



Nuevas formas de trabajo y riesgos psicosociales: desafíos del derecho del trabajo

Iván Blume Moore

Socio del área laboral de Cuatrecasas.



Temario

1. Introducción

2. Nuevas formas de trabajo

3. Riesgos psicosociales asociados al teletrabajo

4. Respuestas del derecho de trabajo

5. Conclusiones



1

Introducción

Las nuevas tecnologías han transformado las formas de trabajo. En el Perú, este cambio se ha visto reflejado con mayor claridad en el teletrabajo, trabajo híbrido, las plataformas digitales y la aparición incipiente de nómadas digitales.



Estas formas de trabajo, han traído consigo nuevos desafíos, uno de ellos es la gestión adecuada de los riesgos psicosociales.



2

Nuevas formas de trabajo

Teletrabajo

- Se caracteriza por el uso de tecnologías de la información y las comunicaciones para trabajar fuera de las instalaciones del empleador (OIT, 2020, p.1).
- En el primer trimestre del 2024, se registraron 194 mil teletrabajadores (MTPE, 2024).
- Regulado por la Ley No. 31572, Ley del Teletrabajo y su reglamento, aprobado por el Decreto Supremo No. 002-2023-TR.

Nómadas digitales

- Son individuos que, gracias al uso de la tecnología, pueden trabajar de manera remota desde cualquier lugar del mundo y trasladarse, según sus intereses y necesidades.
- En Perú, en noviembre de 2023, mediante el Decreto Legislativo No. 1582, se aprobó un nuevo tipo de calidad migratoria para nómadas digitales.
- *Work from anywhere.*

Plataformas virtuales

- Según la OIT, estos trabajadores pueden ser clasificados entre aquellos contratados directamente por las plataformas digitales y aquellos que las utilizan para ofrecer sus servicios de manera autónoma.
- Actualmente, existe un debate sobre si deben ser considerados trabajadores.



3

Riesgos psicosociales asociados al teletrabajo

Nos enfocaremos en identificar los **riesgos psicosociales asociados** que surgen en el **teletrabajo**.

A pesar de sus innegables ventajas, el teletrabajo presenta desafíos significativos de cara la salud mental y bienestar de los trabajadores.



Riesgos psicosociales

Interacciones entre el medio ambiente de trabajo, el contenido del trabajo, las consideraciones personales externas al trabajo que pueden tener influencia en la salud, el rendimiento y la satisfacción laboral.



Estrés

Es una reacción física y emocional que surge cuando existe un desequilibrio entre las exigencias del trabajo no corresponden o superan las capacidades del trabajador.



3

Riesgos psicosociales asociados al teletrabajo

Estrés de los teletrabajadores



Mayor organización propia, disponibilidad permanente, sensación estar “siempre en el trabajo”.

Enfrentan la sobrecarga laboral, el incremento de horas de trabajo, la necesidad de realizar múltiples tareas de manera simultánea y la dificultad de separar la vida personal del trabajo.

El estrés tiene consecuencias como la disminución del rendimiento laboral, problemas disciplinarios, afectación de la salud, reducción de la productividad y creatividad. En casos graves, puedes generar *burnout*.



4

Respuestas del derecho del trabajo

1. Derecho a la desconexión digital



El derecho a la desconexión digital surge como una herramienta para mitigar los riesgos psicosociales asociados al teletrabajo.

Existen aspectos controversiales: (i) la aplicación de este derecho para cargos de dirección y personal no sujeto a fiscalización inmediata, (ii) el abandono del lugar habitual de teletrabajo para realizar actividades particulares.

Se encuentra regulado en el artículo 22° de la Ley del Teletrabajo y su reglamento: consiste en apagar o desconectar los equipos o medios digitales fuera de la jornada laboral, salvo que exista un motivo de fuerza mayor o circunstancias excepcionales.

No cumplir con este derecho se considera como una infracción muy grave en materia de relaciones laborales, según el Reglamento de la LGIT.



4

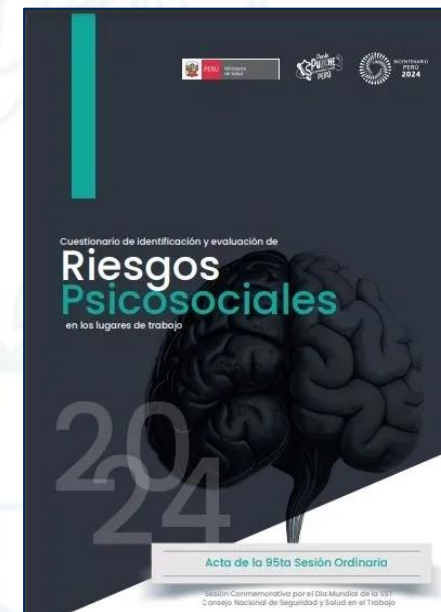
Respuestas del derecho del trabajo

2. Rol del empleador como garante de la seguridad y salud en el teletrabajo

- ✓ La ley de Seguridad y Salud en el Trabajo establece el deber del empleador de garantizar medios y condiciones que protejan la vida, salud y bienestar de sus trabajadores y de los que se encuentren en el centro de labores. Los factores de riesgo para la salud abarcan los agentes psicosociales (art. 103).
- ✓ El Artículo 27 del Reglamento de la Ley de Teletrabajo requiere la evaluación de riesgos en el lugar de teletrabajo, incluidos los riesgos psicosociales, según el Anexo 4.

Instrumentos adicionales que deben tomarse en cuenta:

01	Reglamento de la Ley de Salud Mental aprobado mediante Decreto Supremo No. 007-2020-SA.
02	Guía para la prevención y control de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo (2024)
03	Protocolo para la prevención y control de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo (2024)



4

Respuestas del derecho del trabajo

3. Fortalecimiento del seguro social de salud

- ✓ El Estado peruano tiene un rol crucial en la gestión de los riesgos psicosociales en las nuevas formas de trabajo, desde la perspectiva del derecho previsional en salud.
- ✓ Los teletrabajadores deben poder tutelar su derecho a la salud mediante las prestaciones otorgadas por EsSalud.
 - ✓ En 2016, se aprobó el **Plan de cuidado de la salud mental** en EsSalud, el cual resalta la importancia de atender los factores de riesgo psicosocial en puestos de trabajo.
 - ✓ La **Ley de Salud Mental** establece que el Estado debe garantizar programas y servicios para la atención de la salud mental (Art. 7) y que toda persona tiene derecho a acceder libremente a estos servicios (Art. 8).

- ✓ Sin embargo, existe una brecha entre las necesidades de atención derivadas de los riesgos psicosociales y la capacidad de respuesta del sistema de salud nacional.
- ✓ El Estado debe destinar más recursos para asegurar una atención médica integral y adecuada a los riesgos psicosociales en las nuevas formas de trabajo.



5

Recomendaciones

Las nuevas formas de trabajo presentan desafíos en materia de riesgos psicosociales. En respuesta a ello, se han planteado medidas como las ya desarrolladas.

Sin embargo, estas medidas pueden resultar insuficientes o inadecuadas.



Recomendaciones

- ✓ Generar campañas de sensibilización sobre la importancia del derecho a la desconexión digital dentro de las empresas.
 - ❑ Implementar políticas específicas sobre desconexión digital.
 - ❑ Envío de recordatorios sobre la importancia del respeto a la jornada laboral de teletrabajadores.
 - ❑ Capacitaciones sobre este derecho.
- ✓ Incorporar los riesgos psicosociales en la matriz del IPERC y promover capacitaciones.
- ✓ Destinar mayores recursos económicos a EsSalud para garantizar una atención médica integral.
- ✓ Promover estudios e investigaciones sobre el impacto de las nuevas formas de trabajo en la salud mental.



5

Conclusiones

Los trabajadores con bajos niveles de estrés tienden a ser más productivos y menos propensos en la comisión de errores.

Prevenir los riesgos psicosociales mejora el rendimiento y eficiencia de los equipos, reduce el ausentismo y la rotación del personal, y eleva la competitividad de las empresas.

Un ambiente laboral saludable no solo mejora las condiciones laborales y el bienestar de los empleados, sino que también contribuye al éxito y sostenibilidad a largo plazo de la organización, evitando multas y demandas laborales.