

II CONGRESO INTERNACIONAL : Salud y Empleo Público

El trabajo a turnos en profesionales sanitarios

Hernández Romera, M^a del Mar

INTRODUCCIÓN

Debido a nuestras necesidades, en algunos trabajos, es necesaria la implantación del trabajo a turnos y nocturnos, los cuales poseen aspectos negativos que encontramos ampliamente descritos en numerosos estudios. Uno de los principales factores negativos es la pérdida de sueño, siendo éste un factor determinante de la salud tanto física como psicológica.

En nuestro ámbito, la calidad de nuestros cuidados disminuirá conforme disminuya nuestro bienestar. Por ello es importante que concienciamos de la necesidad de implementar medidas que disminuyan el desgaste de nuestros profesionales y que garanticen la seguridad tanto de los profesionales como de los pacientes.

OBJETIVOS

Por lo mencionado anteriormente, con esta revisión queremos conocer:

- Cómo repercute en trabajo a turnos o nocturno en la salud y bienestar de los trabajadores.
- Cuáles son las recomendaciones que deberíamos seguir para la adaptación a este tipo de trabajo.

MÉTODO

Revisión Bibliográfica mediante:

- Bases de datos (dialnet, cochrane, enferteca, cuiden).

RESULTADOS



CONCLUSIONES

Como hemos podido comprobar existen numerosos factores que van a influir en nuestro descanso. Y como no podía ser de otra manera, el trabajo a turnos, sobre todo el turno de noche, también tiene sus pros y sus contras. Lo que tenemos claro es que por mucho que existan investigaciones que nos demuestran cómo establecer un sistema a turnos que repercute lo menos posible en la vida, la salud y el bienestar de los profesionales, existen numerosos hospitales que no los tienen en cuenta y siguen exprimiendo a sus trabajadores. Todo esto sólo traerá consecuencias negativas tanto para aquellos que trabajan según estos sistemas como para todos los miles de pacientes a los que atendemos día a día en nuestros servicios. Mirar por nuestros profesionales es mirar por la calidad de los cuidados.

BIBLIOGRAFÍA

- López, M. M. G., Rodríguez, A. L. B., López, A. O., López, C. O., Alonso, J. C., & Martín, R. C. (2013). El Trabajo a turnos una realidad en la vida y la salud de las enfermeras. *Nure Investigación*, 10(64).
- Aguado, T. (2016). Calidad del sueño en profesionales hospitalarios, sanitarios y no sanitarios. *Enfermería del Trabajo*, 6(1), 12-18.
- Romero-Saldaña, M., Álvarez-Fernández, C., & Prieto, A. (2016). Calidad de sueño en trabajadores a turnos-nocturnos y su relación con la incapacidad temporal y siniestralidad laboral. Un estudio longitudinal. *Enfermería del Trabajo*, 6(1), 19-27.