



Derecho a la Desconexión Digital

La desconexión digital es el derecho de los trabajadores a no tener que atender comunicaciones, tareas ni requerimientos laborales fuera del horario de trabajo. Esto incluye llamadas, correos electrónicos, mensajes por apps u otros medios digitales.

Este derecho protege el tiempo de descanso, la intimidad personal y familiar, y la salud mental de los empleados, especialmente en contextos de teletrabajo o trabajo híbrido.



Combinamos innovación y experiencia legal para que tu empresa cumpla con el derecho a la desconexión digital de forma eficaz, rápida y sin complicaciones.



¿Qué lo regula?

Este derecho está reconocido a nivel europeo y nacional:

- La Directiva 2003/88/CE establece el “derecho a un tiempo mínimo de descanso diario y semanal, y a vacaciones anuales retribuidas”.
- El Parlamento Europeo, en la Resolución del 21 de enero de 2021, reconoció el derecho a la desconexión digital.
- En España, se regula en las siguientes normativas:

Normativa española

- **Artículo 20 bis del Estatuto de los Trabajadores**

Reconoce expresamente el derecho a la desconexión digital.

- **LOPDGDD – Artículo 88**

Establece que el empleador deberá elaborar una política interna que defina las modalidades del ejercicio del derecho y acciones de sensibilización sobre el uso razonable de las tecnologías.

- **Ley 10/2021, de Trabajo a Distancia – Artículo 18**

Refuerza la obligación de contar con una política interna, incluyendo al personal directivo, que contemple formación y prevención frente a la fatiga informática.

Beneficios de nuestro software de desconexión digital

⚙️ Gestión de trabajadores y departamentos

- Organiza la estructura interna de la empresa por áreas funcionales.
- Asigna medidas de desconexión específicas a cada departamento o trabajador.
- Facilita el control y la trazabilidad de la normativa.

📄 Documentación e informes centralizados

- Crea y personaliza protocolos y políticas de desconexión digital.
- Centraliza medidas de sensibilización y evidencias de cumplimiento.
- Genera informes claros y actualizados en un solo entorno digital.

📋 Cuestionarios y concienciación

- Administra cuestionarios internos de diagnóstico y seguimiento.
- Recoge la percepción de los trabajadores sobre la desconexión digital.
- Envía información estructurada con acuse de recibo y firma electrónica.

✅ Responsable de desconexión digital

- Define un perfil encargado de configurar y actualizar las medidas.
- Supervisa departamentos, trabajadores y documentación vinculada.
- Garantiza la mejora continua y la actualización de la política interna.

Cumple con la normativa y mejora el bienestar de tu equipo.

Te ayudamos a implantar la desconexión digital de forma sencilla, eficaz y adaptada a tu empresa. Sin compromiso: analizamos tu caso y te enviamos un presupuesto detallado.

