



# El derecho a la desconexión digital como elemento clave para evitar el uso abusivo de las nuevas tecnologías

**JUAN CARLOS FERNÁNDEZ,**  
Socio en Abdón Pedrajas Littler.



[linkedin.com/in/juan-carlos-fernandez-fernandez-aviles-6b564239a](https://www.linkedin.com/in/juan-carlos-fernandez-fernandez-aviles-6b564239a)

**E**l uso de las nuevas tecnologías y la intensificación de la utilización del trabajo a distancia, especialmente a raíz de la pandemia causada por el Covid-19, han derivado en una serie de indudables ventajas tanto para empresarios

como para personas trabajadoras, si bien han generado al mismo tiempo ciertos riesgos o problemas asociados a un uso abusivo o inadecuado de las nuevas tecnologías que el legislador ha pretendido solventar por medio del derecho a la desconexión digital.

**La legislación establece como auténtica obligación empresarial una política interna o protocolo en materia de desconexión digital, que se deberá realizar previa audiencia (que no consulta, negociación o acuerdo) de la representación legal de las personas trabajadoras •**

## Podrán darse situaciones de fuerza mayor o emergencia que legitimen la interrupción digital del descanso, pero la ley estipula que la modulación de este derecho se deberá efectuar en todo caso por convenio o acuerdo colectivo, y no de forma unilateral por el empresario •

### RÉGIMEN LEGAL Y CONTENIDO DE LA DESCONEXIÓN DIGITAL ]

El cuerpo normativo del derecho a la desconexión digital descansa, en nuestra legislación interna y de forma fundamental, en el artículo 88 de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales (LOPDGDD); en el artículo 8 de la Ley 10/2021, de 9 de julio, de trabajo a distancia (LTD), y, en menor medida, en el artículo 20 bis del Estatuto de los Trabajadores.

Se debe destacar que ninguno de estos artículos provee una definición del derecho a la desconexión digital, sino que contienen únicamente los bienes jurídicos a proteger, como el descanso (y, en lógica conexión, la salud laboral), la conciliación de la vida laboral, personal y familiar, y el derecho a la intimidad personal y familiar de la persona trabajadora.

En todo caso, parece acertada la definición de este derecho elaborada por la Sentencia del TSJ Madrid, de 4 de noviembre de 2020 (Rec. 430/2020), como el derecho de las personas trabajadoras "a mantener inactivos sus dispositivos o medios de comunicación, de manera que no reciba mensajes de la empresa o de sus compañeros de trabajo por razones laborales".

De igual forma, los textos legales anteriormente citados no dotan de contenido al derecho, debiendo ser la negociación colectiva y/o la política interna de empresa las que suplan esta omisión. En todo caso, se viene entendiendo como contenido mínimo el derecho de la persona trabajadora a no recibir comunicaciones (y, en su caso, a no responderlas) durante los periodos de

descanso (intra diarios y semanales, y, en general, en cualesquiera otras situaciones que interrumpen la prestación de servicios como vacaciones, festivos, permisos, licencias, excedencias, etc.), por cualquier medio (*email*, llamadas telefónicas, WhatsApp, chats internos, etc.) y remitidos a cualquier dispositivo digital (tanto los puestos a disposición por el empresario como a los particulares/personales).

No obstante lo anterior, este derecho a la desconexión digital no se podrá entender como absoluto; esto es, podrán existir situaciones de fuerza mayor o emergencia que legitimarían la interrupción digital del descanso, si bien, según la D.A 1ª LTD, la modulación de este derecho se deberá efectuar en todo caso por medio de convenio o acuerdo colectivo, y no de forma unilateral por el empresario (sentencia de la Audiencia Nacional 44/2022, de 22 de marzo).

### PAPEL DE LA NEGOCIACIÓN COLECTIVA Y DE LAS POLÍTICAS INTERNAS DE EMPRESA ]

La negociación colectiva se configura como fundamental en el desarrollo de este derecho, puesto que el legislador le ha atribuido la potestad de determinar las modalidades de ejercicio del mismo, así como los medios y medidas adecuadas para su correcta garantía.

Sin embargo, las previsiones legales no obligan a los agentes negociadores a incluir esta materia en los textos convencionales, al contrario de lo que parecería suceder para las empresas, que deberán contar con una política interna al respecto en todo caso.

En línea con lo anterior, se observa que los convenios colectivos han

venido incorporando este derecho de forma tímida y tardía (si bien cada vez más presente en los mismos), aunque con un tratamiento ciertamente diferenciado y, por regla general, desgraciadamente no demasiado elaborado.

Así, se pueden encontrar convenios colectivos sin previsión alguna al respecto (Convenio Colectivo de Centros y Servicios de Atención a Personas con Discapacidad); aquellos con una mera reproducción casi literal de las disposiciones legales en la materia pero sin desarrollo, o con escaso desarrollo, de su contenido (III Convenio Colectivo de ámbito estatal del Sector de Contact Center); los que incluyen consideraciones meramente programáticas (Convenio Colectivo del Sector del Comercio del Metal de Madrid), y, por supuesto, aquellos otros que sí tienen un contenido mínimo del derecho, incluyen medidas concretas de desconexión y regulan circunstancias excepcionales de modulación del mismo (XXIV Convenio Colectivo del Sector de la Banca).

En todo caso y, con independencia de la negociación colectiva, se constituye como auténtica obligación empresarial (artículo Art. 88.3 LOPDGDD y 18.2 LTD) contar con una política interna o protocolo en materia de desconexión digital --lo cual podría derivar en posibles concurrencias entre lo preceptuado en la política interna y lo negociado colectivamente, debiéndose solucionar en pro del principio de jerarquía normativa-- que prevea las modalidades de ejercicio del derecho a la desconexión y las acciones de formación y de sensibilización.

Se deberá realizar, además, previa audiencia (que no consulta, negociación o acuerdo) de la representación legal de las personas trabajadoras. ]