



CORRESPONSABLEMENTE

Impulsando referentes masculinos en Salud Mental



CORRESPONSABLES



Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad

ÍNDICE

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1. Asaenes Salud Mental Sevilla | 3 |
| 2. El proyecto “Corresponsablemente: Impulsando referentes masculinos para el cuidado en Salud Mental” | 4 |
| 3. Antecedentes y justificación del proyecto..... | 6 |
| 4. Objetivos del proyecto..... | 13 |
| 5. Alcance y resultados del proyecto..... | 17 |
| 6. Buenas Prácticas..... | 23 |

#AbriendoMentes



Edita y maqueta: Asaenes Salud Mental Sevilla.

ISBN: 978-84-09-62306-8.

ISNI: 0000 0005 1778 8014.

Fecha publicación: Mayo de 2024.

1.Asaenes Salud Mental Sevilla



“Asaenes Salud Mental Sevilla (en adelante Asaenes), una asociación privada, aconfesional, sin ánimo de lucro y con reconocimiento de utilidad pública, nace en 1987 con el propósito de apoyar a las familias y personas con problemas de salud mental en el proceso de transformación que supuso la reforma psiquiátrica contemplada en la Ley General de Sanidad de 1986, convirtiéndose en la primera asociación andaluza y una de las primeras de España que agrupaba a familiares y personas con Problemas de Salud Mental.

En 2024 sigue vigente esta finalidad tanto por las deficiencias del proceso, que no ha asegurado la necesaria atención social y sanitaria a las personas con problemas de salud mental y sus familias para su recuperación y plena inclusión, como por la influencia de las estrategias de cuidados, desinstitucionalización, fomento de la autonomía y refuerzo de las políticas de inclusión que se impulsan desde el gobierno.

2.El proyecto “CorresponsableMente: Impulsando referentes masculinos para el cuidado en Salud Mental”



“Corresponsablemente: impulsando referentes masculinos para el cuidado en Salud Mental”, se ha financiado en el marco de la Orden de 6 de octubre de 2022, por la que se aprueban las bases reguladoras para la concesión de subvenciones en régimen de concurrencia competitiva, dirigidas a Entidades Locales y a Entidades Privadas sin ánimo de lucro, para el desarrollo de proyectos en materia de conciliación y corresponsabilidad en el marco del Plan Corresponsables, en el ámbito de las competencias de la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad, y se efectúa su convocatoria en el año 2022.



**NUEVAS
MASCULINIDADES**

**CUIDADO EN
SALUD MENTAL**



**FEMINIZACIÓN
DEL CUIDADO**

CONCILIACIÓN

3. Antecedentes y justificación del Proyecto

En el proceso de recuperación de las personas con problemas de salud mental el papel de las familias es fundamental, constituyéndose en la primera red de cuidados “informales”, que ha de contar con información y formación suficiente para acompañar y apoyar la recuperación de su familiar facilitando su autonomía, responsabilidad y empoderamiento, así como promover el propio autocuidado. Así, los cuidados incluyen una dimensión corporal y material, y una dimensión emocional y afectiva.

Hoy en día cuidar, tanto desde un punto de vista profesional como personal, sigue siendo una actividad fuertemente feminizada[1], por lo que la mayoría de las personas que cuidan son mujeres, habitualmente del núcleo familiar.

El papel de “persona cuidadora” está asignado culturalmente a las mujeres por el proceso de socialización diferenciado que asigna un rol de género basado en la división sexual del trabajo. Algunos datos de Asaenes corroboran esta situación, y es que más del 60% de familiares asociados a la entidad son mujeres, responsables principales del cuidado de sus familiares.

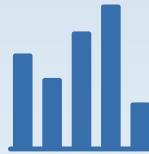
[1] Cuadernos para la salud de las Mujeres. N°3: Los cuidados y la salud de las mujeres. Marzo 2020. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación.

3. Antecedentes y justificación del Proyecto

DATOS



La persona cuidadora típica de una persona con Problemas de Salud Mental en España **es mujer** y tiene en promedio **64 años de edad.**



Dedica una media de **24 horas** semanales a la labor del cuidado.



El 93% de personas cuidadoras agradecerían algún apoyo adicional en su papel de cuidadora.

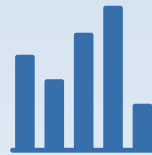
Fuente: Encuesta cuidando de quienes cuidan: conclusiones y resultados. Experiencias de cuidadores/as de familiares de personas con trastorno mental grave. Federación Europea de Asociaciones de Familiares de Personas con Enfermedad Mental (EUFAMI). 2016.

3. Antecedentes y justificación del Proyecto

DATOS



Por cada hombre responsable del cuidado de una persona con Problemas de Salud Mental que solicitó información o asesoramiento respecto a su familiar, lo hicieron **2,6 mujeres.**



Por cada hombre que participó en acciones formativas dirigidas a familiares cuidadores/as, lo hicieron **6,5 mujeres.**



El 12% de mujeres frente al **7% de los hombres**, han tenido que abandonar su ocupación laboral para dedicarse al cuidado.

Fuente: Programa de Intervención Familiar de Asaenes Salud Mental Sevilla. Año 2021.

CORRESPONSABLEMENTE

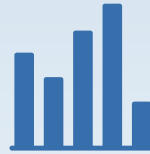
impulsando referentes masculinos en Salud Mental

3. Antecedentes y justificación del Proyecto

DATOS



La imposibilidad de plantearse trabajar fuera de casa se presenta en las mujeres con una frecuencia superior en **20 puntos porcentuales** a la de los hombres (**28% y 9% respectivamente**).



Esta brecha de género es de **5 puntos** porcentuales en el caso de las personas cuidadoras que han tenido que abandonar un empleo para cuidar (**12% en mujeres, 7% en hombres**).



Un aumento de un **1% en las horas dedicadas a cuidar** supone una disminución de un **10% en la tasa de empleo de personas cuidadoras** y se reduce la probabilidad de tener un empleo a tiempo completo.

3. Antecedentes y justificación del Proyecto

RESUMEN

En definitiva, hacerse cargo del cuidado de otras personas supone **un elevado “coste de oportunidad”** para las cuidadoras, que en muchos casos tienen que elegir entre trabajo productivo (remunerado) y de cuidados (no remunerado).

Incluso aquellas que pueden compatibilizar ambos tipos de trabajo, asumen otras consecuencias, como son la **limitación de las posibilidades de progreso en su carrera profesional, el cambio de trabajo o el absentismo laboral.**

La puesta en marcha del programa Salud Mental y Conciliación por Asaenes ha permitido conocer con mayor detalle las necesidades de conciliación de familiares de personas con problemas de salud mental, así como su perfil. Este programa en 2022 ha **facilitado la conciliación de 50 familiares: 35 mujeres y 15 hombres.**

La mayoría de las necesidades de conciliación de las familias **han estado relacionadas con la vida personal,** concretamente con disponer de tiempo para salir del aislamiento social, relacionarse afectivamente con otros familiares y amistades, o realizar alguna actividad de ocio como dar un paseo o tomar un café.

3. Antecedentes y justificación del Proyecto

OTROS DATOS DE ASAENES SOBRE FEMINIZACIÓN

La feminizado no solo se da en el cuidado en Salud Mental. En sus más de 35 años de historia, Asaenes Salud Mental Sevilla ha contado con diversas Juntas Directivas en las que la mujer siempre ha tenido mayor peso representativo que el hombre, siendo mujeres quienes han ocupado el cargo de presidencia desde los orígenes fundacionales hasta la actualidad.

La plantilla de Asaenes Salud Mental Sevilla también se da una mayor presencia de mujeres que de hombres (en diciembre de 2023 un 64,3% del total de la plantilla son mujeres, frente al 35,7% de hombres. Esta situación, junto al carácter innovador de la entidad, ha llevado a que desde Asaenes Salud Mental Sevilla se hayan desarrollado programas específicos de formación, sensibilización

y revisión de procesos para mejorar la situación de igualdad de oportunidades y trato entre mujeres y hombres, para lo que el fomento de la corresponsabilidad en el cuidado es clave.

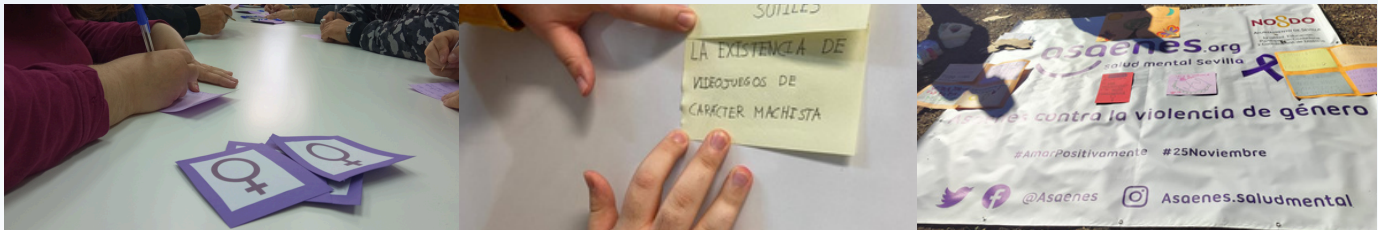


3. Antecedentes y justificación del Proyecto

OTROS DATOS DE ASAENES SOBRE FEMINIZACIÓN

La formación continua a la plantilla no solo ha ayudado a integrar la perspectiva de género en los diversos proyectos desarrollados, sino que ha servido de herramienta de detección de nuevas necesidades. Además, se han desarrollado proyectos formativos con personas con experiencia propia, así como con personas asociadas y familiares de personas con Problemas de Salud Mental.

También cabe destacar el trabajo en red en este ámbito con entidades sociales, dispositivos sociales y sanitarios, etc., con el objetivo de formar, informar, sensibilizar y concienciar sobre la necesidad de un cambio de modelo en el que mujeres y hombres asuman de forma corresponsables los cuidados. Es fundamental además destacar la implantación y evaluación del I Plan de Igualdad, gracias al cual se describieron diversos aspectos de los procesos de gestión de los recursos humanos de la entidad incorporando la perspectiva de género.



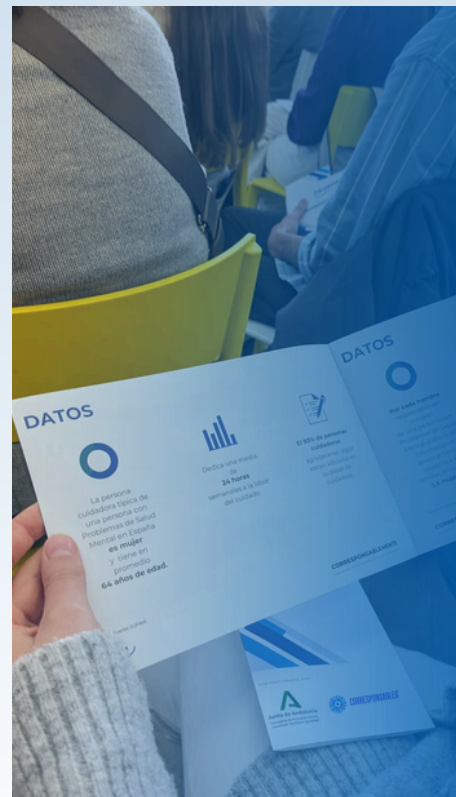
CORRESPONSABLEMENTE

impulsando referentes masculinos en Salud Mental

4.Objetivos del proyecto

En coherencia con esta estrategia de Asaenes se desarrolla el proyecto “CorresponsableMente: Impulsando referentes masculinos para el cuidado en Salud Mental”, que es una iniciativa que promueve el equilibrio entre mujeres y hombres que ejercen el cuidado principal de una familiar con problemas de salud mental, de forma alineada a la I Estrategia de Conciliación en Andalucía (2022-2026) de la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad.

CorresponsableMente, tanto en su primera edición como en la que se va a implementar en 2024-2025, incluye actuaciones de información, formación y sensibilización para generar e impulsar referentes familiares masculinos para el ejercicio del cuidado de personas con problemas de salud mental, contribuyendo a la desestigmatización y visibilidad del papel de la familia en el proceso de recuperación y en la prevención de la salud mental, así como para promover el cambio de actitudes en profesionales del ámbito sanitario y social que realizan intervenciones frecuentes con dicho colectivo y sus familias.



4. Objetivos del proyecto

Por ello, el proyecto tiene un alto impacto en las necesidades de conciliación de la vida personal, familiar y laboral de quienes ejercen el cuidado principal (las mujeres), ya que pretende promover un reparto equitativo de las responsabilidades de cuidado, que a su vez está directamente relacionado con el bienestar de la familia, contribuyendo a la mejora de las relaciones familiares, la salud de sus integrantes y su autonomía.

Esta esfera personal, el proyecto también trata de favorecer el desarrollo de las actividades que realiza la persona para ocuparse de sí misma.

En demasiadas ocasiones las mujeres renuncian a esas actividades de su esfera personal, como alternativa para compatibilizar su vida laboral y familiar, por falta de tiempo para dedicarse a ellas mismas. Las necesidades para una organización, planificación y ejecución corresponsable de los cuidados y las tareas que permitan liberar de la sobrecarga de las mujeres que ejercen el cuidado principal de una persona con problema de salud mental supone:

Involucrar a los hombres con problema de salud mental en el ejercicio de su autonomía sobre su propio cuidado y en las tareas domésticas.

Involucrar a hombres de unidades familiares con una persona con problema de salud mental en las tareas de cuidados y del hogar.

4.Objetivos del proyecto

Además, el proyecto busca fomentar la corresponsabilidad en la sociedad en general, promoviendo una mayor comprensión de los desafíos que enfrentan las personas con problemas de salud mental y sus cuidadores.

Teniendo en cuenta estas premisas, el proyecto CorresponsableMente plantea tres objetivos específicos para avanzar en este modelo corresponsable de los cuidados:



OBJETIVO ESPECÍFICO 1

Informar sobre el derecho al cuidado y a la organización familiar justa de los cuidados de personas con problemas de salud mental y del tiempo.



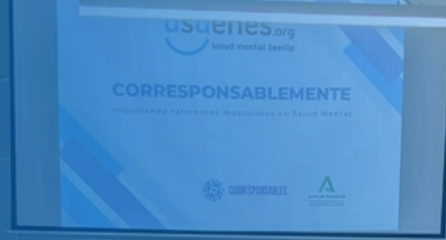
OBJETIVO ESPECÍFICO 2

Formar sobre nuevos modelos de masculinidad no hegemónica, comprometidos con la equidad e implicados en el cuidado y actividades domésticas.



OBJETIVO ESPECÍFICO 3

Sensibilizar sobre la necesidad de un mayor y mejor reparto de las tareas de cuidados a personas con PSM de su unidad familiar, contribuyendo a deconstruir la asociación entre cuidados y feminidad.



5. Alcance y Resultados del Proyecto

CAMPAÑA INFORMATIVA “CUIDAR PARA LA SOSTENIBILIDAD Y BIENESTAR DE LA VIDA”



CorresponsableMente. Impulsando referentes masculinos en el cuidado en Salud Mental

Asaenes Salud Mental Sevilla ha puesto en marcha en el presente año un innovado programa de cuidado en Salud Mental. “CorresponsableMente: Impulsando referentes masculinos para el cuidado en Salud Mental”, gracias a la financiación de la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad. El principal objetivo es promover actitudes para la corresponsabilidad y asunción del ejercicio del cuidado en salud mental por parte de familiares con personas con Problemas de Salud Mental.

CorresponsableMente

Impulsando referentes masculinos en el cuidado en Salud Mental



El cuidado es una actividad fuertemente feminizada. Este programa, realizado por EUIF, está dirigido a personas con Problemas de Salud Mental que pertenecen al sexo masculino. Durante las próximas 24 horas semanales, destacaremos a algunos referentes masculinos del Programa de Asaenes, con el objetivo de promover la corresponsabilidad en el cuidado en Salud Mental.

Se han realizado **9 publicaciones en web y redes sociales.**

Se han recibido un total de **10.246 visualizaciones** de los posts publicados en web y redes sociales.

Campaña informativa sobre la necesidad de los cuidados y su ejercicio de manera corresponsable, dando visibilidad al valor que posee para el bienestar emocional, físico y mental de todas las personas de la unidad familiar, la prevención de problemas de salud por la sobrecarga de las tareas de cuidado y del hogar.

5. Alcance y Resultados del Proyecto

CAMPAÑA INFORMATIVA DIRIGIDA A PERSONAS ASOCIADAS



Se han realizado un total de **3 envíos** de información a un total de **426 personas** asociadas a la entidad (156 hombres).

Campaña informativa dirigida específicamente a las personas asociadas de la entidad para sensibilizar sobre la importancia de su implicación de manera corresponsable en el cuidado de su familiar con PSM como parte del proceso de recuperación y de prevención de problemas de salud en las personas que ejercen el cuidado principal.

CORRESPONSABLEMENTE

Impulsando referentes masculinos en Salud Mental

5. Alcance y Resultados del Proyecto

TALLERES DE MASCULINIDAD Y DERECHO AL EJERCICIO DEL CUIDADO “¿QUÉ HOMBRE QUIERES SER?”



Se han realizado **8 actividades** dentro de los talleres *¿Qué hombre quieres ser?* y un total de **20 sesiones**.

Han participado **7 recursos de Asaenes Salud Mental Sevilla**.

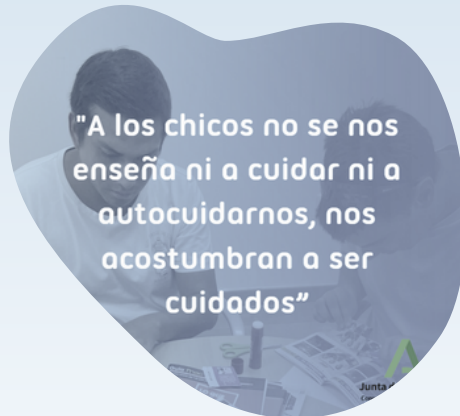
Han participado un total de 144 personas, 107 hombres y 37 mujeres en los talleres.
Se han desarrollado un total de **12 sesiones**.

Acciones formativas para el desarrollo de actitudes implicadas y comprometidas con la corresponsabilidad para familiares de personas con PSM y para hombres con experiencia propia.

En este grupo configurado por hombres con un PSM, su fin será fomentar la autonomía y responsabilidad de su propio autocuidado como la imprescindible cooperación en las tareas del hogar, facilitando así la conciliación de las personas que ejercen el cuidado principal y realizan las tareas domésticas.

5. Alcance y Resultados del Proyecto

CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN "YO TAMBIÉN CUIDO"



Se han realizado **7 publicaciones** en web y redes sociales.

De ellas, se han realizado **2 podcast**.



Campaña "Yo También Cuido". Segundo Testimonio.

Asaenes Salud Mental Sevilla

Estadísticas

Editar vídeo



0



Compartir



Promocionar



Campaña dirigida a hombres para sensibilizar sobre los beneficios de la corresponsabilidad teniendo como protagonistas a participantes de las acciones formativas, siendo así referentes sociales para otros hombres.

CORRESPONSABLEMENTE

Impulsando referentes masculinos en Salud Mental

5. Alcance y Resultados del Proyecto



asaenes.org
salud mental Sevilla

**FORO
"CORRESPONSABLEMENTE"**
Impulsando referentes masculinos en
Salud Mental

Viernes 23 de febrero de 2024.
De 10:30 a 13:00.
Sede del Club Social Sevilla. C/ Carlos García Oviedo, 12. Locales A y B. Sevilla.

SUBVENCIONADO POR:
Junta de Andalucía
Operativa de Inclusión Social
Juventud, Familia e Igualdad

FORO "CORRESPONSABLEMENTE"

Viernes 23 de febrero de 2024.

De 10:30 a 13:00.

Sede del Club Social Sevilla. C/ Carlos García Oviedo, 12. Locales A y B. Sevilla.

PROGRAMA

10:30-11:00

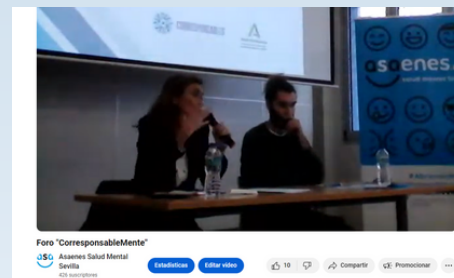
- Bienvenida
- Presentación del proyecto: "CorresponsableMente: Impulsando referentes masculinos para el cuidado en Salud Mental".

11:00- 12:00

- Mesa de debate: "La Corresponsabilidad en los Cuidados".

12:30- 13:00

- Resultados del Proyecto.



47 personas asistentes (23 hombres 24 mujeres).

76 conexiones online (28 hombres y 48 mujeres)

5. Alcance y Resultados del Proyecto



“Si hacemos las cosas como un equipo, se hacen más rápido y luego cada persona tiene tiempo para sus cosas”.



“Para igualar la carrera, para eliminar la desigualdad de género, es necesario educar en igualdad y hacer llegar este tipo de actividades a más gente”.



“ Los hombres pensamos que hacemos un favor cuando hacemos las tareas del hogar. Tenemos que entender que también es nuestra responsabilidad para que las cosas sigan cambiando”.



“Que todas las personas que estamos aquí coincidamos en que las personas que más nos cuidan son mujeres es porque aún los hombres no estamos incorporados a los cuidados”.



“A los chicos no se nos enseña ni a cuidar ni a autocuidarnos, nos acostumbramos a ser cuidados, por eso hay mucho hombres que no saben valerse por sí mismos”.

6. Buenas Prácticas

La selección de medidas se ha realizado de acuerdo con los siguientes criterios:



Eficacia

Se consideraron aquellas medidas e iniciativas cuya aplicación práctica produce resultados apreciables y positivos en materia de conciliación y corresponsabilidad.



Pertinencia

Entendida como la adecuación de las medidas a las necesidades, retos y condicionantes de entidades de intervención social.



Transferibilidad

Medidas e iniciativas susceptibles de ser aplicadas en otros contextos diferentes, en términos territoriales, de personas beneficiarias, de agentes implicados, etc., para hacer frente a los mismos problemas relacionados con la conciliación.

6. Buenas Prácticas

DENOMINACIÓN

Corresponsabilidad en las parejas.

ÁMBITO

Corresponsabilidad en la familia.

DESCRIPCIÓN



Fomentar la corresponsabilidad familiar implica comprender cómo se vive la igualdad en un contexto lleno de desigualdades y cuestionar las creencias arraigadas sobre el reparto de tareas, trabajando conjuntamente para lograr un equilibrio en las responsabilidades familiares.

Supone regular las tareas específicas del día a día en torno a tres áreas concretas:

1. Tareas del hogar: que incluye aquellas labores relativas a la administración de recursos y al consumo familiar, la limpieza de la casa, la preparación de alimentos, el transporte, la representación y las relaciones en el exterior, así como las tareas de reparación y mantenimiento de la vivienda.

2. Cuidado de los hijos e hijas y de otras personas dependientes: que incluye todas las actividades implicadas en su atención, tales como, por ejemplo, darles de comer, vestirlos, llevarlos al médico, darles las medicinas, proporcionarles transporte y acompañamiento, etc.

3. Trabajo emocional: actividades que permiten mejorar el bienestar y proveer soporte emocional a otras personas y propio. Incluye actividades como dar apoyo, escuchar atentamente, hacer ver a los miembros de la familia que se los aprecia y se siente cariño por ellos, etc.

6. Buenas Prácticas

DENOMINACIÓN

Corresponsabilidad y Cuidados: Un Vínculo Indisoluble

ÁMBITO

Corresponsabilidad en la familia.

DESCRIPCIÓN



Estrategias efectivas para fomentar la corresponsabilidad en la familia:

1. Establecer expectativas claras y responsabilidades de cada persona integrante de la familia. Establecer acuerdos y horarios puede ayudar a asegurar que todos/as estén en la misma página.
2. Valorar y reconocer las fortalezas individuales para distribuir las tareas de manera equitativa. Al asignar las responsabilidades de acuerdo con las habilidades y preferencias de cada persona, se promueve un ambiente de cooperación y eficiencia.
3. Compartir las responsabilidades domésticas de manera justa y equitativa puede aliviar la carga de trabajo de una sola persona. Fomentar la participación en las labores domésticas también promueve la igualdad de género y el respeto mutuo.
4. Fomentar la comunicación abierta y honesta en un ambiente donde todos se puedan expresar cómodamente las necesidades y preocupaciones contribuye a construir relaciones sólidas y armoniosas.
5. Educar en igualdad de género desde una edad temprana promueve la corresponsabilidad en futuras generaciones. Romper con estereotipos de género y fomentar la igualdad en el reparto de tareas y responsabilidades es esencial para construir una sociedad más justa y equitativa.

6. Buenas Prácticas

DENOMINACIÓN

Seguimiento del uso de las medidas de conciliación

ÁMBITO

Fortalecimiento institucional

DESCRIPCIÓN



Para asegurar que las medidas de conciliación aprobadas en una entidad se utilizan y realizar una evaluación de su impacto, se debe implementar un seguimiento y monitoreo del uso de las medidas de conciliación vigentes. Supervisar la utilización de las medidas, con perspectiva de género, en todos los ámbitos, departamentos y posiciones laborales brindará información pertinente para realizar propuestas tendientes a ampliarlas o modificarlas con el objetivo estimular una mayor tasa de utilización.

Esta medida busca generar lecciones aprendidas del funcionamiento de las medidas vigentes y nuevas a incorporar, a fin de obtener respuestas a preguntas clave como:

- ¿Cuántas personas se han acogido a los permisos?
- ¿Existen diferencias por género, edad, funciones y áreas de trabajo?
- ¿Cuáles son las medidas/permisos más usados?

La fuente de información para hacer el seguimiento serán los registros sobre uso de permisos remunerados y no remunerados que recaba el área de recursos humanos. Asimismo, las encuestas anuales a las personas trabajadoras sobre el clima laboral pueden ser una valiosa fuente adicional de información.

En cada caso se asegurará el anonimato y se incluirán preguntas sobre la conciliación de la vida laboral, personal y familiar, las necesidades de cuidado, el autocuidado y el exceso de trabajo.

6. Buenas Prácticas

DENOMINACIÓN

Planificar e implementar actuaciones de sensibilización y formación de fomento de la corresponsabilidad, de carácter obligatorio para toda la plantilla.

ÁMBITO

Sensibilización y formación.

DESCRIPCIÓN

Dentro de las acciones de sensibilización y formación es necesario que se generen espacios de reflexión en torno a las masculinidades, con la participación de hombres y mujeres, en tanto en cuanto, y como demuestra la literatura, la masculinidad tradicional y los roles y expectativas asociados a esta se encuentran en el fundamento mismo de la desvinculación masculina de los cuidados y de la paternidad corresponsable.

Estas acciones excederán la corresponsabilidad de los hombres en el ámbito de la paternidad, porque esto supondría que se está dejando fuera a una parte importante de los hombres, así como la posibilidad de implicarse en otras tareas de cuidados que no pasan exclusivamente por los hijos/as.

Las acciones de sensibilización y formación se incluirán dentro del Plan de Formación, con la debida planificación y anticipación organizativa. Las actividades serán de carácter obligatorio para toda la plantilla, con alcance a las personas en prácticas y voluntariado. Las actividades de sensibilización y formación tendrán un enfoque más bien dinámico que teórico.

Las actividades deberán ser implementadas dentro del horario laboral, en periodos del año con menor intensidad de trabajo y apartadas de días próximos a festivos o puentes, a fin de propiciar la participación de toda la plantilla. Se hará hincapié en la relevancia de que toda la plantilla asista a estas acciones formativas, transmitiendo dicho mensaje a las personas coordinadoras de los diferentes equipos, que deberán asimismo asistir a estas formaciones, induciendo a sus equipos a que hagan lo propio.



6. Buenas Prácticas

DENOMINACIÓN

Impulsar la política de desconexión digital.

ÁMBITO

Organización del tiempo de trabajo

DESCRIPCIÓN



La «desconexión digital» es el derecho de las personas trabajadoras a no tener que conectarse a ningún dispositivo profesional (ordenador, móvil, software, etc.) durante sus períodos de descanso o vacaciones; incluyendo el no contestar a llamadas ni responder a mensajes de texto, correos electrónicos, videoconferencias o cualquier otra forma de comunicación digital fuera de su horario laboral. Un derecho que trata de salvaguardar la intimidad personal y familiar de los trabajadores, así como su privacidad digital.

La no desconexión digital coloca a las personas trabajadoras en constante estado de disponibilidad. Redactar políticas internas que establezcan límites al uso de las tecnologías para evitar que la conectividad de las personas trabajadoras vaya más allá de su tiempo de trabajo implica reconocerles la soberanía de su tiempo y ampliar sus posibilidades de conciliación de la vida personal, profesional y familiar.

Desde el grupo de investigación “Desconexión Digital en el Trabajo” de la Universidad de Valencia, se considera que una conciliación real y mejor debe partir de una cultura de trabajo que deje de normalizar la conectividad permanente de la persona trabajadora, lo cual pasa por no interrumpirles con llamadas telefónicas, correos electrónicos o mensajes de texto durante sus tiempos de descanso.

Para favorecer esta política se debe elaborar y consensuar un protocolo referido a la desconexión digital.

6. Buenas Prácticas

DENOMINACIÓN

Flexibilizar las condiciones de teletrabajo en periodos de receso escolar

ÁMBITO

Organización del tiempo de trabajo

DESCRIPCIÓN



Tras la pandemia casi todas las entidades consolidaron la modalidad de teletrabajo de uno a tres días a la semana, priorizando que los días de presencia en la oficina sean consecutivos y fijos para facilitar la organización de las estructuras familiares de manera más eficientes.

La visión que se tiene del teletrabajo es positiva por distintos motivos: favorece la conciliación y permite ahorrar costos en desplazamiento, reduciendo el impacto de la huella de carbono.

Para valorar la posibilidad de ampliación de la modalidad del teletrabajo, una demanda constante es la flexibilización de las condiciones en periodos del año donde hay receso escolar: navidades, semana santa, semana blanca y vacaciones de verano, para no tener que hacer uso de las vacaciones para atender al cuidado de sus hijos e hijas.

A partir de esta realidad, se pueden adoptar alguna de las siguientes opciones para flexibilizar las condiciones de trabajo durante periodos de receso escolar:

- Posibilidad de rotar/reorganizar los días de teletrabajo en periodos de receso escolar.
- Posibilidad de acumular días de trabajo presencial en la oficina para luego compensarlo con días de teletrabajo en receso escolar, fijando un máximo de días de teletrabajo anual susceptibles de compensación.
- Posibilidad de teletrabajar de manera ininterrumpida al menos 15 días durante el periodo estival.



ASAENES COMPROMETIDA CON LA CORRESPONSABILIDAD



CORRESPONSABLES



Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad



Junta de Andalucía

Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad



Asaenes Salud Mental Sevilla
C/ Villegas Marmolejo, 2.
Pasaje portal M.
41005, Sevilla.



www.asaenes.org
asaenes@asaenes.org
954 932 584 / 618 513 768



@ASAENES



Asaenes.saludmental



www.asaenes.org