

Desconexión digital

En el ámbito laboral



Derecho a la desconexión digital

Derecho que protege a los **trabajadores** en su:

- Tiempo de descanso
- Permisos y vacaciones
- Vida personal y familiar
- Intimidad



Frente a la **conectividad digital** en su entorno laboral

Regulación

- Estatuto de los Trabajadores (art. 20 bis)
- Ley de Protección de Datos (art. 88)
- Ley del trabajo a distancia (art. 18)
- Carta Derechos Digitales (art. XIX)
- Convenios colectivos



Tipo de trabajo

La aplicación y el alcance del derecho a la desconexión digital pueden variar según:

Sector de actividad

Responsabilidades

Tipo de trabajo

Expectativas de disponibilidad

¿Qué hacer si tu jefe no respeta tu desconexión digital?

- Intentar llegar a un acuerdo con él
- Documentar y guardar todas las comunicaciones que vulneren tu derecho
- Recurrir a la Inspección de Trabajo (como último recurso)

