

# ¡ENFERMERA, PLÁNTATE!



# ESPAÑA A LA COLA DE EUROPA

España es uno de los países europeos donde **peor se retribuye el tiempo extra** de las/os enfermeras/os y donde **más se abusa de su disponibilidad**.

Europa vive una crisis de personal sanitario, pero mientras países como Alemania o los Países Nórdicos responden con **salarios más altos y más contratación**, España, a pesar de que se encuentra entre los ratios de enfermeras/os más bajos de Europa, se mantiene con:

- Horas gratis disfrazadas de "compensaciones" en días libres que no eliges.
- Cambios de turnos improvisados.
- Disponibilidad permanente.
- Un sistema que descansa sobre ti, no sobre una planificación adecuada de recursos.



## ¡TU TIEMPO VALE MUCHO!

Pero se adueñan de él a cambio de nada

Y lo hacen como si fuera normal:

- ✗ Las coberturas de incidencias extras **NO** se pagan.
- ✗ Tu disponibilidad **se da por hecha**.
- ✗ La presión es permanente.
- ✗ Tu vida personal **se sacrifica**.

**Esto  
NO es  
compromiso.**

**ES ABUSO.**

Y la jurisprudencia ya ha tomado parte: las horas que exceden tu jornada **deben** abonarse de forma diferenciada, **no como ordinarias** (Sentencia 41/2025, Juzgado C A nº 2 de Salamanca).

## POR ESO DECIMOS BASTA

No regales tu tiempo  
No trabajes gratis  
No sostengas con tu vida un sistema que no te cuida.

Plantar cara es cuidarte.  
Plantar cara es dignidad.

**ENFERMERA, PLÁNTATE.**

