

DIAGNÓSTICOS CRONOBIOLOGICOS PARA LA GESTIÓN DEL DESCANSO

Laboratorio de Cronobiología
Departamento de Ciencia y Tecnología

Los requerimientos empresariales e industriales de funcionamiento continuo implican una serie de condiciones laborales que incluyen trabajo nocturno y en turnos o situaciones que disminuyen el estado de alerta, e impactan negativamente sobre la calidad de vida de los trabajadores así como en los índices de accidentología y productividad. De esta manera, las empresas requieren de un servicio especializado en las condiciones cronobiológicas de sus trabajadores y del lugar de trabajo, a fin de optimizar el rendimiento y aceptabilidad laboral.

El laboratorio brinda servicios de análisis y diagnóstico de las condiciones cronobiológicas de los trabajadores y de su lugar de trabajo a fin de optimizar la productividad de la actividad, la satisfacción laboral, el rendimiento y la salud personal:

- Análisis de variables psicométricas, que pueden afectar la calidad de sueño, el rendimiento laboral, la salud y la calidad de vida.
- Análisis de variables ambientales (como por ejemplo la iluminación) que permitan mejorar las condiciones cronobiológicas del lugar de trabajo.
- Capacitaciones en cuanto a estrategias para mejorar la calidad de sueño, basadas en los horarios y calidad de alimentación, horarios de actividad física, etc.
- Análisis, definición y diseño de regulaciones y certificaciones de condiciones laborales.



Campos de
aplicación

**Transporte y servicios / Medicina asistencial / Salud laboral / Educación
Seguridad / Minería y petroquímica**

Equipo de
trabajo

Diego Golombek, Patricia Agostino, Juan Chiesa , Rodrigo Laje

Contacto

Secretaría de Innovación y Transferencia Tecnológica
+54 11 43657100 int. 5352
innovacion@unq.edu.ar // www.innovacion.unq.edu.ar