

## El canvi horari té avantatges reals?

*L'Institut Català d'Energia estima que l'adopció de l'horari d'estiu ha generat un estalvi d'uns 30 milions d'euros | La Iniciativa per a la Reforma Horària, en canvi, considera que l'estalvi es cada vegada "menys significatiu" i no compensa les alteracions sobre la salut de les persones | Els promotors de la iniciativa situen el 2016 com el "moment zero" de la reforma horària a Catalunya*

A la matinada de dissabte a diumenge el rellotge s'endarrerirà una hora, per adaptar-se la nou horari d'hivern. Es tracta d'una mesura que s'aplica de forma harmonitzada en l'àmbit europeu. Però quins són els avantatges d'aquest canvi d'hora? El debat té partidaris i detractors.

A Catalunya, els impulsors de la Iniciativa per a la Reforma Horària (<http://www.reformahoraria.cat/>) han emès un comunicat per manifestar la seva disconformitat amb la mesura. Fabián Mohedano, flamant president del Consell Assessor para la Reforma Horària (<http://www.naciodigital.cat/noticia/90952/govern/crea/consell/assessor/reforma/horaria>), ha explicat a **NacióDigital** que l'any 1974, quan es va generalitzar el canvi horari, tenia cert sentit perquè "encendre o apagar el llum una hora abans implicava una variació significativa en l'ús d'energia".

De fet, el canvi horari es va implantar a la meitat dels anys setanta, durant la primera crisi del petroli, amb l'objectiu d'avançar els rellotges, aprofitar millor les hores de llum solar i així consumir menys electricitat. "Avui dia, però, l'energia es fa servir a totes hores i en pràcticament tots els àmbits de la quotidianitat. La generalització d'aparells d'aire condicionat, de la calefacció, els equips de música, els televisors i els ordinadors fa que la diferència en l'estalvi no sigui significativa", explica Mohedano.

Des de la Iniciativa per a la Reforma Horària s'alerta que en canvi "la mesura té un efecte directe en les persones, especialment en els ritmes biològics dels nens i la gent gran". I és que en l'organisme, les activitats fisiològiques passen per períodes d'activitat i de repòs al llarg del dia i el cos humà triga uns dies a adaptar-se a les variacions horàries, el que es tradueix sovint en molèsties -com somnolència, irritabilitat, nerviosisme o fins i tot cefalees- que poden disminuir la productivitat en el treball i tenir algunes conseqüències sobre la salut.

### Un estalvi de 30 milions d'euros

Ara bé, si bé és cert la proliferació d'electrodomèstics i les millores en l'eficiència de les bombetes han reduït el pes de la il·luminació en el total del consum energètic de les llars -fins a situar-lo al votant del 7%- l'Institut Català d'Energia (ICAEN) destaca que el canvi horari d'aquest estiu, per exemple, ha suposat un estalvi entre 10 i 11 euros a cada llar catalana, impostos inclosos, en forma d'un menor consum d'energia.

Segons el mateix organisme el canvi horari també ha permès estalviar energia en els serveis, el comerç i la indústria i estima que l'adopció de l'horari d'estiu ha generat un estalvi de 30 milions d'euros a Catalunya.

### Setembre 2016, el "moment zero" de la reforma horària

Les reivindicacions dels impulsors de la Iniciativa per a la Reforma Horària però van més enllà la petició d'anul·lació del canvi horari. De fet, el canvi d'hora a la tardor i la primavera és una mesura consensuada en l'àmbit europeu que escapa del control directe tant del govern espanyol com de la Generalitat de Catalunya i per aquest motiu des de la Iniciativa per a la Reforma Horària prefereixen prioritzar altres accions sobre les quals la Generalitat té "sobirania plena".

L'objectiu final és reformar els horaris i afavorir la conciliació entre la vida laboral i familiar (<http://www.naciodigital.cat/noticia/85450/quins/beneficis/tindria/reforma/horaria/catalunya>) a través de mesures que puguin propiciar el canvi global de les rutines socials, especialment les que fan referència a l'horari de les menjades i les hores de son. Així ho ha detallat Fabián Mohedano: "A Catalunya hi ha un milió i mig d'estudiants a l'escola, als instituts i a les universitats, sobre els quals es pot incidir per aplicar un canvi horari. A més, també hi ha 300.000 persones a l'administració, i la Generalitat té sobirania també sobre els horaris del comerç, la cultura i l'oci".

La Iniciativa per a la Reforma Horària ha posat data a la concreció del seu pla i ja ha proposat el setembre de 2016 com a data per situar el "moment zero" de la reforma horària, moment en el qual s'haurien d'aplicar les mesures pertinents a les administracions, empreses, comerç, educació, oci i cultura.