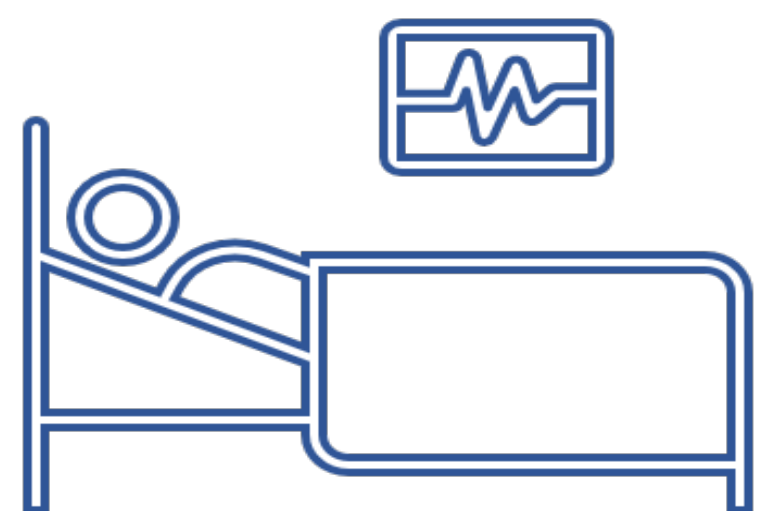


García Fernández, M.O.¹; Las Heras García, F.J.¹; Ruíz Fernández, R.¹; Martín Gil, E.M.²; Niarra Martínez, T.²; Lacalle Mínguez, Y.²

¹ Servicio de Prevención. ² Dirección de Enfermería. Complejo Asistencial Universitario de Soria, SACYL.

UCI



INTRODUCCIÓN

Objetivo general:

Evaluar el riesgo psicosocial por exposición a turnicidad antes y después de implantar el turno T2.

Objetivo específico:

Analizar si existen diferencias en la valoración de las dimensiones del trabajo a turnos y, en particular, en la carga de trabajo.

El trabajo a turnos puede provocar alteraciones del sueño, problemas de salud, tanto física como psicológica, y dificultades en la conciliación de la vida familiar y social, también llamado conflicto trabajo-familia o doble presencia¹. Este último, desde los años 70, se reconoce como estresor o factor de riesgo psicosocial². La jornada y las demandas laborales actúan como moderadores del conflicto. Frecuentes jornadas con tiempos asociales y altas exigencias laborales lo intensifican.

Evidencias epidemiológicas, asocian jornadas de trabajo prolongadas y enfermedad cardiovascular³.

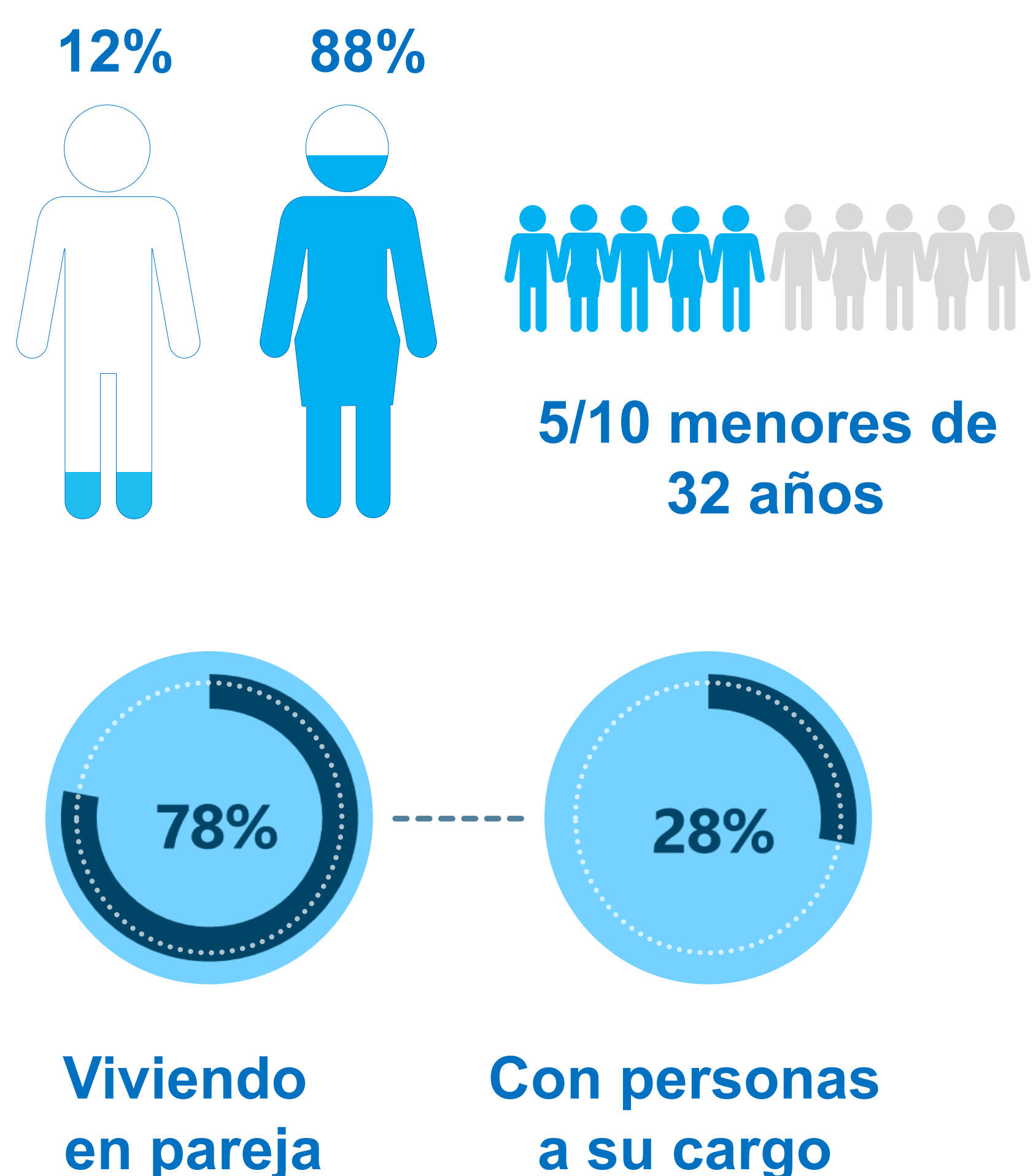
La introducción, a modo de pilotaje, del turno de 12 horas (en adelante T2) sustituyendo al de 7 horas (en adelante T1) en el personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos nos condujo a realizar la gestión preventiva de riesgo psicosocial. Estudios previos indican niveles superiores de conciliación en T2, con mayor tiempo para el ocio y dedicación a familia y entorno social⁴, existiendo poca información sobre el papel de la carga de trabajo.

MATERIAL Y MÉTODOS

Estudio descriptivo, transversal y observacional, en una muestra de 18 participantes antes y después de implantar el T2 durante 3 meses. Mediante el cuestionario autoadministrado *Standard Shiftwork Index*⁵. Se realizó contraste de hipótesis mediante *Wilcoxon Signed-Rank Test* y tamaño del efecto. Se utilizó el programa estadístico SPSS (IBM Corp. Versión 20.0).

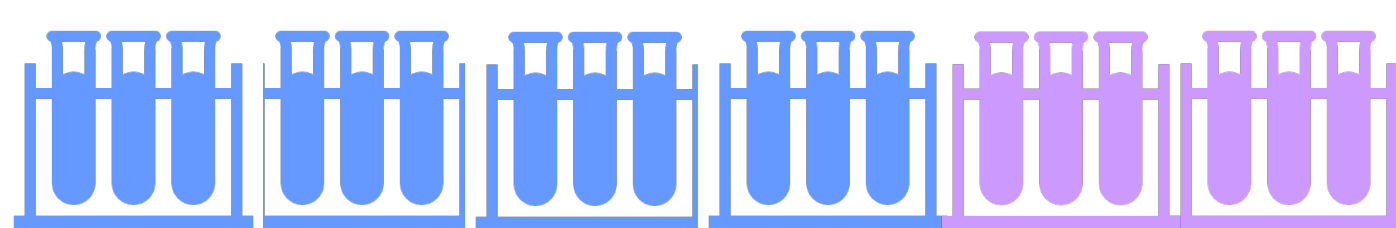
En paralelo se estudiaron variables clínicas vinculadas a la salud global: peso, talla, índice de masa corporal, tensión arterial, pulso, hábitos de ejercicio, alimentación, tabaco, drogas/psicofármacos y, variables analíticas: glucosa, lípidos, función tiroidea y cortisol.

RESULTADOS



En una cohorte de amplia representación femenina, joven, viviendo en pareja y sin personas a su cargo, la experiencia laboral media a turnos rotatorios es de 37 meses. El 56% de la muestra en el turno T1 dispone como máximo de dos días libres consecutivos y de tres el 93% en el turno T2. El promedio de noches trabajadas al año es de sesenta y tres en T1 y sesenta y una en T2. El promedio de fines de semana libres mensual es de uno y dos respectivamente. Los resultados del contraste de hipótesis de las dimensiones del trabajo a turnos se indican en la tabla.

En las variables clínicas y analíticas estudiadas, no se encontraron cambios significativos.



CONCLUSIONES

No se encontraron diferencias significativas, en términos de tendencia central, en las variables o dimensiones satisfacción general en el trabajo, alteración del sueño entre días libres, fatiga crónica, salud digestiva y salud cardiovascular. No se observaron diferencias en las variables clínicas y analíticas estudiadas entre los turnos.

Los resultados obtenidos sugieren, como en estudios previos, una mayor satisfacción con la cantidad de tiempo para conciliar y una menor interrupción social y doméstica en el turno de 12 horas, encontrándose diferencias significativas y con un tamaño del efecto grande. En el mismo sentido, los resultados apuntan a que el turno de 12 horas favorece la conciliación actuando sobre las demandas laborales, en particular sobre la carga de trabajo en su dimensión física, mental, emocional y presión de tiempos de la tarea. Siendo recomendable un estudio a mayor escala.

Tabla. Dimensiones estudiadas del trabajo a turnos.

	Wilcoxon					
	Turno T1		Turno T2		Z	p
	Mdn	R	Mdn	R		
						G Hedges
Carga de trabajo: carga física	3.67	1	2.50	3	-3.009	.003*
Carga de trabajo: carga mental	4.00	2	2.00	3	-3.076	.002*
Carga de trabajo: presión de tiempos	3.67	2	2.00	3	-3.049	.002*
Carga de trabajo: carga emocional	4.00	3	2.00	3	-2.810	.005*
Satisfacción general en el trabajo	4.20	2	4.30	2	-1.496	.135
Trastornos generales del sueño: alteración del sueño entre días libres	2.33	3	1.67	2	-1.893	.058
Fatiga crónica	3.00	1	2.90	1	0.000	1
Salud física: salud digestiva	1.88	2	1.94	2	-0.595	.552
Salud física: salud cardiovascular	1.25	1	1.19	1	-0.387	.669
Salud general: salud mental	0.92	1	0.50	2	-2.082	.037*
Satisfacción con el tiempo de conciliación: cantidad	2.73	3	4.86	1	-3.296	.001*
Satisfacción con el tiempo de conciliación: interrupción social	3.33	2	1.50	3	-3.315	.001*
Tipo circadiano: languidez/vigoresidad	2.93	2	2.77	2	-1.006	.314
Tipo circadiano: flexibilidad/rigidez	2.61	1	3.03	2	-1.606	.108

Nota. *p<0.05, Mdn=mediana, R=rancho, Z=estadístico de contraste, p= significación asintótica bilateral

BIBLIOGRAFÍA

