11/10/2024

ECONOMIST&JURIST

Claudia Burés-Vall de Vilaramó

Abogada. Socia responsable de Derecho Laboral de La Guard Abogados. Mediadora en el Tribunal Laboral de Cataluña

La falta de desconexión digital puede acarrear importantes consecuencias para la salud de los trabajadores

El derecho a la desconexión digital ha sido objeto de reconocimiento expreso en el ordenamiento jurídico español, no solo a través de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales, sino también mediante la regulación contenida en el artículo 20 bis del Estatuto de los Trabajadores.

Este precepto establece, de manera clara, que **los trabajadores tienen derecho a la desconexión digital fuera del tiempo de trabajo**, asegurando el respeto de su tiempo de descanso y evitando la hiperconectividad fuera de la jornada laboral.

Desde su incorporación, las empresas tienen la obligación de respetarlo, ya que **su incumplimiento puede derivar en riesgos psicosociales** para los trabajadores y en la imposición de sanciones por parte de la Inspección de Trabajo.

El concepto de desconexión digital no surgió *ex novo* en el Derecho Laboral, sino que es una evolución del derecho al descanso que ya estaba consagrado en la jurisprudencia y en la no

...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |