

Colección

Investigación Sociológica - FES

**TRABAJO SIN LÍMITES, SALUD INSOSTENIBLE:
LA INTENSIFICACIÓN DEL TRABAJO
DEL CONOCIMIENTO**

COLECCIÓN INVESTIGACIÓN SOCIOLÓGICA - FES

Directoras

Matilde Massó Lago
(Universidad de A Coruña)

Olga Salido Cortés
(Universidad Complutense de Madrid)

Consejo editorial

Manuel Aguilar Hendrickson
(Universitat de Barcelona)

Luis Ayuso Sánchez
(Universidad de Málaga)

Margarita Barañano Cid
(Universidad Complutense de Madrid)

Capitolina Díaz Martínez
(Universitat de València)

Màrius Domínguez Amorós
(Universitat de Barcelona)

Carlos J. Fernández Rodríguez
(Universidad Autónoma de Madrid)

Manuel Fernández Esquinas
(Consejo Superior de Investigaciones Científicas)

Lucila Finkel
(Universidad Complutense de Madrid)

Clara Guilló Girard
(Universidad Complutense de Madrid)

María del Mar Grieria Llonch
(Universitat Autònoma de Barcelona)

Idefonso Marqués Perales
(Universidad de Sevilla)

José Saturnino Martínez García
(Universidad de La Laguna)

Almudena Moreno Mínguez
(Universidad de Valladolid)

José Antonio Noguera Ferrer
(Universitat Autònoma de Barcelona)

Luis Ortiz Gervasi
(Universitat Pompeu Fabra)

Benjamín Tejerina Montaña
(Universidad del País Vasco)

ÓSCAR PÉREZ ZAPATA

**TRABAJO SIN LÍMITES,
SALUD INSOSTENIBLE:
LA INTENSIFICACIÓN
DEL TRABAJO
DEL CONOCIMIENTO**

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE SOCIOLOGÍA

Marcial Pons

MADRID | BARCELONA | BUENOS AIRES | SÃO PAULO

2019

«PREMIO A LA MEJOR TESIS DOCTORAL EN SOCIOLOGÍA DEL TRABAJO. [1.ª Convocatoria (2016) del Comité de Investigación de Sociología del Trabajo de la FES] Comisión de evaluación (Miguel Ángel García Calavia, Pablo López Calle, Sara Moreno Colom y Pilar Ortiz García)».

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

© Óscar Pérez Zapata
© Federación Española de Sociología
© MARCIAL PONS
EDICIONES JURÍDICAS Y SOCIALES, S. A.
San Sotero, 6 - 28037 MADRID
☎ (91) 304 33 03
www.marcialpons.es
ISBN: 978-84-9123-677-1
Depósito legal: M. 22.118-2019
Diseño de la cubierta: Manuel Estrada, Diseño Gráfico
Fotocomposición: JOSUR TRATAMIENTO DE TEXTOS, S. L.
Impresión: ELECÉ, INDUSTRIA GRÁFICA, S. L.
Polígono El Nogal - Río Tiétar, 24 - 28110 Algete (Madrid)
MADRID, 2019



A mis padres

A Gloria

PRÓLOGO A LA PUBLICACIÓN DEL LIBRO

¡SALUD y LIBERTAD!, las palabras con las que iniciábamos el prólogo de la tesis doctoral que fundamenta este libro, se merecen hoy las mayúsculas. Con los datos más relevantes disponibles a mediados de 2019 y procedentes de la última Encuesta Europea de Condiciones de Trabajo (EECT) de 2015 de Eurofound¹, España ocupa *la peor posición de la EU-15* en la percepción de que el trabajo afecta negativamente la salud. ¿Por qué?

Dos factores podrían tener mucho que decir. El primero es un viejo conocido, se trata de la ya habitual precariedad en el empleo que identificamos con inseguridad y vulnerabilidad. El 26 por 100 de los trabajadores españoles dice estar parcial o totalmente de acuerdo con que «podría perder su puesto de trabajo en los próximos seis meses» (quizá no sorprenda que España ocupe la segunda posición más desfavorable en la EU-28). El segundo factor no es tan conocido, pero puede ser tanto o más importante: se trata de la *intensificación del trabajo*, el creciente esfuerzo en el tiempo de trabajo. Los españoles que dicen «trabajar con plazos ajustados siempre o casi siempre»² (una excesiva intensidad) son ya un 35 por 100 con las cifras de la última oleada de 2015, otra vez la segunda posición más desfavorable en la EU-28, solo por detrás de los británicos, tal y como se detalla en la Figura 0.1; donde, además, se puede estimar el repunte con la última crisis económica, a la vez que la intensificación de más largo recorrido, desde la primera oleada en 1991.

Sabemos que cada una de estas dos dinámicas (precarización e intensificación) implican, por sí mismas, riesgos importantes para la salud. ¿Y en combinación? ¿Qué impacto pueden estar teniendo en nuestra salud? ¿Y en la conciliación?³. Ambas dinámicas, juntas, sitúan a todos los trabajado-

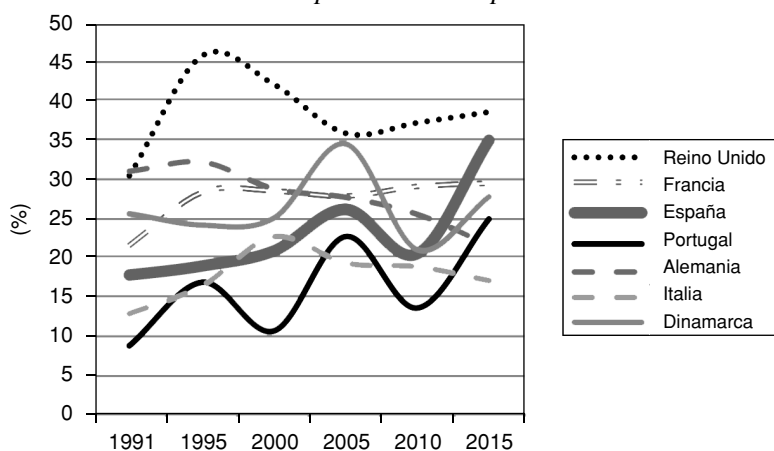
¹ De donde proceden la mayor parte de los datos de este prólogo, salvo indicación contraria.

² Una forma consensuada de medir la intensidad, particularmente para el trabajo no manual.

³ Aunque no es el foco aquí, también en la conciliación venimos ocupando posiciones de cola.

res españoles en una posición de *vulnerabilidad sin precedentes*. Ninguna ocupación está libre de peligro. Los llamados trabajadores del conocimiento, en los que se enfoca esta investigación, y que representan el 32 por 100 de todos los trabajadores españoles⁴ y el 52 por 100 de los trabajadores de cuello blanco, tampoco. Todos sufren una degradación del trabajo con efectos en la salud que plantea dudas razonables sobre la sostenibilidad de la sociedad del conocimiento actual.

Figura 0.1. Proporción de trabajadores que trabajan con plazos ajustados *siempre o casi siempre*



Fuente: elaboración propia a partir de las Encuestas Europeas de Condiciones de Trabajo (1991-2015).

Entre los efectos de la intensificación del trabajo que más se dejan ver, emergen el estrés, el cansancio, los problemas para conciliar o la ansiedad, que se extienden y además se concentran más sobre las mujeres. Los trabajadores españoles que dicen estar sometidos a *estrés laboral siempre o casi siempre* suponen ya un 30 por 100 (un 47 por 100, si están sujetos a una excesiva intensidad) y existen brechas de género muy significativas en los dos extremos de la escala ocupacional. Entre los menos cualificados (e. g., entre los operadores, lo señalan un 42 por 100 de las mujeres v. un 29 por 100 de los hombres) y entre los más cualificados (e. g., entre los profesionales, un 35 por 100 de las mujeres v. un 27 por 100 de los hombres). Brechas de género que también se reflejan en lo que quizá sea el sino de nuestros tiempos, en el *cansancio general en los últimos doce meses*, una problemática que alcanza un 50 por 100 de las mujeres y un 39 por 100 de los hombres (y que llega a la desorbitada cifra del 72 por 100 para el caso de las mujeres profesionales sujetas a una intensidad excesiva), en los *problemas para conciliar el sueño en los últimos*

⁴ Si los medimos como «trabajar con ordenadores de sobremesa, portátiles, *smartphones*, etc.», *siempre o casi siempre*.

doce meses (un 19 por 100 de mujeres v. un 13 por 100 de hombres) y en la *ansiedad en los últimos doce meses* (un 21 por 100 de mujeres v. un 15 por 100 de hombres). Estas tendencias sugieren riesgos importantes para desarrollar trastornos mentales (*e. g.*, ansiedad, *burnout*, depresión...), físicos (*e. g.*, enfermedades circulatorias, diabetes, inmunitarias, musculoesqueléticas, salud sexual, bruxismo...) o, más habitualmente, para ambos, físicos y mentales.

Por supuesto, el trabajo no lo es todo y nuestra salud y calidad de vida tratan también de compensarse con aspectos *fuera del trabajo*. Pero la importancia de lo económico, esa deidad *por defecto*, sugiere que el trabajo (en sí mismo y/o de forma instrumental, para sobrevivir y consumir) va a seguir ocupando un lugar central en lo material y en lo simbólico, en lo que somos y podemos ser. Las cifras más recientes sobre la evolución de la *calidad de vida* en Europa (Encuesta de Calidad de Vida —ECV— de 2016 de Eurofound), no nos tranquilizan. Solo Grecia, Croacia y Chipre presentan en la EU-28 un retroceso en la *satisfacción con la vida*, entre 2011 y 2016, equiparable al de España (de medio punto sobre 10). Aunque las interpretaciones de estas cifras de satisfacción con la vida están abiertas, la intensificación del trabajo, además de la precarización, parecen cruciales. La misma ECV sitúa a Grecia, Croacia y Chipre entre los que en mayor medida dicen encontrarse «demasiado cansados por el trabajo para realizar tareas del hogar (al menos varias veces al mes)», pero la problemática es generalizable a nivel europeo, donde las cifras habrían pasado del 49 al 59 por 100 entre 2007 y 2016. En España, se ha pasado del 58 al 65 por 100, dinámica que además, se pronuncia para las mujeres. En la EU-28, solo las mujeres de Croacia, Grecia, Malta y Reino Unido parecen estar peor que las españolas.

Este es el dibujo más actualizado que puede construirse con los datos europeos disponibles a mediados de 2019, una intensificación del trabajo en España, que impacta nuestras vidas más allá del trabajo. Aunque, todos estamos sesgados para mirar y ver lo que más nos interesa, parece una dinámica digna de atención *¿Cómo hemos llegado hasta aquí? ¿Qué hay detrás? ¿En qué medida estas dinámicas pueden ser positivas (y ser el resultado de una motivación voluntaria) y/o negativas (y ser el efecto de una obligación)? ¿Qué efectos puede tener en la salud?* Estas son las preguntas centrales que orientaron nuestra tesis y que buscamos discutir aquí. Aunque, inevitablemente, con limitaciones, nuestro objetivo ha sido contribuir a responderlas a partir de lo que consideramos una amplia revisión de la literatura internacional y un concienzudo análisis empírico del caso español con los microdatos de las Encuestas Nacionales de Condiciones de Trabajo entre 1999 y 2011.

La tesis recibió en el verano de 2016 el primer premio tesis doctoral del comité de Sociología del Trabajo de la Federación Española de Sociología (aprovecho para agradecer al jurado y particularmente a Miguel Ángel García Calavia por su apoyo e infinita paciencia en el proceso de adaptación y publicación). Este libro es el resultado de intentar adecuar (y actualizar) la tesis original a un formato más apropiado para su difusión. Pese a la

inevitable intensificación (no está claro cuánto de voluntaria), estoy muy agradecido por la oportunidad de volver al documento original y poder haber corregido, aclarado, revisado y, sobre todo, reflexionado sobre algunas cuestiones, más pausadamente. El resultado final es, en mi opinión, una versión más sólida que la tesis original. La discusión sobre la intensificación del trabajo es más relevante que nunca a mediados de 2019, en el contexto de las recientes leyes de desconexión digital y de control horario, del centenario de la OIT y de la inclusión del *burnout* en la lista de enfermedades de la OMS. En el proceso de adecuación de la tesis, la prioridad ha sido consolidar los principales debates e implicaciones de la investigación, pero en un formato más conciso. Para ello, se ha simplificado la discusión de las cuestiones contextuales con implicaciones menos directas y se han sacrificado un buen número de detalles (particularmente metodológicos y en la presentación de los resultados...), que, sin embargo, junto con el resto de cambios, agilizan la lectura y amplían el potencial alcance. El lector interesado puede referirse al apartado 3.1 del primer capítulo, donde detallamos las modificaciones más importantes respecto a la tesis original.

Por último, nos parece importante terminar con una reflexión y una llamada a la acción. En la defensa de la tesis, nos sugirieron que tal vez pecábamos de ambigüedad en nuestro posicionamiento. Como decía Peter Ustinov: «Las creencias son lo que separa a las personas. La duda es lo que las une»; en definitiva, ¿qué debemos hacer con las posturas que no compartimos?, ¿tratar de descartarlas o entenderlas para intentar transformarlas? Creo que necesitamos una de cal y otra de arena. Esta investigación está motivada por inquietudes muy concretas y busca, fundamentalmente, trazar condicionantes y especificar riesgos que acosan a algo sagrado (nuestra salud y libertad). Con nuestros análisis en la mano, quizá se pueda decir que la cuestión se encuentra más allá del control de cualquiera de nosotros; y, sin embargo..., ¿quién sino puede cambiarlas? La intención no es realizar una crítica negativa y/o poco constructiva; nuestra atención al nivel social y organizativo no sugiere que tengamos que tirarlo todo y volver al pasado: ese planteamiento sería, para empezar, arrogante. No obstante, parece claro que los riesgos para nuestra salud y libertad en esta celebrada sociedad del conocimiento son difíciles de atajar desde la habitual perspectiva de tal o cual cambio puntual o táctico.

En otras palabras, el desafío es macro, meso y micro. Los riesgos están muy imbricados en los procesos de socialización y se reflejan en las personas en que nos hemos convertido. ¿Podemos cambiarnos? Las posibilidades llaman a reflexionar a los distintos actores sociales y la reflexión, quizá, pasa por ver que la activación y el «yo emprendedor» son algo más que un enemigo, son también la materia prima de iniciativa individual necesaria para cualquier transformación. Y, he aquí el núcleo de la ambigüedad, el aislado individuo moderno no puede hacerlo solo, pero aquellos que aspiran a cambiarlo, tampoco. Ambos necesitan volver a interactuar.

Junio 2019

PRÓLOGO ORIGINAL

¡Salud y Libertad! es el saludo y deseo¹ que justifican esta investigación en la que buscamos contribuir a discutir hacia dónde vamos, utilizando al mundo del trabajo, tan esencial para comprender y comprendernos. Nuestra pregunta es simple, pero difícil de contestar ¿somos más libres y estamos mejor?

Los discursos de salud y libertad se ligan automáticamente con el *progreso*, tal vez el discurso legitimador más importante para justificar las instituciones y el *statu quo* de nuestras sociedades. Si la estabilidad de una sociedad necesita del poder legitimador de sus discursos, el cambio social tiene que venir acompañado por el cuestionamiento de esos discursos dominantes. Y esto es lo que busca nuestra tesis, contribuir a esa renovación discursiva mediante una reinterpretación de las tendencias de salud y libertad en nuestras sociedades.

Nos concentramos en el mundo del trabajo, que hoy no es solo un aspecto crucial en términos de supervivencia material —particularmente en el contexto de la creciente precariedad a raíz de la crisis—, sino que es un elemento fundamental para estructurar las relaciones sociales en las llamadas sociedades desarrolladas. El trabajo y su pareja de baile, el consumo, condicionan nuestra salud/bienestar y libertad a partir de vías *materiales/instrumentales* y *simbólicas/finales*, afectando nuestras posibilidades de desarrollo, aspiraciones, moral, relaciones sociales y, en definitiva, conformando nuestras identidades (lo que somos y lo que podemos/aspiramos a ser). Si como proponen Marta Nussbaum y Amartya Sen (1993) el bienestar se puede definir a partir de libertades sustanciales o *capacidades* para elegir y conseguir *beings/doings* que valoramos, en las sociedades tardomodernas

¹ Saludar y salud parecen proceder de la misma raíz latina: *salutare*, que significa saludar y desear salud.

es imposible entender esas libertades y bienestar sin referirnos al papel del trabajo y el consumo.

Nuestro planteamiento de investigación busca explícitamente la interdisciplinariedad, pero se inspira en la tradición sociológica y particularmente en la conocida misión de Wright Mills (1961) para la sociología de conectar las problemáticas personales/privadas con los problemas públicos del contexto histórico que nos toca vivir²; y que más recientemente se puede ligar con el movimiento hacia una sociología *pública* (crítica, pero orientada a un público generalista), que está impulsando Michael Burawoy (2005). Más concretamente, el intento de *imaginación sociológica* que busca esta tesis parte de una sensación personal de deterioro de salud y libertad³ y aspira a enlazar esa sensación con el ámbito público, buscando compartirla. Este intento de conexión justifica también nuestra aproximación interdisciplinar y metodológicamente *mestiza*: buscamos acercarnos a la compleja red de factores políticos, económicos, sociales y tecnológicos siguiendo un proceso de *desnaturalización* (que cuestiona lo que nos parece natural y neutral) y *visibilización* muy propios de la investigación sociológica, un paso que entendemos como necesario para ampliar nuestras posibilidades de intervención.

Aunque simpatizamos mucho con los argumentos de la sociología crítica que apuntan a las limitaciones de la investigación cuantitativa para comprender la compleja y dinámica realidad social, nuestra propuesta metodológica y empírica apuesta por una aproximación *cuantitativa*, buscando apalancarnos en la mayor legitimidad del discurso cuantitativo en nuestro contexto político y social. En cualquier caso, para aligerar las limitaciones y riesgos de cualquier monodiscurso (en nuestro caso cuantitativo) buscaremos, persistentemente, el complemento de interpretaciones complejas y críticas, más propias de las aproximaciones empíricas cualitativas. Aspiramos a evitar las totalizaciones teóricas y metodológicas buscando la apertura y la triangulación, asumiendo, no obstante, la imposible neutralidad de cualquier investigación.

En el discurso cuantitativo buscamos una herramienta para visibilizar y articular la importancia de la dimensión *social/estructural* en un contexto que se legitima, crecientemente, por la supuesta libertad y responsabilidad individuales. Nuestra intención no neutral y *política/pragmática* es contribuir al desarrollo de nuevos discursos que defiendan que lo que ocurre con

² Paradójicamente, como parte de los procesos de la llamada *modernidad tardía* (y particularmente, el creciente individualismo), la tendencia parece ser justamente la contraria, la de desplazar los problemas públicos/estructurales al lado privado/personal responsabilizando al individuo con independencia del grado de influencia de las condiciones estructurales.

³ El contexto es el del llamado trabajo del conocimiento y las *sensaciones personales* que están en el origen del trabajo de investigación están condicionadas por ocho años de «trabajo de campo» en una organización norteamericana pionera en el despliegue de paradigmas organizativos *innovadores* caracterizados por su acento discursivo en la flexibilidad y el llamado *empowerment* de los trabajadores.

la salud de un porcentaje creciente y significativo de personas, de todos los niveles de cualificación, es difícilmente explicable con base a los resultados de la acción personal/individual *voluntaria*. Estos nuevos discursos, soportados en la evidencia empírica, deberían contribuir a la compensación de los eslóganes culturales del «*you can do it*» o «*yes, you/we can*» que, en altas dosis, desdibujan las limitaciones estructurales y sitúan al individuo como el único responsable de éxitos y fracasos, una dinámica crecientemente relevante para entender la evolución de nuestra salud mental (EHRENBERG, 2000).

AGRADECIMIENTOS

Hoy estamos socializados para que nos pensemos más hormigas Z que nunca. Y, sin embargo, la más especial de las hormigas Z nunca podrá vivir más que por y para el hormiguero. Mientras las hormigas nos parecen indistinguibles, pequeñas, irrelevantes, humildes, nosotros nos pensamos mamíferos *trascendentes*... y, sin embargo, solo podemos estar seguros de la trascendencia del hormiguero. Y este es el interés de la sociología, a la que no le interesa el *quién*, no le interesa la hormiga Z, sea héroe o villano, sino el hormiguero y sus *cómos* y *porqués*. No obstante, estas palabras de agradecimiento buscan referirse a los *quién*, que es la otra parte de la historia necesaria para entender los *cómos* y los *porqués*; son los lazos materiales y simbólicos con otras hormigas Z los que están en la esencia de todo hormiguero. Y aunque seamos humildes y pequeños, en el momento de escribir estos agradecimientos y pensar en los otros, me siento Z y también mucho más hormiguero que nunca: dar las gracias es reconocer al otro, dar y recibir al mismo tiempo, fortaleciendo ese vínculo, sin el que no parece que el hormiguero pueda subsistir.

Desde lo proximal a lo distal en el tiempo y de lo profesional a lo personal, quiero empezar por agradecer a mis directores Cecilia, Alicia y Arturo, que me han ayudado en el diseño, la elaboración y la digestión de un guiso de cocción lenta, que ha buscado conseguir otro sabor, buscando el diálogo entre distintas perspectivas. En el hormiguero académico que tanto incentiva la Z de cada hormiga, no es fácil acceder a compartir dirección, supone luchar contra el *habitus* académico, contra uno mismo; ellos lo han hecho y han confiado, ojalá que piensen que, al final, haya sido para bien.

Seguramente no haya en España otro hormiguero como la Facultad de Ciencias Políticas y Sociología (CPS) de la Universidad Complutense de Madrid; aquí es donde tantas hormigas me han ayudado a conver-

tirme, espero, en un sociólogo mestizo. Desde la primera vez, al entrar en la CPS, respiré libertad; tal vez, hoy, matizaría diciendo que seguramente como proyección de mis aspiraciones y quizá no tanto porque en esencia lo sea; pero, para un visitante ocasional, socializado en la disciplina y discursos dominantes, fue una sensación similar a la que supone viajar y entrar en contacto con otra cultura. Una donde, tanto lo más exterior —lo que se ve y se percibe (las pintadas, las rastas, sus olores...)—, como lo más interior —las formas de pensar, sentir, hacer...—, provocan un sentimiento similar al del viajero que descubre otro mundo: en este caso, un espacio diverso, donde, precisamente, se estudian las distintas formas de ser y estar en el mundo. Más adelante descubriría que no es oro todo lo que reluce... y, sin embargo, aquí es donde sigo encontrando inspiración. Aunque no sabemos cómo evolucionará este hormiguero en peligro de extinción, ojalá que, en la obligatoria transformación, encuentre la forma de conservar la necesaria rebeldía.

Los múltiples seminarios oficiales y extraoficiales a los que asistí se incorporaron (en sentido literal, creo) en lo que siento como un viaje hacia la madurez: todos los recuerdo como espacios donde proyectar anhelos, comprender y ser. Me acuerdo mucho de mis distintos compañeros, quizá porque allí cada uno expresábamos cosas que nos importaban de verdad, relajando las reglas dramáticas de la relación social y priorizando el sentimiento, por encima de otras consideraciones. Sería lo suyo agradecer a muchas hormigas Z, encargadas de los distintos seminarios; todos, sin excepción, han contribuido a este viaje desde sus distintas posiciones (principalmente encuadrados en los departamentos de Psicología Social, Sociología I, Sociología III, Sociología V, Economía Aplicada V..., a los que habría que añadir otros «fuera de pista»). Pero, como lo mejor es enemigo de lo bueno, que dice Cecilia, es justo y un gusto reconocer y agradecer especialmente a Mario que me presentó a Foucault y cuyo compromiso es fuente de constante inspiración, el Sizek español, como dice Yeray. A Juan Carlos, por la ayuda para llevarlo con rigor al terreno de las organizaciones por la vía de los *Critical Management Studies* y, desde luego, a Arturo (ojalá no nos lo cambien, la universidad lo necesita) por su actitud y por animarme a saltar en los molestos charcos interdisciplinarios. Antes y durante, también debo y quiero agradecer el apoyo especial de Antonio con el primer DEA y claro de mi maestro del caos, de mi carismático amigo Federico, que me convenció para iniciar este viaje en una época de catarsis y que siempre estuvo ahí para soplar una reflexión que, como viento, me impulsaba para seguir navegando. A los Bolonia les diría, si pensáis que este trabajo contribuye, ojalá tengáis miras lo suficientemente altas para no olvidar el fundamental papel de las Z «Federico».

Muchos otros me han ayudado en la travesía (que llegada a su fin se recuerda con sonrisas, pero, claro está..., tuvo sus vaivenes) que ha tenido bastantes más paradas, algunas importantes en la Universidad Autónoma de

Madrid (me acuerdo mucho de Marga y mi compañero de batallas siempre-su), en el IN3 de la Universitat Oberta de Catalunya (con la superexperiencia de hacer sociología por primera vez con el dispar grupo que puso en marcha Cecilia, ¡pionera y luchadora!) y en la Universidad Carlos III de Madrid (gracias a Miriam y Ester por su *ongoing* apoyo y confianza), donde desde hace unos años intento ayudar a mis jóvenes colegas en sus respectivos viajes: ellos, no sé si para bien o para mal, te mantienen joven, soñando que todavía todo es posible. Otra parada que no puedo dejar de recordar con nostalgia es la del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS), donde encontré grandes profesionales (me acuerdo con mucho cariño de la ayuda de Paloma y del cocinero) y mejores compañeros, muchos enormes amigos hoy (chicos: Enrico, María, Diana, Jesús, Domingo, Lara, Lola... sois acción poética) y donde conocí a Luis Enrique, nuestro Bourdieu, que me escuchó y ayudó mucho en las primeras etapas en la selva. También en el CIS conseguí acceder por primera vez a los microdatos de las ENCT del INSHT, que luego complementarí con la amable ayuda de Toñi.

Pero para entender la sociología de este trabajo, antes tuvieron que pasar otras cosas, algunas fundamentales, como mi estudio de campo, durante ocho años, como observador participante en otro gran hormiguero, Cisco Systems: una época «sin límites» donde aprendí, disfruté y conocí a grandes con los que me siento muy agradecido (imposible citar a todos, pero, por razones diferentes, me acuerdo de algunos que no veo desde hace mucho; tal vez un día lean esto y sientan, como yo, el recuerdo reconfortante de las experiencias compartidas: Carlos, Abel, Vicente, Iñaki, Francisco, Gálvez, Sztejn, Marcos, César, entre otros muchos...; afortunadamente, otros nos seguimos viendo un poco más: Vanessa, Carni, Pepe... *and co*). Sin duda, este guiso está muy influido por las experiencias en ese hormiguero culturalmente tan especial, tan de Silicon Valley, y que tan bien cuenta Kunda en su *Engineering Culture*: poco nuevo bajo el sol.

Nos sigue faltando, por supuesto, la sociología de la persona, que no puede entenderse sin su socialización previa, aunque tampoco del todo con ella... y eso nos salva. ¿Por qué una hormiga concreta decide abandonar un glamuroso hormiguero con determinación, pero sin una dirección clara? Es la sociología de la persona, son sus anhelos y sus expectativas, que no pueden comprenderse sin la compleja interacción de experiencias y las personas con las que nos conformamos en la familia, el colegio, el barrio, el pueblo, el verano, la carrera, el máster, en la vida... Los protagonistas de esa otra parte de la historia, esencial por lo demás, son mi círculo de amigos más cercano y que tan bien resumen los grupos de *whatsapp*: equity, jua, dubitare(s), pae-lla, cao, Telekines, MBA, y ...muchos compañeros de andanzas de esas que se recuerdan una y otra vez, ...por algo será (JP & MJ, Javi, Charlie..., espero que todavía hagamos muchos excel juntos) y otros a los que uno ve menos, pero sigue apreciando (Fernando, Mere...). Y luego, claro, está la familia ampliada, la Garibalda, la Satur, los Pérez, los Zapata y mi familia adoptiva,

Rafael (que puede ver lo que nadie ve y confío en que un día la vida le pague lo que le debe...), José (que tal vez un día se quitará los pesos que le sujetan y verá que puede volar más alto que nadie...), Reme (que es un ejemplo de esa especie en peligro de extinción de valores y saber estar...), Consi, Mari, Serapio, Pili... Oscar (emprendedor nato, alguna saldrá... de momento ya es socio de una empresa muy especial que saldrá a la luz en verano del 2015) y mis dos enormes hermanos, Moisés (que está terminando su último Master, uno que no se enseña en ninguna universidad, el de la resiliencia; después de tanta siembra, la cosecha encontrará su forma de salir...) y Rebeca (que tiene un encanto natural que un día aprovecharemos mejor..., si alguien necesita un *personal shopper*, que levante la mano, aunque quizá ahora esté un poco ocupada... je, je). Con todos he compartido y espero seguir haciéndolo: pensando en ellos, uno siente que no todo está perdido.

Ya vamos llegando al final, me quedan mis padres, Ángel y Juli, que son los que estructuralmente han hecho posible que estemos aquí, los que más tiempo me han soportado. Me gusta pensar que de ellos he tomado algunas claves, sin las que no podría entenderse este viaje, y que es justo reconocer: el espíritu emprendedor, el sacrificio y el don de gentes de mi padre; y los valores, la ilusión y la rebeldía de mi madre: quien los conoce no los olvida, como dice ella. Hablando de olvidar, ¿alguien más? :) Al fin, Glorix lo integra todo, es valores, es ilusión, es paciencia, es confianza, es generosidad, ella es esa compañera de viaje que ha tenido y tiene infinitos roles..., su papel ha sido esencial desde lo más abstracto hasta lo más concreto de este trabajo; ha sido diseñadora, editora, pensadora, crítica y el catalizador sin el que nada de esto se podría entender.

En fin, esta historia es, de verdad, de todos, y sienta muy bien reconocerlo. Ojalá contribuya para fortalecer el vínculo social y que *dubitare* y Escrima (y otros muchos por unirse...) las continúen. Hace falta que seamos un poco más rebeldes, y que construyamos un mundo al que no le cueste levantarse por las mañanas: ¿cómo dejamos que se convierta en normal lo que no lo es? ¿por qué no puede haber otra forma? Si mi viaje puede servir para ilustrar algo, aunque todavía es pronto, quizá sea para dar fe que hay otras formas. Tal vez esa no sea la pregunta adecuada, sino ¿hay otras vías a mayor escala, para otros muchos...? Algunos creen que necesitamos un cambio de cimientos; otros, que hay que tirar las paredes; mientras tanto, la mayoría volvemos a recubrir nuestras distintas grietas con otra capa de pintura, autoconvenciéndonos de que son *normales*; de que nosotros no sabemos nada de albañilería; de que poco podemos hacer y, por tanto, que no podemos hacer nada. Quizá sea bastante cierto, pero lo mismo que nos ayuda a vivir es lo que nos sujeta... No vamos a repetir aquello del *you can do it*, tan de moda pese a la enorme crisis, y que tanto criticamos en este trabajo, pero está claro que podemos y debemos luchar por cambiar algunos hábitos... que al tiempo que contribuyen a sostenernos, sostienen, también, el *statu quo*.

Tal vez deberíamos pedir el imposible de empezar por reconocer y hablar de nuestras grietas, y de que el precio del falso *confort* quizá esté siendo muy alto... Creo que necesitamos que hormigas Zs capaces, sean también más políticas, humildes y rebeldes, que no se vendan, Zs que reconozcan lo pequeños que somos y que se atrevan a discutir el traje nuevo del emperador, Zs que den primeros pasos, humildemente y que busquen a otras como ellas, aunque por supuesto cueste... yo lo intento. *Memento mori*.

Mayo 2014

ABREVIATURAS

AAPP	Administraciones Públicas.
AVAD	Años de Vida Ajustados por Discapacidad.
CMD	Common Mental Disorders.
CMS	Critical Management Studies.
COPSOQ	Copenhagen Psychosocial Questionnaire.
CTP	Chronic Time Pressure.
DCS	Demand, Control, Support Model.
ECV	Encuesta de Calidad de Vida.
EECT	Encuestas Europeas de Condiciones de Trabajo.
ENCT	Encuestas Nacionales de Condiciones de Trabajo.
ENS	Encuesta Nacional de Salud.
EQLS	European Quality of Life Survey.
ESEMED	European Study Epidemiology Mental Disorders.
EUROFOUND	European Foundation for the Improvement of living and working conditions.
EU-OSHA	European Union Occupational Safety and Health Agency.
EWCS	European Working Conditions Surveys.
FAP	Fracción Atribuible Poblacional.
HPWS	High Performance Work Systems.
HR	Hazard-ratio.
HLY	Healthy Life Years.
IHME	Institute for Health Metrics and Evaluation.
INE	Instituto Nacional de Estadística.
INSHT	Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
JIT	Just in Time.
JD-R	Job Demands Resources.
LFS	Labour Force Survey.
LPT	Labour Process Theory.
MATEMESP	Matriz Empleo Exposición.
NFR	Need for recovery.
NPM	New Public Management.

OIT	Organización Internacional del Trabajo.
OMS	Organización Mundial de salud.
OR	Odds-ratio.
OSHA	Occupational Safety and Health Agency.
PBSE	Performance Based Self-Esteem.
SMD	Severe Mental Disorders.
TIC	Tecnologías de la Información y la Comunicación.
TQM	Total Quality Management.

LISTA DE FIGURAS

Figura 0.1.	Proporción de trabajadores que trabajan con plazos ajustados <i>siempre o casi/siempre</i>	10
Figura 1.1.	Modelo simplificado de la dinámica de intensificación del trabajo	54
Figura 7.1.	Evolución de los principales OR en la regresión logística base de FAP (1999-2011).....	226
Figura 7.2.	Dos o más síntomas en función de la intensidad y género para 25-40 años	226
Figura 7.3.	Problemas de salud en función de la intensidad de trabajo (molestia sobre ritmos) y la autonomía disponible sobre los ritmos	231
Figura 7.4.	Tipos-ideales de intensidades de trabajo, asociadas a distintos condicionantes.....	236
Figura 7.5.	Condicionantes de la intensificación del trabajo con el eje en las identidades	237

LISTA DE TABLAS

Tabla 1.1.	Principales áreas/disciplinas de aproximación interdisciplinar...	53
Tabla 5.1.	Problemas de salud más frecuentes	179
Tabla 7.1.	Efectos <i>independientes</i> (aditivos) e <i>interactivos</i> (multiplicativos con la cantidad de trabajo excesiva) en la salud de distintas dimensiones de autonomía/recursos/recompensas	229

CAPÍTULO 1

APROXIMACIÓN

«Economics is all about how people make choices, while sociology is about how people often have no choices to make».

Atribuida a James Duesenberry (KAWACHI, 2002)

«Whatever the embroidery, there is almost always the thought that pursuit of individual salvation through hard work, thrift and competition struggle is the heart of the American achievement».

(WHYTE, 2002: 4)

«A uno, por una parte le hacen responsable de sí mismo, pero por otra “depende de unas condiciones que escapan constantemente a su aprehensión” (y en la mayoría de los casos también a su conocimiento): en dichas condiciones “la manera en que uno vive se convierte en la solución biográfica de las contradicciones sistémicas”. El apartar la culpa de las instituciones y ponerla en la inadecuación del yo ayuda o bien a desactivar la ira potencialmente perturbadora o bien a refundirla en las pasiones de la autocensura y el desprecio de uno mismo o incluso a recanalizarla hacia la violencia y la tortura contra el propio cuerpo».

(BAUMAN, 2001: 16)

«Es en ese campo de la obligación de la verdad que uno a veces se puede desplazar, de un modo u otro, contra los efectos de dominación que pueden estar ligados a las estructuras de verdad o a instituciones encargadas de la verdad [...] se podía hacer crítica de la política —a partir, por ejemplo de las consecuencias del estado de dominio de esta política indebida—, pero no se lo podía hacer de otro modo que jugando cierto juego de verdad, mostrando cuáles son las consecuencias, mostrando que hay otras posibilidades racio-

nales, enseñando a la gente lo que no sabe sobre su propia situación, sobre sus condiciones de trabajo, sobre su explotación».

(FOUCAULT, 1999)

En este primer capítulo buscamos introducir nuestra problemática de estudio; nuestros objetivos, preguntas e hipótesis tentativas para describir después nuestro enfoque interdisciplinar y la estructura del documento.

1. PLANTEAMIENTO

Cualquier investigación centrada en el mundo del trabajo tiene relevancia mucho más allá del contexto organizativo donde más directamente se desempeña, para condicionar y estar condicionado por el contexto donde se inserta, lo que vamos a denominar *lo social* y *lo institucionalizado*. En este apartado inicial vamos a empezar por enmarcar nuestra problemática de investigación en tres niveles: el nivel social, el nivel institucional/estratégico y el nivel organizativo/micropolítico.

1.1. A nivel social: salud y libertad

Volviendo a Wright Mills, el problema personal y público en el que se concentra la investigación es el proceso de *intensificación del trabajo* que atraviesa todas las sociedades llamadas desarrolladas en las últimas décadas¹. Aunque discutiremos detenidamente este concepto de intensidad, con intensificación del trabajo nos referimos esencialmente a la dinámica de creciente esfuerzo/carga de trabajo en el trabajo diario². La evidencia acumulada en las últimas décadas sugiere que nuestra *dedicación* al trabajo es cada vez mayor en términos de *esfuerzo* y *energía*, algo que no miden bien las métricas *extensivas* tradicionales basadas en el tiempo de trabajo. Planteamos que los indicadores de dedicación/nivel de esfuerzo tradicionales (*i. e.*, las horas de trabajo) necesitan evolucionar hacia indicadores más complejos y más *cualitativos*, que incorporen conceptos como el de *intensidad* (la densidad o nivel de esfuerzo por unidad de tiempo) que permitan una mejor medición de la dedicación y el *desgaste* en el trabajo; y a partir de ahí de sus potenciales consecuencias públicas y personales, particularmente en términos de salud (aunque el impacto generalizado en las relaciones sociales y personales no sea menos importante). Esta dinámica es crecientemente relevante a medida que el trabajo de nuestras sociedades se convierte cada vez

¹ La dinámica es global y va más allá de las llamadas sociedades desarrolladas, pero nuestro marco teórico se concentra en el caso occidental y nuestra investigación empírica en el caso español.

² Esta carga no es necesariamente solo del trabajo llamado *productivo* (v. reproductivo), a menudo *remunerado*, pero nuestro foco será el productivo.

más en el llamado trabajo del conocimiento³, donde la componente mental (cognitiva/emocional) es la más relevante.

Desplazar la mirada de la dedicación al trabajo desde las medidas tradicionales de *duración* hacia la *intensidad* supone una apertura a nuevos discursos y ventanas de análisis; entre ellas, como introducíamos en el prólogo, nosotros nos vamos a interesar por la mirada de la *salud* y la *libertad*, lo que nos orienta hacia los ámbitos de *Salud Pública* y hacia la *Política*, desde un punto vista amplio. Nuestro objetivo fundamental pasa por analizar esta tendencia de intensificación del trabajo, discutir sus complejos condicionantes y concentrarnos en las consecuencias específicas en la salud de los trabajadores y particularmente en la discusión sobre el *grado de libertad o voluntariedad* implicados en el proceso de intensificación. Aunque enmarcaremos el problema teórico globalmente, nuestra investigación empírica se referirá al caso de España, un país que según las fuentes europeas oficiales habría sufrido la mayor intensificación del trabajo más recientemente⁴, lo que contrasta con los frecuentes estereotipos y discursos de país *relajado* que se utilizan para calificar nuestra supuesta baja productividad/competitividad y la casi inmediata consideración de que *necesitamos trabajar más*, desde todas las posiciones políticas⁵.

Estos planteamientos son, sin duda, reduccionistas (¿seguro que se trabaja poco? ¿comparado con quiénes? ¿la solución es trabajar más? ¿mejoraríamos nuestra calidad de vida?) y simplifican la compleja relación entre productividad/competitividad e intensidad de trabajo. Aunque intuitivamente podemos pensar en ser más productivos⁶ trabajando más intensamente o trabajando mejor (o ambos, como crecientemente buscan las organizaciones) estas dinámicas no garantizan una mayor competitividad; habida cuenta que es el nivel relativo/comparativo respecto a otras «economías/países/organizaciones» las que marcan ese nivel de competitividad. En un contexto crecientemente competitivo se puede trabajar más intensamente (y/o también mejor) y terminar siendo *más* productivos que antes (medida en términos de mayor/mejor producción en el mismo tiempo), pero también y al mismo tiempo (pese a los mayores esfuerzos y/o esa mayor productivi-

³ No nos interesa entrar en la discusión sobre el grado de idoneidad de la etiqueta *conocimiento* que a menudo se cuestiona desde las posiciones críticas; en este punto basta con reconocer que el trabajo requiere cada vez la movilización de lo *mental* y que, en este contexto, parece congruente que cualquier propuesta de medición de la dedicación al trabajo debiera ser congruente con esta evolución.

⁴ Las encuestas europeas de condiciones de trabajo que desde 1991 elabora Eurofound (la Fundación Europea para la mejora de las condiciones de vida y trabajo —agencia tripartita oficial de la EU que representa gobierno, trabajadores y empresarios—) es la fuente que de mejor forma demuestra la ola de intensificación del trabajo que recorre Europa en las últimas dos décadas, una ola que habría alcanzado con fuerza las costas españolas desde principios de siglo, en dinámicas que son muy anteriores a la reciente crisis económica. Lo iremos detallando.

⁵ Por ejemplo, Felipe Gonzalez: http://www.elpais.com/articulo/espana/Gonzalez/cosas/van/mal/militancia/pura/dura/elpepuesp/20100610elpepunac_24/Tes.

⁶ Nos referimos aquí a lo que los economistas denominan la *productividad del factor trabajo*, es decir, a la cantidad de factor trabajo necesario para producir un determinado *output*.