



La racionalización de horarios, a debate

Trabajar como un inglés

El Congreso estudiará el regreso al huso de Greenwich: como los británicos, una hora menos



LOS ANGELES



NEW YORK



LONDON

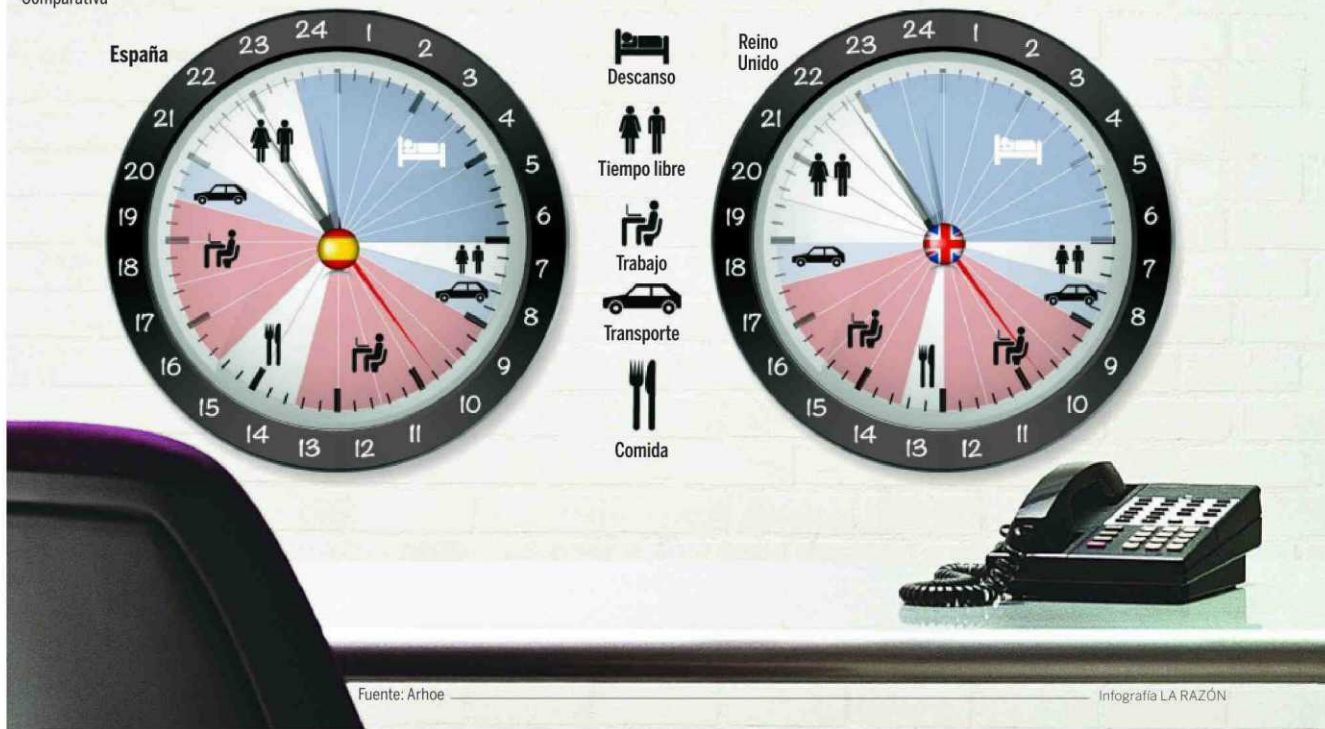


PARIS



MOSCOW

La misma rutina a **horarios distintos**
Comparativa



Fuente: Arhoe

Infografía LA RAZÓN

J. V. Echagüe - Madrid

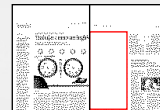
Todo empezó un 2 de mayo de 1942. Estamos en plena II Guerra Mundial. Para evitar confusiones con los horarios –los bombardeos y las acciones de guerra estaban programados a horas determinadas–, los países del meridiano de Greenwich optaron ajustar sus horarios al huso central alemán. De esta forma, Gran Bretaña, Irlanda, Portugal y España atrasaron sus relojes una hora. ¿Qué ocurrió una vez finalizada la contienda? Estos países volvieron a su horario normal... salvo el nuestro. Al contrario que nuestros vecinos de Greenwich, en España nos quedamos con una hora más. Dicho de otra forma:

desde hace más de 70 años no vivimos en la fase horaria que nos corresponde. Pero la situación podría corregirse. Ayer se produjo en el Congreso de los Diputados la aprobación del informe de medidas elaborado por la subcomisión para el estudio de la racionalización de horarios, la conciliación de la vida personal, familiar y laboral y la corresponsabilidad. Y para finales de mes, la vuelta al horario inglés podría someterse a votación en el Congreso. ¿Cuáles serían las consecuencias?

Ignacio Buqueras, presidente de la Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles y de ARHOE, lleva luchando desde hace años para implantar el «modelo inglés». Incluso lo planteó al entonces presidente del Gobierno José Luis

Rodríguez Zapatero como una cuestión de «memoria histórica», debido a que la decisión de quedarnos con una hora de más se produjo durante la época de Franco. También se reunió con Mariano Rajoy, entonces presidente del PP.Y a lo largo de los años, han recabado la opinión de todos los grupos parlamentarios. ¿La sensación? «Que hay unanimidad en los partidos», afirma.

Con todo, el objetivo de adelantar nuestros relojes una hora sería sólo el principio. Y es que el problema no es tanto vivir en el huso equivocado, sino cómo estamos administrando esas horas. La intención de la comisión es mucho más profunda: el cambio de horario puede mejorar nuestro modelo productivo. Y la solución puede pasar por mirar a nuestros vecinos ingleses.



Beneficios y perjuicios de unos horarios racionales

A favor

- Fomento de la jornada continua y aumento de la productividad
- Una hora más de sueño
- Disminución de la cultura del «presentismo» laboral
- Desarrollo de la vida de acuerdo a la hora solar
- Mayor ahorro energético

En contra

- Se implantaría de forma brusca un cambio de costumbres para el que aún no estamos preparados
- Para practicar una dieta mediterránea, los expertos recomiendan dedicar al menos una hora a comer
- El sector de la restauración podría resentirse económicamente si el almuerzo queda reducido en una hora

tos menos respecto a la media europea, lo que «disminuye la productividad y fomenta el estrés, el absentismo laboral e incluso el fracaso escolar».

Aún así, las peticiones de la Comisión no pasan por ser un «calco» del modelo inglés; más bien, se centran en fomentar la jornada continua. Por ejemplo, reducir las dos horas del almuerzo a una, empezando a las 13:00 horas; acabar de trabajar entre 18:00 y 18:30; y descansar a partir de las 23:00, por lo que ganaríamos una hora de sueño. Al ser jornadas laborales más cortas no sólo se produciría un ahorro energético –las empresas y organismos públicos gastarían menos en luz y electricidad– y se acabaría con la «cultura del presentismo» –las «horas muertas» que invierten los empleados con nula productividad–; además, los españoles pasarían más tiempo con su familia, lo que supondría una inversión en «capital humano». Por otro lado, un horario similar «mejoraría nuestra relación con el resto de países», incluso desde el punto de vista comercial: cuando nosotros estamos acabando de comer, muchos de nuestros vecinos europeos están ultimando su jornada laboral. En este sentido, Buqueras apunta a la buena predisposición tanto de la patronal como de los sindicatos cuando les ha planteado este modelo.

Vivimos en un «jet lag»

Nuestra salud tampoco se quedaría al margen. Como explica Nuria Chinchilla, profesora ordinaria del Departamento de Dirección de Personas en las Organizaciones y directora del Centro Internacional Trabajo y Familia del IESE Business School, «los españoles vivimos un “jet lag” constante». Y es que «vamos en contra de nuestro ritmo circadiano, que debe seguir el ritmo del sol: por hora solar, nos corresponde comer a las 13:00, cuando lo estamos haciendo a las 14:00». Chinchilla considera que «la crisis económica es el momento propicio regresar a nuestro horario natural». Y aunque sea un tema de voluntad política, por las reacciones que han obtenido parece «que hay una mayoría a favor».

En España la jornada laboral suele comenzar a las 9:00 y terminar a las 19:00 horas; en Reino Unido, comprende desde las 8:00 hasta las 18:00; los españoles dedicamos dos horas a comer, normalmente de 14:00 a 16:00; los británicos emplean apenas media hora, de 12:30 a 13:00, aunque la práctica habitual es que no lo hagan en casa, sino que inviertan ese tiempo en comer en la oficina y delante del ordenador, **informa Celia Maza**; por último, en nuestro país podemos irnos tranquilamente a la cama a las 00:00 horas, mientras que los ingleses llevan descansando desde las 23:00.

¿Conclusión? La jornada laboral se eterniza, somos menos productivos y descansamos menos y peor. Como recuerda Buqueras, los españoles dormimos 53 minu-