

TIEMPO PARA VIVIR

¿Cuántos planes se han esfumado porque "tenías temas urgentes que sacar hoy"?
CCOO trabajamos, a través de la Evaluación de Riesgos psicosociales, para poner fin a la sobrecarga y a las prolongaciones de jornada no remuneradas.

En el sector bancario se ha normalizado lo inaceptable: el compromiso profesional se demuestra regalando sistemáticamente nuestro tiempo. **Pero el tiempo no se recupera.** Cada hora extraordinaria no pagada y cada prolongación de jornada no solo suponen un abuso laboral y económico; son un tiempo valioso robado a tu vida personal, a tu salud y al bienestar de quienes te rodean.

En CCOO lo tenemos claro: trabajar en banca no puede costarnos la salud ni restarnos vida.

El reciente estudio publicado por el **Gabinete Económico Confederal de CCOO** ("El abuso de las horas extra no pagadas en España*"), demuestra con datos la magnitud de la sobrecarga que asfixia a las plantillas de la banca.

- **Destrucción masiva de empleo y sobrecarga:** La gran banca española ha destruido **más de 110.000** puestos de trabajo pero el volumen de trabajo y las metas comerciales no han dejado de aumentar.
- **Presión implícita y Riesgos Psicosociales:** Las prolongaciones ilícitas de jornada se alimentan del **temor al retroceso** en la carrera profesional o al señalamiento en las evaluaciones de desempeño.
- **El espejismo de la digitalización:** La tecnología e Inteligencia Artificial deberían aligerar la carga laboral. Sin embargo, las entidades utilizan la digitalización para recortar puestos mientras exigen **mayor disponibilidad.**

Tu descanso es un derecho. Tu tiempo libre es de tus seres queridos. Apagar el ordenador y salir a tu hora no es falta de compromiso: es un acto de salud, de respeto hacia ti mismo/a y de cumplimiento estricto de la legalidad.