



TELETRABAJO, DESDE LA PERSPECTIVA DE LA EMPRESA Y DEL COLABORADOR

Trabajar desde casa es una actividad cada vez más frecuente. De hecho, hay algunas puestos de trabajo en los que el desplazamiento al lugar de trabajo se convierte en una simple formalidad. Por este motivo, muchas empresas están empezando a fomentar el teletrabajo, una fórmula para ahorrar tiempo y gastos de desplazamiento. Además, esta opción aumenta las posibilidades laborales de las personas con movilidad reducida. También se plantea como una herramienta de conciliación laboral y familiar.

Sin embargo, la larga tradición de presencialidad en el mercado laboral genera aún muchos prejuicios. Hay que tener en cuenta que las nuevas tecnologías han abierto un nuevo abanico de opciones, pero todavía estamos en periodo de adaptación. Ante todo, hay que desterrar la idea de que trabajar desde casa equivale a no hacer nada o a rendir menos. Por otra parte, los mismos trabajadores deben realizar un esfuerzo para que todo funcione. Los teletrabajadores operan bajo tres tipos o modalidades diferentes:

Trabajar desde casa es una actividad cada vez más frecuente. De hecho, hay algunas puestos de trabajo en los que el desplazamiento al lugar de trabajo se convierte en una simple formalidad. Por este motivo, muchas empresas están empezando a fomentar el teletrabajo, una fórmula para ahorrar tiempo y gastos de desplazamiento. Además, esta opción aumenta las posibilidades laborales de las personas con movilidad reducida. También se plantea como una herramienta de conciliación laboral y familiar.

Sin embargo, la larga tradición de presencialidad en el mercado laboral genera aún muchos prejuicios. Hay que tener en cuenta que las nuevas tecnologías han abierto un nuevo abanico de opciones, pero todavía estamos en periodo de adaptación. Ante todo, hay que desterrar la idea de que trabajar desde casa equivale a no hacer nada o a rendir menos. Por otra parte, los mismos trabajadores deben realizar un esfuerzo para que todo funcione. Los teletrabajadores operan bajo tres tipos o modalidades diferentes:

- **Móvil:** Cuando el funcionario trabaja desde diferentes puntos y viaja habitualmente según la naturaleza de sus funciones.
- **Domicilio:** Realiza desde el domicilio del funcionario.
- **Telecentro:** Lugar destinado por la Institución para que sus trabajadores puedan desarrollar las actividades que previamente fueron definidas como teletrabajables.

Del igual modo, la empresa puede beneficiarse del colaborador que teletrabaja, al tener mayor libertad para organizar su propia vida, así como un evidente aumento en la conciliación entre trabajo y esfera personal, la productividad tiende a incrementarse. Un trabajador contento y satisfecho con su ocupación profesional, con su puesto en la empresa y con las oportunidades que ésta le brinda para mejorar su vida personal suele rendir más. Analizado el panorama, cabe plantearse, desde el punto de vista del negocio o la empresa, si el teletrabajo es una práctica que merece la pena, que sale a cuenta. Para ello, te comentamos tanto las ventajas y desventajas del trabajo a distancia para la empresa.

VENTAJAS DEL TELETRABAJO PARA LA EMPRESA



1º. Reducción del número de accidentes en el trabajo. Como es lógico, si el empleado no se desplaza, las posibilidades de sufrir un accidente in itinere son inexistentes. En cuanto al sitio en el que se desempeña la labor profesional, es decir, el propio domicilio, tiende a ser un lugar seguro..

2º. Menor absentismo laboral. En la práctica, resulta mucho más significativo el recorte en el absentismo laboral en las personas en régimen de teletrabajo: hasta un 31% por debajo de los trabajadores de oficina, según el citado estudio de Adecco. La comodidad de evitar desplazamientos, la ventaja de trabajar en casa en sí misma (puede combinarse con el cuidado de los hijos o con 'estar pachucho', un poco enfermo) y la responsabilidad de sentirse su propio jefe son las claves que, al parecer de los expertos en RRHH, explican ese porcentaje. Gracias a todo ello, la productividad del negocio asciende.

3°. Ahorro de costes. Si bien el aspecto anterior es interesante para el negocio, éste es el que da más sentido al teletrabajo en la empresa. De ahí que esta modalidad de empleo sea percibida como una oportunidad en muchas pymes, que pueden rebajar gastos en los siguientes campos:

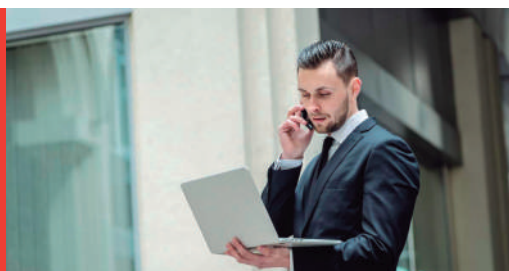
4°. Consumo energético. El hecho de tener menos trabajadores -o ninguno- en la oficina conlleva forzosamente contar con menos equipos conectados. Asimismo, la empresa puede ahorrarse los dispendios generales de electricidad de las instalaciones. También la calefacción en las épocas frías y el aire acondicionado en verano, así como el coste del agua y del gas que éstos puedan suponer, según sea el sistema utilizado.

5°. Telecomunicaciones. Menos trabajadores, menos llamadas, menos gasto en teléfono.

6°. Mantenimiento. No habrá que limpiar la oficina con la misma asiduidad que cuando ésta es usada a diario por el personal.

7°. Comida. El teletrabajo puede ser práctico para ahorrar en cheques restaurante o en el comedor instalado en la empresa, en caso de que lo hubiere.

DESVENTAJAS DEL TELETRABAJO PARA LA EMPRESA



Primero. La barrera clásica para el teletrabajo es la falta de control físico sobre el empleado. Aunque en la actualidad la realidad es bien distinta, gracias a la tecnología actual. Así, existen diversas aplicaciones especializadas en distintos aspectos que, en muchos casos, son complementarios: organización y distribución del trabajo, control del tiempo, herramientas colaborativas, etc. Usándolas, la empresa tiene a su disposición numerosas vías para saber con un alto grado de exactitud qué ha hecho el empleado, cómo, en cuánto tiempo y qué resultados ha logrado.

Segunda. La otra gran desventaja del teletrabajo para la empresa es la falta de contacto personal directo. "A menudo se produce un sentimiento de soledad en el teletrabajador, así como una falta de vínculos con los compañeros. Además, puede que la labor del trabajador sea menos visible para el resto y, por tanto, también el reconocimiento que ella implica", analizan los expertos laboristas.

Primero. Esa carencia del cara a cara puede restringir los intercambios de ideas productivas, la cohesión del grupo y el trabajo en equipo. En estos casos, se aconseja acudir aunque sea dos o tres días a la oficina para que la calidad de las relaciones profesionales no se vea afectada. Estos vínculos pueden reforzarse con videoconferencias, grupos de colaboración a través de aplicaciones y conexión permanente por medio de las redes sociales.

Como ves, el teletrabajo tiene innumerables aspectos positivos para la empresa, pero también cuenta con desventajas que has de tener en cuenta. Esta manera de trabajar es añorada por muchos millennials, y está en constante crecimiento debido a la situación tecnológica que existe.

Trabajar desde casa requiere de disciplina por parte del colaborador, y mucha organización que será indispensable para poder sentirse cómodo con esta forma de trabajo. Te mostramos cuáles son los beneficios y las desventajas por parte del teletrabajador para esta forma de trabajo:

BENEFICIOS DEL TELETRABAJO PARA EL COLABORADOR



Estas son las más destacadas:

1) Puedes organizar tus horarios como prefieras. Una de las cosas más valoradas es el hecho de poder organizarte para mejorar tu productividad y sacar el máximo partido a tus horarios.

2) Puedes conciliar mejor tu vida laboral y personal. Esta opción te permite estar en tu propio hogar, estar más cerca de tu familia, y además escoger los horarios que te permitan compatibilizar ambas opciones de manera equilibrada. Por ejemplo: si un día necesitas ir con tu hijo a un evento, puedes organizar tus horarios de trabajo para tener ese día libre, y trabajar otro día para recuperar ese.

3) Reduces gastos. Ten en cuenta que no necesitas trasladarte a la oficina, por lo tanto no tendrás que pagar el abono de transporte, o la gasolina para el coche que tienes que tener en cuenta para ir al centro de trabajo.

4) Ahorras tiempo. Sin duda, uno de los valores más tenidos en cuenta. No hay nada como evitar los atascos, las colas en el metro, o las paradas de autobús hasta llegar al trabajo.

5) Menos costes si eres una empresa. Si tus empleados trabajan desde casa, u otros lugares, eso te permitirá reducir tus costes ya que no tendrás que pagar ninguna oficina para que acudan a ella, además de ordenadores, conexión a internet, luz, agua, y otra serie de servicios que te ayudarán a reducir tus costes empresariales.

6) Más productividad. El hecho de definir tu horario, tu lugar de trabajo, de crear un hábito y sentirte cómodo sin el estrés que te pueda generar tu jefe, o el ambiente de trabajo puede desembocar en una mejor productividad laboral.

DESVENTAJAS DEL TELETRABAJO PARA EL COLABORADOR



Las más destacadas son estas:

- No existe ambiente laboral ya que si uno trabaja desde casa, este aspecto se elimina de la ecuación (para bien y para mal).
- El trabajador puede sentirse desvinculado de la empresa a nivel emocional.
- La cultura y la organización de la empresa cambian, y es necesario transmitir los nuevos valores, y que todos los empleados tengan claro los cometidos que tendrán en esta nueva manera de trabajar. Esto puede requerir de tiempo de adaptación.
- Dificultad en el aprendizaje ya que si aparecen nuevas tareas, o acciones a desarrollar el explicarlo fuera de la

RECOMENDACIONES PARA EL TELETRABAJADOR



El hotel Barceló Bilbao Nervión, experto en el sector MICE, ofrece cinco consejos para trabajar eficientemente desde cualquier lugar.

Lo primero, vestirse

Quienes acostumbran trabajar desde casa lo tienen muy claro: para ser productivo hay que quitarse el pijama. El no tener una rutina diaria que consista en transportarse a una oficina es muy liberador, pero también conlleva el riesgo de caer en la tentación de trabajar desde la cama todo el día, lo que hace el trabajo más lento, le dificulta a la mente activarse y, además, hace que la cama se convierta en un centro de operaciones en lugar de un sitio de descanso, por lo que también se hace más difícil conciliar el sueño por las noches.

Para evitar pasar el día anidando en la cama, lo mejor es levantarse por la mañana, dejar de lado el móvil, darse una ducha y cambiarse de ropa. Así se verá un gran incremento en la productividad y la jornada diaria será mucho más sencilla.

Evitar distraerse con el entorno

Para trabajar eficientemente, es primordial la concentración. Pero cuando se trabaja en un entorno distinto a la oficina, pueden surgir muchísimas distracciones, desde una pelusa que flota, hasta el ruido de la calle o la gente que pasa por la ventana de la cafetería. Por eso, evitar esos momentos de distracción es crucial para sacar el trabajo adelante y una de las mejores maneras de hacerlo es buscando un lugar de trabajo cómodo y lo más alejado del ruido posible, incluso algunas personas prefieren trabajar con cascos mientras escuchas música instrumental o sonidos de la naturaleza.

Tomar breaks y estirarse

Los médicos suelen advertir sobre los riesgos para la salud que tiene el llevar una vida sedentaria. Así que, para evitar los efectos negativos del sedentarismo, lo mejor es tomarse breaks del trabajo de escritorio para levantarse y estirar las piernas, al menos una vez cada hora.

To Do list... ¡imprescindible!

No hay nada más agradable que tachar una tarea realizada. Pero además de brindar momentos de profunda satisfacción, organizar las tareas del día en listados hace que el trabajo desde casa sea mucho más eficiente y organizado, especialmente en cargos que implican cumplir con muchas asignaciones diferentes a la vez.

Lo más recomendable para esta labor es utilizar pegatinas, recordatorios o post-its, que sean de colores llamativos y que se encuentren en un lugar visible del área de trabajo.

Todo al alcance de la mano

Todos los tipos de trabajo requieren herramientas especiales, hasta los que se hacen desde casa. Aunque hoy en día todo se hace en el ordenador, siempre es recomendable tener cerca todos los elementos que se puedan necesitar para que la jornada de trabajo fluya sin contratiempos. Entre los "must have" del teletrabajo están: un ordenador o portátil que funcione bien, una libreta para tomar apuntes, acceso a internet de buena calidad, bolis de varios colores y un flexo que ilumine la mesa en caso de no contar con suficiente luz natural.

