Shift Work Dangers Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los trabajadores que requieran medicamentos recetados para controlar ciertos trastornos deben saber que la alteración del ritmo circadiano puede interferir con el tratamiento médico de algunas enfermedades.
2. El trabajo por turnos también es habitual en los lugares de trabajo en los que los procesos técnicos no pueden interrumpirse sin afectar al producto y/o en los que los equipos costosos se utilizan de forma más rentable cuando están en funcionamiento constante.
3. Los problemas gastrointestinales y digestivos, como la indigestión, la acidez, el dolor de estómago y la pérdida de apetito, son más comunes entre los trabajadores de turnos rotativos y los trabajadores nocturnos que entre los trabajadores diurnos.
4. A la hora de implantar con éxito un modelo de turnos, es importante involucrar a los trabajadores. Todos los trabajadores pueden ofrecer experiencia y conocimientos vitales para superar muchos de los impactos y efectos del trabajo por turnos.
5. Se ha demostrado que la frecuencia cardíaca y la presión arterial siguen un ritmo circadiano. El estilo de vida puede afectar directamente a la salud de un individuo. Por lo tanto, es muy importante que un trabajador por turnos siga programas de ejercicio para mantener un nivel adecuado de fitness.
6. Si se permite a los trabajadores tener el control de sus pautas de trabajo, se observarán efectos positivos en la moral y la productividad. Ayudar a los trabajadores a elegir sus propios horarios y, o, a intercambiar períodos de trabajo con otros puede tener un impacto positivo en.

ESTADÍSTICAS

- En todo el país, las horas de trabajo semanales fluctúan entre los trabajadores por turnos hasta un 87%.
- Un tercio de los padres estadounidenses gasta el 20% de sus ingresos en el cuidado de los niños, seguramente más a medida que sus horarios fluctúan.
- El 64% de los padres afirman que han tenido que utilizar un día de baja por enfermedad cuando los planes de cuidado de los niños no han funcionado. Para los trabajadores por turnos, eso puede significar la pérdida de un día de ingresos.
- Como muchos de los que trabajan en horarios normales, los trabajadores por turnos aportan el 49% de los ingresos totales de sus familias.
- Las personas de color experimentan una volatilidad aún mayor. El 55% de los trabajadores negros y el 58% de los hispanos afirman que sus empleadores fijan

sus horarios sin contar con ellos.

- El gasto de los consumidores representa casi el 70% del PIB en Estados Unidos, y para algunos minoristas, hasta el 30% de las ventas se producen durante los dos meses de la temporada de vacaciones.
- Según un artículo publicado en 2000 por la Oficina de Estadísticas Laborales (BLS), más de 15 millones (16,8%) de trabajadores asalariados a tiempo completo trabajan en turnos alternativos. De ellos, los turnos alternativos más comunes son los nocturnos, con un horario de trabajo generalmente entre las 14:00 y las 24:00 horas, y los irregulares, con un horario que cambia constantemente.