

▶ ARABAKO FORU ALDUNDIA



▶ DIPUTACIÓN FORAL DE ÁLAVA

EXPERIENCIAS PRÁCTICAS BURNOUT-TURNICIDAD

MERCEDES GARCÍA DE ITURRATE



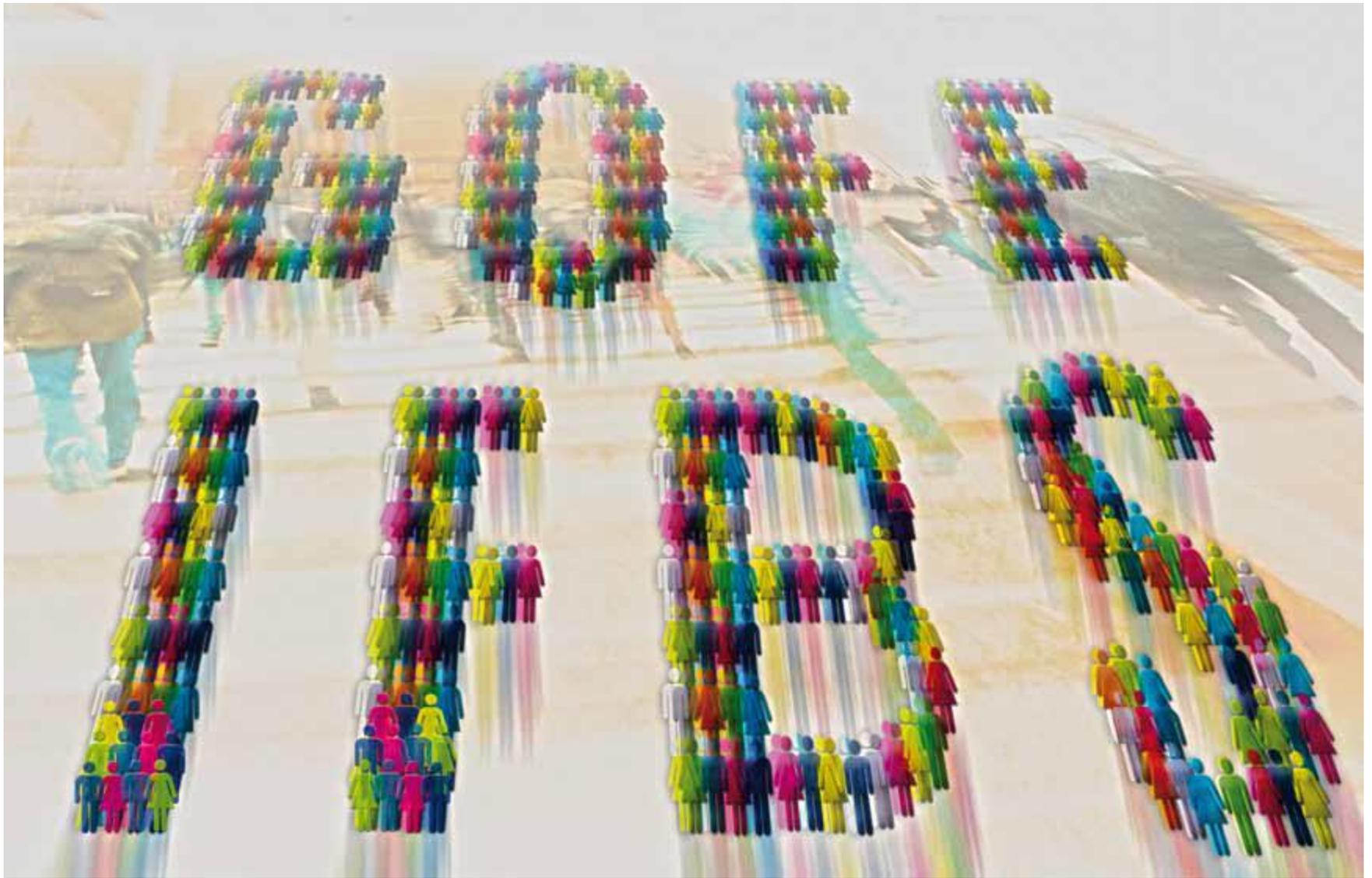
OSALANek antolatutako Laneko
Psikosoziologiari buruzko
VI. jardunaldia

2015ko azaroaren 19a eta 20a
Deustuko Unibersitatea: entzungela

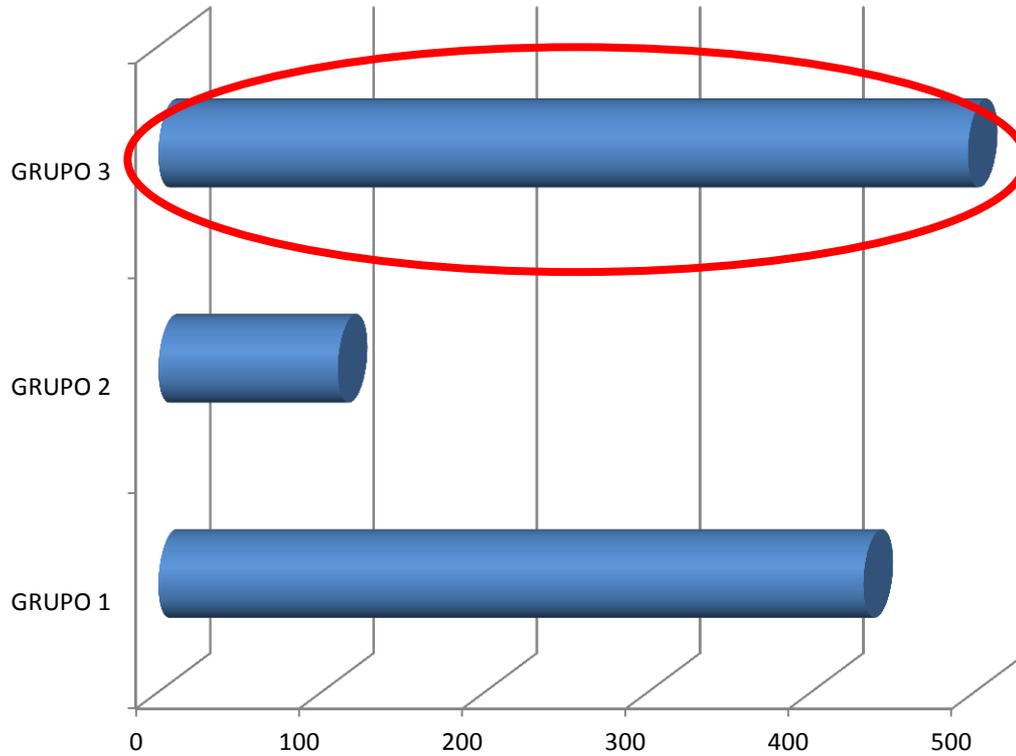


trabajo nocturno









496

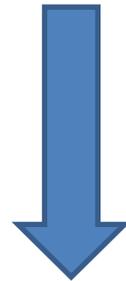
110

432

Seguridad y Salud en el Trabajo con Nocturnidad



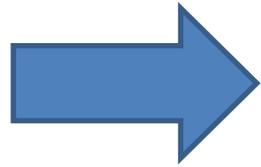
Evaluación riesgo psicosocial 2004



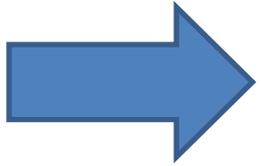
revisión

Comité de Seguridad y Salud

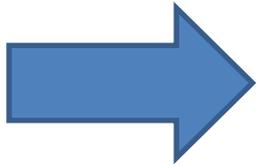
Unidad de Medicina del Trabajo



Aspectos organizativos



Vigilancia salud



Adaptaciones



INSTITUTO NACIONAL
DE SEGURIDAD E HIGIENE
EN EL TRABAJO

NTP 455: Trabajo a turnos y nocturno: aspectos organizativos



Travail posté et travail de nuit. Dimension organisationnelle
Shiftwork and nightwork. Organizational features

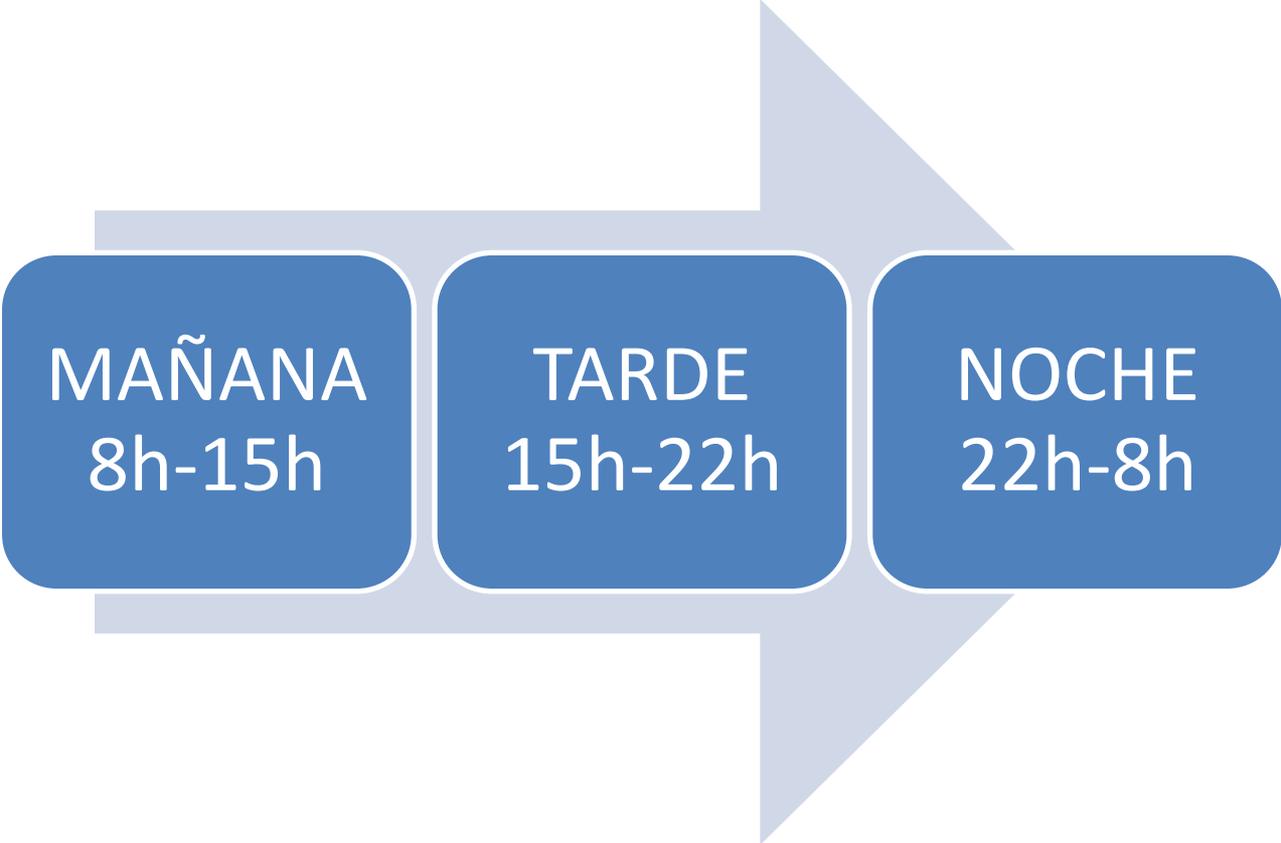
Las NTP son guías de buenas prácticas. Sus indicaciones no son obligatorias salvo que estén recogidas en una disposición normativa vigente. A efectos de valorar la pertinencia de las recomendaciones contenidas en una NTP concreta es conveniente tener en cuenta su fecha de edición.



R178 - Recomendación sobre el trabajo nocturno, 1990 (núm. 178)



Negociados
Permitir cambios

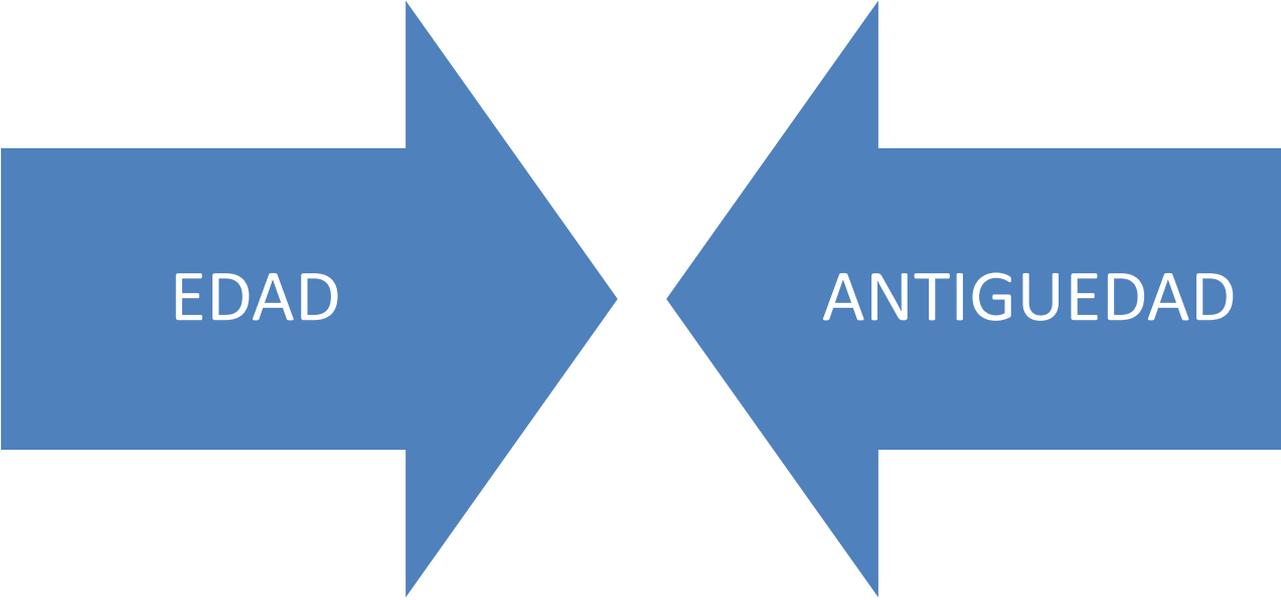


MAÑANA
8h-15h

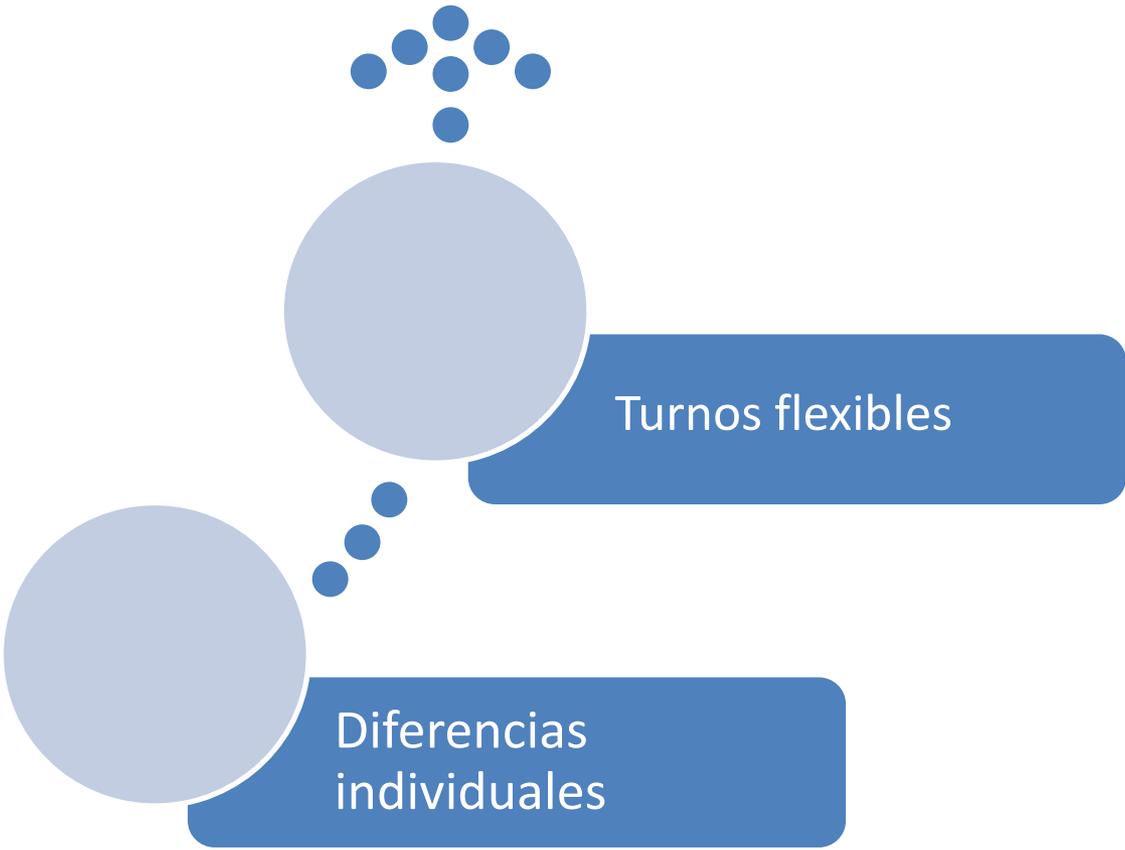
TARDE
15h-22h

NOCHE
22h-8h





L	M	X	J	V	S	D
N	N	D	D	D	D	D
M	M	M	D	M	M	M
T	T	D	M	M	D	D
M	M	T	T	N	N	D
D	D	M	M	T	T	T
D	D	N	N	D	D	D
M	M	M	D	M	M	M
T	T	D	M	M	D	D
M	M	T	T	D	D	N
D	D	M	M	T	T	T



Turnos flexibles

Diferencias
individuales

¿Búho o alondra?



Vigilancia de la Salud



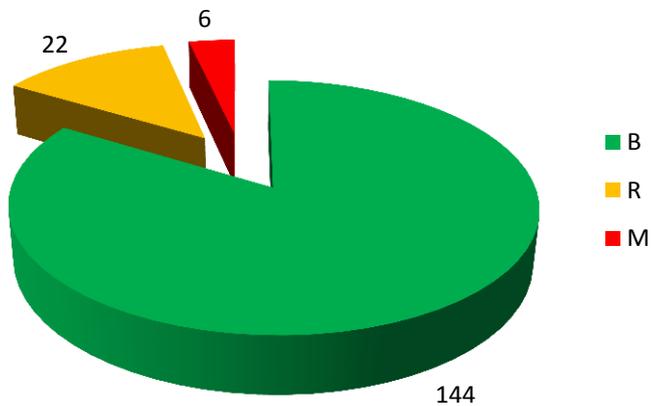
STANDARD SHIFTWORK INDEX

Simon Folkard.



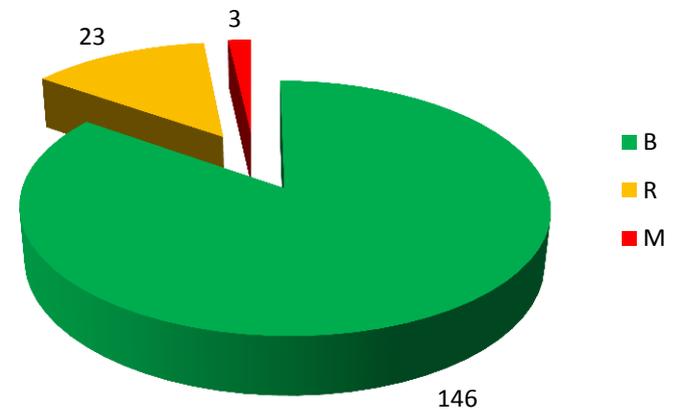
¿Qué tal el trabajo?

SIN NOCTURNIDAD



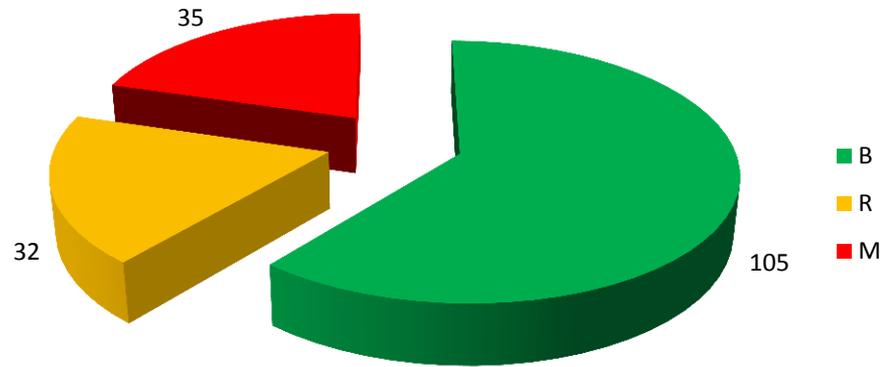
BIEN - 83,72%

CON NOCTURNIDAD



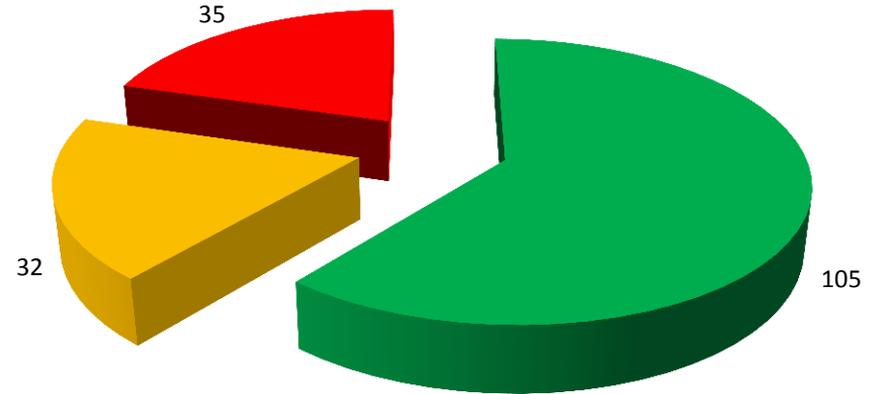
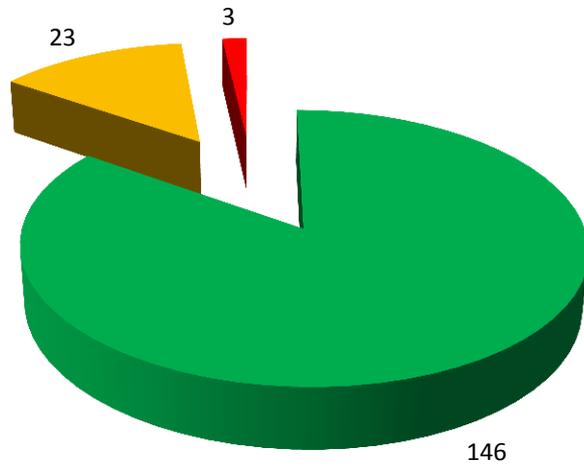
BIEN - 84,88%

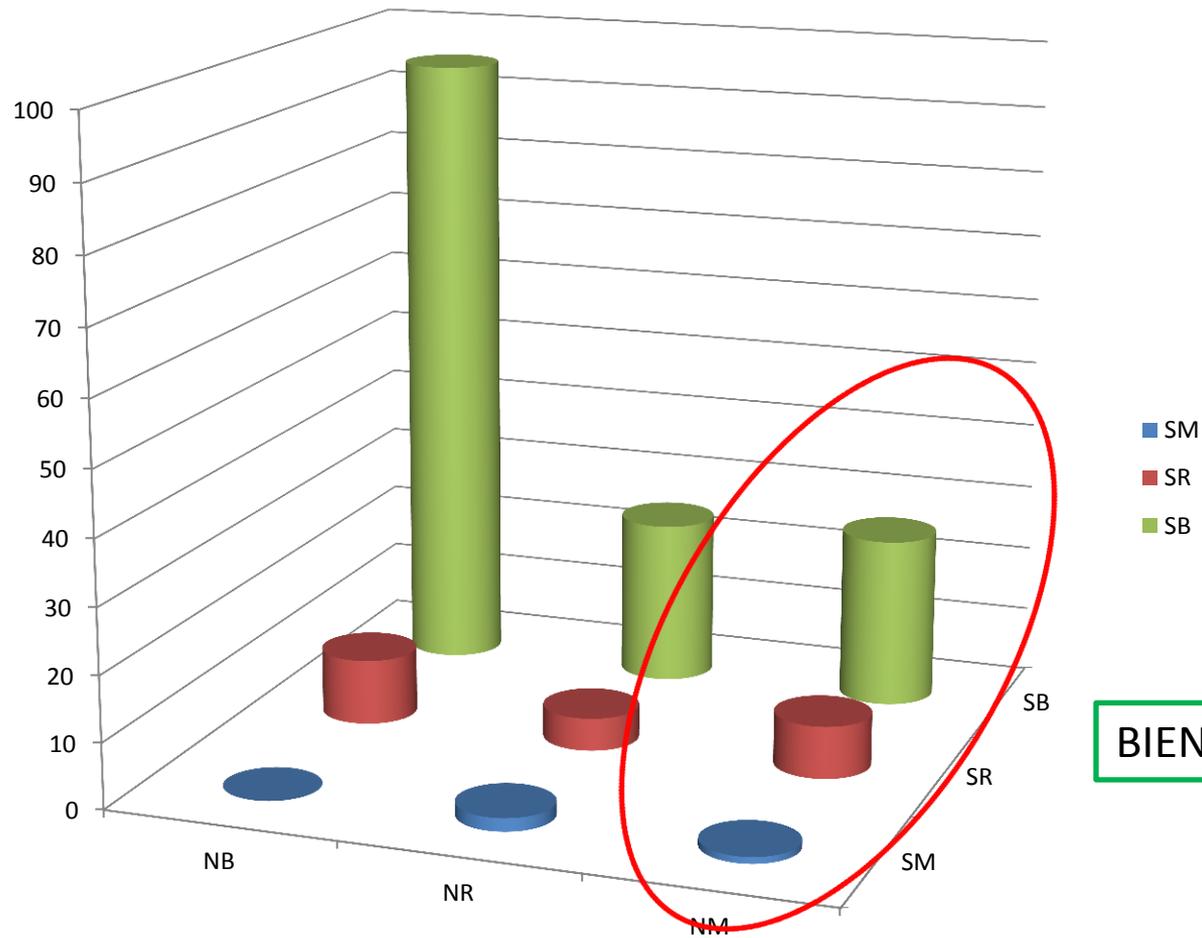
¿Qué tal las noches?



BIEN - 61,04%

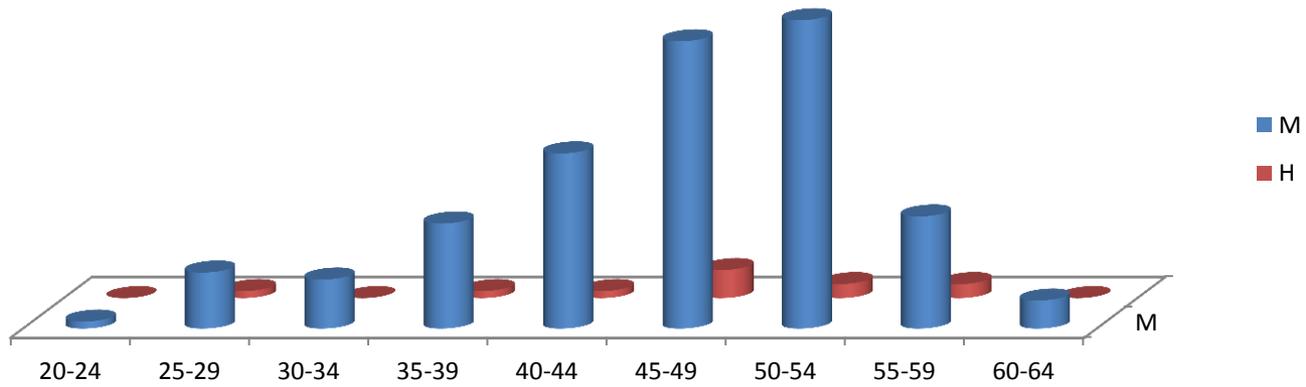
Turnicidad con nocturnidad



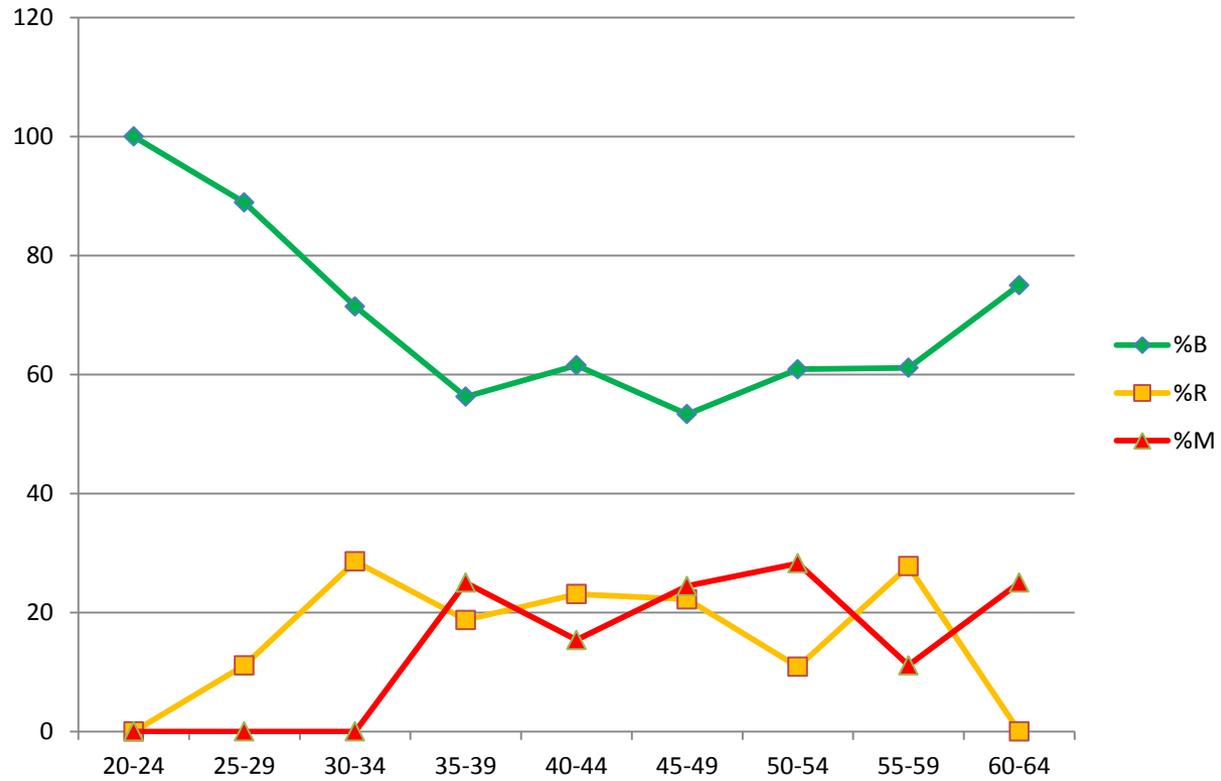


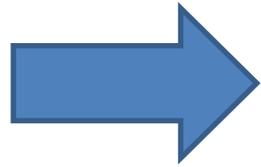
BIEN - 74%

Edad

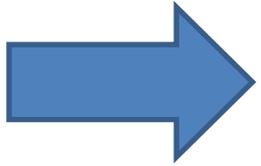


Edad

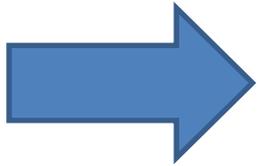




Aspectos organizativos

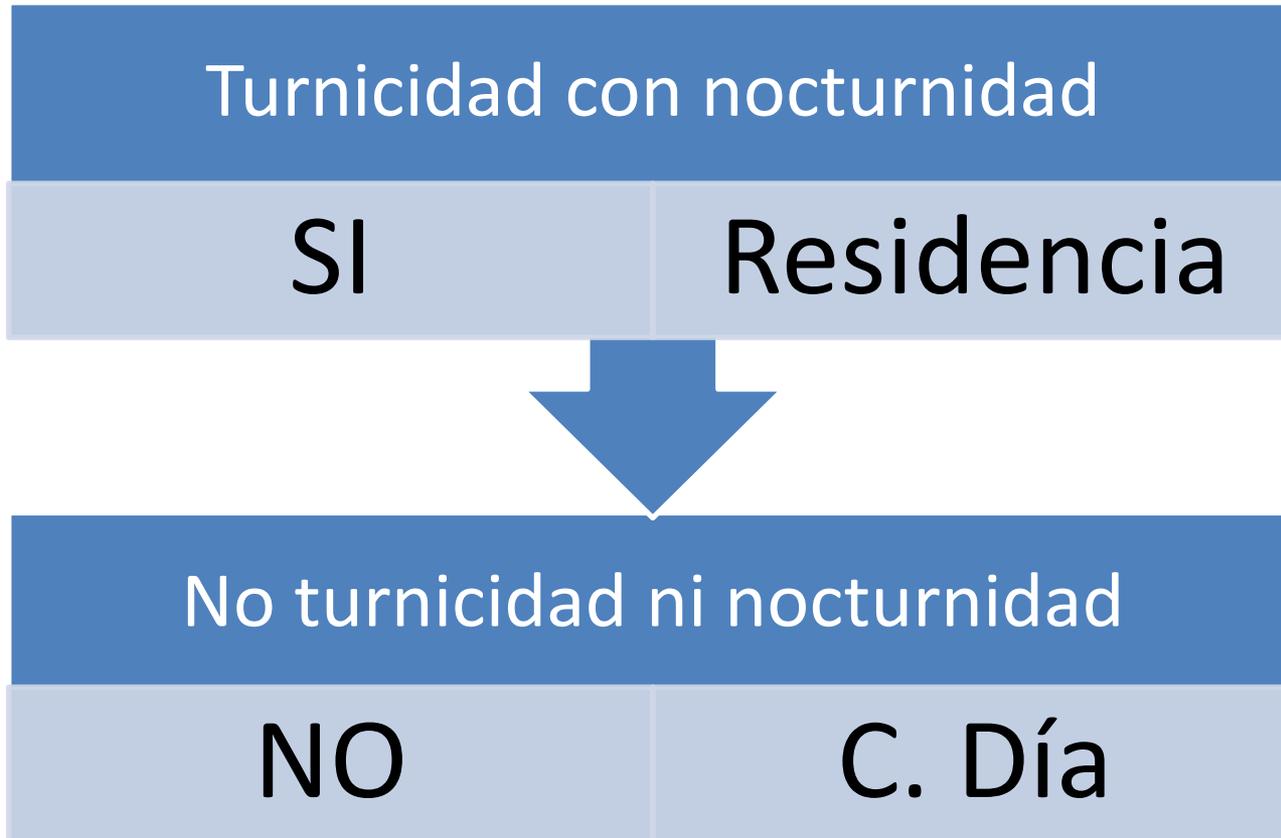


Vigilancia salud



Adaptaciones

Comisiones de Servicio por Salud



Absolutamente no recomendable si están presentes una o más de las siguientes condiciones:

- Enfermedad gastrointestinal grave (incluye enfermedad hepática o pancreática grave)
- Diabetes, especialmente la insulino dependiente
- Irregularidades hormonales graves
- Epilepsia
- Factores de alto riesgo cardiovascular
- Estados depresivos
- Estados psicóticos
- Trastornos crónicos del sueño

No recomendable debido a una posible agravación de los efectos adversos si están presentes una o más de las siguientes condiciones:

- Más de 45-50 años
- Condiciones domésticas insatisfactorias para dormir
- Ausencia de apoyo social y familiar
- Mujer con niños pequeños

[Appl Ergon.](#) 1996 Feb;27(1):31-7.

Occupational health services for shift and night workers.

[Koller M](#)

Head of Occupational and Social Hygiene Unit, Institute of Environmental Hygiene, University of Vienna, Kinderspitalgasse 15, 1095 Wien, Austria

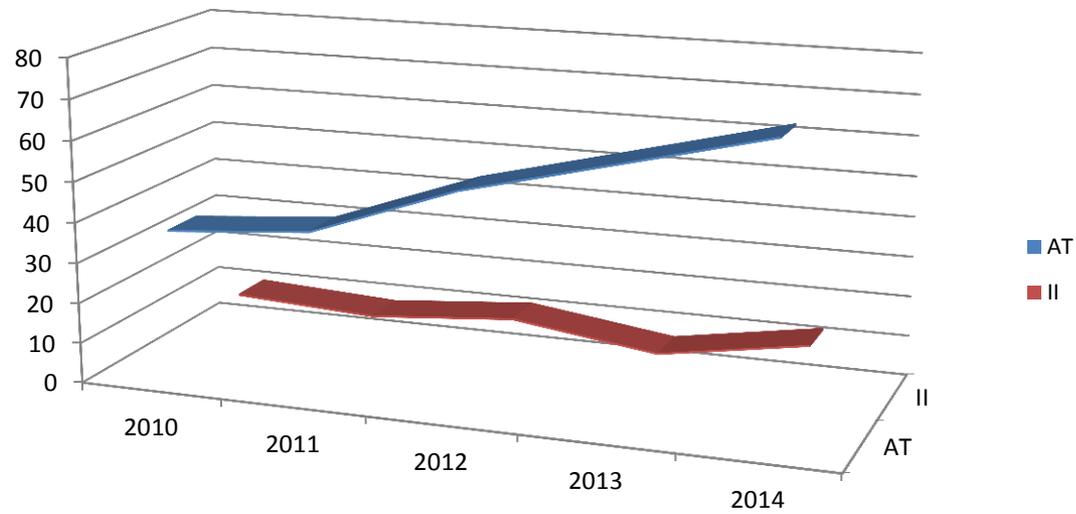
- Enfermedad inflamatoria crónica intestinal (Enfermedad de Crohn , colitis ulcerosa).
- Diabetes tipo I. Hipoglucemias severas.
- Epilepsia
- Enfermedad coronaria
- Trastorno grave del sueño, teniendo que estar documentado su estudio.
- Enfermedad psiquiátrica grave.
- Cáncer de mama, endometriosis.



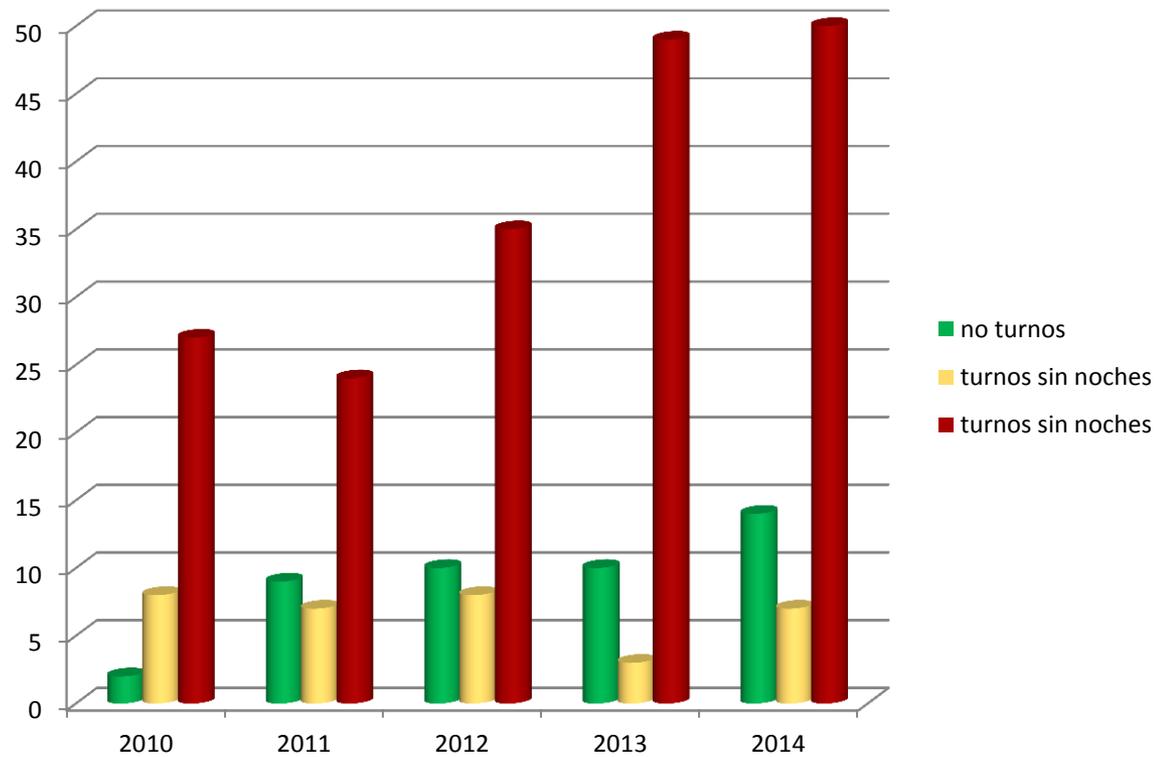
¿Turnicidad y Siniestralidad ?



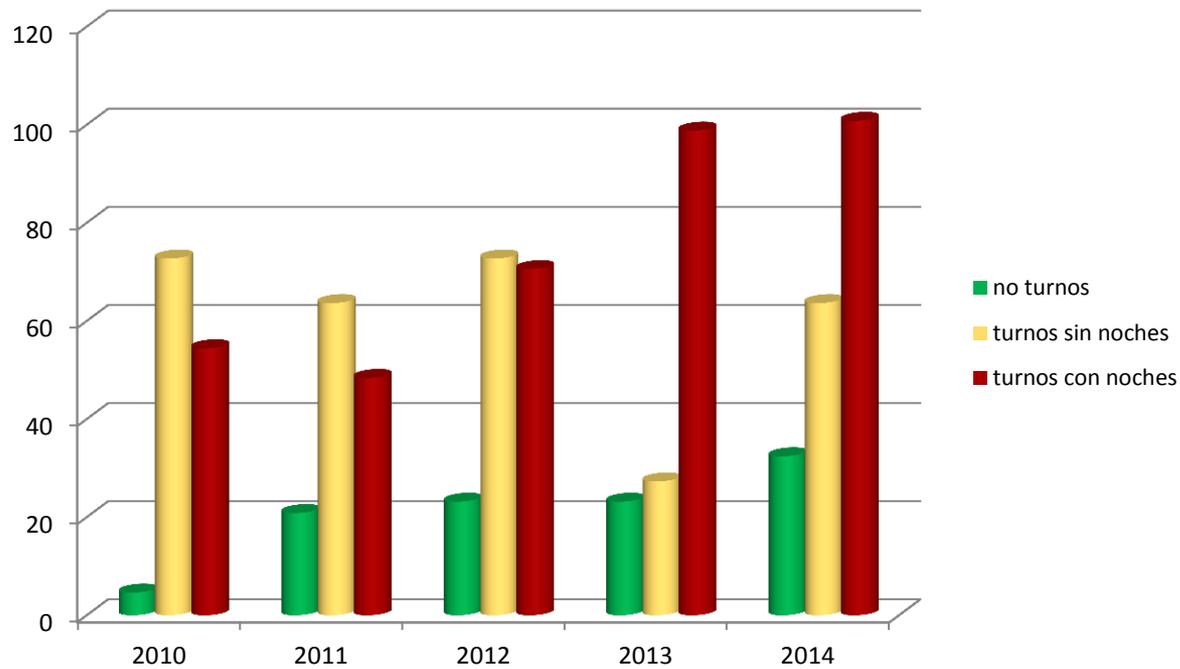
Siniestralidad



Tipo de jornada



Tipo de jornada



▶ ARABAKO FORU ALDUNDIA



▶ DIPUTACIÓN FORAL DE ÁLAVA



Eskerrik asko