

Orientaciones para la gestión de los aspectos ergonómicos y psicosociales en situaciones de teletrabajo

La cada día mayor implementación en las empresas de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) ha supuesto un profundo cambio en la organización del trabajo, que se ha visto incrementado en los últimos años principalmente durante el periodo de la pandemia, con una implantación casi masiva del teletrabajo que en muchas ocasiones han venido para quedarse.

Por otra parte conviene recordar que el Marco Estratégico de la Unión Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo para el periodo 2014-2020, ya contemplaba la necesidad de estudiar los riesgos emergentes relacionados con los cambios que se producen en la Organización del Trabajo, como consecuencia de la evolución de las TIC, fundamentalmente las que están relacionadas con una conectividad constante y la posibilidad de realizar trabajos flexibles e interactivos, por el impacto que pueden presentar en la salud física y mental.

Asimismo el actual Marco Estratégico de la Unión Europea para el periodo 2021-2027 recoge entre sus objetivos la gestión del cambio en el nuevo escenario del trabajo citando como un ejemplo particular el teletrabajo.

En nuestro país como consecuencia de ello y a la recomendación de realizar el teletrabajo durante el periodo de tiempo que duró la pandemia, se aprobó el Real Decreto-Ley 28/2020, de 22 de septiembre de trabajo a distancia, que posteriormente fue derogado por la Ley 10/2021 de 9 de julio de trabajo a distancia.

Aunque el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo ya había elaborado desde hace algunos años documentos sobre aspectos ergonómicos y psicosociales relacionados con el teletrabajo, en consonancia con la Ley 10/2021 ha elaborado el documento objeto de esta nota sobre Orientaciones para la gestión de los aspectos ergonómicos y psicosociales en situaciones de teletrabajo.

Dicho documento ofrece un marco técnico-preventivo de acuerdo con la normativa vigente en esta materia sobre acciones básicas para llevar a cabo una gestión integrada del teletrabajo en empresas y organizaciones. Dichas acciones se centran principalmente en el diseño, planificación e implantación, incluyendo el abordaje de los riesgos potenciales ergonómicos y psicosociales identificando las particularidades que prestan el teletrabajo y los trabajos presenciales.

Respecto a su contenido hay que señalar que el documento está constituido por tres apartados o capítulos que pretenden ayudar a cumplir con los diferentes objetivos que pretende alcanzar el propio documento.

El primer apartado propone un enfoque global que abarca desde el propio diseño de los trabajos hasta la evaluación periódica de las Condiciones de Trabajo.

El segundo y tercer apartado muestran las características específicas de los riesgos ergonómicos y psicosociales haciendo especial hincapié en la evaluación de dichos riesgos, las consecuencias para la seguridad y salud de su exposición y las medidas preventivas a adoptar.

El documento incorpora una serie de anexos válidos para la recogida de toda aquella información para utilizar como base para la gestión de los diferentes riesgos ergonómicos y psicosociales.

En consecuencia este documento puede servir de ayuda a las organizaciones en las que se desarrolla de una manera total o parcial el trabajo a distancia a gestionar los aspectos ergonómicos y psicosociales producidos por este tipo de actividad

[Orientaciones para la gestión de los aspectos ergonómicos y psicosociales en situación de teletrabajo –
Publicación gratuita del INSST](#)