

Porque mi salud  
es tu salud

**SATSE**

**SATSE**

Comunidad  
Valenciana

**Si cuidan  
de mí,  
cuido mejor  
de tí**



Solicita a tu delegada/o sindical SATSE una chapa y una pegatina para hacer visible tu compromiso con la mejora de las condiciones laborales de la Enfermería

**Por la humanización  
de los turnos de Enfermería**

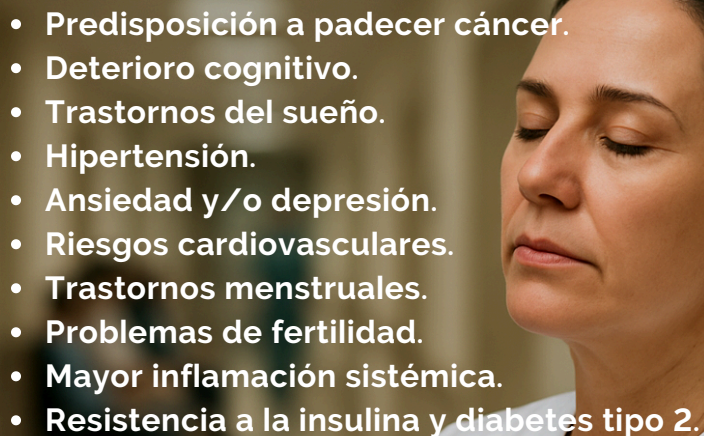


Como sabes, hay dos turnos en Atención Especializada para prestar atención sanitaria los **365 días del año/24 horas al día**:

- Realizar turno rodado con noches.
- Realizar turno diurno con guardias.

## El turno rodado con noches, perjudicial para la salud

La evidencia científica ha demostrado que el TURNO RODADO CON NOCHES tiene **efectos negativos en la salud** de quienes lo realizan, **incrementándose el riesgo** en función de los años que se trabaja en este turno. Algunos de los efectos en la salud son:

- 
- Predisposición a padecer cáncer.
  - Deterioro cognitivo.
  - Trastornos del sueño.
  - Hipertensión.
  - Ansiedad y/o depresión.
  - Riesgos cardiovasculares.
  - Trastornos menstruales.
  - Problemas de fertilidad.
  - Mayor inflamación sistémica.
  - Resistencia a la insulina y diabetes tipo 2.

Para **mejorar las condiciones** de LAS/OS ENFERMERAS/OS Y DEL RESTO DE PROFESIONALES que realizan turno rodado, **SATSE ha propuesto a la Conselleria de Sanidad tres importantes mejoras**, sin merma retributiva:

- Disminución de las horas trabajadas en turno rodado con noches.
- Más medidas de conciliación familiar y social.
- Limitación del periodo de vida laboral realizando este turno lesivo.

Queremos recalcar que estas tres propuestas van dirigidas a **mejorar la Salud Laboral tanto de la Enfermería como del resto de las/os profesionales** que realizan turno rodado. Otras medidas que el Sindicato de Enfermería lleva tiempo reclamando a la Conselleria son las siguientes:

- Ratios adecuadas y plena sustitución de vacaciones, IT y permisos.
- Eliminación de turnicidad y nocturnidad a partir de los 50 años sin merma retributiva.
- Elevar el coeficiente nocturno de 1,25 a 1,40.
- Un día adicional de vacaciones por cada domingo o festivo trabajado, similar a la regulación de atención continuada en jornada complementaria.
- Retribución del sábado diurno como festivo, tal y como se retribuye en at. continuada en jornada complementaria.

## Si cuidan de nosotras/os, cuidaremos mejor del usuario

Entre todas/os, podemos **lograr que estas y otras propuestas se hagan realidad**. Para ello, te animamos a participar en la recogida de firmas que SATSE va a iniciar para exigir a la Conselleria una **Mesa Sectorial de Sanidad donde se negocien medidas de protección para el personal que realiza turno rodado y nocturnidad**.

El Sindicato de Enfermería cree firmemente que estas propuestas que llevamos tiempo reclamando **mejorarían las condiciones laborales de la Enfermería e incidirían en una mayor calidad de la asistencia sanitaria** que reciben los usuarios.

**Porque nuestra salud, también afecta a su salud.**