

RECOMENDACIONES SINDICALES

El trabajo a turnos tiene consecuencias negativas que pueden aparecer tanto a corto como a largo plazo. La imposibilidad de erradicación en determinados Sectores caracterizados en muchos casos por la prestación de Servicios esenciales a la Comunidad, no supone que debamos ignorar la probabilidad de eliminación en aquellos supuestos en los que el trabajo se pueda desarrollar sin necesidad de recurrir a este tipo de organización temporal del mismo.

Las Recomendaciones extraídas en base a las Conclusiones del presente Estudio, las vamos a clasificar en dos tipos en función del Marco en el que deberían ser desarrolladas:

- A) Recomendaciones Normativas o de Regulación Legal y
- B) Recomendaciones para la Negociación Colectiva.

A) Recomendaciones Normativas o de Regulación Legal.

A.1) Establecimiento mediante norma legal, de coeficientes reductores para el trabajo a turnos a aplicar a la edad de jubilación.

A.2) Limitar la edad a través de regulación legal, en la que puede efectuarse trabajo a turnos por ser una de las variables que se correlacionan negativamente con la tolerancia a los turnos.

B) Recomendaciones para la Negociación Colectiva.

B.1) Elección de la modalidad de trabajo a turnos cuyos horarios minimicen los efectos negativos de los turnos.

B.2) Limitar el número de años que se podrá desarrollar el trabajo a turnos.

B.3) Establecimiento de Programas de Formación para Delegados de Prevención acerca de las consecuencias negativas que produce el trabajo a turnos y medidas a adoptar para minimizarlas o reducir las.

B.4) Realización de Campañas de Sensibilización y concienciación del personal médico y técnicos de Mutuas y Servicios de Prevención.

B.5) Programas Formativos para los trabajadores que proporcionen tanto a éstos como a sus familiares información sobre la manera menos perjudicial de afrontar los turnos de trabajo.



Estudio sobre el trabajo a turno: Recomendaciones para prevenir sus efectos

B.6) Evitar el trabajo nocturno continuado y sin rotaciones. Reducir la carga de trabajo durante este período. Limitar la edad de los trabajadores que realizan este turno (ni menores de 25, ni mayores de 50). Ni permitir la incorporación al mismo de personas con tendencia a trastornos estomacales, insomnio o problemas psicológicos. **El turno nocturno jamás debería ser llevado a cabo por una única persona.**

B.7) La planificación de los turnos ha de comunicarse con suficiente antelación y realizarse de manera que permita disponer de al menos dos fines de semana libres al mes. Esta planificación debe permitir, además de la recuperación del sueño y fatiga acumulados, la realización de actividades sociales y/o de ocio.

B.8) La Vigilancia de la Salud habrá de llevarse de manera estricta con los trabajadores que realicen su trabajo a turnos para permitir la detección precoz de los posibles trastornos que les pudiese generar, así como adoptar las medidas necesarias para atajarlos.

B.9) Inclusión en todo turno de una pausa amplia que garantice la posibilidad de tomar comida caliente y facilite la nutrición adecuada de los trabajadores.