



FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO

GRADO EN RELACIONES LABORALES Y RECURSOS HUMANOS

EL TELETRABAJO: IMPACTO Y POSIBILIDADES EN LOS AUTÓNOMOS

PRESENTADO POR:

PALENZUELA HERRERO, CLAUDIA

VÁZQUEZ VILLAMEDIANA, DIEGO

VALLADOLID, JUNIO DE 2021

Resumen:

La aparición de la Covid-19 trajo consigo algunos cambios en el mercado laboral, siendo, quizás, el más llamativo la implantación del teletrabajo. Este término altamente vinculado con el trabajador autónomo, presenta ventajas e inconvenientes en su día a día. En cuanto a los beneficios que puede generar la nueva modalidad del teletrabajo con respecto a los empresarios y trabajadores, se suma la posibilidad de aumentar estos beneficios con la creación de una aplicación que mejorará las habilidades psicosociales de éstos, proporcionando modelos de organización y recursos que permitan la conciliación personal y laboral.

Palabras clave: Organización, Desconexión Digital, Teletrabajo, Satisfacción, Conciliación.

Abstract:

The emergence of Covid-19 brought about some changes in the labour market, perhaps the most striking of which was the introduction of remote working. This term, which is closely linked to the self-employed, has both advantages and disadvantages in their day-to-day routine. In terms of the benefits that the new remote working modality can generate with regard to employers and employees, there is the possibility of increasing these benefits with the creation of an application that will improve the psychosocial skills of the latter, providing organisational models and resources that allow to reconcile private life and work.

Palabras clave: Organization, Digital Disconnect, Satisfaction, Conciliation, Teleworking.

Índice

Capítulo 1 Introducción.....	6
Justificación.....	7
Objetivo.....	8
Objetivo Principal.....	8
Objetivos Específicos.....	8
Capítulo 2 Fundamentos Teóricos	9
Historia Del Teletrabajo.....	9
Definición.....	11
Normativa Jurídica del Teletrabajo	14
Consideraciones Generales Y Su Evolución Normativa	14
Como ha afectado este cambio en el Trabajo	18
Trabajador por Cuenta Propia y el Teletrabajo	19
Definición.....	19
Tipos de Autónomos	20
Autónomos y Teletrabajo en la Actualidad.....	22
¿El Teletrabajo ha favorecido a este tipo de trabajadores?.....	23
Actividades Aptas para el Teletrabajo.....	24
Ventajas del Teletrabajo en los Trabajadores Autónomos en España.....	25
Los Inconvenientes del Teletrabajo para los Trabajadores Autónomos	26
Beneficios del Teletrabajo:	27
El Impacto el Teletrabajo.....	28
Factores Psicosociales en los Trabajadores Autónomos tras la Implantación del Teletrabajo:	28
Factores Organizacionales	28
Factores Relacionales	29
Factores Individuales.....	29
Capítulo 3 Fundamentos Prácticos.....	30
Estudio Estadístico del Teletrabajo	30
Hipótesis.....	31
Objetivos.....	32
Objetivo General.....	32
Objetivo Específico.....	32
Metodología de la Investigación	32
Método	32
Muestra	33
Técnicas Empleadas.....	33
Fases de la Investigación	34

Fase de Recopilación de datos Documental y Preparatoria	34
Fase del Trabajo de Campo	34
Fase de Análisis de los Datos	35
Principales Resultados de la Investigación	35
Capítulo 4 Propuesta de Intervención	37
Creación y Desarrollo de la App	37
Objetivos.....	37
Organización	38
Registro De Jornada	41
Control De Horarios Y Desconexión Digital.....	41
Detección De Conflictos.	42
Formación Laboral Y Personal	43
Colaboración con otras Apps.....	44
Conclusiones de la App	45
Capítulo 5 Conclusión Final	46
Capítulo 6 Anexos	48
Gráfico 1:	48
Grafico 2:	48
Gráfico 3:	48
Gráfico 4	49
Gráfico 5	49
Gráfico 6	50
Gráfico 7	50
Gráfico 8	51
Gráfico 9	51
Gráfico 10	51
Gráfico 11	52
Gráfico 12	52
Gráfico 13	53
Gráfico 14	53
Gráfico 15	53
Gráfico 16	54
Gráfico 17	54
Gráfico 18	55
Gráfico 19	55
Gráfico 20	55

Gráfico 21	56
Gráfico 22	56
Gráfico 23	56
Gráfico 24	57
Gráfico 25	57
Gráfico 26	57
Gráfico 27	58
Gráfico 28	58
Gráfico 29	58
Capítulo 7 Bibliografía	59

Capítulo 1 Introducción

La era de las nuevas tecnologías ha supuesto un cambio en la modalidad del trabajo, convirtiendo el trabajo tradicional en trabajo telemático, de manera que puedas trabajar desde cualquier lugar, lo que le permite al trabajador autónomo una mayor flexibilidad en el desarrollo de sus funciones, así como el fomento del uso de las tecnologías, lo que conlleva a disponer y hacer necesario el uso de una serie de recursos que puedan adaptarse a la eficacia tanto en la productividad laboral como en la dedicación al tiempo familiar. Entendiendo que, si no se hace un uso adecuado del teletrabajo, podrá hacer un efecto contradictorio aumentando el estrés y el exceso del trabajo para el empresario.

El teletrabajo, antes de la pandemia mundial, era una modalidad poco practicada en España, ya que contenía una serie de desventajas, entre las que se encontraba la ausencia de las relaciones entre los trabajadores o la falta de estructuración a la hora de organizar el teletrabajo para los autónomos. Sin embargo, tras la COVID-19 el teletrabajo se ha convertido en una de las alternativas laborales más demandadas para desempeñar el trabajo, lo que implica una investigación sobre las ventajas y desventajas económicas, laborales, personales y sociales, que me permitan detectar las necesidades, aún no cubiertas en esta modalidad, para tratar de mejorar su desarrollo.

Por tanto, mi trabajo de fin de grado; *El teletrabajo: Impacto y posibilidades en los autónomos*, recoge fundamentos teóricos y prácticos, recopilando toda la información necesaria para definir los conceptos que se van a trabajar a lo largo de este TFG, presentar su evolución dentro de la legislación y las diferentes

consecuencias positivas y negativas que produce esta modalidad, así como, el impacto y los beneficios obtenidos tras implantar el teletrabajo en la empresa.

En consecuencia, a lo expuesto anteriormente, diseñaré una aplicación tecnológica que potencie las ventajas del teletrabajo y trate de cubrir las necesidades, que se convierten en ciertas desventajas a la hora de desempeñarlo, propuesta que será diseñada en sustento a los fundamentos teóricos desarrollados en puntos siguientes. Por ello, el fin principal de mi trabajo fin de grado es dotar al teletrabajo de una mejor organización y estructuración que muestre alternativas resolutivas ante las diversas situaciones que ha de enfrentarse un autónomo para la práctica de esta modalidad, permitiendo siempre, el desarrollo adecuado de las habilidades psicosociales del trabajador autónomo, que como consecuencia, potenciará y mejorará la conciliación de la vida laboral con la personal, tanto de él como de sus trabajadores.

Justificación

La justificación teórica en la que se basa la investigación sobre la práctica del teletrabajo en trabajadores autónomos ha sido el impacto tecnológico ocasionado por las nuevas tecnologías sobre determinados rasgos psicosociales de estas personas. Estas necesidades serán mencionadas y estudiadas a lo largo del trabajo, para aportar aspectos verídicos teóricos en relación con el teletrabajo y los empresarios y como consecuencia, su repercusión en el ámbito laboral y personal. La justificación metodológica basada en una encuesta de 29 preguntas a 9 trabajadores autónomos para tratar de detectar las necesidades concretas de los

empresarios y relacionarlo con el estudio teórico realizado anteriormente, me permitirá desarrollar una propuesta de intervención orientada a solventar los problemas a los que puede llegar a enfrentarse el autónomo en el desarrollo de su trabajo, y crear una aplicación que cubra todas y cada una de las necesidades generadas por el teletrabajo.

La justificación práctica es una aplicación dirigida a todos los empresarios que quieran mejorar su organización interna laboral, para llevar a cabo las tareas de manera más eficaz y productiva, evitando situaciones de estrés y exceso de trabajo. Con esta aplicación, se consigue mejorar la conciliación entre la vida personal y laboral, tener una organización mas clara y concisa, y optar a nuevas tendencias en cuanto a la formación o expansión empresarial.

Objetivo

Objetivo Principal

El objetivo principal de este trabajo fin de grado es realizar una investigación exhaustiva sobre los ventajas e inconvenientes de la aplicación del teletrabajo, tratando de poner en práctica recursos que solventen las necesidades detectadas por determinados empresarios enfocadas al éxito de la conciliación familiar y laboral.

Objetivos Específicos

En base al objetivo principal y tras el desarrollo de este trabajo, recojo los siguientes objetivos específicos que se pretenden perseguir tras realizar la propuesta de intervención:

- Conocer el teletrabajo, su evolución y mejoras.

- Facilitar herramientas tecnológicas al trabajador autónomo con el fin de mejorar su productividad de manera eficaz.
- Evitar el exceso de trabajo, y como consecuencia una repercusión negativa en el desarrollo de las habilidades psicosociales.
- Fomentar las relaciones internacionales con las posibilidades que aportan las nuevas tecnologías.
- Servirse de la desconexión digital como medio de motivación para el empresario.

Capítulo 2 Fundamentos Teóricos

Historia Del Teletrabajo

El teletrabajo surgió durante la crisis del petróleo de los años 70. El físico estadounidense Jack Nilles de la University of Southern California, en 1973, propuso el teletrabajo como un método de ahorro, reducción de la contaminación y optimización de los recursos no renovables., planteó y afirmó que “si el trabajador realizaba sus actividades de manera telemática, se ahorrarían desplazamientos al lugar de trabajo y por lo tanto se reduciría la contaminación”. Nilles definió el término teletrabajo como “enviar el trabajo al trabajador en lugar del trabajador al trabajo” ¹ Eduardo Barrera, presidente de European Community Telematics /Telework Forum (ECTF) afirma que el inicio del teletrabajo surge en el año 1973 con la finalidad de

¹ NILLES, JACK M., The Telecommunications-Transportation Tradeoff. Options for tomorrow. New York: John Wiley & Sons, 1976.

mejorar los temas medioambientales y energéticos del mundo, además, Peter Goldmark, inventor húngaro nacionalizado en EEUU, físico e ingeniero, destacó esta forma de trabajo en su programa “la nueva sociedad rural” citado por Ortiz Chaparro, 1999. El teletrabajo se convirtió en una opción mas para evitar la utilización continua del coche para ir al trabajo, según sostiene el artículo de la *Revista de Internet de la Universidad de Barcelona: Derecho y Política, número 11, 2010, pp. 24-33: El Teletrabajo: ¿Mas libertad o una nueva forma de esclavitud para los trabajadores?*.

Aún así, la idea se extendió hasta mediados de los años ochenta ya que fue planteada y afirmada pero no se pudo poner en práctica debido a que por aquel entonces la tecnología no presentaba grandes avances.

Con el paso del tiempo, la evolución de la tecnología, el desarrollo de las redes de comunicación, la difusión comercial de internet y la generalización del uso del correo electrónico, hicieron posible que se pusiera en práctica este sistema de trabajo que se extendió hasta los años 90 que se introduce en las empresas para dar apoyo a las organizaciones que no podían realizar el trabajo de manera productiva.

Podemos destacar que el teletrabajo tiene una serie de fases, donde se ve la dependencia de esta modalidad hacia internet, ya que no se puede realizar si no existe una buena red de conexión, es ahí cuando la expansión mundial de internet y la globalización económica hacen posible el teletrabajo eficaz en las organizaciones.

En España, esta modalidad de trabajo comenzó a emplearse a raíz de ponerse en marcha el Plan Concilia en el año 2005, por el Presidente del Gobierno Jose Luis Rodriguez Zapatero, con el que se consiguió establecer una mejor conciliación laboral y familiar dentro de la Administración Pública, para tener una vida mas plena y satisfactoria.

En 2014, según un estudio de infojobs, el 27% de las empresas españolas tienen al menos un trabajador que realiza las tareas de forma remota. Por lo tanto, se presenta un gran avance por parte de las empresas y de las nuevas tecnologías empleadas para realizar un correcto funcionamiento de la organización.

Destacamos, primeramente, la definición de teletrabajo, empleada por diferentes organizaciones, centros y acuerdos, donde se refleja el origen de la misma, y la diversa evolución que ha presentado el término teletrabajo.

Definición

Según destaca el Centro de Investigación y Documentación sobre problemas de la Economía, el Empleo y las Cualificaciones (CIDEDEC), el teletrabajo era conocido como “telehomeworking” (trabajo a distancia desde el domicilio). Aunque abarca diversas modalidades con diferentes definiciones: “remoteworking” (trabajo a distancia), “telecommuting” (teledesplazamiento), “net-working” (trabajo en red).

El término otorgado a esta modalidad de trabajo proviene de dos términos, el primero del griego “telou” (lejos) y el segundo del latín, “tripaliare” (trabajar), respectivamente. Aún no teniendo una definición generalmente aceptada, de ello

las confusiones existentes entre el trabajo a distancia y el teletrabajo, en la mayoría de ellas aparecen tres conceptos clave: Organización, localización y tecnología².

Otra definición ofrecida por el máximo órgano representativo del trabajo en el mundo, se trata de la Organización Internacional de Trabajo (OIT), define el teletrabajo como: “Forma de trabajo efectuada en un lugar alejado de la oficina central o del centro de producción, y que implica una nueva tecnología que permite la separación y facilita la comunicación”, es decir, dentro de esta modalidad de trabajo hay que considerar dos aspectos en cuanto a su definición: el primero, teletrabajar implica realizar las actividades fuera del edificio habitual de la empresa o local donde se desarrolle el negocio. El segundo, las personas que realizan esta modalidad diariamente deben presentar conocimientos avanzados ya que para el desarrollo de sus actividades tienen que dar un uso intensivo a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC)³.

Otra institución importante para la materia que nos ocupa, es la Unión Europea que también define teletrabajo, más concretamente la Comisión europea y la define de la siguiente manera: “Cualquier forma de trabajo desarrollada por cuenta de un empresario o un cliente, por un trabajador dependiente, un trabajador autónomo o un trabajador a domicilio, y efectuada regularmente y durante una parte importante del tiempo de trabajo desde uno o más lugares distintos del puesto de trabajo tradicional, utilizando tecnologías informáticas y/o de telecomunicaciones” ésta es una definición más completa.

² Thibault Aranda “El Teletrabajo”. Pág 25, 2000

³ Tecnologías de la información y la comunicación.

Con el paso del tiempo, el teletrabajo se ha ido incorporando al mundo laboral gracias al avance de la tecnología y presenta múltiples situaciones en las que una persona puede teletrabajar, es decir, trabajar desde lugares remotos bajo el control de un empresario, desde sus hogares con sus propios ordenadores, desde centros de servicios de telecomunicaciones, incluso, desde un teléfono móvil con buena conexión a internet.

Esta forma de trabajo también es definida por el Acuerdo Marco Europeo sobre Teletrabajo en 2002 como *“forma de organización o de realización del trabajo utilizando las tecnologías de la información, en el marco de un contrato o de una relación laboral, en la que un trabajo que también habría podido realizarse en los locales de la empresa, se ejecuta habitualmente fuera de estos”*.

Por otro lado, cabe destacar la definición establecida por el Boletín Oficial del Estado Español, entendiendo el teletrabajo como *“trabajo que se realiza fuera de los establecimientos y centros habituales de la empresa y del que el teletrabajo es una subespecie que implica la prestación de servicios con nuevas tecnologías”*. En esta definición observamos que destaca una palabra nueva, prestación de servicios, dando lugar a la era de la tecnología.

También la ECaTT (1999: 12) define que los *“teletrabajadores, son aquellos que trabajan de forma computarizada (con un ordenador), alejados del negocio de su empresario o de la persona que los contrata, y que transmiten los resultados de su actividad vía online”*.

Para finalizar con las definiciones, voy a destacar la citada por el CIDEC (2000: 7) que refleja: *“El teletrabajo ocurre cuando trabajadores asalariados realizan todo o parte (regular u ocasionalmente) de su trabajo fuera del sitio habitual de su*

actividad, normalmente desde el hogar, utilizando las Tecnologías de la Información y la Comunicación". Sobre esta base, cabe remarcar que el trabajador que realiza esta modalidad de trabajo reduce sus relaciones interpersonales con los compañeros de la organización y el contacto con los componentes de la empresa, centrándose en el uso intensivo de la tecnología. Se puede considerar que el término teletrabajo engloba diversas actividades relacionadas con las TIC, con el único propósito de que las tareas se realicen de forma rápida y eficaz.

De lo expuesto se puede decir que es común a todas las definiciones tres elementos clave: La utilización de las nuevas tecnologías informáticas y de la comunicación, el espacio físico donde se desarrolla la actividad se encuentra fuera de la empresa y, por último, es preciso que se produzca un cambio en la organización y realización del trabajo. Estos tres elementos son interdependientes entre sí que deben darse simultáneamente para que pueda hablarse de teletrabajo.

Normativa Jurídica del Teletrabajo

Consideraciones Generales Y Su Evolución Normativa

Como ya hemos comentado antes, las empresas o los trabajadores autónomos no ponían en práctica esta modalidad de trabajo, debido a que la tecnología no presentaba grandes avances y había grandes dificultades en su implantación. El teletrabajo y el trabajo a distancia se estableció en el artículo 13 del Estatuto de los Trabajadores (ET) pero sin una regulación adecuada debido a que se consideraba que, las personas que practicasen esta modalidad se encontraban sin vigilancia de la empresa o superior. (Ley 8/1980 de 10 de marzo de 1980, EDL 1980/3059).

Con el paso del tiempo, la era de la tecnología presentó grandes avances significativos y se aprobó la Ley 3/2012, de 6 de julio, de medidas urgentes para la reforma del mercado laboral, que en su artículo 6 hace referencia al trabajo a distancia basado en el uso intensivo de las tecnologías, modificando el artículo 13 del Texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores, aprobado por Real Decreto Legislativo 1/1995, de 24 de marzo.

Con la modificación de esta normativa y la aprobación por el Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, se cambió la definición de trabajo a distancia regulado en el Artículo 13 del ET, entendiéndolo como *“la prestación de la actividad laboral que se realice de manera preponderante en el domicilio del trabajador o en el lugar libremente elegido por este”* (BOE, 2015).

Esta definición resultaba bastante incompleta debido a que a parte de realizar una prestación de servicios también se hace un uso intensivo de las nuevas tecnologías y de la comunicación para mantener la conexión con todos los trabajadores de la empresa, clientes o proveedores.

Por lo tanto, en el año 2018 se aprueba la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales, con el fin de regular los derechos de las personas teletrabajando en el ámbito digital.

Uno de los derechos esenciales dentro de esta era tecnológica se encuentra en el artículo 87 del Título X de la presente Ley por la que se regula el derecho a la intimidad y uso de dispositivos digitales en el ámbito laboral. La privacidad es una parte fundamental para poder desarrollar las actividades de manera segura y sin ningún riesgo.

Cabe destacar también el artículo 88, derecho a la desconexión digital. Todas las personas que practican esta modalidad de trabajo necesitan llevar a cabo una organización y unas pausas, para poder realizar la jornada de manera eficaz y productiva.

En el año 2019, según el Boletín Oficial del Estado, después de todas las transformaciones digitales, modificaciones en el ordenamiento jurídico del teletrabajo y garantizar la protección de datos y derechos digitales, surge la necesidad de mantener un equilibrio entre la vida profesional y la vida personal. Y por lo tanto, esta conciliación aparece recogida en el Real Decreto-Ley 6/2019, de 1 de Marzo, de medidas urgentes para garantía de la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres en el empleo y la ocupación, reflejado en el artículo 28, Igualdad de Remuneración por igualdad de sexo, modificando el artículo 34.8 del ET considerando un autentico derecho *solicitar las adaptaciones de la duración y distribución de la jornada de trabajo, incluida la prestación de su trabajo a distancia, para hacer efectivo su derecho a la conciliación de la vida familiar y laboral.*

Tras los diversos cambios producidos dentro de la legislación, el teletrabajo en 2019 según Infojobs, que realiza una encuesta con motivo de el día Internacional del Teletrabajo, *solo 2 de cada 10 trabajadores tienen la opción de realizar teletrabajo.* Por lo tanto, se puede considerar que esta modalidad no estaba implementada en las empresas, y no era una opción para los empleados.

En el año 2020, el teletrabajo fue recomendado por el gobierno debido a la crisis sanitaria por COVID 19 que, a día de hoy, continúa en el país, ya que era la única modalidad que permitía realizar el trabajo sin riesgo de contagio por coronavirus y

así, proteger a los trabajadores tanto por cuenta ajena como propia y frenar la expansión del virus.

Se aprobó el Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de Marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19. Como refleja la norma, está suponiendo una emergencia sanitaria nivel global.

Es por lo que, motivado por la COVID-19, el teletrabajo empieza a ser un boom y una medida para que no se paralice el país y se pueda seguir trabajando. Medida que se implanta en todas las Administraciones Públicas, tanto a nivel nacional, de comunidades autónomas, regionales, etc...

Los trabajadores por cuenta propia en estos momentos se tienen que adaptar a la situación y se digitalizan de una manera rápida y, muchos de ellos implantan en sus vidas el teletrabajo para su actividad económica.

El 22 de septiembre de 2020, se regula el Real Decreto-ley 28/2020 en lo referente al trabajo a distancia, entendiéndose por ello *“trabajo que se realiza fuera de los establecimientos y centros habituales de la empresa y del que el teletrabajo es una subespecie que implica la prestación de servicios con nuevas tecnologías”*

El teletrabajo se ha convertido en la nueva modalidad laboral como repuesta a las restricciones y medidas de contención de la pandemia que se ha instalado como otra forma diferente de trabajar con una aceptación muy positiva por parte de la ciudadanía.

Como ha afectado este cambio en el Trabajo

El confinamiento, la digitalización y el trabajo a distancia forzoso, las medidas de seguridad y la nueva modalidad de las empresas han hecho que esta metodología de trabajo haya sido probada por todas las empresas, incluso las más recientes.

Las empresas al instalar esta modalidad tienen una serie de obligaciones en cuanto a los empleados, cómo por ejemplo, ofrecer los medios necesarios para realizar de manera eficaz la actividad, en caso de que el teletrabajador no tenga equipos tecnológicos para desarrollar el trabajo.

El 22 de septiembre se aprueba el Real Decreto-ley 28/2020 (Ley del teletrabajo) con ella se va a garantizar los mismos derechos que para los trabajadores presenciales, la ley establece que “las personas que trabajan a distancia tendrán derecho a la dotación y mantenimiento adecuado por parte de la empresa de todos los medios, equipos y herramientas necesarias para el desarrollo de la actividad”

Además, el desarrollo del teletrabajo a distancia “deberá ser compensado por la empresa, y no podrá suponer la asunción por parte de la persona trabajadora de gastos relacionados con los equipos, herramientas y medios vinculados al desarrollo de la actividad laboral.

A mayores, cabe destacar, que la empresa es la responsable de evaluar los riesgos laborales de los trabajadores que están teletrabajando, en este caso deberá tener en cuenta factores de riesgo específicos, cómo por ejemplo: psicosociales, ergonómicos y organizativos”, así como la garantía de descansos y desconexiones durante la jornada

En cuanto al trabajador de dicha empresa, deberá asegurarse de tener una buena comunicación con el equipo, de poder gestionar sus documentos, tener las aplicaciones necesarias y de disponer de un lugar de trabajo óptimo. Además, la ley establece que los trabajadores a distancia deben cumplir con las instrucciones de su empresa en cuanto a protección de datos y seguridad de la información de la compañía. Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos personales y Garantía de los derechos digitales (BOE núm. 294, de 6/12/2018).

Los sindicatos y patronales podrán acordar prioridades de teletrabajo como “duración máxima del teletrabajo a distancia” o “preferencias vinculadas a determinadas circunstancias, cómo por ejemplo: la formación, promoción y estabilidad en el empleo de personas con discapacidad o con riesgos específicos, la existencia de pluriempleo...

Una vez reflejado las obligaciones y los derechos establecidos por la ley en las empresas y en los trabajadores que trabajan a distancia, cabe destacar una figura muy importante, el trabajador autónomo, ya que la normativa hace referencia a las empresas y a sus trabajadores, pero las personas que sean autónomas, ¿Cómo han superado el teletrabajo?

Trabajador por Cuenta Propia y el Teletrabajo

Definición

La Ley 20/2007, de 11 de Junio, del Estatuto del trabajador autónomo determina la definición global de trabajador autónomo y refleja los diferentes tipos de colectivos

específicos, regula las fuentes del régimen profesional de dicho trabajador, y establece los derechos y deberes así como todo lo referente en materia de protección de menores, garantías económicas (bonificaciones o subvenciones) y prevención de riesgos laborales. Al final de la presente ley, se establecen las medidas para fomentar el trabajo autónomo e impulsar la formación profesional.

Por lo tanto, podemos decir que un trabajador autónomo es una persona física que realiza de forma habitual, y por cuenta propia una actividad económica o profesional a título lucrativo, tengan o no trabajadores a su cargo. El trabajador autónomo es totalmente independiente y se encuentra fuera del ámbito de dirección y organización de otra persona según sostiene la presente ley.

Según Salvador Cayuela Sánchez y Klaus Sciewer en su artículo “La Cultura de los trabajadores autónomos” Sociología del trabajo ISSN 0210-8364, nº 90, 2017. Pag. 27-46, sostiene que el papel del trabajador autónomo se trata de un modo de vida que tiene un papel importante en la economía española y es entendido como un empresario en su cualidad de propietario de los medios de producción a mayores de considerarle un trabajador autónomo.

Tipos de Autónomos

Una vez reflejada la definición, cabe destacar que hay diferentes tipos de autónomos como:

- Profesional Autónomo o Freelance: persona física independiente que presta sus servicios a empresas o a otras personas de manera autónoma.

Generalmente, se dedican a las profesiones como: arquitectos, psicólogos, traductores, programadores, diseño, arte, ventas...

Este tipo de autónomo se encuentra en la ley del 20/2007 del 11 de Junio.

- Trabajador Autónomo Societario: persona física que ha constituido o forma parte de una sociedad mercantil, la más común, Sociedad Limitada (S.L.). Para darse de alta como autónomo societario debe tener como mínimo un 25% de las participaciones de la sociedad, y realizar laborales de dirección o gerencia dentro de la empresa.

Hay diversas diferencias entre el trabajador autónomo y el trabajador autónomo societario ya que la responsabilidad para este último es limitada en cambio el trabajador autónomo responde con sus bienes privados.

- Autónomo Colaborador: Es un familiar del trabajador autónomo titular que trabaja, convive o es dependiente de él. Esta figura debe cumplir una serie de requisitos como: ser mayor de 16 años y tener un grado familiar de primero o segundo, trabajar en el negocio de forma habitual, según destaca la Ley 6/2017, de 24 de octubre, de Reformar Urgentes del Trabajo Autónomo.
- Trabajadores Autónomos económicamente dependientes: personas físicas, que realizan la actividad económica de manera habitual, directa y a título lucrativo para una persona física o jurídica del que depende económicamente. Este tipo de trabajador tiene que cumplir con una serie de requisitos fundamentales para considerarlo trabajador autónomo económicamente dependiente destacando entre ellos que:
 - o No puede tener trabajadores por cuenta ajena a su cargo según refleja el artículo 11 apartado 2.a.

Se diferencian los trabajadores autónomos de los dependientes en que estos últimos dependen económicamente tanto de la persona física o de la jurídica en más de un 75% de su facturación.

- Trabajadores por cuenta propia del Régimen Especial Agrario: personas físicas que tienen que cumplir una serie de requisitos como por ejemplo, ser titular de una explotación agraria, para poder darse de alta dentro del régimen especial de trabajadores autónomos, según refleja la Ley 18/2007, de 4 de julio, por la que se procede a la integración de los trabajadores por cuenta propia del Régimen Especial Agrario de la Seguridad Social en el Régimen Especial de la Seguridad Social de los Trabajadores por cuenta propia o Autónomos.

Autónomos y Teletrabajo en la Actualidad

Una vez descritos todos los tipos de autónomos que hay en España, hay que destacar que los profesionales autónomos y freelance han evolucionado notablemente en el mercado laboral, introduciendo y aplicando de forma directa el teletrabajo en su día a día. Las actividades que más han practicado esta modalidad han sido los ámbitos de administración, marketing, consultorías, asesorías, gestorías, despachos de abogados, desarrollo de software ...

También podemos observar que no en todas las actividades se les puede aplicar esta modalidad de trabajo a distancia, ya que hay actividades exclusivamente

presenciales, como por ejemplo el de realizar un servicio para mejorar o reparar la luz, las cañerías, los grifos o tuberías...

Se puede destacar la diferencia que presentan unos tipos de autónomos con otros en la manera de ejercer la actividad y poder desarrollar de manera eficaz el trabajo a distancia.

Por lo que, todas las empresas, autónomos y trabajadores han tenido que hacer un gran esfuerzo y reinventarse en su manera de trabajar utilizando todos los medios más efectivos y avanzados para hacer frente a una nueva situación que ha dejado la pandemia mundial instalando el teletrabajo como modalidad principal para desarrollar las actividades, pero también ha llevado a una serie de ventajas y desventajas, teniendo en cuenta que no se puede aplicar el teletrabajo a todas las actividades como por ejemplo los pequeños comercios, la hostelería o el turismo...

En el presente trabajo, después de reflejar la historia y definición del teletrabajo, la aplicación del mismo en el mundo laboral y el significado y clases de los trabajadores autónomos cabe destacar las ventajas y desventajas que ha producido el teletrabajo en el mundo de los trabajadores autónomos.

¿El Teletrabajo ha favorecido a este tipo de trabajadores?

Todos los ciudadanos españoles han sufrido una transformación tecnológica en su forma de trabajar, cambiando las costumbres y tradiciones del trabajo presencial. Por lo tanto, han surgido una serie de ventajas que favorecen a los trabajadores autónomos como implantar esta modalidad para mejorar su conexión con cualquier

parte de España y unas desventajas que conlleva realizar el trabajo en el hogar, o fuera de la oficina, no relacionarse con tus compañeros de trabajo, ni con clientes...

Actividades Aptas para el Teletrabajo

Ortiz Chaparro, Francisco. (Teletrabajo y nuevas oportunidades de empleo. El mercado de trabajo en España II, Revista nº 3 del Instituto de Estudios económicos, Madrid, 1999.), impulsor del teletrabajo en España, considera que en los sectores donde más se ha empleado el teletrabajo son:

- Los que desarrollan productos u objetos para un proyecto, gestionan y tramitan documentación confidencial, o información, es decir, agentes de seguros, diseñadores, abogados...
- Los que culturizan a los ciudadanos, retransmitiendo información desde lo local hasta lo mundial, cómo por ejemplo, periodistas, informadores, comunicadores...
- Los que conectan y se trasladan la información de un soporte a otro, es decir los encargados de trabajar con bases de datos.

Como podemos ver, el teletrabajo se puede aplicar en numerosos sectores, destacando también la profesión de consultor laboral o técnico, traductores, o el sector del turismo, las oficinas de información. Por lo tanto, algunos sectores se han visto mas favorecidos que otros en cuanto a la hora de afrontar la pandemia de la Covid 19.

Ventajas del Teletrabajo en los Trabajadores Autónomos en España

A continuación, vamos a destacar las numerosas ventajas que ha presentado instalar el teletrabajo en la actividad laboral, examinando cada una de ellas para poder superar las desventajas con éxito.

Las ventajas del teletrabajo para los trabajadores autónomos son:

- Aumenta la productividad y la eficiencia: entendiéndose que en casa tienes menos distracciones y favorece la concentración.
- Reducción de costes fijos como alquiler del local donde desarrollas la actividad, el pago de luz, agua, electricidad, calefacción...
- Ahorro en combustible, ya que se reducen los desplazamientos a la empresa
- Facilita la conciliación de la vida laboral y personal
- Aumento de la formación online
- Mejora de la comunicación y expansión de la empresa al poder conectar con otras a nivel mundial.
- Mayores oportunidades de selección de personal, contratar a personas que quieran trabajar desde sus hogares y se encuentren en diferentes ciudades o lejos de la ubicación de la empresa.
- Aumenta la motivación y satisfacción laboral a la hora de realizar tareas dinámicas.

Estas son las ventajas que presenta un trabajador autónomo, tenga o no empleados a cargo. También diremos algunas ventajas que tiene ser trabajador autónomo cómo por ejemplo: horario flexible, libre organización empresarial, no encontrarse bajo el mandato de un superior, establece sus propias normas bajo las leyes a seguir. También hay que añadir como puntos a favor que, el teletrabajo beneficia y

reduce la contaminación atmosférica, el exceso de ruido y los accidentes de tráfico a nivel mundial.

Los Inconvenientes del Teletrabajo para los Trabajadores Autónomos

La era de la tecnología y la globalización económica exigen a las empresas una mayor competitividad laboral para poder sobrevivir dentro del mercado laboral, ajustándose a las exigencias del mercado por lo que ha provocado numerosas bajas dentro del RETA por no disponer de los recursos necesarios para hacer frente a esta modalidad de trabajo.

Las desventajas que presenta esta modalidad son las siguientes:

- Reflejando que no hay horarios para el trabajador autónomo, realizar el trabajo en casa hace difícil desconectar de las tareas laborales y empeora la organización de la empresa.
- Dificultad para mantener el contacto presencial con los clientes, y crear un círculo de confianza.
- Comprar material y equipos informáticos para poder realizar las tareas de forma eficaz, por lo tanto, al autónomo le genera una inversión económica que puede o no alcanzar, esto es que muchos de los autónomos, con el impacto del COVID han decidido suspender su actividad porque no han tenido la capacidad económica ni ayudas para poder soportar este gasto.
- Los trabajadores autónomos para practicar esta modalidad dentro de la empresa requieren de unos altos y cualificados conocimientos en los nuevos canales de comunicación, aplicaciones de control horario o de registro.

- Puede producirse la situación de aislamiento al no mantener contacto presencial con los clientes y compañeros.

Beneficios del Teletrabajo:

Para los trabajadores autónomos, la modernización de las nuevas tecnologías de la información y comunicación (TIC) les han ofrecido unas posibilidades de formación, de apoyo e información en situaciones complicadas o problemáticas. Además, permite mantener el contacto con los clientes que se encuentran en otra ciudad o en el extranjero.

Empleando esta modalidad, podemos conciliar la vida laboral y familiar, dar oportunidad a personas con discapacidad o con cargas familiares a través de la flexibilidad horaria, además mejora la calidad de vida al permitir la conciliación entre la familia y el trabajo.

Otro de los beneficios es el aumento de contactos que genera el relacionarse vía web, permite comunicarse con cualquier tipo de cliente, esté donde esté, en cualquier parte del mundo pudiendo expandir su actividad a través de los contactos establecidos. Con las TIC se ha generado una conexión mundial personal y laboral, ofreciendo la comunicación con todo tipo de clientes.

El no desplazarse a la empresa ha reducido la contaminación beneficiando al medio ambiente. Organizaciones como Greenpeace afirman que el Teletrabajo es una de las opciones más ecológicas y económicas ya que impacta de manera positiva en el medio ambiente gracias a la reducción de los desplazamientos, a la menor ocupación del suelo urbano, cambios en el consumo

El Impacto el Teletrabajo

Una vez destacadas las ventajas y desventajas que produce esta modalidad de trabajo, también podemos decir que ha supuesto un impacto económico y psicosocial muy importante para nuestra sociedad.

Gollac sostiene que los factores psicosociales en el trabajo son riesgos para la salud mental, social y física, ocasionada por los aspectos organizacionales, relacionales o por las condiciones de trabajo. Dichos factores afectan a la organización de la empresa, a las relaciones interpersonales con los clientes o compañeros y a las condiciones relativas de trabajo.

Como bien he reflejado, los factores psicosociales pueden ser: organizacionales, individuales y relacionales.

Factores Psicosociales en los Trabajadores Autónomos tras la Implantación del Teletrabajo:

Factores Organizacionales

Los factores organizacionales son los que ayudan al trabajador autónomo a gestionar sus tareas de manera eficaz, llevando a cabo un horario y una duración estimada.

Con el uso de las tecnologías y la implantación del teletrabajo, la intensidad del trabajo y el tiempo dedicado han aumentado, de manera que han causado una situación de difícil desconexión para el trabajador y la jornada de trabajo se ha alargado.

Al estar teletrabajando, puedes sufrir diversas distracciones que conlleven una pérdida del ritmo de trabajo, cómo por ejemplo: atender el teléfono doméstico, cuestiones personales... al estar dentro del hogar es probable que sucedan.

Factores Relacionales

Las exigencias emocionales ya no son mostradas día a día en la empresa, debido a la realización de tareas en el hogar u otro lugar elegido por el trabajador, completamente alejado del ambiente laboral. El contacto con los clientes se realiza de la misma forma, pero crea inseguridad al conocerse a través de un ordenador y un canal de comunicación.

El teletrabajador autónomo sufre un estado de soledad al no mantener el contacto físico con los clientes, proveedores, o con sus empleados.

Al no verse, se pueden crear problemas de aislamiento entre los trabajadores y lugar de trabajo disminuyendo la relación laboral.

Factores Individuales

Al no tener una rutina, al trabajar desde casa, no tenemos horarios establecidos como cuando sales de la oficina, sabes que es la hora de comer, pero teletrabajando puedes prepararte la comida y comer sentado en frente del ordenador. Estos malos hábitos, pueden afectar de manera negativa, creando sedentarismo.

Muchas personas teletrabajando realizan las tareas laborales en pijama, no sabiendo diferenciar el atuendo adecuado. Aunque estés en el hogar, y no te vea nadie, es importante no dejar de realizar ciertos hábitos diarios, porque pueden

suponer una desidia hacia tú persona. Además, cabe destacar que el teletrabajador autónomo puede sufrir tecnoestrés, es decir, esto ocurre cuando se tiene cierta dependencia de la tecnología.

Capítulo 3 Fundamentos Prácticos

En base al contenido teórico anterior, considero importante crear una fuente de organización que se adecúe a las necesidades previstas en la actualidad tras el paso de la pandemia, para tratar de mejorar las desventajas y potenciar los beneficios de los trabajadores autónomos en el ámbito del teletrabajo, creando un sistema tecnológico que permita una organización eficaz y productiva, así como alcanzar una conciliación entre el ámbito familiar y laboral. Para ello, a lo largo de este punto, desarrollaré el proceso de creación de una App que tratará de solucionar aquellos problemas detectados en el estudio teórico, orientada siempre a la mejora de la calidad de vida del trabajador.

Estudio Estadístico del Teletrabajo

Tras la investigación teórica realizada en base al teletrabajo en las personas autónomas, he detectado una serie de necesidades que pueden repercutir en los empresarios en cuanto a la práctica de esta modalidad. Por tanto, decidí realizar una encuesta compuesta por 29 preguntas dirigidas a 9 trabajadores autónomos que actualmente ejercen su actividad en la modalidad del teletrabajo, con el fin de obtener determinadas estadísticas sobre las necesidades que se presentan en estas personas a la hora de llevar a la práctica esta modalidad.

En base a los resultados obtenidos en la encuesta, orientaré mi propuesta de intervención creando una aplicación que cubra las necesidades de los trabajadores autónomos, así como la creación de recursos y herramientas que expondré en la parte práctica del trabajo, para mejorar y facilitar el desarrollo del trabajador, siempre orientado a conciliar la vida laboral con la familiar.

Hipótesis

Tras la realización de las encuestas, expongo a continuación las siguientes hipótesis en las que basaré mi propuesta de intervención:

- Los trabajadores por cuenta propia son un foco muy importante del mundo laboral, debido a que cada vez son más los que se registran y se dan de alta como autónomos iniciándose en la modalidad del teletrabajo.
- Esta clase de trabajadores tienen que lidiar con los aspectos positivos y negativos de esta nueva modalidad, y considero que carecen de recursos para tratar de mejorar la práctica del teletrabajo.
- El papel del empresario es un fenómeno global, considerado esencial para el mundo profesional y económico del país, por lo que es necesario proporcionarle herramientas para que pueda alcanzar eficacia en sus objetivos empresariales, y permitiéndole el tiempo adecuado para poder conciliar la vida personal y laboral, de forma que evitemos la sobrecarga de trabajo.

Objetivos

Objetivo General

El objetivo principal de la encuesta es orientativo, pues a partir de los resultados crearé una App que favorezca la organización del empresario y el adecuado desarrollo de las habilidades psicosociales de éste. Por tanto, analizaré el grado de necesidad y satisfacción de los autónomos que han participado si tuvieran a su disposición esta aplicación.

Objetivo Específico

- Identificar el perfil del trabajador autónomo, es decir, a la actividad laboral que se dedica.
- Conocer la necesidad que tienen los trabajadores autónomos de mejorar su organización, formación y habilidades tanto personales como profesionales.
- Investigar el interés que pueden llegar a tener los autónomos en mantener un vínculo con personal o clientes con diferente nacionalidad.
- Considerar el beneficio que pueda implicar la utilización de otros recursos de los que dispondrá la App para garantizar y mejorar el éxito del teletrabajo.

Metodología de la Investigación

Método

La metodología llevada a cabo en este trabajo es la siguiente:

- Un método científico para la elaboración de la investigación profesional sobre el tema en cuestión.
- Métodos cualitativos, en cuanto a la recogida de datos de trabajadores autónomos específicos, que han aportado la información necesaria para poder desarrollar la aplicación en base a la hipótesis y posterior confirmación reflejada en la encuesta.
- Utilizo el foco de deducción/confirmación, teoría/comprobación de hipótesis y la explicación de lo investigado, así como la recopilación de datos estandarizados.

Muestra

- Ámbito profesional: trabajadores autónomos
- Utilidad del análisis: Evaluar la satisfacción y motivación que genera una APP destinada a cubrir con sus necesidades, mejorando la organización del empresario.
- Tipo de muestreo: El tipo de muestreo llevado a cabo es el probabilístico puesto que, las personas a las que voy a realizar la encuesta serán a elección.

Técnicas Empleadas

Las técnicas empleadas en la búsqueda de información para saber si la App cubre las necesidades de organización y formación de los empresarios son:

- Técnicas de producción de datos: Obtengo los datos a partir de un formulario, con 29 preguntas sobre la organización empresarial, la motivación, satisfacción y formación del trabajador.
- Estadística: Con las respuestas obtenidas podemos crear una estadística sobre el tema en cuestión, favoreciendo o perjudicando a la App en cuestión.

A través de estas dos técnicas podemos apreciar, con los resultados obtenidos, cual es el porcentaje de trabajadores que utilizarían esta App, el grado de necesidad que presentan ante una mala organización, y la satisfacción de poder realizar las tareas de manera efectiva conciliando la vida laboral y personal.

Fases de la Investigación

Una vez planteados todos los instrumentos y técnicas que se van a emplear en el desarrollo de la aplicación a través de la encuesta, se procederá a la investigación y posterior práctica. Para ello, me basaré en las siguientes fases:

Fase de Recopilación de datos Documental y Preparatoria

En base a los documentos e información teórica recogida al inicio de este trabajo, realizo las preguntas de la encuesta para concretar aquellos datos que sean de interés.

Fase del Trabajo de Campo

Con toda la información recopilada, compruebo si la hipótesis está bien encaminada, y es factible ponerla en práctica. Es decir, es me permite conocer la información primaria de forma directa.

Fase de Análisis de los Datos

Finalmente, con la obtención de la información necesaria, se procede al análisis de datos para poner en práctica la propuesta de intervención, en base a todo lo anterior recogido, tratando de orientarla a cubrir con las necesidades reales de los autónomos, así como a proporcionarles herramientas y recursos útiles para solventar los posibles conflictos que puedan surgir.

Principales Resultados de la Investigación

Dentro de este apartado, se comentarán las estadísticas obtenidas del formulario, adjuntando gráficos con los porcentajes correspondientes en anexos:

Primeramente, destacar que, la encuesta ha sido realizada por 5 mujeres y 4 hombres, que actualmente practican su actividad de forma autónoma, y más de la mitad de ellos tiene más de 46 años. Lo que me permite también conocer resultados en base a una visión de género, ya que en muchas ocasiones se considera que la mujer ostenta un mayor grado de responsabilidad en cuanto a la relación de ambos conceptos: Trabajo y familia. ⁴

Los resultados obtenidos en la pregunta de “sector de trabajo” dentro de la encuesta son diversos teniendo en cuenta que cada uno de ellos se dedica a una actividad diferente, pero todos han practicado o practican el teletrabajo, opción que también me permite enfocar el diseño de la App en diferentes ámbitos del sector laboral.

⁴ En el apartado de Anexos, se encuentran los gráficos relacionados con los datos estadísticos de la encuesta.

Cabe destacar que el 77,8% conocía el teletrabajo antes de la COVID y el 88,9% ha trabajado durante la crisis sanitaria, lo que muestra una alta necesidad de seguir investigando sobre esta modalidad para ir mejorando aspectos de su desarrollo.

Centrándonos en los objetivos de la encuesta, varios de los trabajadores autónomos han tenido buena organización durante la pandemia mundial, pero justifican que han tenido mucha sobrecarga de trabajo, afirmando que necesitan mejorar la conciliación de su vida personal y laboral, dispuestos a utilizar una herramienta tecnológica que les organice de manera eficaz y productiva, aportando soluciones, realizando avisos, recordatorios, logros o estadísticas.

Tras la encuesta presentada el 100% de los participantes han afirmado que si existiera una App que cubriera las necesidades de organización de los trabajadores autónomos, la instalarían de manera inmediata, para ahorrar tiempo en la búsqueda de documentos, idiomas o textos.

Por lo tanto, podemos destacar que los trabajadores autónomos presentan una serie de necesidades básicas de organización, y de ausencia de otros recursos que mejoran el éxito del teletrabajo, y que gracias a la App se puedan satisfacer y gestionar de manera productiva en todos los documentos o trámites a realizar, así como a la hora de desempeñar esta modalidad sin poner en riesgo los factores psicosociales que se mencionan a lo largo del trabajo.

Capítulo 4 Propuesta de Intervención

Creación y Desarrollo de la App

Esta aplicación será destinada a trabajadores por cuenta propia, que practiquen y puedan desarrollar la modalidad del teletrabajo dentro de su empresa y actividad, con el fin de mejorar las capacidades y las relaciones tanto laborales como familiares. Por tanto, los principales objetivos que se persiguen con la creación y desarrollo de la App serán los expuestos a continuación:

Objetivos

- Mejorar la organización a nivel personal, destinada a cada trabajador autónomo o empresario persona física con trabajadores, como responsable de la buena práctica que a su vez se reflejará entre sus trabajadores si los tuviera, mejor calidad para éstos en el desempeño del teletrabajo, cuyo principal objetivo, es mejorar el orden de las tareas encomendadas, actividades, gestiones, citas o reuniones permitiendo alcanzar una mayor productividad y eficacia. Pues en base a los rasgos psicosociales estudiados y expuestos en el marco teórico, se fomentará el bienestar de los autónomos y sus trabajadores, reduciendo situaciones de estrés y aumentando la motivación laboral y personal, y como consecuencia de ello una mejor aptitud y capacidad en el desempeño de sus funciones.
- Eficacia en la gestión y administración de las tareas, mostrando alternativas al trabajador para que pueda organizarse en el ámbito laboral sin que llegue

a suponer falta de atención en la vida personal, pues ello podría suponer consecuencias que repercutan negativamente en la capacidad de actuación de su puesto de trabajo, e incluso desarrollar déficits dentro de su personalidad, que le impidan ser eficaz y eficiente en el desarrollo de sus funciones.

- La motivación personal en el mundo laboral es otro de los aspectos a considerar dentro de la aplicación, teniendo en cuenta que el trabajador va a disponer de cursos, charlas, conferencias o reuniones para poder formarse adecuadamente en las nuevas tecnologías de la información y comunicación.

Tras exponer los objetivos fundamentales que persigue mi propuesta de intervención, es importante tener en cuenta, también, la variedad de situaciones ante las que se expone un trabajador autónomo, principalmente porque, en la mayoría de las ocasiones, desarrollar tareas o actividades propias del sector, así como conseguir una rentabilidad eficaz en el negocio, no sólo depende del propio autónomo, si no de otras personas que se encuentran bajo su responsabilidad. Por lo que se podría considerar, el potenciar la organización de los trabajadores, como otro de los objetivos que se pretende perseguir.

Organización

Teniendo en cuenta de que cierta cantidad de empresas cuenta con un alto volumen de trabajadores o de personas vinculadas a ellas, es necesario establecer una buena organización que ayude al empresario a desempeñar su trabajo con eficacia.

Para ello, esta App tendrá un apartado destinado a la clasificación y organización de los trabajadores en función de la responsabilidad que tenga en la empresa y de las funciones a desarrollar; De tal forma que esta organización se plasmará de la siguiente manera:

- **Prioritarios:** los clientes que necesiten de modo urgente los servicios de un trabajador autónomo de un sector específico, ya sea para la resolución de un problema o para tratar asuntos de máxima urgencia.
- **Medianamente interesados:** los clientes que quieren tus servicios de manera frecuente sobre asuntos que tengan importancia puntual. Teniendo en cuenta sus necesidades y tus preferencias.
- **Poco interesados:** los clientes que de manera ocasional contacten con el trabajador autónomo para contratar sus servicios.

A mayores de la clasificación, la App contará con unos filtros que permitan al empresario organizar a los clientes en función del orden de tareas, preferencias y finalidad. También dispondrá de un calendario personalizado para que el autónomo pueda visualizar sus tareas diarias, semanales, mensuales y anuales de forma permanente, permitiéndole llevar a cabo un control de las actividades que tenga que desarrollar, y conseguir la conciliación personal y laboral de manera totalmente eficaz.

Por otro lado, dispondrá de:

- **Recordatorios:** avisan de las citas con los clientes, proveedores, tareas pendientes y clientes de máxima urgencia.

- **Logros:** destacaran la progresión de la productividad y la mejora de organización consiguiendo una conciliación entre la vida privada y profesional.
- **Estadística:** que te permitirá ver la evolución de los logros obtenidos semanal, mensual y anualmente, tras aprovechar todos los recursos que te proporciona esta App, aumentando la motivación y satisfacción del trabajador tras el buen uso de esta aplicación.

¿Cómo mejorar en el ámbito de su sector? Esta App proporcionará a los trabajadores un buscador de cursos personalizados adecuados a sus aptitudes y formaciones dentro del sector que desempeñe, así como para los autónomos mejorando la capacidad de organización en cuanto a la responsabilidad que estos adquiere, así como aumentar sus conocimientos profesionales, los cuales serán transferidos a los propios trabajadores. Entre los cursos nombrados se encuentran: nuevos programas para llevar a cabo la contabilidad, la gestión financiera o la contratación de personal. También tiene posibilidad de realizar cursos referentes a nuevos puestos que se adecúen a las novedades y modificaciones de determinados puestos de trabajos y determinadas áreas de producción.

Remontando a los objetivos expuestos anteriormente, con lo que respecta a la conciliación de la vida personas y laboral, la aplicación permitirá calcular el tiempo que se dedica al teletrabajo y el tiempo que trabajas de forma presencial, por lo tanto, la aplicación hará referencia a las horas trabajadas de manera presencial y a las horas teletrabajadas por el autónomo y sus trabajadores, no excediendo demasiado el tiempo trabajado, sobre todo para los autónomos que adquieren más

carga de responsabilidad, y que según estudios y artículos sobre esta modalidad, lo han detectado como una de las principales causas de frustración, mala gestión y posibles problemas a la hora de enfrentarse a todas las cargas que puede sustentar un autónomo, permitiendo así que éste muestre satisfacción en su desempeño, y consiga mejorar el desarrollo y productividad de su negocio.

Registro De Jornada

La App proporcionará un registro de jornada diaria, con lo que se pretende que los autónomos puedan delimitar las horas de trabajo realizadas, no excediendo éstas en resolver peticiones o mensajes de personas ajenas, o futuros clientes. Por consiguiente, este límite también se establecerá para los trabajadores de dicha empresa que lleven a cabo la modalidad del teletrabajo. Es por ello, que se pretende conseguir una adaptación de necesidades y de organización para el autónomo, no olvidando la vida personal de éste por exceso de trabajo.

En función de lo mencionado anteriormente, la App dispondrá de un sistema de desconexión digital para paliar con la sobrecarga diaria del trabajo, no pudiendo superar la jornada laboral las nueve horas diarias.

Control De Horarios Y Desconexión Digital

Al comienzo de la jornada, el autónomo deberá de registrarse en los fichajes que facilita la App, también deberá fichar la finalización de la jornada con el objetivo de realizar un control exhaustivo de las horas efectivas trabajadas. De manera que, si la jornada excediese de las horas establecidas, esta aplicación empleará un sistema de cierre automático que impida el exceso de jornada. Este sistema consiste en dar

un aviso al empresario diez minutos antes de la finalización de su trabajo, y previo al cierre, la aplicación le informará de:

- Número de horas trabajadas (Recordando, que no podrá exceder de las nueve horas diarias).
- El tiempo del que dispone para ir cerrando las tareas, que podrá continuar al día siguiente, porque la App te abrirá un recordatorio con las tareas asignadas para cada día, entre las que se incluyen las pendientes.
- Una frase del día motivadora para impulsar y fomentar este tipo de sistemas que permiten mejorar la conciliación de la vida personal y laboral, y que te animen a seguir emprendiendo.
- Por otro lado, la App informará al comienzo de la jornada, los clientes, empleados y proveedores que han tratado de contactar con el autónomo, así como las peticiones y dudas que hayan generado fuera del horario laboral.
- También te anotará los mensajes, correos y llamadas que se han recibido, impulsando desde la App, a que los clientes expongan los motivos del contacto, con el fin de facilitar la gestión del empresario y la agilidad a la hora de poder resolverlo.

Detección De Conflictos.

Otro de los apartados que dispone la Aplicación, es una detección de posibles conflictos o problemas que se puedan sugerir exponiendo:

- **Consejos:** que intenten motivar al empresario bajo cualquier circunstancia que se presente, intentando solucionar el problema, por ejemplo: hay una

constante irregularidad en su registro de jornada, o una disminución de las tareas realizadas diarias o semanales..., establecer unas pautas de organización, comunicación y relación con los respectivos clientes, empleados o proveedores.

- **Posibles soluciones:** que permitan mejorar la organización de las tareas, cuando hay una extensa carga de trabajo, o establecer un horario de jornada diferente por necesidades puntuales relacionadas con la familia en primer y segundo grado, así como dar a conocer diferentes alternativas frente a situaciones que puedan generar una falta de control del trabajo, o descontento con determinadas personas con las que interactúa durante su jornada.

El volumen de trabajo, y la responsabilidad que adquiere un autónomo dan lugar a que surja una carga de trabajo bastante amplia e intensa y ciertos conflictos durante su desempeño, por lo que, con las opciones anteriores, se pretenderá mejorar la capacidad resolutive del autónomo, impidiendo que ello suponga una ampliación en sus horas de trabajo.

Formación Laboral Y Personal

La App proporciona al empresario ciertas ventajas en relación a la comunicación con los clientes, a la redacción o creación de documentos y al desarrollo de habilidades tanto laborales como personales; Es decir:

- Ayudará a la redacción de documentos, evitando faltas de ortografía.

- Establecerá plantillas para determinados documentos de uso habitual con el fin de agilizar el trabajo (Curriculum Vitae, facturas, albarán, propuestas hacia clientes, entre otras).
- Ofrecer nuevas formas de promocionar el negocio, impulsando para ello, la creatividad y el uso de las nuevas tecnologías (blogs, páginas web, redes sociales, ...).
- Diseñar pautas personalizadas para cada trabajador, reflejando actitudes positivas que motivan o solventan problemas derivados de la comunicación con el cliente en las relaciones con él.

En relación a lo anterior, es importante destacar que la era de la tecnología y la empleabilidad del teletrabajo, han favorecido la comunicación estableciendo una conexión a nivel mundial, dando la oportunidad de conocer y darte a conocer en el mundo empresarial. Tras esta evolución y expansión, la App proporcionará, además, un traductor para facilitar la comunicación con clientes internacionales. Este traductor, diseñará el texto que se pretenda entregar en los dos idiomas seleccionados. De tal forma, que supondrá una doble ventaja para el empresario; rapidez y adquisición de nuevos conocimientos en lengua distinta.

Colaboración con otras Apps

Para finalizar con los diferentes apartados y opciones que brinda esta App, hay que destacar, que el teletrabajo dificulta mantener relaciones interpersonales con los clientes o compañeros, debido al estilo de modalidad de trabajo ante la que nos

exponemos. Como resultado a esto, la aplicación tratará de reducir lo máximo posible los efectos nocivos del teletrabajo en cuanto a las relaciones presenciales, creando un enlace exclusivo con Teams, la nueva aplicación de Office, que permite chatear, mantener una conversación virtual con cámara web, grupos y llamadas grupales.

Conclusiones de la App

Para resumir de manera breve cuales son las conclusiones de esta aplicación, destacaremos los siguientes puntos:

- La organización empresarial es muy importante para poder realizar las tareas con éxito, ser productivo y eficaz, por lo tanto, con la aplicación estarás totalmente informado de las citas, tareas, reuniones, llamadas pendientes... en forma de recordatorio o de aviso.
- La conciliación de la vida familiar y laboral es otro de los puntos más importantes, porque cumpliendo con todas las opciones de organización que ofrece la APP puedes alcanzar una armonización entre el ámbito laboral y personal muy efectiva.
- Dispone de cursos, charlas, idiomas para fomentar la formación y el crecimiento personal y laboral. Añadiendo la opción de poder comunicarte con cualquier persona, nacional o internacional, para mejorar y crecer laboralmente.

- Consejos diarios, semanales y anuales para mejorar las habilidades personales o laborales y que el trabajador se sienta satisfecho, motivado y productivo.
- Te informa de como puedes expandir tu empresa y obtener crecimiento laboral y personal. Visualizando las grandes ventajas de emprender y del éxito de numerosos autónomos que han seguido este programa.

Capítulo 5 Conclusión Final

El teletrabajo es considerado una nueva modalidad no presencial del trabajo, que se desarrolla mediante el uso de las nuevas tecnologías o telecomunicaciones permitiendo cierta flexibilidad en cuanto al lugar de trabajo habitual. Este concepto se ha convertido en una de las alternativas más demandadas y utilizadas por numerosas empresas, tras la situación sufrida por la COVID-19. Por ello, he decidido orientar mi trabajo fin de grado a estudiar y analizar las consecuencias positivas y negativas de su uso, las ventajas y desventajas de su aplicación, y la repercusión del teletrabajo en los factores psicosociales del trabajador autónomo.

Tras considerar que el teletrabajo desde su creación ha presentado una evolución favorable en el desarrollo de las funciones de los empresarios, y como consecuencia de los trabajadores, mi pretensión, es tratar de conseguir mayor éxito para esta modalidad, tratando de cubrir con las necesidades de los autónomos, presentando un plan organizativo de trabajo, que reduzca el exceso de trabajo y facilite la conciliación de la vida familiar y laboral.

En función de la encuesta realizada a ocho autónomos sobre la previsión de crear una App que estructure, solvete y aumente la productividad en muchas de las situaciones que abarca el teletrabajo para un trabajador por cuenta propia, es lo que me ha impulsado a crear una aplicación que esté a disposición del trabajador, mostrándole diferentes áreas y secciones sobre su actividad laboral que le facilite y amenice el trabajo, no permitiendo que el volumen de horas trabajadas sea superior a 9 horas diarias, gracias a la desconexión digital.

Finalmente, esta App potenciará de forma indirecta las relaciones internacionales a través de diferentes recursos como: Colaboración con la aplicación Teams, disposición de un traductor que expondrá documentos en los idiomas solicitados, lo que a su vez fomenta las relaciones internacionales y la posibilidad de dar a conocer la empresa a nivel mundial.

Todos los trabajadores autónomos a lo largo de su vida laboral han presentado numerosos cambios, al igual que se someterán a los futuros. Por este motivo, se considera fundamental la motivación del trabajador con el fin de mejorar la eficacia en sus responsabilidades, así pues, esta App nunca dejará que empieces y acabes la jornada con una cita que te empuje a seguir viviendo en el paraíso laboral.

Capítulo 6 Anexos

Gráfico 1:

Sexo
9 respuestas

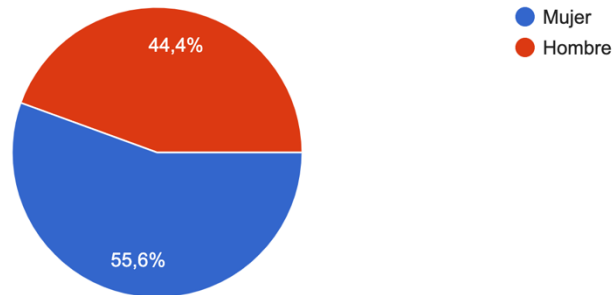


Gráfico 2:

Edad comprendida entre:
9 respuestas

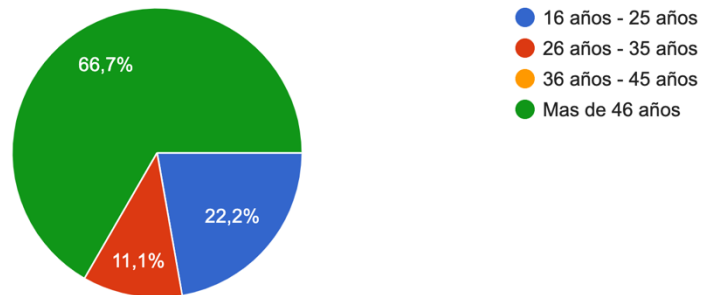


Gráfico 3:

Sector de trabajo

9 respuestas

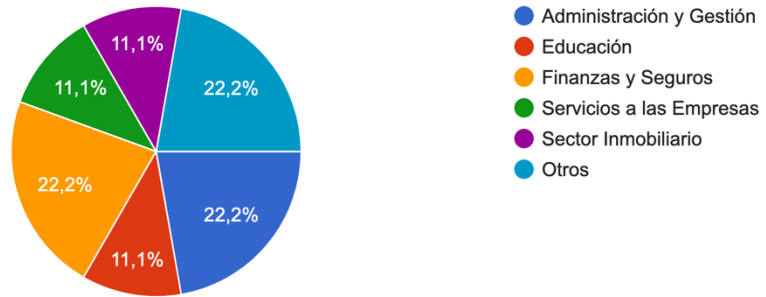


Gráfico 4

¿Cuánto tiempo llevas como autónomo?

9 respuestas

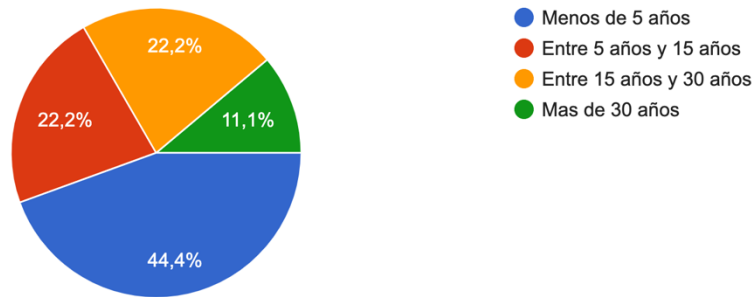


Gráfico 5

¿Habías oído hablar del teletrabajo antes de la COVID?

9 respuestas

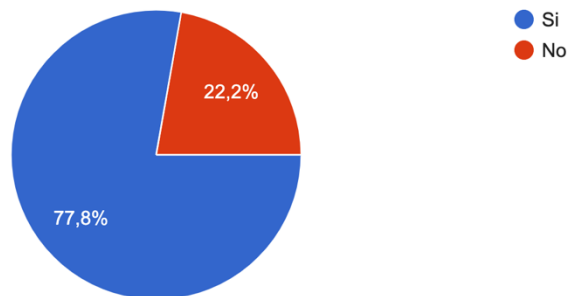


Gráfico 6

¿Has teletrabajado durante la pandemia?

9 respuestas

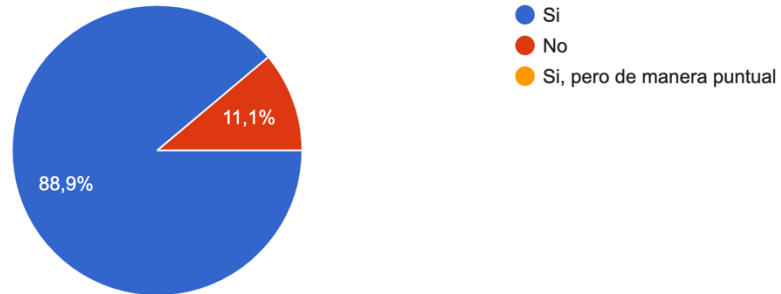


Gráfico 7

¿Cómo ta has comunicado con tus usuarios durante la COVID?

8 respuestas

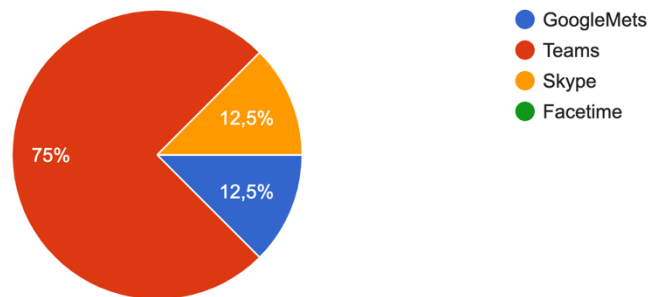


Gráfico 8

¿Cómo calificarías tu organización durante el teletrabajo?

9 respuestas

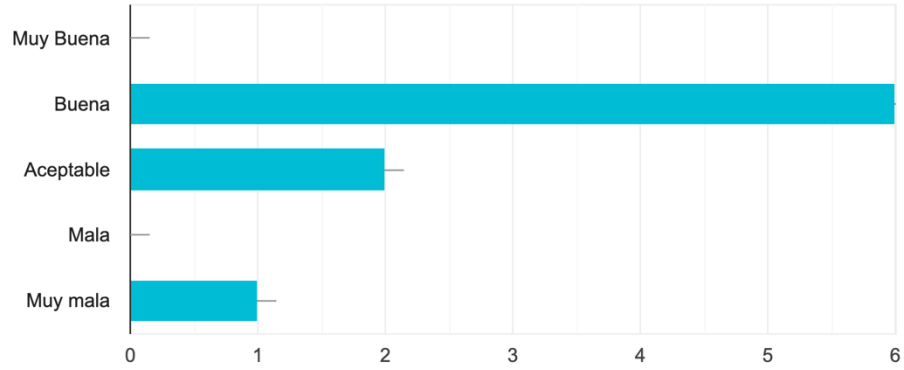


Gráfico 9

¿Has tenido sobrecarga de trabajo practicando esta modalidad?

9 respuestas

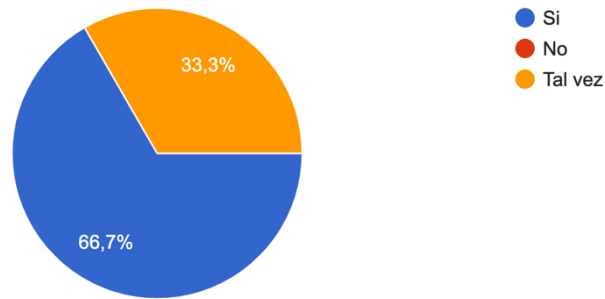


Gráfico 10

¿Te gustaría tener una mejor conciliación de la vida laboral y personal?

9 respuestas

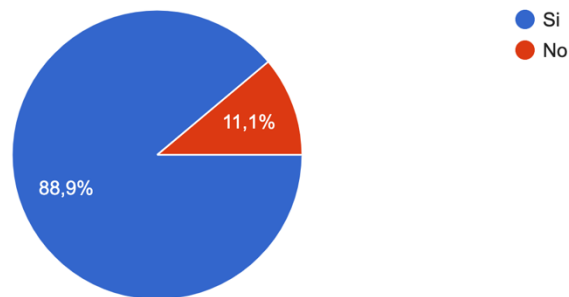


Gráfico 11

¿Utilizas alguna herramienta o aplicación para llevar un control de dicha organización?

9 respuestas

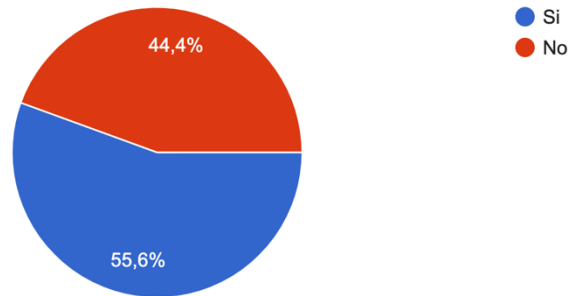


Gráfico 12

Si existiera alguna aplicación, que te facilitara este proceso, ¿estarías interesado?

9 respuestas

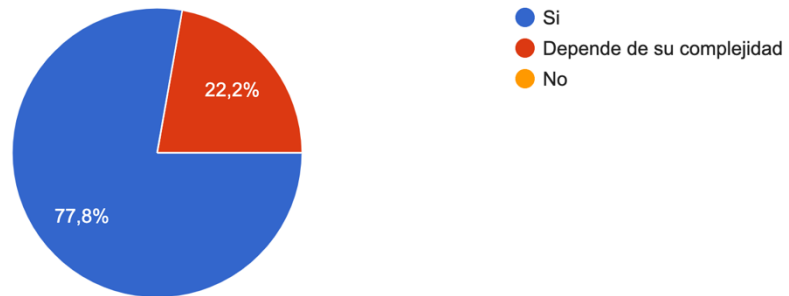


Gráfico 13

¿Te gustaría recibir consejos para mejorar dicha organización?

9 respuestas

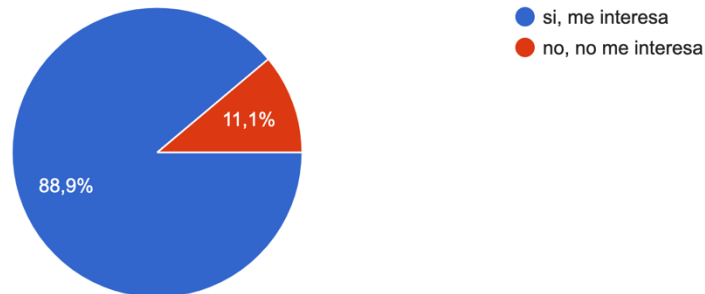


Gráfico 14

Si existiera una APP que ofreciese una agenda personalizada, totalmente modificable, que te permitiese realizar tu trabajo y disfrutar del ámbito personal, ¿la utilizarías?

8 respuestas

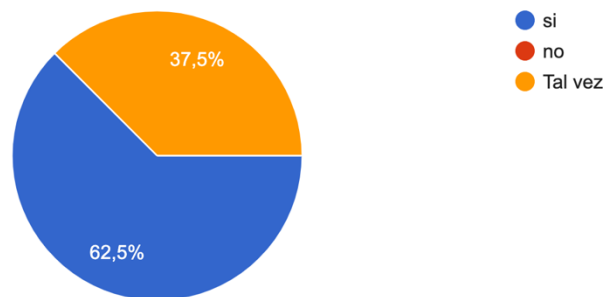


Gráfico 15

Si esta APP te ayudara a gestionar de manera eficaz y productiva, ofreciendo consejos y soluciones, ¿leerías estas ventajas que ofrece la app?

9 respuestas

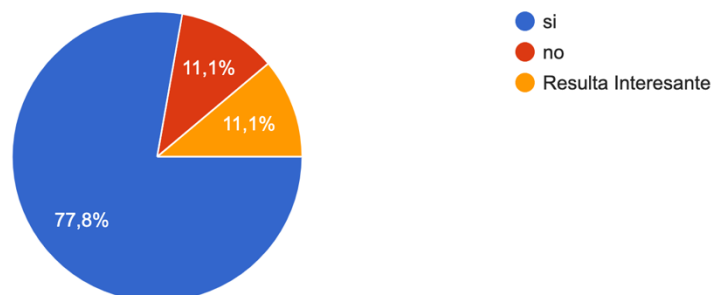


Gráfico 16

¿Crees que mejoraría la organización de tu empresa, estableciendo recordatorios diarios y semanales?

9 respuestas

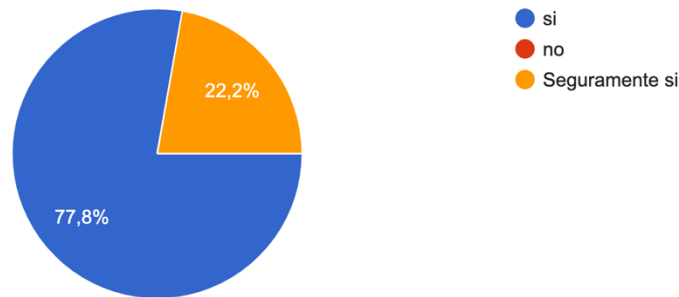


Gráfico 17

Si la App existiera, contaría con una serie de ventajas, como por ejemplo saber el tiempo que te puede llevar cada trámite o gestión. ¿Ves factible saber cuánto tiempo empleas en una tarea?

9 respuestas

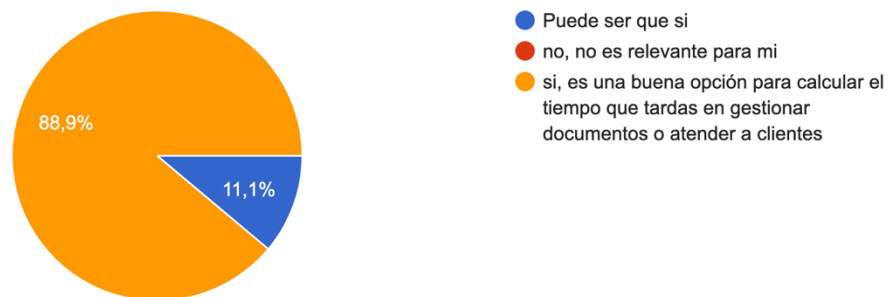


Gráfico 18

¿Te gustaría que la app te proporcionara soluciones en momentos laborales complicados?

9 respuestas

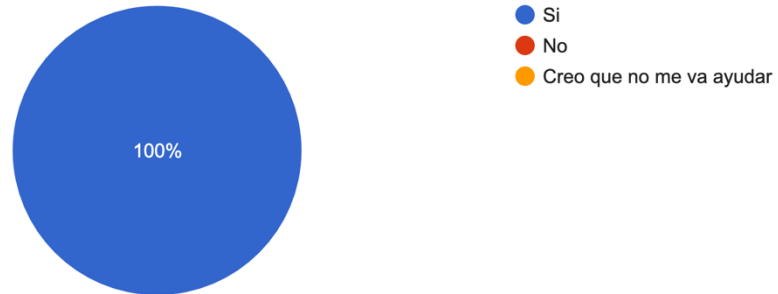


Gráfico 19

¿Te gustaría tener acceso a cursos con certificado de tu sector?

9 respuestas

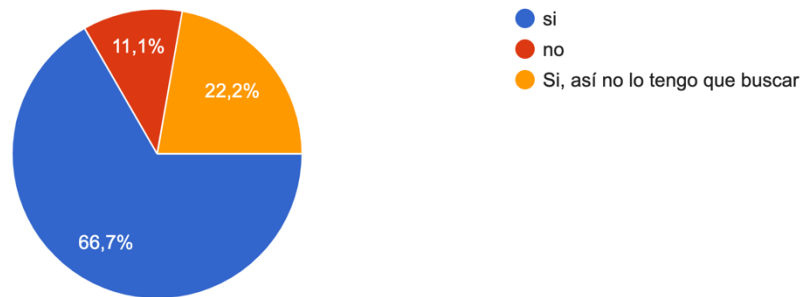


Gráfico 20

Si tuvieras las plantillas de los documentos con los que trabajas habitualmente ¿las utilizarías?

9 respuestas

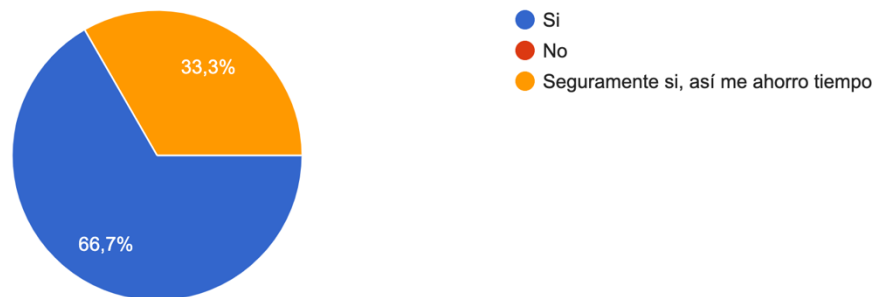


Gráfico 21

¿Has conectado alguna vez con clientes que se encuentren en el extranjero?

9 respuestas

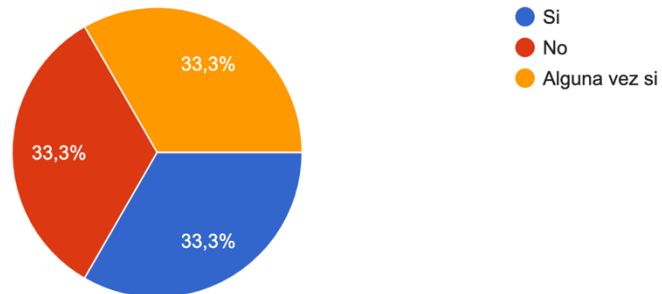


Gráfico 22

¿Te gustaría extender tu negocio y tener contacto con clientes que se encuentran fuera del territorio nacional español?

9 respuestas

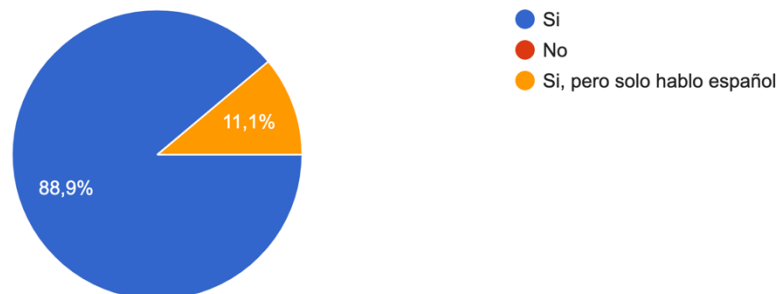


Gráfico 23

Si la app contara con un traductor seguro, y eficaz, ¿lo utilizarías como herramienta de conexión con clientes extranjeros?

9 respuestas

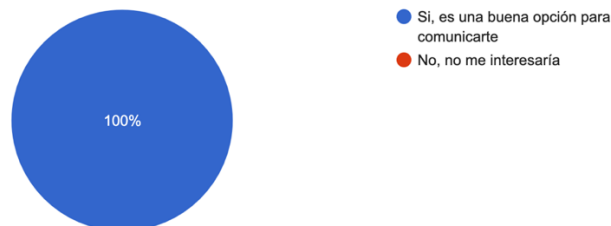


Gráfico 24

¿Consideras que la organización empresarial es fundamental para el crecimiento personal y laboral?

9 respuestas

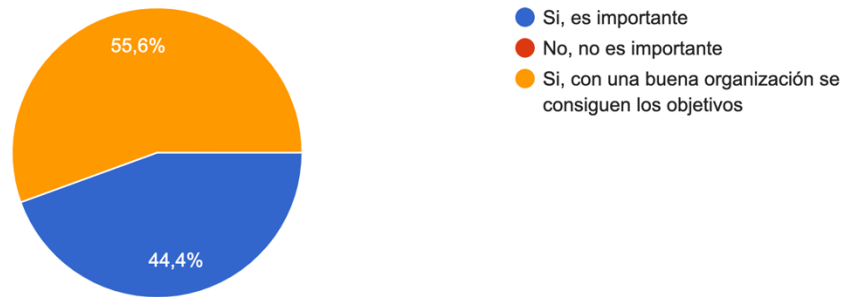


Gráfico 25

Si existiera una aplicación que te gestionara todos los trámites y te avisará de cada modificación y solución, ¿la utilizarías?

9 respuestas

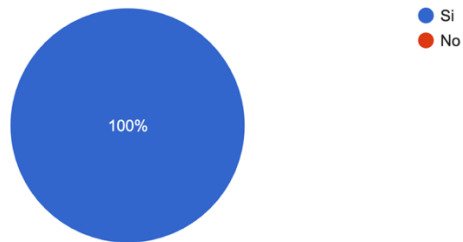


Gráfico 26

Si la App contara con una desconexión digital obligatoria. ¿te parecería bien?

9 respuestas

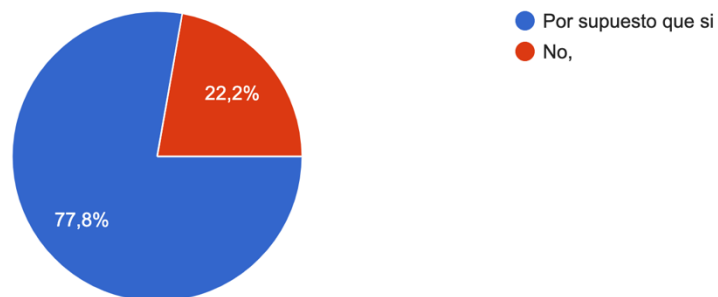


Gráfico 27

Consideras que la formación es fundamental dentro del mundo del empresario?

9 respuestas

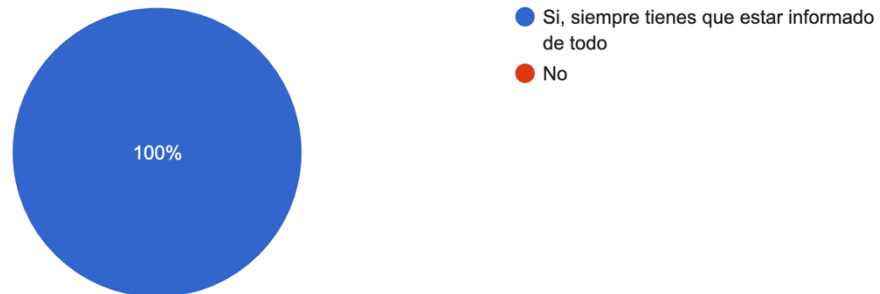


Gráfico 28

¿Te gustaría introducir tu empresa en el mundo de la tecnología?

9 respuestas

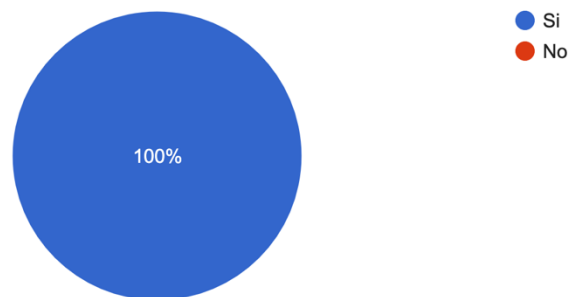
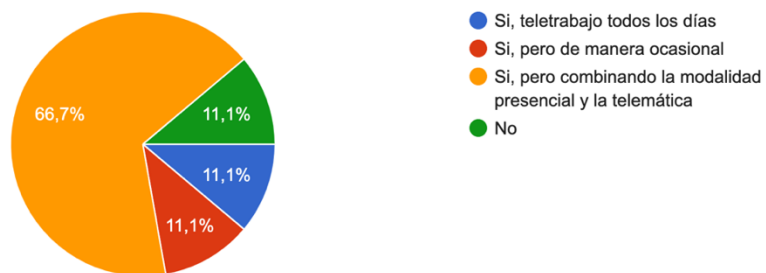


Gráfico 29

Actualmente ¿Tienes pensamiento de establecer de manera continua la modalidad del teletrabajo?

9 respuestas



Capítulo 7 Bibliografía

Ayuntamiento de Barcelona. (2012). El Libro Blanco del Teletrabajo en España.

Recuperado de:

<https://ajuntament.barcelona.cat/temp sicures/sites/default/files/libroblancoteletrabajo espan a.pdf>

BOE. (1980). LEY 8/1980. De 10 de marzo, del Estatuto de los Trabajadores (Núm.

64). Recuperado de: <https://www.boe.es/boe/dias/1980/03/14/pdfs/A05799-05815.pdf>

BOE. (2007). Ley 18/2007, de 4 de julio, por la que se procede a la integración de los trabajadores por cuenta propia del Régimen Especial Agrario de La Seguridad Social en el Régimen Especial de la Seguridad Social De los Trabajadores por Cuenta Propia o Autónomos (número 160). Recuperado de:

<https://www.boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-13025-consolidado.pdf>

BOE. (2007). Ley 20/2007, de 11 de julio, del Estatuto del trabajo autónomos (número

166). Recuperado de: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-13409-consolidado.pdf>

BOE. (2009). Real Decreto 197/2009, de 23 de febrero, por el que se desarrolla el Estatuto del Trabajo Autónomo en materia de contrato del trabajador Autónomo económicamente dependiente y su registro y se crea el Registro Estatal de

asociaciones profesionales de trabajadores autónomos (núm 54). Recuperado de:
<https://www.boe.es/buscar/pdf/2009/BOE-A-2009-3673-consolidado.pdf>

BOE. (2012). Ley 3/2012, de 6 de julio, de medidas urgentes para la reforma del Mercado laboral (núm 162). Recuperado de:
<https://www.boe.es/buscar/pdf/2012/BOE-A-2012-9110-consolidado.pdf>

BOE. (2015). Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, por el que se Aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores (núm 255). Recuperado de: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2015/BOE-A-2015-11430-consolidado.pdf>

BOE. (2017). Ley 6/2017, de 24 de octubre, de Reformas Urgentes del Trabajo Autónomo (núm 257). Recuperado de: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2017/BOE-A-2017-12207-consolidado.pdf>

BOE. (2018). Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los derechos digitales (núm 294). Recuperado de: <https://www.boe.es/boe/dias/2018/12/06/pdfs/BOE-A-2018-16673.pdf>

BOE. (2019). Real Decreto-ley 6/2019, de 1 de marzo, de medidas urgentes para Garantía de la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y Hombres en el empleo y la ocupación (núm 57). Recuperado de: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2019/BOE-A-2019-3244-consolidado.pdf>

BOE. (2020). Real Decreto-ley 28/2020, de 22 de septiembre, de trabajo a distancia (núm 253). Recuperado de: https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-11043

BOE. (2020). Trabajo Autónomo. Recuperado de: https://www.boe.es/biblioteca_juridica/codigos/codigo.php?id=267&modo=1¬a=0&tab=2

Bonilla Prieto, L. A., Plaza Rocha, D. C., De Cerquera, G. S., y Riaño-Casallas, M. I. (2014). Teletrabajo y su Relación con la Seguridad y Salud en el Trabajo. Ciencia y trabajo, vol 49 (16). Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v16n49/art07.pdf>

Dalmau Pons, I., y Ferrer Puig, R. (2015). Preservar la salud teletrabajando. Revista de economía, empresa y sociedad (núm 4). Recuperado de: <https://oikonomics.uoc.edu/divulgacio/oikonomics/es/numero04/dossier/idalmau.html>

De la Cámara, C. (2000). El teletrabajo, un indicador de cambio en el mercado de trabajo. Revista Científica Complutense (vol.17). Recuperado de: <https://revistas.ucm.es/index.php/CRLA/article/view/CRLA0000220227A>

El diario.es. (2021). Greenpeace: el teletrabajo ayuda a reducir emisiones de CO2 del transporte. El diario.es. Recuperado de: https://www.google.es/amp/s/www.eldiario.es/sociedad/greenpeace-teletrabajo-ayudareducir-emisiones-co2-transporte_1_7288193.amp.html

Documento nuevas formas de trabajo en la sociedad del conocimiento; el teletrabajo: Jame Hormigos Ruíz

Infoautónomos. (2021). Tipos de autónomos. Confianza Online. Recuperado de: <https://www.infoautonomos.com/ser-autonomo-o-no/tipos-de-autonomos/>

InfoJobs. (2019). Solo 2 de cada 10 trabajadores tiene permitido teletrabajar en España. InfoJobs. Recuperado de: <https://nosotros.infojobs.net/prensa/notas-prensa/solo-2-de-cada10-trabajadores-tiene-permitido-teletrabajar-en-espana>

Llamosas Trápaga, A. (2012). Las nuevas tecnologías de la información y comunicación y las relaciones laborales. Universidad de Deusto, España. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=118863>

OIT. (2016). Las dificultades y oportunidades del teletrabajo para los trabajadores y empleadores en los sectores de servicios de tecnología de la información y las comunicaciones (TIC) y financieros. Oficina Internacional del Trabajo, vol 1. Recuperado de: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/publication/wcms_531116.pdf

Osio Havriluk, L. (2010). El Teletrabajo: Una opción en la era digital. Observatorio Laboral Revista Venezolana, vol. 3 (núm. 5), pp. 93-109. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2190/219014912006.pdf>

Sierra Benítez, E. M. (2020). El trabajo a distancia y el teletrabajo. Fiscal y laboral. Recuperado de: https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/89353/10_A_fondo_laboral.pdf?sequence=1

Sumup. (2019). Autónomo - ¿Qué es un autónomo?. Debitoor. <https://debitoor.es/glosario/definicion-autonomo>

USO. (2020). Teletrabajo: ¿qué es? ¿Cómo podemos prevenir los riesgos laborales?. Unión Sindical Obrera. Recuperado de: <https://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjKnqXtho7xAhWFzIUkHZ0CkEQFjAFegQIGBAD&url=https%3A%2F%2Fwww.uso.es%2Fteletrabajo-que-es-comopodemos-prevenir-los-riesgos-laborales%2F&usg=AOvVaw1iRrzdAAk5J NkuOSrM56N>

Vega, P. (2019). El teletrabajo: ventajas y desventajas, Emagister, Recuperado de <https://www.emagister.com/blog/el-teletrabajo-ventajas-y-desventajas/>

Webedia Brand Services. (2016). ¿Quién gana con el teletrabajo? Tres autónomos nos cuentan su experiencia. Pymes y autónomos. Recuperado de:

<https://www.pymesya autonomos.com/gestionsage/quien-gana-con-el-teletrabajo-tresautonomos-nos-cuentan-su-experiencia>