

12 píldoras

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- #10
- 11
- 12

12 consejos

Sí, gracias



¿Qué es la digitalización en el trabajo?

La **digitalización** en el trabajo es la introducción de tecnología digital en los procesos productivos y de gestión de las empresas

Estos cambios pueden mejorar el trabajo, pero también pueden generar nuevos riesgos laborales

No es una nueva realidad, pero la diferencia en el momento actual radica en la **gran velocidad** con la que se producen los cambios y en la **diversidad de las tecnologías implicadas**, que pueden requerir niveles de adaptación constantes

Posibles impactos de la digitalización en la organización del trabajo

Robótica

La automatización puede eliminar tareas peligrosas, pero al mismo tiempo puede generar riesgos ergonómicos y de seguridad a causa de la interacción persona-máquina

La gestión y el control de la persona

El uso de algoritmos y sistemas digitales para evaluar el rendimiento y organizar el trabajo pueden aumentar la presión y la intensidad laboral, que pueden generar afecciones musculoesqueléticas y mentales

Plataformas digitales

Transforman la relación laboral, al intensificar el ritmo de trabajo y alargar las jornadas sin descanso, al aumentar los accidentes de trabajo y al generar enfermedades físicas y mentales, a menudo agravadas por condiciones ambientales adversas

Sistemas de inteligencia

Los dispositivos utilizados para mejorar la seguridad y la salud en el trabajo pueden optimizar procesos o alertar de riesgos, pero también pueden generar otros riesgos ergonómicos, químicos o psicosociales e intensificar el control y vigilancia de las personas trabajadoras

Trabajo a distancia y teletrabajo

Puede generar riesgos ergonómicos (mobiliario, iluminación, posturas...) y psicosociales (conectividad permanente, aislamiento, falta de límites entre vida personal y vida laboral). Esto puede causar lesiones musculares, mentales y oculares, doble jornada o sobrecarga de roles en las mujeres

¿Qué derechos puedes ejercer?

- 1 **Protección de tu salud:** exigir que estos cambios no generen riesgos para la salud
- 2 **Desconectar digitalmente:** garantizar el respeto a tu tiempo de descanso
- 3 **Recibir formación e información** adecuadas sobre las nuevas herramientas digitales
- 4 **Participar en decisiones:** intervenir antes de que se implanten nuevas tecnologías que afectan a tu trabajo
- 5 **Exigir transparencia:** conocer cómo funcionan los algoritmos y los sistemas automatizados que te evalúan u organizan el trabajo



¿Tienes dudas?

CONSÚLTANOS