

PRÁCTICA PROFESIONAL

P

# Tratado práctico de tiempo de trabajo

J. EDUARDO LÓPEZ AHUMADA  
(Director y Coordinador)

 **Atelier**  
LIBROS JURÍDICOS

Reservados todos los derechos. De conformidad con lo dispuesto en los arts. 270, 271 y 272 del Código Penal vigente, podrá ser castigado con pena de multa y privación de libertad quien reprodujere, plagiare, distribuyere o comunicare públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, fijada en cualquier tipo de soporte, sin la autorización de los titulares de los correspondientes derechos de propiedad intelectual o de sus cesionarios.

Este libro ha sido sometido a un riguroso proceso de revisión por pares.

© 2026 Los autores

© 2026 Atelier

Santa Dorotea 8, 08004 Barcelona  
e-mail: [editorial@atelierlibros.es](mailto:editorial@atelierlibros.es)  
[www.atelierlibrosjuridicos.com](http://www.atelierlibrosjuridicos.com)  
Tel.: 93 295 45 60

I.S.B.N.: 979-13-88096-88-4

Depósito legal: B 8320-2026

Diseño y composición: Addenda, Pau Claris 92, 08010 Barcelona  
[www.addenda.es](http://www.addenda.es)

Impresión: Safekat

<b>CAPÍTULO 7. LA DISTRIBUCIÓN IRREGULAR</b> .....	131
<i>Elisa Ledesma Rubio</i>	

<b>CAPÍTULO 8. HORARIO DE TRABAJO Y CALENDARIO LABORAL</b> .....	143
<i>Elisa Ledesma Rubio</i>	

**BLOQUE III  
LIMITACIÓN DE LA JORNADA Y GARANTÍA  
DEL TIEMPO DE DESCANSO**

<b>CAPÍTULO 9. REGISTRO DE JORNADA</b> .....	157
<i>Arturo Montesdeoca Suárez</i>	

<b>CAPÍTULO 10. DESCANSO SEMANAL Y FIESTAS LABORALES</b> .....	177
<i>María Cristina Aguilar González</i>	

<b>CAPÍTULO 11. PERMISOS LABORALES Y LICENCIAS</b> .....	187
<i>Rocío Martín Jiménez</i>	

<b>CAPÍTULO 12. VACACIONES ANUALES RETRIBUIDAS</b> .....	241
<i>Arturo Montesdeoca Suárez</i>	

**BLOQUE IV  
JORNADAS Y RITMOS DE TRABAJO**

<b>CAPÍTULO 13. HORAS EXTRAORDINARIAS</b> .....	259
<i>Diego Meglino Fernández</i>	

<b>CAPÍTULO 14. TRABAJO NOCTURNO</b> .....	299
<i>Patricia Prieto Padín</i>	

<b>CAPÍTULO 15. TRABAJO A TURNOS Y RITMO DE TRABAJO</b> .....	313
<i>Olaya Martín Rodríguez</i>	

**BLOQUE V  
ESPECIALIDADES EN MATERIA  
DE TIEMPO DE TRABAJO**

<b>CAPÍTULO 16. JORNADAS LABORALES ESPECIALES</b> .....	341
<i>J. Eduardo López Ahumada</i>	

## Capítulo 15

# TRABAJO A TURNOS Y RITMO DE TRABAJO

Olaya Martín Rodríguez

*Profesora Acreditada a Titular de Derecho del Trabajo*

*y de la Seguridad Social de la Universidad a Distancia de Madrid*

olayamr@gmail.com

SUMARIO: I. Trabajo a turnos y flexibilidad horaria: evolución normativa y desafíos laborales; II. La configuración jurídica del trabajo a turnos en la Directiva 2003/88/CE y su recepción en el derecho español; III. La turnicidad laboral: concepto, modalidades, régimen jurídico y límites constitucionales; 1. Cuestiones preliminares; 2. Definición legal del trabajo a turnos; 3. Modalidades del trabajo a turnos: turnos fijos y turnos rotatorios; 4. Forma de organizar los equipos de trabajo en el sistema de turno continuo y sistemas de rotación; 5. Modificación del sistema de trabajo a turnos; 6. Limitaciones a la organización del trabajo a turnos; 7. Régimen de jornada y descansos; A) Descanso Semana; B) Descanso diario; C) Trabajo nocturno y trabajo a turnos: jornada máxima y horas extraordinarias; 8. Retribución del trabajo a turnos; IV. Ritmo de trabajo en el trabajo a turnos y medidas de seguridad.

## I. TRABAJO A TURNOS Y FLEXIBILIDAD HORARIA: EVOLUCIÓN NORMATIVA Y DESAFÍOS LABORALES

La ordenación del tiempo de trabajo constituye un elemento estructural del Derecho del Trabajo, cuya comprensión requiere distinguir entre diversas dimensiones jurídicas. En efecto, puede hablarse, en primer lugar, de la jornada laboral en sentido cuantitativo, esto es, la duración máxima de tiempo que la persona trabajadora se compromete a prestar servicios por cuenta ajena, de conformidad con lo dispuesto legal o convencionalmente. Junto a esta vertiente cuantitativa, deben considerarse otras dos dimensiones de carácter cualitativo: por un lado, la distribución temporal de la jornada, referida al modo en que se reparte dicha duración en unidades temporales concretas (día, semana, mes o año); y,

## Juzgado de lo social

Juzgado de lo Social nº 1 de Cuenca, sentencia de 3 de abril de 2020, Rec. 596/2019.

Juzgado de lo Social nº 1 de Albacete, de 21 de octubre de 2019, Rec. 490/2019.

## VI. BIBLIOGRAFÍA

CARCELÉN GARCÍA, J., *El sistema de trabajo a turnos y su problemática*, Madrid: Fundación Confemetal, 2000.

MARTÍN VALVERDE, A., «Trabajo nocturno, trabajo a turnos, ritmo de trabajo», en AAVV, (Dir. Martínez Emperador, R.), *Otras modificaciones del Estatuto de los Trabajadores. Extinción individual y extinciones colectivas del contrato de trabajo*, Consejo General del Poder Judicial, Madrid, 1995.

MONTOYA MELGAR, A.: «Jornada en régimen de turnos», en AAVV, *Estudios sobre la jornada de trabajo*, Asociación de Cajas de Ahorros para Relaciones Laborales (ACARAL), Madrid, 1991.

MURCIA CLAVERÍA, A., «Trabajo nocturno, trabajo a turnos y ritmo de trabajo», en AAVV (dir. VALDÉS DAL-RÉ, FERNANDO), *La reforma del mercado de trabajo*, Lex Nova, Valladolid, 1994.

NOGAREDA CUIXART, C. Y NOGAREDA CUIXART, S., *Nota Técnica de Prevención 455: Trabajo a turnos y nocturno, aspectos organizativos*, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, 1999.

OIT, *Guía para establecer una organización del tiempo de trabajo equilibrada*, Ginebra, OIT, 2019.

PÉREZ AMORÓS, F., «Trabajo nocturno y a turnos y ritmos de trabajo (art. 36), *Civitas. Revista española de derecho del trabajo*, nº 100, 1, pp. 765-782, 2000.

RODRÍGUEZ PASTOR, G., *El régimen jurídico de la distribución de la jornada de trabajo*, Tirant lo Blanch, Valencia, 1999.