

Una manera de hacer Europa

Un minuto para la Igualdad

RED DE POLÍTICAS DE IGUALDAD ENTRE MUJERES Y HOMBRES EN LOS FONDOS COMUNITARIOS

Fecha: 30 de julio de 2020

Eurofound lanza pautas para equilibrar la vida personal y profesional en áreas de TIC

Los avances en las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y en tecnologías multimedia (TM) han sido uno de los principales impulsores del cambio en la vida laboral durante las últimas dos décadas. Específicamente, el teletrabajo y el trabajo basado en tecnologías multimedia (TICTM) ejemplifican cómo la tecnología digital ha llevado a prácticas más flexibles en relación con el lugar y el tiempo de trabajo. Sin embargo, esto puede llevar a una mayor intensificación del trabajo y de sus competencias. Si no se abordan explícitamente estas cuestiones, amenazan con anular las ventajas que el trabajo flexible basado en las TIC aporta al equilibrio entre el trabajo y la vida.



El Eurofound ha publicado el informe *"Regulations to address work-life balance in digital flexible working arrangements"* que analiza las condiciones de trabajo y el equilibrio entre la vida personal y profesional en los contratos de trabajo flexibles en las TIC.

Como parte de la amplia investigación de Eurofound sobre el impacto del TICTM en las condiciones de trabajo y en el equilibrio entre el trabajo y la vida privada, el informe *"Regulations to address work-life balance in digital flexible working arrangements"* tiene como objetivo proporcionar a las personas responsables de la formulación de políticas formas de abordar los nuevos desafíos en el mundo del trabajo y servir de referencia para futuras iniciativas en relación con la digitalización, el tiempo de trabajo y el equilibrio entre el trabajo y la vida privada.

Entre los muchos aspectos que presenta el informe, destaca el aumento de mujeres en el mercado laboral y en los contratos de trabajo flexibles, que suelen estar ocupados principalmente por ellas, ya que tienen más responsabilidades domésticas y de cuidado que los hombres. El hecho de que continúen realizando estas tareas tiene la consecuencia de aceptar el teletrabajo doméstico con mayor facilidad. Se deben tener en cuenta los mayores riesgos para la salud, tales como: trastornos musculares, ansiedad, trastornos del sueño, dolores de cabeza y fatiga visual. Algunos de estos problemas están relacionados con el uso de la tecnología y otros en la organización de las TICTM o de la interacción de ambos.

Los cambios en la legislación europea podrían ayudar a abordar los problemas de equilibrio entre la vida laboral y personal y la salud de las personas trabajadoras a distancia. La expansión del teletrabajo durante la crisis de COVID-19 ha generado crecientes preocupaciones relacionadas con los entornos de trabajo de las TICTM.

Por primera vez en la historia de Europa, casi la mitad de la población está trabajando virtualmente en algunos países. El trabajo virtual tiene sus beneficios al permitir la continuidad de los negocios y la conciliación del trabajo y la vida en algunos casos, pero también tiene riesgos. Es probable que el número de personas trabajadoras con acuerdos de trabajo flexible aumente tras la crisis del COVID-19 y las principales razones de ello serán que, tras un período de adaptación, disminuirán las barreras culturales, tecnológicas y sociales para seguir desarrollando estos arreglos.

Con la expansión del trabajo a distancia, las preocupaciones planteadas en el informe se hacen más visibles y los gobiernos e interlocutores sociales han comenzado a poner más empeño en abordarlas.

Para consultar más información pulse en el siguiente enlace:

https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef19046en.pdf