

## **PRESENTACIÓN**

El mundo del trabajo presenta múltiples aspectos que lo convierten en atractivo y apasionante para cuantos nos encontramos relacionados con él. En continua evolución, los cambios que experimenta a menudo nos llevan a tener que modificar en muchas ocasiones los conceptos.

Desde tiempo inmemorial, el trabajo a turnos ha existido como una de las formas de organización temporal del mismo, la compensación económica que suponía en el pasado, llevaba a muchos trabajadores a decantarse por esta opción, sin tener conciencia de las alteraciones que el mismo llevaba consigo.

Por todos es conocido que la erradicación del trabajo a turnos es prácticamente imposible, sobre todo en aquellos Sectores dedicados a la prestación de servicios a la Sociedad (sanitario, limpieza, seguridad...). Aunque la motivación por la que trabajadores pertenecientes a esos colectivos hoy en día, deciden optar por el trabajo a turnos, no es precisamente económica. La precariedad existente en el mercado laboral, los lleva a verse obligados a aceptar “cualquier cosa”.

Desde la Unión General de Trabajadores de Andalucía, queremos mantener vivo el germen que permita dotar de información suficiente a los trabajadores sobre cuantos aspectos puedan afectar a su Seguridad y Salud en el trabajo. Que el trabajo a turnos produce trastornos en la persona del trabajador es algo de lo que tenemos plena conciencia, pero hemos querido realizar una aproximación a trabajadores que realizan su labor diaria sometidos a este tipo de organización temporal, para, en base a este acercamiento y las conclusiones obtenidas del mismo, realizar una serie de Recomendaciones Sindicales que permitan eliminar o reducir las consecuencias negativas que el trabajo a turnos produce en la persona que lo realiza.

Como siempre, nos mueve el interés permanente de facilitar vuestra tarea como representantes de los trabajadores en materia de Prevención de Riesgos Laborales. Estoy convencido de que sabréis darle un buen uso.

***Manuel Pastrana Casado.***  
***Secretario General UGT-Andalucía.***



## INTRODUCCIÓN

El trabajo a turnos como forma de organización temporal del trabajo, supone, además del cambio en el horario de trabajo variable en función del turno al que se encuentre sometido el trabajador, la aparición de una serie de síntomas que reflejan las alteraciones que el mismo produce en quien lo realiza de manera continuada.

Alteración de ritmos circadianos... trastornos gástricos... alteraciones nerviosas... dificultad en mantener la atención... acumulación de errores... son sólo algunos de los trastornos que pueden aparecer en los trabajadores, todo ello sin hacer mención del sentimiento de aislamiento que pueden sufrir debido al desfase horario con respecto al resto de la Sociedad.

Mediante la realización de este Estudio, hemos pretendido acercarnos a quienes desarrollan su trabajo diario sometidos a turnos, para obtener la experiencia de los directamente implicados (a través de la realización de una serie de encuestas valoradas por expertos en la materia), así como elaborar una serie de recomendaciones, en base a las conclusiones obtenidas, que, a nuestro parecer, podrían ser útiles como herramienta informativa tanto para trabajadores en general como para delegados de prevención en particular, a la hora de identificar los posibles efectos negativos que puede generar y sobre todo las medidas a adoptar para que esos efectos mencionados se eliminen o minimicen al máximo para que la salud del trabajador no llegue a verse afectada.

Lo ideal sería la eliminación del trabajo a turnos, pero de sobra sabemos la imposibilidad de llevar a cabo esta propuesta. No obstante sí podemos llevar a cabo actuaciones que garanticen que no se produzcan lesiones en la persona del trabajador a turnos: la vigilancia de la salud... evitar el trabajo nocturno continuado... limitar la edad para la realización del trabajo a turnos... serían algunos ejemplos de los que aquí proponemos. Evidentemente, las recomendaciones aquí recogidas no son exhaustivas, es decir, no agotan todas las posibilidades existentes y siempre deberán adoptarse aquellas que mejor se adapten a las características del turno concreto y a las diferencias individuales de los trabajadores sometidos a él.

Estoy convencida que os resultará útil y que os facilitará vuestra tarea.

Carmen García Jurado.  
Secretaria de Acción Sindical y Salud Laboral UGT-Andalucía.

