



APROXIMACIÓN A LAS ACTITUDES Y OPINIONES RELACIONADAS CON LOS HÁBITOS HORARIOS (Junio de 2016) Nota de prensa

INTRODUCCIÓN

El objetivo de este estudio es realizar una primera aproximación a las actitudes y opiniones de la población vasca relacionadas con los hábitos horarios. Existen varios trabajos que nos hablan sobre cómo podría afectar esto a la satisfacción en el trabajo, la vida cotidiana y a la productividad de las empresas, pero apenas hemos encontrado referencias sobre las actitudes y opiniones de la población al respecto.

Los horarios se han convertido últimamente en tema de interés tanto de expertos en el tema, como responsables públicos y medios de comunicación. Diferentes estudios muestran que una mayor racionalización de los horarios actuales reportarían beneficios para toda la sociedad, tanto a nivel particular mejorando la conciliación de la vida familiar, personal y laboral, como para las empresas, aumentando la satisfacción y el rendimiento de sus empleados y empleadas.

En este contexto, se han abierto diversos debates sobre el tema ¿son los horarios actuales adecuados para conciliar la vida familiar, personal y profesional? ¿Se podría aumentar la productividad de las empresas con una organización diferente de los horarios? ¿Afecta a nuestra vida cotidiana el hecho de tener un horario más tardío que otros países europeos? Debates entre los que se mezcla también el hecho de si deberíamos cambiar nuestro huso horario, haciéndolo coincidir con el meridiano de Greenwich, para aprovechar de forma más eficiente las horas de sol.

HÁBITOS COTIDIANOS RELACIONADOS CON EL HORARIO

Cuatro de cada diez se acuestan entre las once y las doce. El 43% piensa que duerme menos de lo necesario, y el 40% termina frecuentemente muy cansado al final del día.

Cuatro de cada diez personas se acuestan entre las once y las doce de la noche (43%). El 28% antes de las once y el 26% después de las doce.

Las y los vascos nos acostamos antes que las y los españoles; el 34% de estos se acuesta entre las once y las doce, y el 40% después de las doce. Las y los vascos también nos levantamos antes, el 65% antes de las ocho, mientras que se levantan a esa misma hora el 57% de las y los españoles.

Aunque la mayoría cree dormir las horas necesarias, el 43% piensa que duerme menos de lo necesario. Esa misma sensación la tiene el 32% de los españoles.

En cuanto a la hora de la cena, el 46% lo hace entre las nueve y las diez de la noche. Las diferencias entre territorios son considerables, en Gipuzkoa se cena antes que en Araba y Bizkaia: así, el 50% en Araba y el 49% en Bizkaia cenar en ese tramo horario, mientras que en Gipuzkoa el porcentaje desciende hasta el 39%, y el 44% cenar entre las ocho y las nueve. En Gipuzkoa la gente se acuesta también algo antes.

Al final del día, el 40% de la población termina muy cansada de su actividad siempre o frecuentemente, y el 16% todavía sigue realizando tareas del hogar cuando debería estar en la cama. Estos porcentajes son más elevados en el caso de las mujeres con hijos o hijas menores de 15 años, entre las que el 66% termina muy cansada al final del día y el 39% sigue realizando tareas del hogar cuando debería estar acostada. También entre los hombres con hijos e hijas esos porcentajes son algo más elevados que entre quienes no tienen hijos/as, pero menores que en el caso de las mujeres.

Un cuarto de la población afirma acostarse muy tarde porque se queda viendo la televisión (24% siempre o frecuentemente).

JORNADA LABORAL

Siendo el horario un tema importante para valorar un buen trabajo, la mayoría está satisfecho/a con el que tiene, sobre todo quienes trabajan en jornada continua.

En un puesto de trabajo, tener un buen horario es muy importante (54%) o bastante importante (34%) para la población vasca, aunque muy por debajo de la importancia de la estabilidad en el empleo (78% y 19% respectivamente), y en el mismo nivel que el contar con un trabajo interesante (57% y 32% respectivamente).

Hemos preguntado a la población que hoy en día está trabajando y a la que estando parada ha trabajado con anterioridad, sobre su jornada laboral y su grado de satisfacción con la misma.



Seis de cada diez no tienen libertad para decidir su jornada de trabajo (62%), el horario de salida y llegada al trabajo los marca (o marcaba) su empresa, sin posibilidades de cambio por su parte. Dentro de ciertos límites, tiene libertad de decidir el horario de entrada y salida del trabajo el 29%, y el 10% es libre de decidir cuándo iniciar y terminar su jornada laboral.

De todas formas, la mayoría están satisfechos o satisfechas con su jornada laboral (67%), sobre todo quienes trabajan en jornada continua (el 84% lo están). Quienes menos satisfechos o satisfechas están son quienes trabajan en jornada mixta (unos días en continua y otros partida).

Una tercera parte de las personas que están trabajando (o estando parados han trabajado con anterioridad) querría cambiar su tipo de jornada laboral (32%), la inmensa mayoría para trabajar en jornada continua (80%). Más de la mitad opina que ese cambio le resultaría muy o bastante difícil a la empresa teniendo en cuenta el tipo de trabajo que se realiza (53%). Por otra parte, el 52% opinan que adaptar la jornada laboral no supondría perjuicio económico para la empresa, el 28% opinan que sí y el 12% creen que la situación económica de la empresa mejoraría.

El 47% no quiere ni adelantar ni retrasar su horario de entrada y salida del trabajo, mientras que el 44% preferiría entrar antes y salir antes.

La mitad de las personas con un trabajo remunerado acaban (o acababan) su jornada laboral antes de las seis de la tarde (54%), el 18% entre las seis y las ocho, y el 15% entre las ocho y las doce. Preguntados/as sobre si les gustaría adelantar o retrasar el horario, las opiniones se encuentran divididas entre las personas que prefieren quedarse como están (47%) y las que preferirían entrar antes a trabajar y salir antes (44%). Tan sólo el 5% preferirían entrar más tarde y salir más tarde.

Además, cuatro de cada diez suelen (o solían) prolongar su jornada laboral, fuera de su horario habitual, por lo menos una vez a la semana (el 19% todos o casi todos los días y el 22% al menos una vez a la semana). El 27% no lo hace nunca.

La valoración de los horarios y la jornada laboral actual es bastante positiva, no tanto la flexibilidad en los horarios.

Las personas con un empleo (y las que estando paradas lo han tenido) valoran de forma bastante positiva sus horarios en el trabajo: en una escala de 0 a 10, valoran con un 7,0 la jornada laboral y los horarios, y con un 7,1 el acceso a permisos para asuntos personales o cuidado de familiares. En cambio, la valoración es mucho más baja en lo que se refiere a la flexibilidad en los horarios (5,9).

ADAPTACIÓN DE LOS HORARIOS

Las opiniones se encuentran divididas en cuanto a adaptar los horarios a modelos europeos, entre quienes se muestran a favor de adelantarlos y quienes prefieren mantenerlos como en la actualidad.

Algo más de la mitad de la población prefiere mantener los horarios como en la actualidad (54%) a adaptarlos a costumbres de otros países europeos donde se come antes, se sale antes de trabajar, se cena antes y la gente se acuesta más temprano. El 41% estaría a favor de adelantar los horarios equiparándolos a esos países europeos.

Las opiniones se encuentran igual de divididas en cuanto a la necesidad de cambiar el huso horario de Euskadi haciéndolo coincidir con el meridiano de Greenwich, es decir, adelantar los relojes una hora para aprovechar mejor las horas de sol: el 43% está a favor de cambiarlo y el 44% prefiere mantenerlo como en la actualidad.

La división de opiniones es menor en cuanto al horario televisivo. El 64% de la población se muestra a favor de que se adelante el *prime-time* televisivo, y tan sólo el 17% estaría a favor de mantenerlo como en la actualidad.

La **ficha técnica** de este estudio puede consultarse en el informe distribuido. La muestra dirigida a la población mayor de 18 años y supone un total de 1.000 entrevistas telefónicas para el conjunto de la CAPV. El error muestral se cifra en un +/- 3,16% para el conjunto de la CAPV con un nivel de confianza de 95,5% y $p=q=0,5$. La recogida de información se realizó entre los días 11 y 13 de mayo de 2016.

NOTA: El informe completo se puede encontrar en la página Web del Gabinete de Prospección Sociológica:

http://www.euskadi.eus/estudios_sociologicos

Vitoria-Gasteiz, 1 de junio de 2016