Una investigación de la Universidad de Oviedo revela el impacto de las vacaciones en el bienestar de las tripulaciones de la Marina Mercante

**El análisis saca a la luz que el periodo vacacional y, en particular su duración, son factores decisivos en el bienestar de estos trabajadores, por encima de variables como el tipo de buque, el departamento al que se pertenece, o la sobrecualificación en el ejercicio profesional**

**El estudio destaca además la importancia de una evaluación psicológica temprana para prevenir futuros síntomas de salud mental en las tripulaciones y reducir de este modo el riesgo de accidentes en el sector**

**La investigación, realizada por el equipo Seafarers’ Well-being (SWELL) de la universidad asturiana, ha sido publicada recientemente en la revista ‘Ocean Engineering’, de máximo impacto en su área del conocimiento**

**Gijón/Xixón, 21 de agosto de 2024**. Un estudio realizado por investigadores del equipo Seafarers’ Well-being (SWELL) de la Universidad de Oviedo ha revelado el impacto del periodo vacacional y su duración sobre el bienestar general de las tripulaciones de la Marina Mercante. Este mismo trabajo destaca, asimismo, la importancia de una evaluación psicológica temprana para prevenir futuros síntomas de salud mental en estos trabajadores y reducir así los accidentes en el sector. La investigación ha sido publicada recientemente en la revista *Ocean Engineering*, de máximo impacto en su área del conocimiento.

El objetivo principal del estudio ha sido determinar el nivel de bienestar de las tripulaciones locales y evaluar de este modo el impacto funcional que su estado tiene en el desempeño de sus actividades profesionales. Con este propósito, los autores del trabajo han analizado tres variables relacionadas con el bienestar de estos trabajadores: ansiedad, depresión y bienestar general y han examinado cómo estas condiciones pueden impactar funcionalmente en los profesionales y en su desempeño laboral. La investigación se ha centrado en una muestra de 170 tripulantes españoles que desarrollan su actividad a bordo de buques nacionales e internacionales, reclutados en la Dirección Provincial del Instituto Social de la Marina (ISM) en Gijón. Como valor añadido, el estudio ha contado con un 22% de participantes mujeres, una amplia representación si se tiene en cuenta que las mujeres suponen únicamente el 2% del total de tripulantes de la Marina Mercante en el mundo.

Aitana Sánchez González, profesora del Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica en la Escuela Superior de la Marina Civil de la Universidad de Oviedo, explica que los marinos mercantes enfrentan desafíos únicos en su entorno laboral. “El trabajo en estos contextos puede tener un impacto significativo en el bienestar de las personas involucradas, lo que subraya la importancia de analizar y comprender su situación”, apunta la primera firmante del artículo.

Uno de los descubrimientos más significativos de este estudio es el importante papel que desempeñan las vacaciones y, más en concreto, su duración, en el bienestar general del personal a bordo. “Este factor resulta ser un aspecto prioritario, que supera en importancia a variables como el tipo de buque, el departamento al que se pertenece, o la sobrecualificación para el puesto a ejercer”, comenta Sánchez González. “Los resultados obtenidos subrayan la importancia de un descanso adecuado para mitigar la fatiga y mejorar el bienestar de las tripulaciones de Marina Mercante”, añade la investigadora.

**Evaluación temprana**

Otro de los aspectos más destacables de este estudio es la importancia de una evaluación psicológica temprana en la prevención de sintomatología relacionada con la salud mental. De hecho, el trabajo sugiere que incluso los síntomas leves de ansiedad y depresión en los marinos mercantes pueden ser detectados a tiempo. “Este hallazgo posibilita una intervención temprana, evitando que estos síntomas se agraven y contribuyendo así a la preservación del bienestar psicológico y la seguridad a bordo”, destaca Deva Menéndez Teleña, también profesora del Departamento de Ciencia y Tecnología Náutica de la Escuela Superior de la Marina Civil de la Universidad de Oviedo. “Con esta estrategia, sería posible la detección temprana de síntomas relacionados con la ansiedad y la depresión, lo que permitiría tomar medidas preventivas encaminadas a aumentar la seguridad marítima”, subraya la investigadora principal.

Esta publicación es fruto de una iniciativa de mayor envergadura, liderada por el equipo de investigadores de Seafarers' Well-being (SWELL) en colaboración con el Instituto Social de la Marina (ISM), organismo dependiente del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones. En el marco de este proyecto, se realizaron encuestas a profesionales de las tres principales ramas del sector marítimo --marina mercante, pesca y recreo--, con el propósito de analizar y evaluar su bienestar psicológico. El resultado más destacado de esta colaboración fue la publicación del libro titulado *Bienestar de la Gente de Mar* (ISBN: 978-84-10135-25-3, <https://hdl.handle.net/10651/72717>). Además, esta línea de investigación también enfatiza la importancia de la prevención a través de la formación marítima, considerándola una estrategia fundamental para promover el autoconocimiento y mejorar la percepción del bienestar entre los profesionales del sector. Por esta razón, el equipo de SWELL realiza de manera periódica actividades con el alumnado de la Escuela Superior de la Marina Civil de la universidad asturiana.

**Referencia**

Aitana Sánchez-González, Luis Alfonso Díaz-Secades, Jaime García-Fernández, Deva Menéndez-Teleña. Screening for anxiety, depression and poor psychological well-being in Spanish seafarers: An empirical study of the cut-off points on three measures of psychological functioning. Ocean Engineering, Volume 309, Part 2, 2024, 118572, ISSN 0029-8018. <https://doi.org/10.1016/j.oceaneng.2024.118572>.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Más información:** | | [www.uniovi.es](file:///C:\Users\Usuario\AppData\Local\Microsoft\Windows\C:\Users\Luis\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Outlook\7M53EHZX\www.uniovi.es) | | | | |
| [UniversidadOviedo](https://www.facebook.com/UniversidadOviedo) |  | | [uniovi\_info](https://twitter.com/uniovi_info) |  | [Universidad de Oviedo](https://es.linkedin.com/school/uniovi/) |  |
| [universidad\_de\_oviedo](https://www.instagram.com/universidad_de_oviedo) |  | | [uniovi](https://www.tiktok.com/@uniovi) |  | [uniovi](https://www.youtube.com/c/UniversidadOviedo/) |  |