

# Embarazada y Trabajando

**Comisión de Derechos  
Civiles de Maryland**  
6 Saint Paul Street, Suite 900  
Baltimore, MD 21202-1631

## ¿ Conozca sus Derechos!

Si usted está embarazada, usted tiene el derecho legal de un acomodo razonable si su embarazo causa o contribuye a una discapacidad y el alojamiento no impone una carga excesiva sobre su empleador. *State Government Article, §20-609(b)*

## ¿ Que Significa Eso?

Si usted tiene una discapacidad que se contribuyó a o causada por el embarazo, usted puede solicitar un acomodo razonable en el trabajo. Su empleador debe explorar “todos los medios posibles de proporcionar el ajuste razonable”. *State Government Article, §20-609(d)*

La ley lista varias opciones para usted y su empleador a considerar su peticiones y cumplir con un acomodo razonable. Estos incluyen, pero no se limitan a:

- Cambio de funciones de trabajo
- Cambio de horario de trabajo
- Reubicación
- Proporcionar ayudas mecánicas o eléctricas
- Transferencias a posiciones menos extenuantes o menos peligrosos
- Proporcionar la licencia

Cada situación es diferente. Usted debe explorar todas las opciones disponibles con su empleador para decidir qué alojamiento más adecuado a sus necesidades.

## ¿Qué si soy Víctima de Discriminación?

Si usted cree que sus derechos bajo la ley han sido violados, usted debe presentar una queja ante MCCR **dentro de 300 días** del presunto acto de discriminación. Un Oficial de Derechos Civiles entrenado trabajará con usted para hablar de lo sucedido y determinar si hay razones para creer que ha ocurrido una violación discriminatoria. Se puede llegar a MCCR por teléfono , correo electrónico, fax , carta o visita la oficina sin cita. **Todos los procedimientos de MCCR son confidenciales hasta que su caso está certificado para su audiencia pública ni juicio.**

## ¿Necesito una Nota del Doctor?

Depende de lo que sus peticiones empleador. La ley permite que un empleador , a su discreción , requerir la certificación de su proveedor de atención médica acerca de la conveniencia médica de un ajuste razonable , pero sólo en la misma medida se requiere certificación para otras discapacidades temporales. *State Government Article, §20-609(f)*

Si es necesario, la certificación necesita incluir:

- Fecha de un acomodo razonable es médicamente aconsejable.
- Duración probable del alojamiento debe ser proporcionada.
- Explicación sobre la conveniencia médica del ajuste razonable.

## ¿Todavía Puedo Meter en Problemas?

**Represalias está prohibida por *State Government Article, §20-609(h)*** en el ejercicio de sus derechos. Si un empleado busca ejercer su derecho a solicitar una adaptación razonable para una incapacidad temporal derivada del embarazo , un empleador no puede:

Interferir con;  
Contener;  
Denegar el ejercicio ; o  
Denegar el intento de ejercer el derecho.

Cualquier forma de represalia es motivo para presentar una queja de discriminación con el Maryland Commission on Civil Rights (MCCR).