

TINDE a pensarse que en las actividades de las organizaciones internacionales del sistema de las Naciones Unidas predominan los aspectos políticos, cuando en realidad cada una de ellas realiza una labor especializada en el campo del trabajo, de la salud, las telecomunicaciones, etc., que es digna de conocerse.

En fecha reciente, la Organización Internacional del Trabajo ha hecho público un interesante estudio sobre el trabajo por turnos en la industria. Esta modalidad de la actividad laboral adopta tres formas: 1) el trabajo ininterrumpido, en el que las máquinas no cesan en su actividad, mientras que los turnos de trabajadores se suceden cada ocho horas, incluidos sábados y domingos; 2) el trabajo en tres turnos diarios (veinticuatro horas sobre veinticuatro), interrumpidos el sábado y domingo, o el domingo sólo, y 3) el trabajo en dos turnos diarios de ocho horas.

Los problemas sociales y de salud que plantea el trabajo por turnos son de gran magnitud, en primer lugar por el elevado número de obreros que se ven afectados por esta forma de organización de la actividad laboral. Como sucede con harta frecuencia, las estadísticas españolas al respecto son inexistentes, poco fiables e insuficientes. Es muy posible que en nuestras regiones industrializadas sean aplicables las cifras que da la OIT para los países industrializados de economía de mercado: de dos a tres trabajadoras de cada diez trabajan por turnos y la mitad de ellos participan en turnos de noche.

Un segundo factor que agrava la situación es la actual crisis económica. En los primeros años setenta se esbozaron esfuerzos para reducir el trabajo por turnos, pero éstos han sufrido un brutal frenazo y hoy se asiste a una renovada extensión de esa forma de actividad, en particular en los sectores industriales, donde ya era ampliamente utilizada: metalurgia, química, industria gráfica y fabricación de papel. Cierto es que la tendencia dominante va sobre todo en favor del trabajo en dos turnos y no en tres.

Ritmos biológicos

Una nueva disciplina científica —la cronobiología— estudia desde hace años los ritmos a que están sometidas las actividades de los órganos del ser humano. Hay ante todo un ritmo nictemeral (veinticuatro horas de duración) en la secreción de las hormonas que regulan casi todas las funciones orgánicas; hasta tal punto es importante ese ritmo secretorio que ya ha surgido de la cronobiología una



La presión arterial presenta un ritmo nictemeral bien conocido.

El trabajo por turnos y la salud

Dr. J. A. VALTUEÑA

nueva rama de estudio —la cronoterapia—, destinada a adecuar el ritmo de administración de los medicamentos a la ordenación cíclica de la actividad biológica.

El corazón late más lentamente de noche, la presión arterial alcanza los valores mínimos de madrugada y análogos fenómenos de entecimiento aparecen en las secreciones gástricas y hepáticas. En el trabajador del turno de noche tiene que producirse una inversión de su ritmo nictemeral, pues de otro modo sería incapaz de responder a las exigencias de su actividad.

Los estudios efectuados en el personal de submarinos, en los astronautas de la NASA y en espeleólogos que han permanecido largo tiempo a grandes profundidades, han mostrado que el hombre puede invertir su ritmo biológico, pero que esta actitud no es universal y que ciertas personas no llegan a conseguirlo ni siquiera al cabo de largo tiempo. Sólo los sujetos fácilmente adaptables vuelven en poco tiempo al ritmo normal del día y de la noche cuando adoptan una pauta de trabajo normal.

Principales trastornos

La digestión y el sueño son las funciones más corrientes afecta-

das por hacer el trabajo en turnos.

Respecto a los trastornos digestivos, uno de los estudios más completos efectuados hasta la fecha es el del noruego A. Aanonson, quien determinó la frecuencia de esas alteraciones en dos grupos de trabajadores: obreros de día y obreros del régimen de tres turnos diarios. Entre estos últimos pudo observar un subgrupo que se había visto obligado a pasar a turnos exclusivamente diurnos por padecer diferentes trastornos con mayor frecuencia que los obreros que siempre habían trabajado de día. Así, las úlceras gástricas y duodenales presentaban una frecuencia del 6,6 por 100 en los trabajadores diurnos y del 19 por ciento en los nocturnos, es decir, **tres veces más**; en otro tipo de trastornos gástricos menos precisos, la diferencia era de la misma magnitud (el 7,5 por 100 en comparación con el 19 por 100).

Una vez más se pone de manifiesto la elevada sensibilidad del aparato digestivo frente a las tensiones psicosociales que ha de soportar el individuo. Sin embargo, la función más claramente afectada por la jornada en tres turnos es el sueño. Distintos especialistas en higiene del trabajo han mostrado que el insomnio afecta a la mitad aproximadamente de los obreros de turnos de noche y que, como ha señalado el danés

E. Thils-Eversen, la sucesión de turnos de noche provoca una acumulación de cansancio que "ejerce un efecto desastroso sobre el sistema neurovegetativo".

Las condiciones de la vivienda son en gran parte responsables de esa incapacidad para dormir; el ruido doméstico o del tráfico impide al trabajador conciliar el sueño durante el día. Resulta curioso que el obrero de turnos de noche no sólo duerme menos, sino peor, comprobación que ha llevado a ciertos higienistas del trabajo a recomendar una rotación rápida de los turnos, con objeto de obtener una pronta recuperación del sueño perdido.

Soluciones

Como ha escrito Marc Maurice, del Laboratorio de Economía y Sociología del Trabajo de Aix-en-Provence (Francia), el trabajo por turnos "muestra muy claramente las contradicciones de orden económico y social del desarrollo de las sociedades industriales. El empleo cuantitativo del tiempo de trabajo y del tiempo ajeno al trabajo pone de manifiesto el conflicto existente entre racionalidad económica y racionalidad social, y expresa patentemente la diferencia que hay entre el tiempo mecánico del reloj, que utilizan el empresario y el economista basándose en conceptos de precio y coste, y el tiempo social, tal como lo viven los trabajadores y que, **según los casos, será un tiempo de liberación o de enajenación**" (el subrayado es nuestro).

Es evidente que los empresarios no van a hacer regalos y menos en una situación de crisis como la que viven actualmente en mayor o menor grado los países industrializados occidentales. Por su parte, los obreros se enfrentan con el espectro del paro y prefieren, como es perfectamente razonable, trabajar de noche antes que no trabajar.

No se trata, pues, de buscar una solución individual. Sólo los sindicatos poseen la fuerza necesaria para enfrentarse con los empresarios y discutir en cada caso la necesidad real o ficticia del trabajo por turnos y las modificaciones que pueden hacerlo más llevadero: rotación rápida de los turnos, reducción de la duración del turno de noche, vigilancia médica frecuente, jubilación anticipada, mejora de la vivienda y otras. Por su parte, las autoridades laborales sólo deben permitir el trabajo por turnos en los casos en que sea estrictamente necesario, valorando siempre no sólo el coste económico, sino el coste social, menos tangible pero más importante para la salud del trabajador. ■