

UDA IKASTAROAK
CURSOS
DE VERANO
SUMMER COURSES
UPV/EHU

Entorno laboral digital y prevención de riesgos laborales

“La conexión permanente al dispositivo móvil, los tiempos de descanso y la monitorización constante“:

Digitalización e intensificación del trabajo



Oscar Pérez Zapata
Departamento de Gestión Empresarial
Universidad Pontificia de Comillas



Punto de partida

- **Expectativas**
 - “Mi libro” vs...
- **Antecedentes**
 - Ingeniería, empresa, sociología, riesgos psicosociales...
 - Foco en el trabajo cualificado
 - “Que ya no es lo que era...”
 - “Cada vez más precario e intenso...”
 - ¿Sindicatos?

Trabajo sin límites,
salud insostenible:
la intensificación del
trabajo del conocimiento

Óscar Pérez Zapata

Propuesta de “menú”

- Tecnología y salud
- La intensificación del trabajo y evolución
- Digitalización y “plataformización”
- Paradojas (autonomía, flexibilidad...)
- Otras “pinceladas”

“Mental health of workers in the digital era”

(Gravelin, 2020) Comité Empleo y Asuntos Sociales, EU

- Punto de partida sobre la tecnología
 - Tiene un **lado claro**, conforma nuestra sociedad y habilita de múltiples formas
 - Pero tiene un **lado oscuro** en función de como la usemos cultural, organizativamente...
 - Revisión reciente con el foco en la relación de **avances tecnológicos y el bienestar mental** de los trabajadores



Algunos testimonios... (Gravelin, 2020)

- “Tengo un teléfono de empresa, así que estoy **siempre disponible**. No importa cuando o dónde, siento que tengo que estar disponible a todas horas. Por ejemplo, cuando estoy en el coche, reviso mis correos cada vez que el semáforo se pone en rojo”
- “Estoy revisando el correo permanentemente, algunas veces **incluso en medio de la noche, me despierto y automáticamente cojo el teléfono [...]**”

Selección de resultados (Gravelin, 2020)

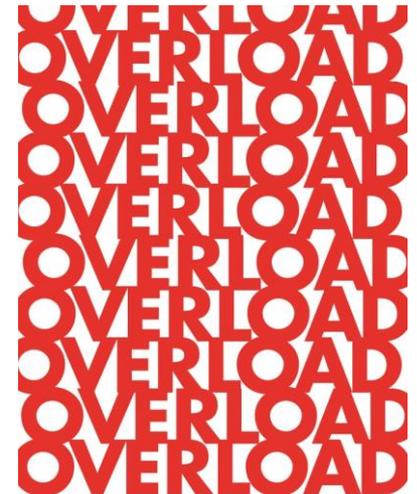
- Influencia indeseable en la **carga de trabajo** y el **estrés**
- La **hiperconectividad** se añade al “tecnoestrés”
- Las características **intrusivas** de la tecnología, tales como la accesibilidad espacial y temporal son predictores de ansiedad, aislamiento y falta de sueño
- Las **continuas exigencias de adaptación** tecnológica suponen un riesgo para la salud mental
- Trabajar con tecnología incrementa la probabilidad de **burnout**
- Trabajar con tecnología puede provocar **tecnoadicción**

Pero los efectos dependen de
las formas en que la tecnología se usa/abusa

Overload (Kelly, Moen, 2020)

“How good jobs went bad and what we can do about it”

- Ligados a la intensificación
 - Siempre conectado 24x7
 - Largas jornadas sin límites
 - Interrupciones y multitarea
 - No es un sustituto de la jornada sino que la extiende
- ¡No es una cuestión de conciliación!



HOW GOOD JOBS WENT BAD
AND WHAT WE CAN DO ABOUT IT

Erin L. Kelly and Phyllis Moen

Hablemos de nosotros y de España...

- Con los datos oficiales (España, N=3364 , 2015)
 - Encuestas Europea de Condiciones de Trabajo
 - Eurofound, INSST, Ministerio de Trabajo, Migraciones y SS

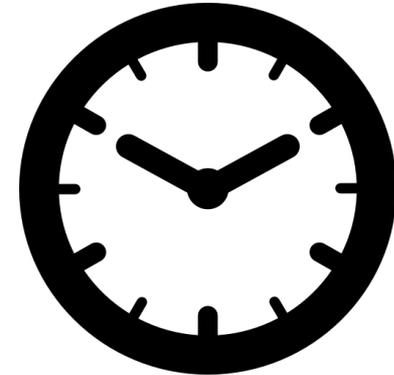


- Intensificación del trabajo
 - Creciente esfuerzo asociado al trabajo
 - Literalmente: **Más intensidad/ritmo**
 - En sentido amplio: **Mas intensidad/ritmo y/o duración**

Dos (posibles) métricas de intensidad...

- **¿Su trabajo conlleva trabajar con plazos muy ajustados?**

- Siempre
- **Casi siempre**
- Más o menos 3/4 partes del tiempo
- Más o menos la mitad del tiempo
- Más o menos 1/4 parte del tiempo
- Casi nunca
- Nunca



- **En el último año, ¿con qué frecuencia ha tenido que trabajar en su tiempo libre para cumplir con las exigencias del trabajo?**

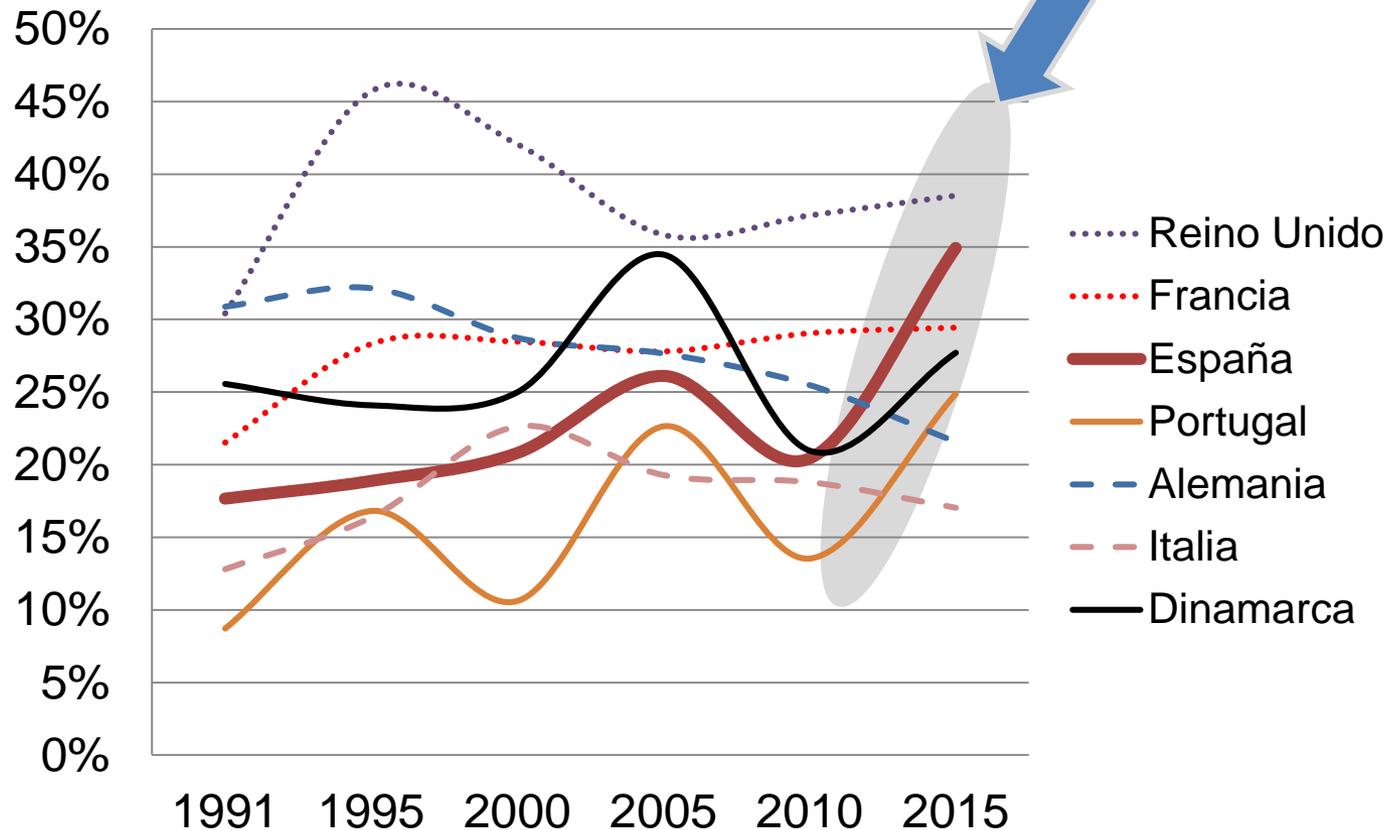
- **Todos los días**
- **Varias veces a la semana**
- Varias veces al mes
- Con menos frecuencia
- Nunca



Intensificación del trabajo en España

Pérez-Zapata (2019)

Una métrica de **intensidad**:
Trabajar con plazos muy ajustados
“siempre/casi siempre”



Construyendo una métrica de salud...

- Durante los últimos 12 meses, ¿ha padecido alguno de los siguientes problemas de salud?
 - A. Problemas de **audición**;
 - B. Problemas de **piel**;
 - C. Dolor de **espalda**;
 - D. Dolor muscular en los **hombros**, el **cuello y/o las extremidades superiores** (brazos, codos, muñecas, manos, etc.);
 - E. Dolor muscular en las **extremidades inferiores** (caderas, piernas, rodillas, pies, etc.);
 - F. **Dolor de cabeza**, fatiga visual;
 - G. **Lesión(es)**;
 - H. **Ansiedad**;
 - I. **Cansancio general**;
 - J. **Otro** (espontáneo)

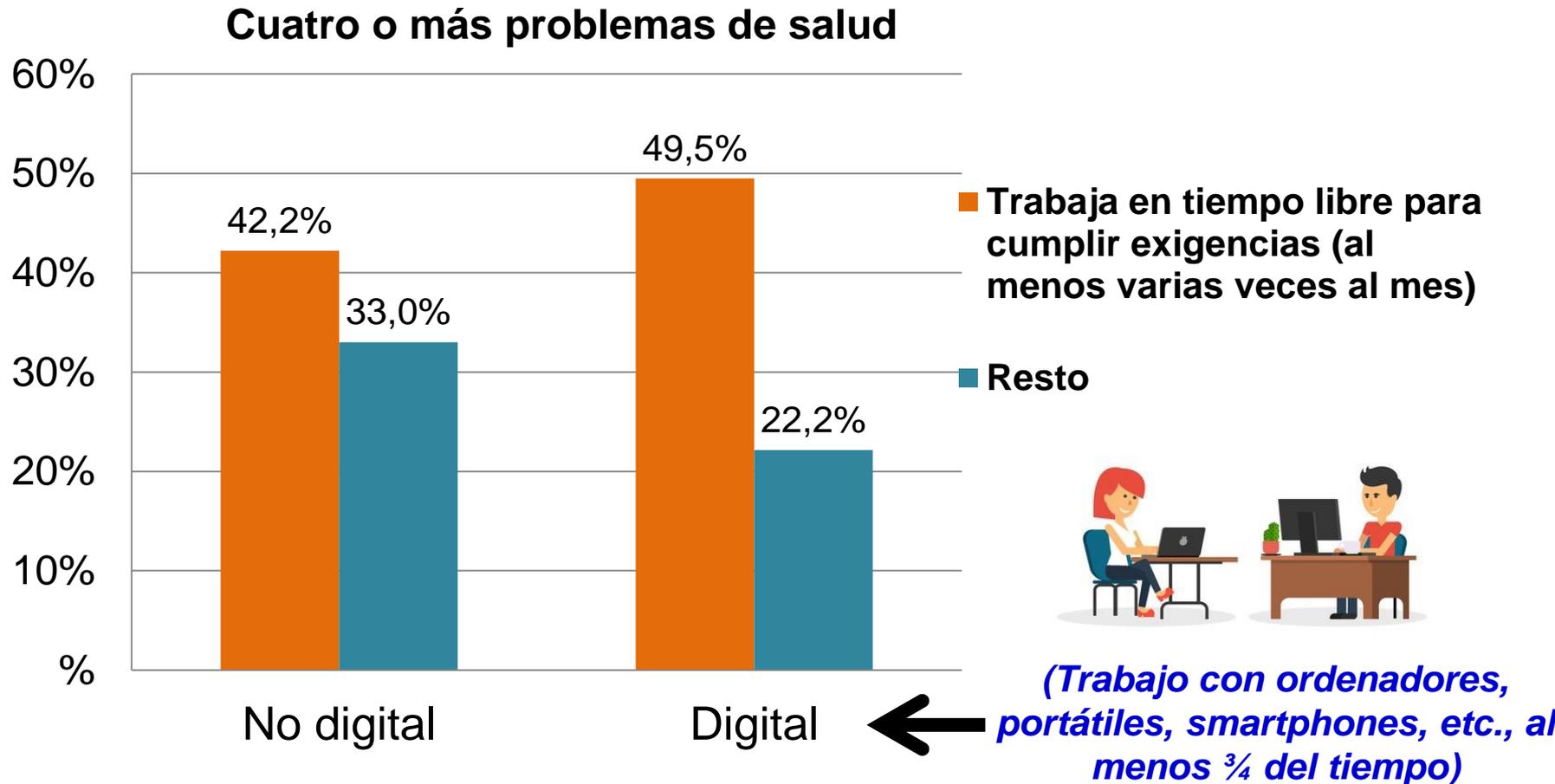


Importancia de la intensificación (EECT 2015)

... comparando impactos en la salud

TIPO DE RIESGO	Situación específica	¿Qué proporción de trabajadores españoles están en esta situación?	De los que están en esta situación, ¿Cuántos tienen 4 o más problemas de salud?
PRECARIEDAD	SIN contrato	6,3%	40,8%
	Pueden perder su trabajo en los próximos seis meses (muy de acuerdo)	13,3%	39,9%
INTENSIDAD	Trabajan con plazos muy ajustados (siempre/casi siempre)	34,6%	39,3%
	Trabajan en su tiempo libre para cumplir las exigencias (al menos varias veces al mes)	19,5%	45,5%

Riesgo para la salud de la intensificación se multiplica en el caso digital (EECT 2015)



Implicaciones para la salud (EECT 2015)

	Todos los trabajadores	Trabajadores DIGITALES	
INTENSIDAD + (DEMANDAS, EXIGENCIAS...) (NEGATIVOS para la salud)	<ul style="list-style-type: none"> • Molestias emocionales • Interrupciones Riesgos físicos...	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en el tiempo libre para cumplir exigencias • Aumento tareas en el último año Riesgos físicos...	
RECURSOS (POSITIVOS para la salud)	<ul style="list-style-type: none"> • Posibilidades de ascenso • Participación en objetivos 	<ul style="list-style-type: none"> • El apoyo del jefe • Posibilidad de conciliar 	
PARADOJA DE LA AUTONOMÍA		<ul style="list-style-type: none"> • Poder controlar ritmo de trabajo 	

Digitalización y plataformización

(Álvarez Hernández, Pérez Zapata, 2020)

- Hacia la “**plataformización**”
- Aproximadamente la mitad del trabajo de plataforma es **cualificado**

Digitalización y plataformización

(Álvarez Hernández, Pérez Zapata, 2019, 2020)

NIVEL DE ANÁLISIS

MERCADO

SECTOR

EMPRESA

TRADICIONAL

HÍBRIDO

PURO

NIVEL DE ADOPCIÓN

Oscar Pérez Zapata (opzapata@comillas.edu)

16

Digitalización y plataformización

- Plataformas **amplifican tendencias**
 - Precarización
 - Inseguridades materiales y simbólicas
 - Intensificación
 - Esfuerzos cognitivos y emocionales
 - Mediciones constantes e inmediatas que alimentan decisiones
 - Tecnología y apps
 - Paradojas de flexibilidad y autonomías
 - ...

Intensificación en plataformas cualificadas?

Wood et al. (2019)

- Dos plataformas líderes **de trabajo cualificado** con 679 trabajadores del sureste asiático y subsaharianos
 - Un contexto muy competitivo
 - Para el **54% no hay trabajo suficiente** (v. 20% que no está de acuerdo)
 - El **44% se ven fácilmente reemplazables** (v. 30% que no está de acuerdo)
 - El trabajador medio **busca trabajo unas 16 horas a la semana**
 - Alimenta precarización e intensificación
 - **Presiona** tarifas/salarios y plazos de ejecución, obligando a aceptar malas condiciones, a conseguir más tareas, a simultanearlas ...
 - **Un 60% dicen tener que trabajar con plazos muy ajustados**
 - **Problemas de sueño para el 54%** (v el 28% que no)

Las promesas de la digitalización y las paradojas de la flexibilidad y la autonomía

- **Flexibilidad** espacial, temporal...
 - En teoría/*a priori* vs. en la práctica/*a posteriori*
 - Condicionadas por el nivel de competencia y la incertidumbre
- **Autonomía**
 - Operativa vs. Estratégica
 - (Donde, cuando, cómo del trabajo) VS (qué, cuanto)
 - ¿Es la percepción de autonomía, autonomía?
 - Cuidado con las internalizaciones y “auto-disciplinamientos”
 - Mente vs. Cuerpo...

Algunas líneas de actuación...

- Atención a las **normas sociales, culturales, expectativas** sobre la tecnología
- Más atención y foco a la regulación de la **intensificación**
 - Orange (France Telecom), Suecia...
- Atención a las inseguridades/precariedades
 - Materiales y **simbólicas/identitarias**
- Profundizar en los tipos y “¿**verdaderos?**” grados de “flexibilidad(es)” y “autonomía”
 - Necesario para proteger salud y avanzar la PRL

¿Discusión o pinceladas?

Algunas pinceladas



- Uber y los “trucos psicológicos”
 - Unidades comportamentales (Nudge...)
 - Gamificación: “Estadísticas”, “Te queda poco para...”, “Distintivos...”, “Cargar el siguiente ride”
- Amazon y “Any Time Feedback” tool
- Bank of America y tarjetas “social badge” que monitorizan tono y volumen de voz (medida de “Salud Organizativa”)
- Vigilancia de mensajes (correos, slack...) buscando signos infelicidad (medida de “Mindfulness Corporativo”)
- Análisis de problemáticas
 - Panóptico electrónico
 - Problemas de “Analytics”, “Data-driven management”



YOUR STATS

Hours driven
67

Rides completed
164

Driver rating
4.92



YOUR INCOME

\$1.583

- + \$1.188 Fares and tips
- + \$180 Weekday quest bonus
- + \$150 Weekend quest bonus
- + \$65 UberXL bonus



Sorry! You only earned \$947!

You weren't able to make enough money to pay your \$1,000 mortgage bill. But you did earn more money than 57% of other players on EASY mode.

Oscar Pérez Zapata (opzapata@comillas.edu)

MINUS COSTS

\$947

- \$205 Car rental
- \$156 Upgrades
- \$245 Fuel
- \$0 Traffic tickets
- \$30 Repair costs
- \$0 Tax ?



You made \$14,13 an hour

Your working hours meant that you earned more than the \$10.50 minimum hourly wage in California. Well done!

YOUR CHOICES

You took no days off.
87% of other players did the same.

You helped your son with his homework.
87% of other players did the same.

You bought a business licence.
41% of other players did the same.



Discusión/Preguntas