



## EL TIEMPO DE TRABAJO

Dentro de las diferentes condiciones de trabajo existentes en la actividad laboral, el tiempo de trabajo es uno de los factores que más condicionan la vida laboral y de los trabajadores, así como, también su vida personal (vida familiar, tiempo libre,...).

Esto influye de manera notable en el grado de bienestar de los trabajadores. Dentro de la organización de la empresa, el tiempo de trabajo adquiere un peso específico muy importante ya que ha de conjugar al mismo tiempo dos factores básicos: las necesidades de la empresa (producción, tecnología...) y las necesidades de los trabajadores (tiempo libre, familia...), es decir, su bienestar.

**Definición:** el tiempo de trabajo se define, en términos generales, como aquel que implica una jornada laboral de 8 horas, con una pausa para la comida y que suele oscilar entre las 7:00 h. - 9:00 h. y las 18:00 h. - 19:00 h.

### Tipos de fatiga y principales consecuencias

Las formas de organización del tiempo de trabajo están basadas fundamentalmente en tres criterios:

- Horario Flexible.
- Semana reducida.
- Trabajo a turnos.



#### Horario Flexible.

El horario flexible proporciona a los trabajadores considerable libertad, dentro de unos límites preestablecidos para organizar su tiempo de trabajo cada día.

- **Ventajas para la empresa:** ampliación del tiempo de trabajo efectivo, mayor estabilidad de la plantilla, reducción del absentismo, mejor clima de trabajo, reducción de horas extraordinarias.

- **Ventajas para el trabajador:** adaptación de las necesidades personales, medida más justa del tiempo de trabajo, disminución de retrasos.
- **Inconvenientes para la empresa:** mayor coste de mantenimiento, problemas cuando no se aplica a toda la empresa, aumento de costes de formación si se requiere polivalencia.
- **Inconvenientes para el trabajador:** reducción de horas extras, reducción de permisos remunerados, mayor control del tiempo.

#### Semana Reducida.

La semana reducida consiste en condensar el número de horas trabajadas en menos de 5 días a la semana.

- **Ventajas para la empresa:** ahorro de gastos de mantenimiento, reducción de tiempos muertos al inicio y final de la jornada.
- **Ventajas para el trabajador:** aumento de días de descanso, reducción de desplazamientos.
- **Inconvenientes:** aumento de la fatiga, reducción del trabajo realizado, reorganización de las pausas, reducción del tiempo libre en los días de trabajo.

#### Trabajo a turnos.

Es el desarrollado por distintos grupos sucesivos. Se puede organizar de diferentes maneras:

- Discontinuo: mañana-tarde.
- Semicontinuo: mañana-tarde-noche.
- Continuo: mañana-tarde-noche-fin de semana.

Se da en función de la naturaleza de la producción, de la demanda social o por razones económicas.