ORIENTACIONS I RECURSOS PER TAL D’INCORPORAR EL TELETREBALL de manera saludable A LES EMPRESES més enllà de la covid19

CONSELL ASSESSOR DE SALUT LABORAL DE L’AJUNTAMENT DE BARCELONA

**Imagen que contiene botella, firmar, parada, alimentos

Descripción generada automáticamente**

**Desembre 2021**

**DECÀLEG D’ORIENTACIONS PER INCORPORAR EL TELETREBALL DE MANERA SALUDABLE A LES EMPRESES MÉS ENLLÀ DE LA COVID19**

El [Consell Assessor de Salut Laboral de l’Ajuntament de Barcelona](https://ajuntament.barcelona.cat/sanitatisalut/ca/canal/consell-assessor-de-salut-laboral) incorpora, dins dels seus àmbits de reflexió i treball, el foment de noves formes d’organització del treball, per exemple a través del teletreball. Aquesta línia de treball ha guanyat rellevància arrel de la pandèmia sociosanitària, la qual ha tingut un elevat impacte pel que fa l’organització del treball.

El nou escenari postCovid19 que comencem a afrontar sembla que permetrà una tornada a una major normalitat i superar l’escenari que hem viscut durant mesos en el qual el treball telemàtic, sempre que ha estat possible, ha substituït el presencial.

Aquesta tornada a la normalitat ha de servir per aprendre dels aspectes positius que pot aportar el teletreball i evitar errors que s’hagin pogut cometre. És a dir, s’obre una oportunitat per tal d’abordar una transformació digital amb l’assentament de tecnologies que ja hem estat utilitzant i que ens poden permetre abordar l’organització del treball des d’una perspectiva disruptiva.

En aquest context el Consell Assessor de Salut Laboral de l’Ajuntament de Barcelona ha elaborat el següent decàleg d’orientacions per incorporar el teletreball de manera saludable a les empreses. Aquestes orientacions estan orientades a incidir en àmbits com la cultura del treball, la prevenció i promoció de la salut, la detecció, monitorització i avaluació, així com la formació, informació i capacitació.

**10 orientacions per tal de facilitar la incorporació del teletreball de manera saludable a les empreses**

1. Promoure el teletreball no com quelcom circumstancial que ha servit per donar resposta a la crisi de la Covid19, sinó com un mecanisme que pot facilitar una nova organització del treball més eficient i una oportunitat per contribuir positivament a àmbits com el de la conciliació o l’emergència climàtica. És per aquest motiu que s’ha de basar en un acord tant per part de les empreses com de les persones treballadores.
2. Impulsar programes de gestió del canvi relacionats amb la implantació del teletreball que posin en valor els aspectes positius del teletreball, que tinguin en consideració les possibles dificultats i que assegurin els canals de comunicació necessaris per garantir que la persona treballadora manté una comunicació efectiva amb l’organització. El teletreball és un model organitzatiu molt diferent de la manera tradicional de fer treball presencial. Implantar-lo requereix planificar-lo amb la participació d’una representació del conjunt de persones implicades.
3. Capacitar en competències digitals a totes les persones que hagin de fer teletreball és fonamental per tal de no generar desigualtats a l’hora de poder realitzar la feina sota aquesta modalitat de treball. Cal tenir molt present el factor edat.
4. Informar i formar els treballadors i treballadores en relació a la normativa aplicable i en matèria de prevenció de riscos vinculats al teletreball. S’ha de fer palès que les persones que desenvolupen teletreball no han de patir perjudici en cap de les seves condicions laborals respecte a les persones que prestin serveis en el centre de treball de l'empresa.
5. Potenciar la utilització dels acords o convenis col·lectius com a mitjà per a la regulació específica en els sectors dels aspectes relacionats amb la seguretat i salut laboral en la prestació de serveis en règim de teletreball.
6. Garantir que els mitjans, equips i eines necessaris per al desenvolupament de l’activitat professional en modalitat de teletreball siguin universalment accessibles.
7. Impulsar els hàbits de vida saludables de les persones que treballen des del seu domicili, mitjançant la promoció de la salut com a aspecte clau per afrontar el teletreball amb èxit i mantenir la productivitat.
8. Cal valorar la possibilitat que les persones treballadores, disposin de certa flexibilitat horària en la prestació de serveis, respectant els temps de disponibilitat obligatòria i la normativa sobre pauses i descansos.
9. Establir el procediment d'avaluació de riscos laborals d'aquesta modalitat de treball i els sistemes de control que respectin els principis de justificació, idoneïtat, proporcionalitat i informació a la persona treballadora sobre l'ús d'aquests sistemes de monitorització amb la finalitat d'evitar una vulneració del dret a la intimitat.
10. Planificar el model organitzatiu del teletreball tenint en consideració les qüestions relatives al gènere. La implantació del teletreball ha de respectar la igualtat d’oportunitats i la no discriminació, vetllant per tal que tant les dones com els homes puguin tenir accés a aquesta modalitat de treball en les mateixes condicions d’igualtat.

**CATÀLEG DE RECURSOS PER INCORPORAR EL TELETREBALL DE MANERA SALUDABLE A LES EMPRESES MÉS ENLLÀ DE LA COVID19**

A continuació es presenta una selecció de recursos que poden ajudar a incorporar el teletreball de manera saludable a les empreses. Aquests recursos han estat proposats per les diferents organitzacions que formen part del Consell Assessor de Salut Laboral de l’Ajuntament de Barcelona.

Els recursos s’organitzen, en primer lloc, a partir del **col·lectiu principal al qual van adreçats**. En total s’han identificat dos col·lectius:

|  |  |
| --- | --- |
| Almacén contorno | Empreses, organitzacions i professionals |
| Identificación de empleado contorno | Persones treballadores |

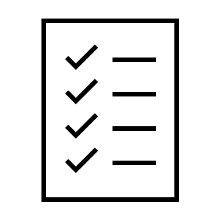
Per a cadascun d’aquests col·lectius s’identifiquen **dos tipus de recursos**:

Cada recurs inclou una breu descripció, l’organització que l’ha elaborat, el link al recurs -al propi títol del recurs- o mecanisme per accedir-hi i l’àmbit principal d’aplicació. Els àmbits identificats són els següents:

1. Cultura del treball.
2. Prevenció i promoció de la salut.
3. Detecció, monitorització i avaluació.
4. Formació, informació i capacitació.
5. Altres.

*\*Nota: en alguns casos s’ha indicat com a àmbit “Guia global”, ja que es tracta de recursos de caire molt transversal.*

1. **Empreses, organitzacions i professionals**

****

**A.1. Guies per a incorporar el teletreball a les empreses**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Guia per implementar el teletreball**](http://ugt-cat.net/subdominis/premsa/Guia%20per%20a%20implementar%20el%20teletreball.pdf)  Integra el RDLl28/2020 de treball a distància amb el decàleg de teletreball de la UGT de Catalunya. | |
| ***Elaborat per****: Unió General de Treballadors de Catalunya* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | *Guia global* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**NTP 412**](https://www.insst.es/documents/94886/326962/ntp_412.pdf/420efc83-3075-4dd7-a571-07627688d416)**: Teletreball-Criteris per a la seva implantació**  Criteris per la implantació del teletreball en les empreses. | |
| ***Elaborat per****: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | *Guia global* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Guia de recomanacions i bones practiques per l’impuls del teletreball**](https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Guia_Teletrabajo.pdf)  Posa el focus d’atenció en com implantar el teletreball a l’organització. | |
| ***Elaborat per****: Junta de Andalucía* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | *Guia global* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Teletreball:**](https://www.insst.es/documents/94886/0/NTP+1165+Teletrabajo%2C+criterios+para+su+integraci%C3%B3n+en+el+sistema+de+gesti%C3%B3n+de+la+SST+-+A%C3%B1o+2021.pdf/9958d5d0-50c6-1dbe-ddb8-b5a1b1eb4e2e?t=1635167755677) **criteris per a la seva integració al sistema de gestió de la seguretat i salut al treball**  La gestió de la prevenció dels riscos laborals associats a la modalitat de teletreball requereix algunes matisacions per poder integrar-se de forma eficaç en el sistema de prevenció de l’empresa. L'actual regulació normativa d’aquesta forma d'organitzar el treball ha motivat l'elaboració d'aquest document l'objectiu principal del qual és facilitar la identificació dels elements diferencials del teletreball per poder integrar la seva gestió com una activitat més dins del sistema preventiu. Així mateix, es fa una revisió de la normativa preventiva que és aplicable a aquesta activitat així com de les característiques més rellevants del teletreball que puguin afectar la salut del personal que el desenvolupa. | |
| ***Elaborat per****: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Guia global* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Guia per a la gestió de la PRL en l’àmbit del teletreball**](http://prl.foment.com/ca/publicacions-prevencio-riscos-laborals/guia-per-a-la-gestio-de-la-prl-en-lambit-del-teletreball)  Els continguts de la publicació inclouen un seguit de bones pràctiques i casos d'èxit que descriuen els motius pels quals s'ha promogut la implantació del teletreball, les accions desenvolupades, els principals beneficis i problemes que s'han generat i les repercussions sobre la gestió de la PRL. | |
| ***Elaborat per****: Foment del Treball* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Detecció, monitorització i avaluació* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Incidència de les noves tecnologies de la informació i la comunicació**](http://www.observatorioriesgospsicosociales.com/sites/default/files/publicaciones/Incidencia%20de%20las%20TICs.pdf)  Informe sobre usos, conseqüències i mesures preventives en relació a les TIC. Inclou consells per a la negociació col·lectiva. | |
| ***Elaborat per****: Unió General de Treballadors de Catalunya* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Treballar en qualsevol moment i en qualsevol lloc en l’àmbit laboral**](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_712531.pdf)  Estudi sobre l’estat de les TIC, incidència i efectes en diversos països a partir de l’aplicació d’un qüestionari. | |
| ***Elaborat per****: OIT-EUROFOUND* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Dos anys des de l’obligatorietat del registre de jornada**](http://ugt-cat.net/subdominis/premsa/registre_jornada_2anys.pdf)  Enquesta on s'inclouen dades dels treballadors i treballadores que realitzen teletreball. | |
| ***Elaborat per****: Unió General de Treballadors de Catalunya* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Formació, informació i capacitació* |

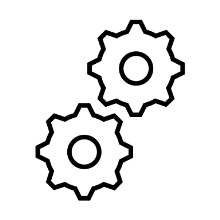
|  |  |
| --- | --- |
| [**Teletreball i la prevenció de riscos laborals**](https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral/riscos_i_condicions_treball/mesures_per_risc/teletreball/)  Espai web dins del web de l’ICSSL. Dedicat als aspectes del teletreball relacionats amb la prevenció de riscos laborals. | |
| ***Elaborat per****: Generalitat de Catalunya. Departament d’Empresa i Treball. Institut Català de Seguretat i Salut Laboral* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Prevenció i promoció de la salut* * *Detecció, monitorització i avaluació* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**NTP 581: Gestió del canvi organitzatiu**](https://www.insst.es/documents/94886/327064/ntp_581.pdf/07736284-0e07-4a45-8395-73d0b918a862)  Tracta el procés de gestió dels canvis a les organitzacions. | |
| ***Elaborat per****: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**NTP 416: Actituds davant el canvi en treballadors d’edat avançada**](https://www.insst.es/documents/94886/326962/ntp_416.pdf/7293ac82-ec82-4a43-92be-49a09fb27bf7)  Tracta de la gestió del canvi en relació al factor edat. | |
| ***Elaborat per****: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Informe “El teletreball a partir de la crisi de la Covid-19”**](https://www.pimec.org/sites/default/files/documents_pagines/informes_pimec_-_el_teletreball_a_partir_de_la_crisi_de_la_covid-19.pdf)  Estudi sobre l’estat del tele-treball, des de la perspectiva de l'utilització dels autònoms, les micro, les petites i mitjanes empreses de Catalunya durant la pandèmia. | |
| ***Elaborat per****: PIMEC* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Formació, informació i capacitació* * *Altres* |

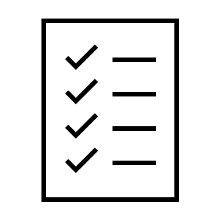
|  |  |
| --- | --- |
| [**Informe “El teletreball després de la Covid-19”**](https://www.pimec.org/sites/default/files/documents_pagines/el_teletreball_despres_de_la_covid19_15_09_2021_final_1.pdf)  Estudi sobre l’estat del tele-treball, des de la perspectiva de la utilització dels autònoms, les micro, les petites i mitjanes empreses de Catalunya, posteriors a l'explosió de la pandèmia. | |
| ***Elaborat per****: PIMEC* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Formació, informació i capacitació* * *Altres* |

****

**A.2. Programes i serveis per a incorporar el teletreball a les empreses**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Observatori de riscos psicosocials UGT**](http://www.observatorioriesgospsicosociales.com/)  Difusió d’informació i bones pràctiques en riscos psicosocials amb publicacions, jornades, campanyes, assessorament, etc. | |
| ***Elaborat per****: Unió General de Treballadors de Catalunya* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * Prevenció i promoció de la salut * Detecció, monitorització i avaluació * Formació, informació i capacitació |

1. **Persones treballadores**

****

**B.1. Guies per a incorporar el teletreball a les empreses**

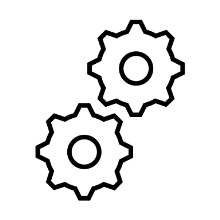
|  |  |
| --- | --- |
| [**Tecnoestrès. Què és, com ens condicions i com gestionar-lo**](http://prl.foment.com/ca/publicacions-prevencio-riscos-laborals/tecnoestres-que-es-com-ens-condiciona-i-com-gestionar-ho)  El projecte es compon d'una guia i de tres vídeos, que complementen la publicació, i que aporten vivències per contemplar el tecnoestrès com un risc a tenir en compte en la gestió preventiva i abordar la seva gestió de forma integrada en les organitzacions. | |
| ***Elaborat per****: Foment del Treball* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Prevenció i promoció de la salut* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Hiperconnectivitat i conciliació**](http://www.observatorioriesgospsicosociales.com/sites/default/files/publicaciones/Folleto%20Hiperconectividad%20WEB.pdf)  Aquesta guia es centra en els aspectes de temps de treball, conciliació i desconnexió digital | |
| ***Elaborat per****: Unió General de Treballadors de Catalunya* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Prevenció i promoció de la salut* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Prevenció dels riscos derivat de la utilització d’ordinadors portàtils**](https://treball.gencat.cat/web/.content/09_-_seguretat_i_salut_laboral/publicacions/imatges/portatils_versio_en_catala.pdf)  Quadern de prevenció que identifica els riscos sobre l’ús d’ordinadors portàtils i proposa una sèrie de mesures preventives per tal de reduir-los o eliminar-los. | |
| ***Elaborat per****: Generalitat de Catalunya. Departament d’Empresa i Treball. Institut Català de Seguretat i Salut Laboral* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Prevenció i promoció de la salut* * *Formació, informació i capacitació* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**Recomanacions per gestionar l’impacte de la Covid-19 en el mercat laboral des de la perspectiva de gènere**](https://treball.gencat.cat/web/.content/13_-_consell_relacions_laborals/documents/04_-_recursos/publicacions/Igualtat-i-temps-de-treball/recomanacions_covid_genere/Recomanacions-per-gestionar-limpacte-de-la-COVID-19-des-de-la-perspectiva-de-genere.pdf)  Guia editada pel Consell de Relacions Laborals, per abordar el desequilibri entre homes i dones, incorporant la perspectiva de gènere. | |
| ***Elaborat per****: Generalitat de Catalunya. Departament d’Empresa i Treball. Consell de Relacions Laborals de Catalunya* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Altres* |

|  |  |
| --- | --- |
| [**El teletreball durant la pandèmia de Covid-19 i després d’ella**](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf)  Guia amb recomanacions pràctiques per aconseguir un teletreball eficaç. | |
| ***Elaborat per****: Organización Internacional del Trabajo* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Cultura del treball* * *Formació, informació i capacitació* |

****

**B.2. Programes i serveis per a incorporar el teletreball a les empreses**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Hàbits saludables en la modalitat de teletreball**](http://prl.foment.com/ca/publicacions-prevencio-riscos-laborals/habits-saludables-en-la-modalitat-de-teletreball)  L'aplicació s'inicia amb un qüestionari que permet realitzar una valoració de les circumstàncies personals de cada treballador i que permet recopilar informació relacionada amb la seva alimentació, el descans, la seva activitat física, els hàbits de vida, la disponibilitat temporal, entre d'altres.  Un cop completat el qüestionari, l'aplicació web genera un informe en format PDF amb recomanacions personalitzades per a cada treballador. | |
| ***Elaborat per****: Foment del Treball* | |
| ***ÀMBITS D’APLICACIÓ*** | * *Prevenció i promoció de la salut* |