

El 75% de los trabajadores no desconecta fuera del horario laboral

Los españoles reducen su dependencia digital en 7 puntos porcentuales respecto al año pasado

La mitad de los autónomos se conecta siempre que sea necesario durante sus vacaciones

elEconomista.es MADRID.

Tras dos veranos marcados por la covid y sus pertinentes restricciones, las primeras vacaciones de "normalidad" traen consigo la necesidad de aliviar la sobrecarga acumulada y la recuperación de las ganas de viajar. A pesar de la coyuntura internacional y el contexto económico, tres de cada cuatro europeos planean viajar durante los próximos meses, según un informe de la European Travel Commission (ETC). En este sentido, garantizar el descanso mental y la conciliación personal y laboral cobran más importancia que nunca.

El derecho a la desconexión digital es un derecho laboral de los empleados, incluidos los que trabajan a distancia, a no conectarse a ningún dispositivo digital de carácter profesional o software de la empresa -ordenadores, teléfonos móviles corporativos, etc.- durante sus periodos de descanso y vacaciones y a no contestar a las llamadas, mensajes de WhatsApp, correos electrónicos, videollamadas o cualquier otro tipo de comunicación digital del ámbito laboral y fuera del horario habitual de trabajo. Así se recoge en el artículo 88 de la Ley Orgánica 3/2018 de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales (LOPDGDD) y en el artículo 18 de la Ley 10/2021 de teletrabajo y trabajo a distancia. Las empresas, por su parte, deben respetar el tiempo de descanso, los permisos y vacaciones y desarrollar políticas internas para cumplir con la desconexión digital tras consultar con los trabajadores o sus representantes.

Pero la realidad es que la desconexión digital sigue siendo insuficiente. Así lo demuestra el último Informe sobre Desconexión Digital de InfoJobs, que señala que el 75% de los trabajadores españoles responden llamadas o emails fuera del horario laboral. Si bien es cierto que existe una mejora respecto al año pasado, cuando el dato ascendía al 82%, las cifras aún están lejos de las buenas prácticas y muy por encima de las reflejadas antes de la pandemia (en 2020 el porcentaje era del 63%).

Además, pese a que las vacaciones de verano son percibidas como un momento prioritario de desconexión y es cierto que el porcentaje de trabajadores que no desconecta digitalmente se reduce a un 64% en este periodo, 1 de cada 4 personas



El 33% de trabajadores permanecen conectados siempre que sea necesario fuera del horario laboral. ISTOCK

Andaluces y valencianos no desconectan

Por comunidades autónomas, Andalucía y la Comunidad Valenciana son las zonas con menor desconexión, tanto fuera del horario laboral como en periodo vacacional, aunque para los andaluces resulta más difícil lo primero, ya que casi el 40% declara seguir pendiente del trabajo fuera de su jornada. Los valencianos, por su parte, se conectan siempre que sea necesario durante las vacaciones (un 34%). En cuanto a los motivos para no desconectar, los madrileños y los valencianos (ambos con un 48%) son los que en mayor medida se sienten más obligados a contestar las llamadas o correos electrónicos fuera de su horario de trabajo estipulado, seguidos por los trabajadores andaluces (47%).

declara conectarse siempre que sea necesario durante sus vacaciones.

"La desconexión digital del mundo laboral, pese a que ha mejorado un poco respecto al año pasado, sigue alcanzando niveles preocupantes en nuestro país", afirma Mónica Pérez, directora de Comunicación y Estudios de InfoJobs. "Debemos empezar a concebir la desconexión laboral como un derecho y, las empresas que se preocupen por la salud de sus empleados, deben tratarlo como un factor importante a tener en cuenta. Más allá de la implementación de medidas como un control horario más estricto o un sistema de guardias remuneradas, las compañías han de fomentar la formación y concienciación de los empleados para construir organizaciones más productivas que favorezcan el bienestar laboral ya que, desconectar directamente en la salud y el bienestar del trabajador, sino que también implica una mayor productividad y una mejora del ambiente laboral", añade Pérez.

Y es que, tal y como arrojan los datos de este estudio, 1 de cada 3 personas permanece conectada

Aumenta el número de trabajadores que se desconecta en vacaciones, 64% (74% en 2021)

siempre que sea necesario fuera del horario laboral y el 42% lo hace de forma esporádica.

Los hombres desconectan menos

En términos de poca desconexión, el perfil de trabajador es el de un hombre, entre 45 y 65 años, autónomo o trabajador por cuenta propia y con cargo de responsabilidad.

Por otro lado, el perfil del profesional que más consigue desconectar es mayoritariamente mujer, joven (de 16 a 34 años), que trabaja por cuenta ajena (indefinidas, temporales y en prácticas) y con cargo de empleada o especialista.

Más responsabilidades

El Informe de InfoJobs también revela que aquellos trabajadores que ocupan un cargo de dirección o gerencia que conlleva más responsabilidad

desconectan menos que aquellos que tienen una responsabilidad menor. De esta forma, hasta el 62% de los directivos/gerentes en España afirman conectarse fuera del horario laboral siempre que sea necesario (el 55% lo hace incluso en vacaciones), mientras que, en el caso de los mandos intermedios, este porcentaje se reduce al 41% (33% en vacaciones). Finalmente, en lo que se refiere a los empleados y especialistas, las menciones descienden hasta el 28%.

Trabajo pendiente

Sentir la obligación de responder llamadas telefónicas, mensajes o correos electrónicos fuera del horario laboral sigue siendo el motivo principal de no desconexión para los españoles, pues casi la mitad de los trabajadores –un 47%– alegan esta causa como justificante de no desconexión. Le siguen la exigencia del puesto de trabajo (38%) y los asuntos pendientes de resolver (24%). Los motivos de desconexión no han sufrido grandes variaciones respecto al año pasado, salvo por la mayor percepción de asuntos pendientes y el esfuerzo que conlleva desconectar.