UNIVERSIDAD DE GRANADA

**Propuesta TFGB. Curso:** 2020-2021

**DEPARTAMENTO:** Zoología

**CÓDIGO DEL TFG:** ZOO-15

## 1. DATOS DEL TFG OFERTADO:

**Título:** Cronoestrés: un efecto del trabajo por turnos

**Resumen (**Introducción, Objetivos y Plan de trabajo; máx. 2.460 caracteres con espacios y fuente Arial 9):

La mayoría de las funciones animales se hallan regidas y coordinadas por los relojes circadianos que las ordenan temporalmente y las sincronizan con el ambiente. El principal factor de sincronización ambiental circadiano en la naturaleza es la iluminación; por eso, la alteración de los ritmos naturales de iluminación, como sufren los trabajadores por turnos, puede alterar también las funciones provocando una situación de "cronoestrés". Esta situación puede provocar algo mas que bajo rendimiento, estado de alerta reducido y mal sueño durante el día. En efecto, los trabajadores de turno de noche experimentan un mayor riesgo de distintos tipos de cáncer y de enfermedades gastrointestinales y cardiovasculares, entre otras disfunciones. También son muy propensos a experimentar una mayor tasa de lesiones y accidentes industriales. De ahí que en los últimos años haya aumentado el interés sobre los efectos de este "cronoestrés" y del "jetlag social" que a menudo lleva aparejado y sobre los mecanismos que los provocan.

Objetivos. Recopilar, actualizar, analizar y sintetizar la información referente al efecto del trabajo por turnos, atendiendo especialmente a sus consecuencias para la salud y a los mecanismos fisiológicos subyacentes. Indagar en las diferencias individuales en la tolerancia al trabajo por turnos relacionadas con la edad, género, cronotipo, etc. Buscar la aplicabilidad de esta información.

Plan de trabajo. Diseño de patrones de búsqueda de información atendiendo a los objetivos. Búsqueda exhaustiva, actualización y organización de información bibliográfica. Elaboración de un guión y estructura del trabajo; posterior síntesis de conocimientos. Elaboración de tablas y figuras. Discusión e interrelación de la información. Elaboración de conclusiones. Redacción y elaboración de la memoria y de la presentación del trabajo.

**Tabla de actividades y dedicación estimada:**

| | |
|---|---|
| Planteamiento y desarrollo del trabajo | 230 |
| Elaboración de la memoria | 66 |
| Preparación y ejecución de la exposición | 4 |
| **TOTAL (12 ECTS)** | **300 horas** |

## 2. MODALIDAD (*): Trabajo Bibliográfico

(*) En el caso de trabajos experimentales, el tutor considera conveniente que el estudiante realice el taller "Prevención de riesgos y eliminación de residuos en el laboratorio" ☐

## 3. DATOS DEL TUTOR/A UGR (**):

**Apellidos**: Cardenete Hernández **Nombre**: Gabriel

**Teléfono**: 43247 ***e-mail:*** gcardenete@ugr.es

(**) En el caso de trabajos desarrollados en Empresas u otras Instituciones ajenas a la Universidad de Granada, por favor completar la siguiente información:

**TUTOR/A DE LA EMPRESA O INSTITUCIÓN:**

**Apellidos:** **Nombre:**

**Empresa / Institución:**

**Teléfono:** ***e-mail:***

## 4. DATOS DEL ESTUDIANTE (***):

(***) Si ha sido acordado por el estudiante y profesor/a, por favor completar la siguiente información sobre el estudiante:

**Apellidos:** García Pardo **Nombre:** Sheila María

***e-mail institucional:*** sheilamgp97@correo.ugr.es