

DERECHO A LA INTIMIDAD Y DESCONEXIÓN LABORAL

ERÉNDIRA GARCÍA SÁNCHEZ

Sumario

1. Introducción. 2. Sistema de información en las empresas. 3. Principales enfermedades por el uso excesivo de la tecnología. 4. Disponibilidad de los trabajadores fuera de la jornada laboral. 5. La relación de trabajo en México. 6. Derecho humano a la intimidad. 7. Propuesta.

1. Introducción

Cada día al despertar, por nuestra mente pasan todos los pendientes que debemos realizar, para los cuales en muchas ocasiones no alcanza el tiempo para hacerlos, sin darnos cuenta de que el tiempo es un recurso escaso y que jamás lo podemos recuperar, ni ahorrar como el dinero, ni almacenarlo como una materia prima. El tiempo puede y debe ser administrado eficazmente si queremos llevar a buen término las metas u objetivos propuestas.

Para lograr tales metas y objetivos, es necesario llevar a cabo una administración del tiempo, esto consiste en administrar nuestras actividades personales como el trabajo, descanso, estudio o relaciones familiares, en función a las horas que marca el reloj. El tiempo es igual para todos los seres humanos, sin embargo, la diferencia radica en que existen personas que lo aprovechan dándole un buen uso, su éxito se basa en que han aprendido y practicado cómo darle un uso más efectivo, motivando prácticas y mediante el desarrollo de buenas formas de trabajo, lo cual no significa trabajar con mayor intensidad, sino hacerlo de una manera inteligente y eficaz.

Cuando un individuo logra una buena administración de su tiempo, ello tiene incidencia a nivel personal, familiar y profesional, ya que a cada área de su vida le tiene un espacio y tiempo definidos, no permite la invasión de un área en otra, ello permite tener beneficios en su calidad de vida, dado que el objetivo principal es lograr un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal.

En nuestro país la falta de una buena organización y administración del tiempo en las empresas ha generado que México sea considerado por la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), como un país en el cual se trabaja el mayor número de horas, pero con poca productividad. De ahí entonces resulta necesario reorganizar a las personas integrantes de las empresas, de tal manera que se administre adecuadamente el tiempo que pasan al servicio del patrón, y así sus actividades laborales no se extiendan fuera de la jornada laboral, pues se ha comprobado que la gente que pasa todo el día en la oficina tiene poca oportunidad para hacer ejercicio, no come sano y ve poco a su familia.

Muchos trabajadores pasan largas horas en los centros de trabajo porque tienen temor al desempleo, además, a la falta de disposición de los trabajadores fuera de su jornada laboral los patrones lo consideran como falta de compromiso, de responsabilidad, estos prefieren tener empleados que pasen largas horas en la empresa para aquello que pueda necesitarse, tal incondicionalidad es muy valorada en la empresa bajo el supuesto que más horas significa más entrega, compromiso y lealtad.

Asimismo, también es cierto que las autoridades laborales, en el caso particular la Inspección del Trabajo, durante muchos años no ha dado cabal cumplimiento a la supervisión de condiciones laborales en los centros de trabajo, en concreto a la revisión del número de horas que los trabajadores deben permanecer al servicio del patrón, y menos aún son capaces de imponer las multas y sanciones que actualmente contempla la Ley Federal del Trabajo.

Por tal motivo, es necesario que los patrones, trabajadores y autoridades laborales coordinen sus esfuerzos de tal manera que se genere en las empresas una cultura de respeto a las condiciones de trabajo, en concreto a la “jornada laboral”, y con ello permitir a los trabajadores que al concluir tal jornada se puedan desconectar de su actividad de trabajo, para gozar y disfrutar de su intimidad, lo cual se traducirá en beneficio de la empresa, pues con tiempo efectivo de trabajo los empleados deberán buscar los mecanismos para ser más eficientes, productivos y organizados. Por lo tanto, el tiempo fuera de la empresa dará a los trabajadores mayores lapsos para convivir con sus familias, desarrollar actividades educativas, recreativas y pasatiempos, permitiendo una mejor calidad de vida.

2. Sistema de información en las empresas

La información es un recurso clave en la gestión de las organizaciones hoy en día. El término sistema lo utilizamos actualmente de manera muy habitual para referirnos a muchas, variadas y muy distintas cuestiones: sistema político, sistema empresarial, sistema monetario, etc. Se usa también para designar un concepto o como una herramienta para explicar cómo es y qué ocurre en una determinada área como la económica, social, tecnológica, física, etc. El diccionario de la Real Academia de la Lengua Española define el vocablo sistema como un “conjunto de cosas que ordenadamente relacionadas entre sí contribuyen a un determinado objetivo”. Por su parte, la teoría general de sistemas o enfoque sistémico, entiende por sistema “un conjunto de elementos en interacción dinámica organizados para la consecución de un objetivo”.

A partir de aquí podemos establecer que los principales elementos integrantes en un sistema son: sus componentes, sus interrelaciones (estructura del sistema) su objetivo y sus límites. El concepto de sistema de información en la empresa, por su parte, podemos definirlo apoyándonos en el enfoque anterior, como el “conjunto de recursos técnicos, humanos y económicos interrelacionados dinámicamente, y organizados en torno al objetivo de satisfacer necesidades de información de una organización empresarial para la gestión y la correcta adopción de decisiones”. Los elementos fundamentales que contribuyen a un sistema de información son:

- a) La información como tal, es decir, todo lo capturado, almacenado, procesado y distribuido por el sistema
- b) Las personas, quienes introducen y utilizan la información del sistema
- c) Los equipos de tratamiento de la información e interacción con los usuarios: hardware, software, redes de comunicación.
- d) Las normas y/o técnicas de trabajo, métodos utilizados por las personas y las tecnologías para desarrollar sus actividades.

Un sistema de información será eficaz si facilita la información necesaria para la organización, y será eficiente si lo realiza con los menores recursos tecnológicos, humanos y económicos posibles, y en el momento oportuno.

El sistema informático de la empresa es un subsistema dentro del sistema de información de esta, y se encuentra formado por todos los recursos necesarios para dar respuesta a un tratamiento automático de la información, y aquellos otros que posibiliten la comunicación de esta. Por medio de la comunicación se transforman los hechos y acontecimientos del entorno o del ámbito interno de la empresa en información. Ahora bien, para ser útiles esas informaciones, han de seguir algún proceso de transformación. El sistema de información empresarial constituye el conjunto de recursos,

componentes y medios de comunicación de la empresa que sirven como soporte para el proceso básico de transformación de los datos.

Casi las tres cuartas partes del tiempo total de trabajo, los empleados están dedicados al procesamiento de la información, esta se halla en la base de todas las actividades realizadas en la administración empresarial. Por ello, resulta conveniente diseñar sistemas para producirla y gestionarla, con el objeto de que la información sea fiable, exacta y esté disponible de manera inteligible en el momento oportuno de tomar una decisión.¹

3. Principales enfermedades por el uso excesivo de la tecnología

El uso excesivo de la tecnología ha traído consigo nuevas enfermedades. El trabajo es más monótono y el ser humano necesita realizar algo que estimule tanto su cerebro como su capacidad manual, también requiere variedad, pues el pasar más horas de las necesarias frente al computador, hablar por teléfono, chatear en exceso, escuchar música a todo volumen en los audífonos y pegarse al televisor, tienen consecuencias significativas en la salud. Dentro las principales enfermedades a raíz de ellos se encuentran las siguientes:

- Síndrome del túnel carpiano: principal enfermedad que pueden sufrir las personas adictas al chat y a conversar en línea con otras personas. El síndrome del túnel carpiano ocurre cuando el nervio que va desde el antebrazo hasta la mano se presiona o se atrapa dentro del túnel carpiano, a nivel de la muñeca, causando entumecimiento, dolor, hormigueo y debilidad en la mano afectada.
- Daños en la audición: si se escucha música en unos audífonos a todo volumen se arriesga a sufrir problemas de audición. El primer riesgo y más importante es la hipoacusia (sordera), problemas en el equilibrio (este sentido se encuentra en el oído) y, en el corto plazo, náuseas y vómitos.
- Problemas mentales: la tecnología usada en exceso trae importantes consecuencias para la salud. Muchas personas presentan enfermedades como la depresión, el aislamiento social, ansiedad, pérdida del placer y el disfrute de las actividades diarias, entre otros problemas psicológicos.
- Sobrepeso y obesidad: un reciente estudio confirmó que las personas que pasan mucho tiempo frente a aparatos tecnológicos son más proclives al sedentarismo, y por ende, a padecer sobrepeso y obesidad, enfermedades que

¹ De Pablos, C., López-Hermoso, J. J. et al. (2004). *Informática y comunicaciones en la empresa*. España: Universidad Rey Juan Carlos/Esic Editorial.

derivan en otros problemas, como del sistema circulatorio, diabetes, entre otros

- Daños irreparables en el sistema nervioso: abusar de la tecnología puede causar daños irreversibles en el sistema nervioso central, ya que los campos electromagnéticos emitidos provocan enfermedades como vértigo, fatiga, trastornos del sueño, pérdida de memoria y desarrollo de tumores cerebrales.
- Enfermedades oculares: permanecer mirando por horas las pantallas de un computador o televisor puede traer también problemas en los ojos. Los más comunes son: resequedad, tensión ocular, etc. La recomendación es realizar pausas activas para relajar los ojos de la exposición a estos elementos.
- Adicción: la obsesión por la tecnología es una realidad en el mundo moderno, tanto así que ya está catalogada como una enfermedad por los especialistas. Existen distintos tipos: nomofobia (miedo a no tener a la mano el celular), la portatilitis (molestias y dolores musculares por usar y cargar portátiles en exceso) y la ciberadicción (adicción al internet).²

4. Disponibilidad de los trabajadores fuera de la jornada laboral

No es extraño que un trabajador sea contactado por su jefe en cualquier momento fuera de su jornada laboral, esto por medio de los dispositivos que la empresa le dio como una herramienta de trabajo, tales como celular, computadora, iPhone o iPad, lo anterior bajo el argumento de checar pendientes. Entre los factores que explican esta situación se encuentran el temor a perder el empleo, una cultura de competencia malentendida y el avance en el uso de dispositivos electrónicos. Se supone que la tecnología es una herramienta que nos debe ayudar para hacernos la vida mejor, pero en ocasiones la complica. La tecnología nos ha hecho vivir en una especie de esclavismo contemporáneo.

De acuerdo con el más reciente estudio de hábitos de usuarios de internet en México, de 2017, poco más de la mitad de los cibernautas (52 por ciento) permanece conectada las 24 horas del día. En promedio, cada usuario de internet está en la red ocho horas con un minuto y 47 segundos al día. Este documento de la Asociación Mexicana de Internet muestra que 9 de cada 10 cibernautas tienen un teléfono inteligente, 6 de cada 10 pagan un plan de datos y 8 de cada 10 se conectan desde su casa.

² Cfr.: Semana. (30 de enero de 2014). Principales enfermedades por el uso excesivo de la Tecnología. Recuperado de: <https://www.semana.com/tecnologia/tips/articulo/enfermedades-producidas-exceso-tecnologia/373968-3>.

Enviar y revisar correos electrónicos es la segunda actividad más popular en internet, solo por debajo del acceso a las redes sociales.

De los países que integran la OCDE, México es en el que más horas se trabaja al año: 2 mil 255. El promedio de este club de naciones desarrolladas es de mil 763 horas, que también quedan lejos de las mil 363 horas del país en el cual menos tiempo se labora: Alemania.

La Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo del Instituto Nacional de Estadística y Geografía reportó que 10 millones 43 mil 900 trabajadores laboraban más que esas 48 horas semanales, cifra que equivale a 28 por ciento de quienes trabajan, es decir, tres de cada 10 personas laboran más de lo permitido por la ley.

Para completar el cuadro, el salario promedio de los mexicanos es el más bajo de los miembros de la OCDE: equivale a 15 mil 311 dólares al año, muy lejos de los 28 mil 434 dólares de Chile, el otro latinoamericano en la lista; y aun más de los 62 mil 636 dólares de quien encabeza el ranking: Luxemburgo.

5. La relación de trabajo en México

En México, el trabajo es definido por el artículo 8 de la Ley Federal del Trabajo como “toda actividad humana, intelectual o material, independientemente del grado de preparación técnica requerido por cada profesión u oficio”. El artículo 20 de la misma ley le define como “relación de trabajo”, la prestación de un trabajo personal subordinado a una persona mediante el pago de un salario. En esta definición se reconocen a dos sujetos que la integran: patrón y trabajador. El primero de ellos es la persona física o moral que utiliza los servicios de uno o varios trabajadores. En tanto el trabajador es la persona física que presta a otra, persona física o moral, un trabajo personal subordinado. En esta unión existe un elemento importante, y es el distintivo de la relación laboral denominada “subordinación”, la cual se ilustra mejor con la siguiente tesis de la Suprema Corte de Justicia de la Nación:

Época: Novena Época. Registro: 205158. Instancia: Tribunales Colegiados de Circuito. Tipo de Tesis: Jurisprudencia. Fuente: Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta. Tomo I. Mayo de 1995 Materia(s): Laboral. Tesis: IV.2o. J/1 Página: 289.

RELACIÓN LABORAL. LA SUBORDINACIÓN ES EL ELEMENTO DISTINTIVO DE LA...

El artículo 20 de la Ley Federal del Trabajo, establece que por relación de trabajo debe entenderse la prestación de un trabajo personal subordinado a una persona mediante el pago de un salario. Así pues, la relación laboral tiene como elemento distintivo la subordinación jurídica entre patrón y trabajador, en virtud de la cual el

primero se encuentra en todo momento en posibilidad de disponer del trabajo del segundo, quien a su vez tiene la obligación correlativa de acatar al patrón.

Es decir, la subordinación es la posibilidad de disponer del trabajo del empleado, sin embargo, este derecho que tiene el patrón tiene un límite por la jornada de trabajo, que conforme al artículo 58 de la Ley Federal del Trabajo refiere que es el tiempo durante el cual el trabajador está a disposición del patrón para prestar su trabajo.

En el Estado Mexicano se reconoce en los artículos 60 y 61 de la Ley Federal del Trabajo los siguientes tipos de jornada:

Tipo de jornada	Máximo de horas diarias de trabajo	Máximo de horas por semana
Diurna	8 horas	48 horas
Nocturna	7 horas	42 horas
Mixta	7 ½ horas	45 horas

De igual manera, la Ley Federal del Trabajo reconoce el derecho al descanso, por cada seis días de trabajo el empleado disfrutará de un día de descanso semanal. Entonces, a ningún trabajador se le puede exigir u obligar a seguir laborando fuera de su jornada máxima legal diaria, aquel patrón que quebrante tal disposición se encuentra obligado a pagar lo relativo a la “jornada extraordinaria”, y en caso de violar los descansos de los trabajadores, la Inspección del Trabajo puede imponer multas que oscilan entre 50 a 250 salarios mínimos en apego al artículo 994 de la Ley Federal del Trabajo.

5. Derecho humano a la intimidad

La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos no reconoce de manera expresa el derecho a la intimidad. No obstante, la carta fundamental reconoce algunos derechos asociados con el mismo y que lo tutelan en forma parcial, entre los cuales se encuentran la limitante a la libertad de imprenta, cuando el ejercicio de esta afecte el respeto a la vida privada, la prohibición a la autoridad de realizar actos de molestia sin mandamiento escrito de autoridad competente debidamente fundado y motivado, la inviolabilidad de las comunicaciones privadas y la libertad correspondiente.

El derecho humano a la intimidad se adscribe comúnmente a la primera generación de derechos humanos, en virtud de que fue reconocido por primera vez en el siglo XIX antes del nacimiento de los derechos sociales, su tradición es ya centenaria

en los Estados Unidos, desde que fuera reconocido por su suprema corte de justicia e implícito en su constitución.

La importancia del derecho a la intimidad radica en el reconocimiento de que no es suficiente proteger los derechos tradicionales como el derecho a la vida, sino también es necesario remover los obstáculos para disfrutar de una vida plena, sin intromisiones ni obstáculos de ninguna especie.

En México, el derecho a la intimidad solo se encuentra parcialmente protegido y no está reconocido como tal en nuestra constitución, lo cual genera un vacío normativo y deja la puerta abierta a la impunidad en los casos de violaciones a ese derecho, tan es así que las empresas y patrones en forma sistemática violan derechos laborales y el derecho humano a la intimidad. Desde el momento en que el trabajador concluye su jornada laboral, en ese momento es libre y puede disponer de su tiempo de manera espontánea.

6. Propuesta

Para tutelar de manera efectiva el respeto a la vida privada de los trabajadores, en primer término debe elevarse a rango constitucional el derecho humano a la intimidad, en tanto derecho autónomo e independiente de otros derechos que pueden ser colaterales. Asimismo, debe interpretarse y respetarse por parte de los empresarios las normas jurídicas en materia laboral, donde se reconoce expresamente el derecho al descanso, así como a una jornada laboral topada a máximos legales. Entonces, la obligación patronal consiste en establecer disposiciones que regulen la utilización de las herramientas digitales proporcionadas a los empleados, de tal manera que se respeten los tiempos de descanso, licencias, incapacidades, así como su vida personal y familiar.

Ante la dificultad de reformar las leyes en nuestro país, se debe comenzar con implementar mecanismos más sencillos y de índole administrativo al interior de las empresas, lo anterior ante la falta de norma expresa que reconozca el derecho a la intimidad en el sistema legal mexicano, por tanto, y como iniciativa primaria, las empresas deben elaborar disposiciones y regulaciones al interior de la empresa como parte de sus reglamentos internos de trabajo que incluyan las modalidades del uso de las herramientas digitales, el derecho a la desconexión una vez concluida la jornada laboral, así como la ejecución de las acciones formativas y de sensibilización para el uso racional de los instrumentos digitales por parte de los trabajadores de la empresa.

Resulta innegable que los trabajadores tienen el derecho a desconectarse de sus actividades laborales fuera de los horarios establecidos para la prestación de sus servicios, dado que no existe una obligatoriedad de responder llamadas en fin de semana,

contestar correos o mensajes de texto vinculados con su área o puesto de trabajo, ello en virtud de que fuera de la jornada laboral no existe subordinación del trabajador hacia la empresa, entonces se limita el derecho de los patrones a exigir actividades a los empleados fuera del tiempo en que fueron contratados.

El derecho a la intimidad y desconexión de los trabajadores de sus actividades laborales tiene como finalidad una mejor calidad de vida, además de prevenir enfermedades de gran costo económico para el país por los riesgos de trabajo asociados a la utilización constante de los medios digitales.

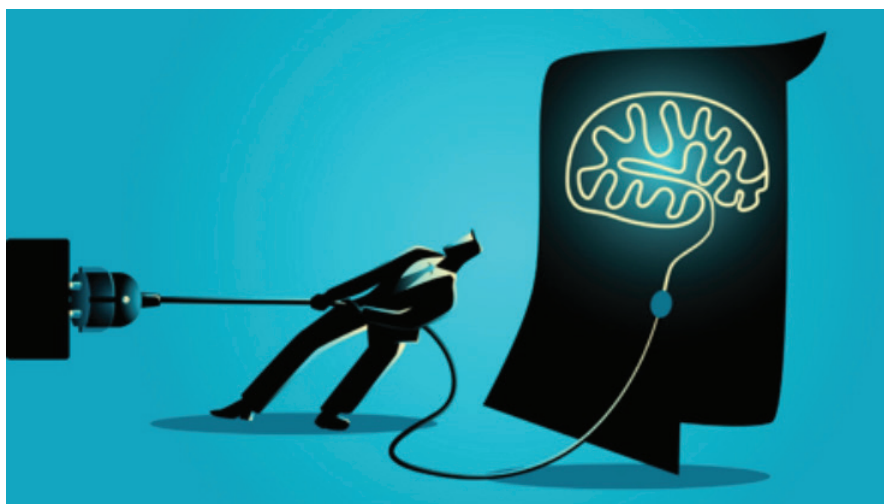
Países como Alemania y Suecia reflejan casos de éxito en los que el trabajar una jornada apegada a máximos legales vincula a los trabajadores a realizar sus actividades cotidianas en forma distinta, lo cual se traduce en una mayor organización, mejor administración del tiempo laboral, incremento de su productividad, mayor número de horas para convivir con sus familias o hasta llevar a cabo alguna actividad educativa o deportiva, permitiendo con ello a los trabajadores incrementar su calidad de vida y ser más felices.

Referencias

De Pablos, C., López-Hermoso, J. J. et al. (2004). *Informática y comunicaciones en la empresa*. España: Universidad Rey Juan Carlos/Esic Editorial.

Época: Novena Época. Registro: 205158. Instancia: Tribunales Colegiados de Circuito. Tipo de Tesis: Jurisprudencia. Fuente: Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta. Tomo I. Mayo de 1995 Materia(s): Laboral. Tesis: IV.2o. J/1 Página: 289.

Semana. (30 de enero de 2014). Principales enfermedades por el uso excesivo de la Tecnología. Recuperado de: <https://www.semana.com/tecnologia/tips/articulo/enfermedades-producidas-exceso-tecnología/373968-3>.



Fuente de la imagen:

<https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwjRq4GoseDjAhU-FIKwKHUAFBAUQjRx6BAgBEAU&url=https%3A%2F%2Fwww.comunidad-rh.com%2F2017%2F08%2F12%2Fderecho-a-desconectarse-deberia-estar-regulado%2F&psig=AOv-Vaw3EkDLQXnc1mP6TyFmtsbpC&ust=1564704651640833>