

# Best Practice Shift Workers – Spanish

## La Mejor Práctica – Trabajadores por Turnos

En muchas industrias, quedarse dormido en el trabajo incluso durante 30 segundos puede causar un grave error. Sin embargo, los estudios muestran que entre el 30 y el 50% de los trabajadores del turno de noche reportan quedarse dormidos al menos una vez a la semana en el trabajo. Los problemas de sueño afectan a los conductores de camiones y autobuses, pilotos de aerolíneas, trabajadores de fábricas, policías, trabajadores de emergencias, proveedores de atención médica, empleados de hoteles y cualquier otra persona en la noche o en los cambios de turno.

Los trabajadores por turnos se enfrentan a muchos desafíos, incluyendo la fatiga física y mental.

Descargue este informe especial y aprenda por qué el trabajo por turnos puede ser peligroso y qué puede hacer para que la experiencia sea segura para los empleados.