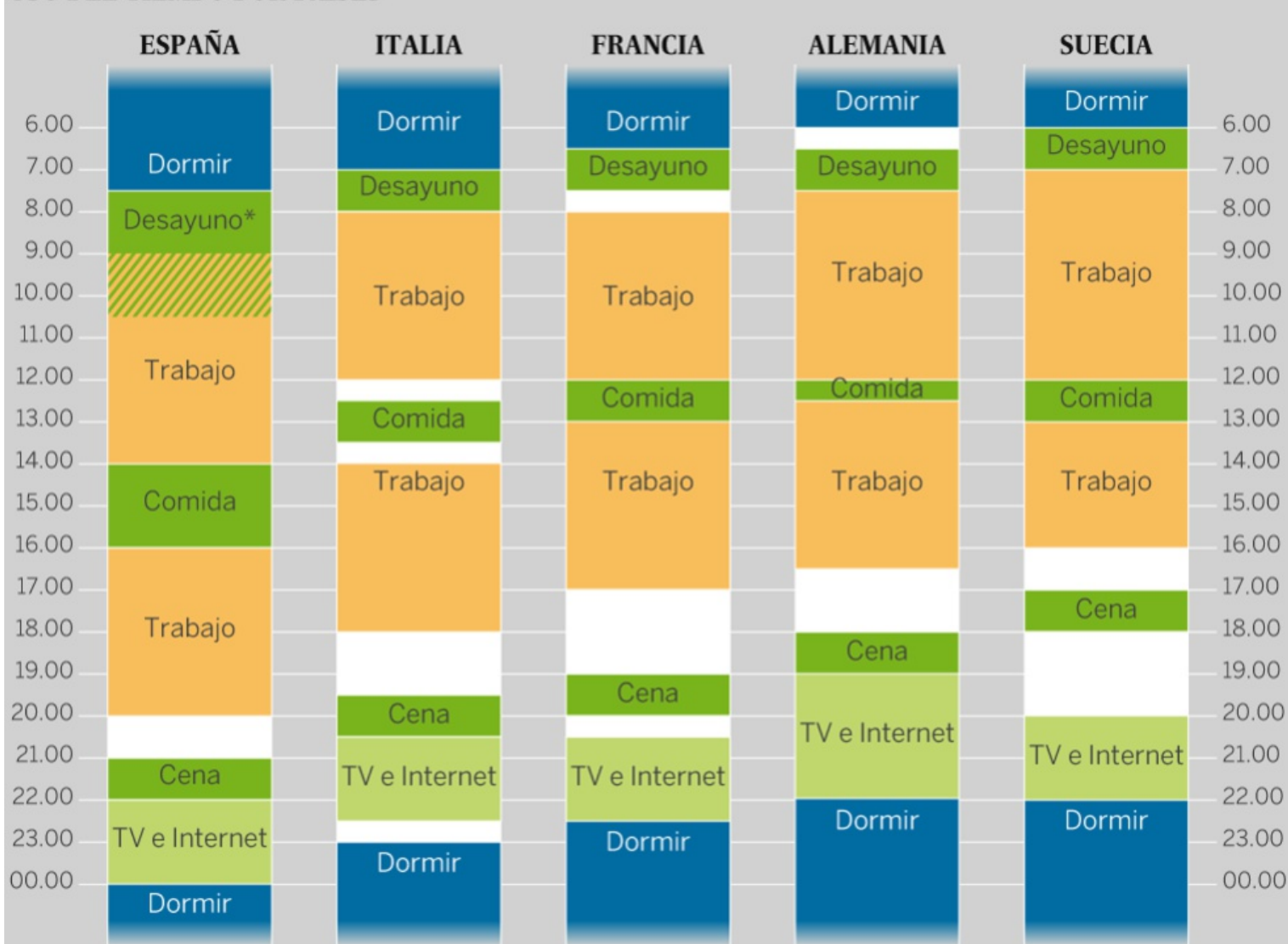


El gráfico que muestra que en España tenemos horarios muy raros

No estamos en el huso horario que nos corresponde geográficamente y en nuestra actividad cotidiana llevamos dos horas de retraso respecto al resto de países de Europa

María Sánchez Sánchez
25 de marzo de 2016

USO DEL TIEMPO POR PAÍSES



*Variable: de 7.30-8.30 a 10.00-10.30)

Fuente. Eurostat.

EL PAÍS

Mientras en España vemos El Ministerio del Tiempo o el programa líder de audiencia de la temporada, en Alemania están ya descansando en la cama. En Italia, donde han cenado a las 19.30- 20.00, están también en ello. Lo que a priori puede parecer una anécdota es, en la práctica, un retraso medio de dos horas que afecta a la organización diaria de todos los ámbitos de nuestra vida: el trabajo, la familia y el ocio.

Ahora que toca de nuevo adaptarse al horario de verano y son cada vez más quienes piden retrasar para siempre el reloj una hora - como determina el meridiano de Greenwich - queremos analizar por qué nuestro país es una excepción en el entorno europeo. También si podemos hacer algo para cambiarlo y mejorar nuestra calidad de vida.

España vs. Europa (incluidos los países mediterráneos)

"Cuando te vas a vivir fuera o tienes contacto con españoles que se trasladan al extranjero te das cuenta que somos *el patito feo* de nuestro entorno", comenta José María Fernández-Crehuet, "España es un país muy peculiar en sus horarios". Como Doctor y profesor de Economía y ADE en la Universidad a Distancia de Madrid, ha abordado esta cuestión en su tesis doctoral y ha recogido sus investigaciones en el libro *La conciliación de la vida profesional, familiar y personal. España en el contexto europeo*.

Entre las conclusiones que se extraen hay algunas demoledoras: trabajamos más horas que el resto con peores resultados (la productividad es menor) y nuestros horarios son un lastre para la tan ansiada conciliación de la vida laboral y personal.

Fernández-Crehuet analizó 27 indicadores que representan las grandes áreas que influyen en la conciliación (tiempo, familia, salud, trabajo y políticas sociales) y los comparó con los datos que aporta [Eurostat](#) (la Oficina Estadística de la Unión Europea) del resto de países de nuestro entorno. Así fue trazando el que sería nuestro *itinerario* cotidiano y vio "que los españoles empezamos muy mal el día. Lo hacemos cansados y de mal humor porque nos acostamos muy tarde. Además, no desayunamos en casa o lo hacemos rápido y mal".

Y partir de ahí todo va a peor porque después "necesitamos parar para comer algo y esa hora que perdemos a media mañana la podríamos ganar al final del día para irnos antes a casa. De igual modo que en lugar de comer tarde, podríamos hacerlo perfectamente a la 13.00". Si a esto le sumamos que España es un lugar en el que la jornada laboral es mayormente interrumpida y partida por la mitad "el número de horas de presencia en el trabajo se alarga" y todo se retrasa: desde el tiempo de ocio al *prime time* televisivo.

El origen de la peculiaridad española

"No siempre tuvimos estos horarios", explica la doctora en Psicología Social Sara Berbel, "las referencias recogidas, por ejemplo, en las novelas de Pardo Bazán evidencian que antiguamente en España - especialmente en el campo donde no había llegado la industrialización - se comía a las 12.30 o 13.00". Tampoco es una cuestión del clima, pues países como Grecia, Italia o Portugal no tienen esta distribución.

Para entender los motivos hay que remontarse al final de la Segunda Guerra Mundial y la situación histórica específica de España: la dictadura de Franco. "Durante la época de industrialización los países europeos había adoptado unas jornadas laborales larguísimas y muy rígidas, pero tras la guerra todos vieron que esto no era factible y que debían cambiarlo", señala Berbel, "nuestro país entró entonces en una dictadura y todo ese proceso modernizador se paralizó. Es por ello por lo que seguimos teniendo los horarios menos flexibles de Europa".

Berbel recuerda además que la jornada partida, una de las señas de identidad del sistema laboral español, tiene también su origen en ese período: "Los hombres - que eran entonces quienes mayoritariamente trabajaban - se vieron obligados, por la escasez económica, al pluriempleo. De esta forma un trabajador de banca iba de 9.00 a 15.00 a la sucursal y por la tarde, de 16.00 a 20.00, trabajaba en una gestoría". Una pauta que retrasó el horario de las comidas - "la familia no cenaba hasta que él llegaba a casa" - y que se ha perpetuado hasta llegar a nuestros días.

Un huso horario que no nos corresponde

"La España peninsular tiene actualmente una hora oficial (GMT+1), 1 hora por encima de la que realmente le correspondería por su situación geográfica (GMT+0)", explica Fernández-Crehuet, y "al no coincidir la hora oficial con la solar, en la mayor parte de España amanece y anochece más tarde que en los países de nuestro entorno europeo".

Antes no era así porque se trata de una medida temporal adoptada por Franco en 1940 - para equipararse a Alemania - que al no haberse rectificado posteriormente nos hace estar en un huso horario descompensado. Como señala Fernández-Crehuet "en España, el sol suele brillar alrededor de nueve horas en invierno y dieciséis en verano. Si adelantamos el reloj nos encontramos en la mayor parte de la península con dos horas, en Galicia tres horas, de diferencia con respecto a nuestra hora solar". Lo normal sería que nuestros relojes estuviesen sincronizados con los de Portugal, Inglaterra o las islas Canarias.

"Si no realizásemos el cambio de verano, acercáramos nuestra hora oficial a la solar y eso facilitaría modificar algunos hábitos para mejorar nuestra calidad de vida", apunta el profesor. En la misma línea se pronuncia Sara Berbel que cree que esta decisión sería positiva y saludable para nuestros biorritmos "ganaríamos tiempo y estaríamos aliados con el meridiano que nos corresponde", señala, "pero no sería suficiente. Habría que completarla con otras actuaciones".

La primordial, la puesta en marcha de un gran pacto global, firmado por todos los sectores sociales implicados, que se concretase después en un marco normativo. "Se trata de ampliar la libertad de los individuos, no de restringirla, así que un consenso previo resulta fundamental. Pero la realidad es que los marcos normativos, las leyes, son las que logran regular e incentivar un cambio de hábitos".

Fernández-Crehuet explica que el proceso podría ser gradual y que un primer ejercicio pasaría por equipararnos a los horarios de Italia o Francia. Superada esa fase el ejemplo a seguir serían Reino Unido o Alemania y "una última aproximación, en nuestra opinión quizá demasiado lejana a día de hoy para nuestras costumbres, sería el horario de los países nórdicos".

Las modificaciones también tendrían que tener en cuenta las necesidades de cada sector y el global de la sociedad: "Estaríamos ante lo que en Economía denominamos la Teoría de juegos: si yo soy el único que cambia un horario, salgo perdiendo. Pero si cambiamos todos a la vez, ganamos todos".

Horas de luz que no disfrutamos porque estamos en la oficina

Lo más apreciado del horario de verano suelen ser esas horas de luz extra al final del día, pero, según los datos de los expertos, tampoco ahí estaríamos obteniendo la rentabilidad esperada. "Nos gusta mucho disfrutar", señala Berbel, "pero la realidad es que podríamos disfrutar mucho más". Básicamente porque cuando deberíamos estar sacando provecho de ese tiempo al aire libre, aún estamos ocupados.

"A los detractores de este cambio horario", señala Berbel, "habría que explicarles que un 46% de los españoles a las seis de la tarde está todavía en su puesto de trabajo y que el 10% continúa haciéndolo a las nueve de la noche. Así que no están disfrutando, están trabajando".

Fernández-Crehuet recuerda que la rentabilidad energética no es tanta como se cree y que los beneficios del horario de verano son más bien sociológicos: "dos terceras partes de los encuestados consideran positivo tener más horas de luz por las tardes para realizar actividades al aire libre, pero la nueva hora no conduce automáticamente a una jornada laboral más corta".

Con la adaptación a nuestro huso horario natural no solo ganaríamos en calidad de vida. El profesor Fernández-Crehuet apunta a una mejora de las exportaciones españolas "puesto que al coordinar los horarios de nuestras jornadas laborales con el resto de Europa, se mejorarían nuestras relaciones comerciales". Y, en su opinión, sería útil también para el sector del turismo, que supone el 10,9 % de nuestro PIB. Por qué: porque los turistas se sentirían al llegar a España "menos sorprendidos por nuestro desordenado estilo de vida".