar.**

**Contáctenos  
617-357-1888**

**[www.pontikeslawllc.com](http://www.pontikeslawllc.com)**