



FICHA TRONCAL BS-F-0505 · PROFESIÓN 05 · MATERIA 05

JORNADA, HORARIO, GUARDIAS, SERVICIOS CONTINUADOS Y DESCANSOS COMPENSATORIOS

«Encadenado guardias y nadie me devuelve el descanso»

● Viabilidad MEDIA

● 1 mes desde la denegación

● 13 reclamaciones con código propio

Sales de una guardia de veinticuatro horas y al día siguiente vuelves a formar. Pides el descanso y te responden que no puede ser por necesidades del servicio, siempre con la misma frase y nunca por escrito. La disponibilidad permanente es real y la ley la reconoce, pero no lo borra todo: la jornada, los descansos y su anotación están regulados. Esta ficha reúne las reclamaciones que puedes plantear sobre tu tiempo de trabajo.

01 ¿Te suena esta situación?

CASO I · EL DESCANSO QUE NO LLEGA

«Hice una guardia de más de veinticuatro horas y no me han dado el día de descanso que corresponde.»

CASO II · LA NEGATIVA SIN PAPELES

«Cada vez que pido el descanso me dicen que es por necesidades del servicio, pero nunca me lo notifican por escrito.»

CASO III · EL TOPE SUPERADO

«Este año he acumulado muchos más días de los que me han compensado y nadie me explica qué pasa con el resto.»

02 ¿Qué dice la ley?

El tiempo de trabajo del militar tiene dos normas distintas y conviene no mezclarlas: una regula **la jornada y el régimen de horario** en el lugar de destino, y otra regula **vacaciones, permisos, reducciones de jornada y licencias**. La primera fija una jornada de treinta y siete horas y media semanales de promedio en cómputo anual y un horario habitual de referencia, permitiendo a cada Ejército establecer horarios adaptados y regímenes de turnos.

Sobre esa jornada opera la **disponibilidad permanente para el servicio**, que es el rasgo propio de la condición militar y que explica que se presten servicios más allá del horario ordinario. Precisamente por eso la norma regula el **descanso compensatorio**: un día de descanso obligatorio por guardias, servicios o instrucciones continuadas de al menos veinticuatro horas ininterrumpidas, y un descanso adicional cuando la actividad dura menos pero incrementa la jornada o cae en fin de semana o festivo, con un tope anual.

El principio que ordena la materia es que **la necesidad del servicio se invoca, pero también se acredita**. Desde la reforma de 2019, cuando la necesidad del servicio desplaza un descanso debe ser justificada, motivada e individualizada, y notificarse por escrito al afectado, ponderando además sus derechos de conciliación. Y las unidades deben anotar los descansos en el sistema informático: sin esa anotación no hay control posible.

03 ¿Qué han dicho los tribunales?



El Tribunal de Justicia de la Unión Europea ha declarado que la directiva sobre ordenación del tiempo de trabajo **se aplica en principio a los militares**, y que el período de guardia que exige presencia física en el lugar de servicio constituye tiempo de trabajo. No es una aplicación ilimitada: quedan fuera la formación inicial, el entrenamiento operativo, las operaciones militares y los supuestos excepcionales en que la rotación de personal no es posible.

Ese mismo pronunciamiento contiene un matiz que preferimos decir claramente porque evita expectativas equivocadas: **la directiva no regula la retribución** de ese tiempo, que queda remitida al derecho nacional. En España el sistema militar no retribuye las horas de exceso: compensa con descanso. Reclamar el pago de las guardias invocando la norma europea no tiene recorrido; reclamar los descansos y los límites de jornada, sí.

En el plano interno, el criterio general sobre motivación es plenamente aplicable aquí: una denegación que se limita a invocar una fórmula genérica, sin identificar la necesidad concreta ni ponderar las circunstancias del afectado, **no cumple el estándar que la propia norma militar exige** desde 2019. Ahí es donde se concentran hoy las reclamaciones con más recorrido.

POR QUÉ TU CASO TIENE BASE

Si acumulas guardias sin descanso, si la negativa nunca se te ha notificado por escrito o si tus descansos no aparecen anotados en el sistema, no estás discutiendo una costumbre de la unidad: estás señalando el incumplimiento de una norma que fija plazos, formas y topes.

04 ¿Tu caso tiene base para reclamar?

Valoramos esta materia con viabilidad **MEDIA**, y lo hacemos a la baja de forma deliberada. Lo que está sólido es el derecho al descanso compensatorio y la exigencia de motivación escrita e individualizada: ahí la norma es clara y la denegación genérica es **difícil de sostener** para la Administración.

Lo que estrecha el caso es doble. Primero, la prueba: si los descansos no están anotados y las negativas fueron verbales, hay que reconstruir los hechos, y eso siempre debilita. Segundo, el alcance: no existe en el régimen militar español un derecho a cobrar las horas de exceso, y no hay todavía doctrina española consolidada que aplique la norma europea de tiempo de trabajo a los militares. Preferimos decirlo antes que después.

BAJA

MEDIA

ALTA

MUY ALTA

MÁXIMA

05 ¿Cuánto tiempo tienes?

1 mes

para recurrir en alzada la denegación del descanso o la resolución que fija tu horario, desde el día siguiente a su notificación, y **2 meses** para la vía contencioso-administrativa. Frente al silencio, **sin plazo preclusivo en vía administrativa**. Ten en cuenta que la iniciativa o queja interna **no interrumpe estos plazos**: convive con el recurso, no lo sustituye.

Por eso, **actúa cuanto antes**: el descanso no disfrutado se acumula y el tope anual sigue corriendo, de modo que cuanto más tardes, menos margen queda para compensarlo.

Importante: cada reclamación de esta ficha tiene su propio plazo, y figura junto a su código en el apartado **07**. Si dudas, cuéntanoslo: comprobar el plazo es lo primero que hacemos y no te cuesta nada.

06 ¿Qué documentos vas a necesitar?

Con estos documentos reconstruimos tu jornada real, comprobamos qué descansos se te deben y si la denegación cumple la forma que la norma exige. Es la valoración previa, sin coste y antes de que te registres.

- 1 **DNI o NIE en vigor** **Obligatorio** — acredita tu identidad.
- 2 **Órdenes de servicio, guardias y nombramientos del periodo** — acreditan cuántas horas prestaste y cuándo.
- 3 **Anotación de descansos del sistema informático de la unidad** — es la prueba oficial de lo compensado y lo pendiente.
- 4 **Solicitud de descanso presentada y su justificante** — fija la fecha desde la que corre el plazo.
- 5 **Resolución o comunicación que deniega el descanso** — es el acto concreto que se impugna.
- 6 **Horario y calendario laboral vigente en tu unidad** — acredita el régimen aplicable y sus adaptaciones.
- 7 **Hoja de servicios actualizada** — acredita destino, empleo y periodo de referencia.

Dos niveles de documentación. Los que ves aquí son los **7 documentos genéricos** de esta ficha troncal: con ellos hacemos la valoración previa de viabilidad, sin coste y sin compromiso. Los documentos **propios de tu reclamación concreta** van asociados a tu código y te los pediremos después, ya en tu panel personal.

07 Encuentra tu reclamación

Esta ficha troncal canaliza **todas** las reclamaciones sobre jornada, horario, guardias y descansos del militar profesional. Comparten norma, vía de recurso y documentación inicial; cambia el derecho concreto que se reclama y su plazo. Localiza tu caso en la lista.

CADA RECLAMACIÓN TIENE SU PROPIO CÓDIGO

BS-R-0505-NN

RECLAMACIÓN · PROFESIÓN · MATERIA · Nº EN LA FICHA

- 1 Localiza tu caso en la lista y **anota su código**. En esta ficha van del **BS-R-0505-01** al **BS-R-0505-13**.
- 2 Al crear tu reclamación **introduces ese código**: con él sabemos exactamente qué reclamas.
- 3 El sistema te pide los **7 documentos de esta ficha** y, después, los propios de tu código.

A Viabilidad consolidada

doctrina asentada · el criterio ya está fijado

BS-R-0505-01 «No me dan el día de descanso después de una guardia larga»

Reclamación del día de descanso obligatorio por servicio continuado de al menos veinticuatro horas

NORMATIVA APLICABLE	Art. 11.1 de la Orden DEF/1363/2016, que regula la jornada y el régimen de horario en el lugar de destino
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación expresa · frente al silencio, sin plazo preclusivo en vía administrativa
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La norma establece un día de descanso **obligatorio** cuando la guardia, servicio o instrucción continuada supera la jornada habitual y supone al menos veinticuatro horas ininterrumpidas de dedicación exclusiva. Lo único que module su disfrute son las necesidades del servicio, y esas necesidades deben acreditarse.

BS-R-0505-02 «Me deniegan el descanso con una fórmula genérica»

Falta de motivación individualizada y de notificación escrita de la necesidad del servicio

NORMATIVA APLICABLE	Art. 4.4 de la Orden DEF/1363/2016, en la redacción dada por la Orden DEF/110/2019 · art. 35 de la Ley 39/2015
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · frente al silencio, sin plazo preclusivo en vía administrativa
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE Desde 2019 la norma exige que la necesidad del servicio que desplaza un descanso sea justificada, motivada e individualizada, que pondere los derechos de conciliación y que **se notifique por escrito** al afectado. Una negativa verbal o estereotipada incumple la propia norma que se invoca para denegar.

BS-R-0505-03 «Mis descansos no aparecen anotados en el sistema»

Incumplimiento de la obligación de anotación individualizada de los días de descanso adicional

NORMATIVA APLICABLE	Art. 13 de la Orden DEF/1363/2016
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación de la anotación o rectificación · frente al silencio, sin plazo preclusivo
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La norma obliga a las unidades a anotar de forma individualizada los días de descanso adicional en el sistema informático implantado. Esa anotación es la prueba del derecho: sin ella no se puede verificar el tope anual ni lo pendiente de disfrute. Pedir su rectificación es, muchas veces, el primer paso imprescindible.

B Viabilidad favorable

criterio mayoritario · depende de la prueba del caso

BS-R-0505-04 «No me compensan las guardias de fin de semana o festivo»

Reclamación del descanso adicional por actividades inferiores a veinticuatro horas o en día inhábil

NORMATIVA APLICABLE	Art. 11.2 de la Orden DEF/1363/2016
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · frente al silencio, sin plazo preclusivo en vía administrativa
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La norma reconoce derecho a un descanso adicional por guardias o actividades de duración inferior a veinticuatro horas que incrementen la jornada o se realicen en fin de semana o festivo. Su concreción corresponde al jefe de unidad, pero el derecho existe: no puede quedar simplemente sin atender.

BS-R-0505-05 «He superado el tope anual de descansos y nadie me compensa»

Efectos de la superación del límite anual de días de descanso adicional

NORMATIVA APLICABLE	Art. 11.4 de la Orden DEF/1363/2016 · art. 3.3 del Real Decreto 1314/2005
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · 4 años si la pretensión se reconduce a un concepto retributivo
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La norma fija un tope anual de días de descanso adicional. Alcanzado ese tope, el exceso de dedicación no desaparece: obliga a revisar si el puesto tiene correctamente asignado el componente singular del complemento específico, que es el concepto que retribuye penosidad y peligrosidad. Es la reformulación correcta de la reclamación.

BS-R-0505-06 «Trabajo más horas de las que fija la jornada»

Impugnación del cómputo anual de jornada y del régimen de horario aplicado

NORMATIVA APLICABLE	Arts. 5.1 y 5.5 de la Orden DEF/1363/2016
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la resolución que fija el horario o deniega su revisión
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La jornada es de treinta y siete horas y media semanales de promedio en cómputo anual, con un número de horas anuales expresamente fijado. Los Jefes de Estado Mayor pueden establecer horarios adaptados y turnos, pero esa facultad tiene un límite: el cómputo anual sigue siendo el parámetro de referencia y debe poder verificarse.

BS-R-0505-07 «No me flexibilizan el horario pese a mis limitaciones médicas»

Flexibilización horaria por limitaciones de salud o por condición de víctima de violencia de género

NORMATIVA APLICABLE	Art. 8 de la Orden DEF/1363/2016, en la redacción dada por las Órdenes DEF/110/2019 y DEF/1471/2021
VÍA	ADM · 10 días por el cauce preferente si se invoca discriminación
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · 10 días hábiles por el procedimiento preferente de derechos fundamentales
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La norma contempla expresamente una flexibilización de hasta una hora diaria para el personal con limitaciones acreditadas por la Sanidad Militar y para las víctimas de violencia de género. Acreditado el presupuesto, la denegación necesita una razón concreta y proporcionada, no una fórmula general.

BS-R-0505-08 «Me deniegan la jornada intensiva teniendo hijos pequeños»

Jornada intensiva estival por hijos menores de doce años o con discapacidad

NORMATIVA APLICABLE	Art. 9.3 de la Orden DEF/1363/2016, en la redacción dada por la Orden DEF/110/2019
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · conviene reaccionar dentro del periodo estival afectado
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La norma reconoce la jornada intensiva durante los meses de verano al personal con hijos menores de doce años o con discapacidad sin límite de edad. El presupuesto se acredita documentalmente, y la denegación debe justificar por qué la necesidad del servicio impide precisamente esa medida y no otra.

BS-R-0505-09 «Soy familia monoparental y sigo entrando de guardia»

Exención del servicio de guardia por guarda de menor en familia monoparental

NORMATIVA APLICABLE	Art. 14 de la Orden DEF/253/2015, que regula el régimen de vacaciones, permisos, reducciones de jornada y licencias
VÍA	ADM · 10 días por el cauce preferente si se invoca discriminación
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · 10 días hábiles por el procedimiento preferente
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE Esta previsión es propia del régimen militar y no tiene equivalente civil: además de la reducción de jornada por guarda de menor, contempla la **exención completa del servicio de guardia** en familia monoparental. Acreditada la situación, el margen de la unidad para denegarla es muy reducido.

C A valorar por experto designado

materia en evolución o muy dependiente del expediente

BS-R-0505-10 «Quiero que mis guardias cuenten como tiempo de trabajo»

Cómputo del período de guardia con presencia física como tiempo de trabajo y límites de descanso

NORMATIVA APLICABLE	Directiva 2003/88/CE, sobre ordenación del tiempo de trabajo · Orden DEF/1363/2016
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · frente al silencio, sin plazo preclusivo en vía administrativa
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE El Tribunal de Justicia de la Unión Europea ha reconocido que la guardia con presencia física obligatoria es tiempo de trabajo y que la directiva alcanza en principio a los militares, salvo formación inicial, entrenamiento operativo y operaciones. Lo situamos aquí con honestidad: **no existe todavía doctrina española consolidada** que lo aplique a militares españoles.

BS-R-0505-11 «Quiero que se respeten mis descansos diario y semanal»

Límites de duración máxima y descansos mínimos en actividades no operativas

NORMATIVA APLICABLE	Directiva 2003/88/CE · arts. 4 y 11 de la Orden DEF/1363/2016 · art. 4 del Real Decreto 1755/2007
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la denegación · frente al silencio, sin plazo preclusivo en vía administrativa
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La línea europea deja fuera las operaciones y el entrenamiento operativo, pero mantiene dentro las funciones administrativas, de mantenimiento, sanitarias y de orden cuando no se ejercen en el marco de una operación. Esa distinción es la que hace viable la reclamación, y exige un análisis muy fino de qué actividad concreta se estaba desempeñando.

BS-R-0505-12 «Los turnos de mi unidad se han fijado sin ninguna cobertura»

Impugnación del régimen de horarios adaptados y de turnos establecido en la unidad

NORMATIVA APLICABLE	Art. 5.5 de la Orden DEF/1363/2016 · art. 49 de la Ley Orgánica 9/2011
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	1 mes desde la publicación o comunicación del régimen horario
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 3 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE La facultad de establecer horarios adaptados y turnos corresponde a los Jefes de Estado Mayor, no a cualquier escalón. Además, las disposiciones sobre condiciones de trabajo deben someterse al informe preceptivo del Consejo de Personal. La omisión de ese trámite es un vicio del procedimiento de elaboración invocable frente a la norma.

BS-R-0505-13 «Se me pasó el plazo, ¿puedo hacer algo todavía?»

Revisión de oficio por nulidad de pleno derecho y recurso extraordinario de revisión

NORMATIVA APLICABLE	Arts. 47 y 106 de la Ley 39/2015 · art. 125 de la Ley 39/2015
VÍA	ADM
PLAZO PROPIO	Sin plazo para la revisión de oficio por nulidad · 3 meses o 4 años para el recurso extraordinario de revisión según la causa
DOCUMENTOS	los 7 genéricos de esta ficha + 2 propios de este código

POR QUÉ TIENE BASE Un acto firme no es siempre un acto inatacable. Si incurre en un vicio de nulidad de pleno derecho, la revisión puede instarse sin límite temporal. La vía es estrecha y exige un vicio grave, pero existe.

AVISO IMPORTANTE

La viabilidad de **todos y cada uno de los casos** se analiza de forma individualizada por el experto designado, **sin coste alguno** para el cliente y **sin compromiso para ninguna de las dos partes** hasta la firma efectiva de la hoja de encargo y el otorgamiento del apoderamiento. Esta ficha tiene **carácter meramente informativo y orientativo**: su contenido —normativa, plazos, documentación y valoración de viabilidad— puede variar por actualizaciones legislativas o jurisprudenciales y por las circunstancias concretas de cada expediente, por lo que no sustituye al asesoramiento jurídico individualizado. Burocracia Sencilla® no garantiza el resultado del procedimiento ni asume responsabilidad alguna por él.

¿Por qué todas estas reclamaciones en una sola ficha troncal?

Jornada, guardias y descansos son tres caras del mismo régimen y se prueban con los mismos documentos: las órdenes de servicio y la anotación de descansos. Comparten norma, vía de recurso y documentación inicial, y analizarlas juntas permite ver el conjunto del año en lugar de discutir guardia a guardia.

SERVICIO JURÍDICO DE MÁXIMA CALIDAD

Tú nos cuentas qué ha pasado. De todo lo demás nos ocupamos nosotros.

Detrás de Burocracia Sencilla® hay **equipos jurídicos de reconocido prestigio**, especializados en cada una de las materias del derecho de la función pública. Esto no es un formulario automatizado: **tu caso lo estudia y lo dirige un letrado experto en tu materia y en tu colectivo**.

Tú nos indicas el código de tu reclamación y nos aportas la documentación. A partir de ahí hacemos un **análisis individualizado** de tu expediente y te decimos con claridad **qué opciones reales tienes, en qué plazo y con qué coste**. Ese dictamen es **gratuito** y, hasta que decides, **no has asumido ningún compromiso**.

Si decides seguir adelante, con la **firma del encargo** y el **apoderamiento** asumimos íntegramente la gestión del procedimiento: **redactamos y presentamos los escritos, controlamos los plazos, agotamos la vía administrativa y, cuando procede, acudimos a la contencioso-administrativa**, hasta la ejecución de lo que se obtenga.

No tendrás que entender el procedimiento ni perseguir a nadie: recibes **asesoramiento jurídico completo**, con el **rigor técnico** de un despacho especializado y un trato de **transparencia y cercanía**, y sigues el estado de tu asunto en tiempo real desde tu panel de usuario.

08 El ecosistema Burocracia Sencilla®



100 % Digital

Sin desplazamientos ni citas: desde cualquier dispositivo, cuando te venga bien.



Análisis individualizado

Estudio personalizado de tu caso por un letrado especializado.



Diagnóstico certero

Conoces tus opciones reales antes de dar ningún paso.



100 % Transparencia

Panel de seguimiento en tiempo real del estado de tu reclamación.



Centro de Ayuda y consultas

Resuelves tus dudas antes de decidir, sin coste previo.



Descuentos para reclamantes

Condiciones especiales en tus reclamaciones posteriores.

[Empezar mi reclamación →](#)[No encuentro mi reclamación →](#)www.burocraciasencilla.com

Documento verificable · Código BS-F-0505-2026-FA · Ficha troncal BS-F-0505 · Edición 2026 · rev. 2026-09