

Muchos profesionales hablan de dificultades para ejercer su derecho al reposo. Sanitarios, abogados, ejecutivos y teletrabajadores, entre los más saturados

# “Comenzaba a sentirme abusada. Lloré varias veces frente al ordenador”

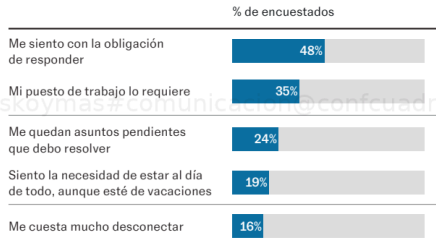
MONIQUE Z. VIGNEAULT Madrid

Es una mañana calurosa de agosto. Un funcionario de la Inspección de Trabajo se baja del coche enfrente de un hospital público de la Comunidad de Madrid. Entra en el edificio dispuesto a hacer su trabajo. Llega para advertir, de nuevo, a los supervisores de la unidad de enfermería y a la administración del centro, de que dejen de llamar a las enfermeras y al personal sanitario durante sus días de descanso. El funcionario se marcha tal como ha llegado. Y nada cambia. Este ejemplo, que evidencia las vulneraciones en el derecho a la desconexión digital del personal sanitario y que ha sido construido a través del relato de fuentes del Sindicato de Asistentes Técnicos-Sanitarios de España (Sats), no es inusual.

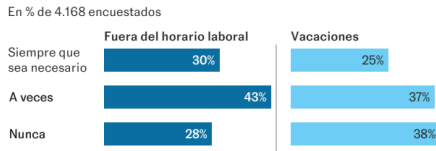
La falta de desconexión de las responsabilidades laborales se extiende por todos los resquicios económicos en España y se observa en un amplio espectro de profesiones: desde el personal sanitario, quienes desempeñan servicios de emergencia, docentes autónomos, profesionales liberales como abogados o asesores e incluso empresarios asentados en puestos de alta responsabilidad. El derecho a apagar los dispositivos es un “lujo inalcanzable” para dos de cada tres (64%) de los mandos intermedios, según una encuesta elaborada por InfoJobs sobre el fenómeno de la desconexión digital. Tampoco pueden olvidarse de su trabajo, aunque haya terminado su jornada tres de cada cuatro directivos (74%) entrevistados por el portal de empleo. Asimismo, los empleados de los sectores de turismo y hostelería —servicios que en gran medida se realizan presencialmente y que suponen casi tres millones de los afiliados a la Seguridad Social—, tampoco se salvan de esta erosión sobre la vida privada.

El derecho a descansar al finalizar la jornada laboral está protegido por la Ley Orgánica 3/2018, y lo afianza la Ley 10/2021. Asimismo, la reciente propuesta del Ministerio de Trabajo a los agentes sociales propone ir un paso más allá: “Las personas trabajadoras no pueden renunciar al derecho a la desconexión por exigencia empresarial, por contrato, convenio, o práctica” y se aplicará a todos los ámbitos laborales, tanto presenciales como situaciones de teletrabajo. La situación actual en España,

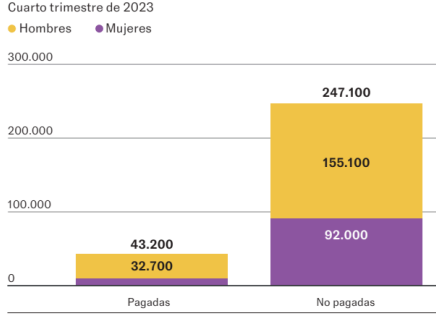
## Principales motivos de no desconexión



## ¿Con qué frecuencia atiende llamadas, mensajes o correos?



## Horas extra realizadas por directivos



Fuente: Infojobs e INE.

rencia entre ganar y perder un caso”, manifiesta un abogado penalista de un bufete madrileño, que prefiere no ser nombrado por temor a represalias laborales.

Las jornadas interminables, que suelen prolongarse tanto que reducen la distancia entre la oficina y la cama, se consideran como daños colaterales de la naturaleza de esta carrera: demandante, pero a la vez, económicamente gratificante. El 52% de los 2.762 abogados encuestados por el Ilustre Colegio de la Abogacía de Madrid (ICAM) tienen dificultad a la hora de equilibrar la vida laboral y privada, según el último estudio sobre la situación de la abogacía. Esta cifra se incrementa cuando se analiza por sexo: el 58% de las mujeres afirman tener dificultad al conciliar su vida personal.

El reto de dejar el teléfono móvil quieto en las horas fuera de la oficina también afecta a los ejecutivos, aunque, en este caso, los salarios y beneficios que reciben por su categoría profesional recompensan las horas extras trabajadas, según los testimonios recabados por este periódico. Así le sucede a Juan, de 31 años, que ocupa un alto cargo como gestor para grandes empresas. “Cuando tratas con dinero para grandes empresas, hay tanto riesgo y seguridad en juego que sin duda añade mucho estrés y te mantiene conectado”, apunta este profesional. “Pero es una carrera apasionante si quieres ese tipo de responsabilidades”, matiza.

Las mujeres que ocupan puestos de alta responsabilidad suelen trabajar menos horas extras pagadas que los hombres, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), aunque suelen cobrar menos horas extras que sus homólogos masculinos: una media trimestral de 10.500 horas, frente a las 32.700 facturadas por ellos al cierre de 2023. Asimismo, se observa un nivel de estrés laboral más intenso en mujeres que en hombres asalariados, aunque la brecha es menor. No obstante, en ambos sexos, la brecha entre horas extras pagadas, y horas extras no pagadas es enorme.

El timbre de un mensaje urgente por WhatsApp puede vulnerar el derecho a la desconexión. El sector de Sanidad se encuentra entre las profesiones que más sufren de esta invasión en la vida privada. Ricardo Furio Sabate, secretario de acción sindical del Sats, apunta que la cultura de la desconexión sigue

siendo inalcanzable en los hospitales.

“Desde que está WhatsApp, las enfermeras se sienten más obligadas a contestar a los cambios de planillo que llegan desde la supervisora de unidad”, precisa. “No existe esa desconexión. Llamen, y ese ‘por favor’ es un poco obligatorio”, continúa Sabate. “Escuchas más casos de burnout [síndrome del quemado, el agotamiento mental de los trabajadores]. Muchas compañeras han desinstalado el WhatsApp. Otras han dejado la profesión y se están jubilando más temprano. Madrid es la región que peor paga sus enfermeras, y las maltrata diciéndolas que tienen que ir a trabajar”.

El mundo del periodismo o la publicidad son otros sectores que batallan con la desconexión. Isabella, de 25 años, ejemplifica la sobreexplotación en este último sector. Renunció a un trabajo en publicidad hace dos semanas. La joven, que sufre de epilepsia, llevaba años arrastrando una sensación de quemazón laboral ocasionada por un despido

“Esas horas extra pueden hacerte perder o ganar un caso”, dice un letrado

CCOO recuerda que no hay obligación de contestar fuera de la jornada laboral

durante el estallido de la pandemia. Hasta hace poco, trabajaba para una agencia de publicidad que le prometía un aumento de salario a cambio de horas extras interminables. La subida de sueldo nunca llegó y se desencadenó una cadena de emociones negativas. “Comencé a sentirme abusada y ese sentimiento fue creciendo a lo largo de los meses” comenta. “Incluso llegué a llorar varias veces frente al ordenador por la frustración”.

El sindicato CCOO insiste en que “la plantilla tiene derecho a no contestar mensajes ni correos electrónicos fuera de la jornada laboral para garantizar el derecho a su tiempo de descanso y vacaciones”. Sin embargo, es algo que sigue pasando.



Llaman y ese ‘por favor’ suena un poco obligatorio” Ricardo Furio Sabate

Sindicalista sanitario

### PROMOCIONES DEPORTIVAS TURO BLANCH S.A.

De conformidad con lo dispuesto en el Capítulo IV del Real Decreto Legislativo 1/2010 de 2 de julio por el que se aprueba el texto refundido de la Ley de Sociedades de Capital, se convoca Junta General de la Sociedad Promociones Deportivas Turo Blanch S.A. a celebrar el próximo 29 de Septiembre de 2024 en primera convocatoria a las 11 horas y en segunda convocatoria a las 12 horas en el domicilio social sito en Sant Vicenç de Montalt en la calle Sol Naveant s/n y que tendrá por objeto el siguiente orden del día:  
**Primer:** dimisión del actual consejo de administración inscrito en acta de junta con fecha 28 de Julio 2024.  
**Segundo:** nombramiento de un nuevo consejo de administración.  
**Tercero:** Ruegos y Preguntas.  
**Cuarto:** Lectura y aprobación del acta de la reunión.  
 Se hace constar el derecho que corresponde a todos los socios de obtener de la sociedad de forma inmediata y gratuita los documentos que han de ser sometidos a aprobación de la Junta.  
 Sant Vicenç de Montalt 27 de Agosto de 2024. Presidente Jaume Vilà Barce