

¿Quién le pone límites al trabajo en casa?

“Estamos reventados”, es la expresión más común manifestada por compañeras y compañeros cuando les consultamos sobre el desarrollo de sus labores en la “seguridad” de sus casas. El confinamiento por la pandemia nos ha obligado a cambiar muchas de nuestras actividades, entre ellas, el lugar de trabajo de la oficina por la casa. En el imaginario común, sería algo muy positivo. Ahora, cuando este confinamiento pasa de mes y medio, empezamos a percibir lo perjudicial y delicada que puede ser esta práctica para nuestra salud física y mental.

Tu hogar, ese espacio de tranquilidad y regocijo, es ahora al mismo tiempo tu oficina y para quienes tienen hijos, también el aula de clases. Asumir todos estos cambios de un momento a otro, no es fácil. En la mayoría de los casos, esto sucede en espacios bastante reducidos, sin las mínimas condiciones ergonómicas o ambientales, para el sano desarrollo de la labor. Todos escogimos nuestra vivienda para el descanso, el esparcimiento, la socialización y la vida familiar, no para trabajar. Así que no es fácil asumir la convergencia de estos nuevos ambientes en el hogar.

Por lo anterior, las y los trabajadores en Bancolombia que estamos realizando trabajo en casa, como teletrabajo o “flexiwork”, requerimos del banco celeridad y un mayor compromiso, para solucionar situaciones mínimas de salud laboral, que aliviarían mucho esta labor. Acciones que prevendrán afectaciones en nuestra salud, a través del suministro de sillas de oficina ergonómicas, escritorios, bases para portátiles o monitores, descansa pies, teclados, porta teclados y mouse pads, entre otras.

Trabajo vs privacidad

Además de la salud física, la psicológica también se ve afectada. Hace algún tiempo, el trabajo ha invadido peligrosamente lo más privado de nuestra vida. Se ha vuelto habitual desde lo corporativo, que los jefes en Bancolombia utilicen nuestro teléfono personal para hacernos llamadas, compartir mensajes de correo y WhatsApp con fines laborales.

En la situación actual, por estar a disposición en la casa prácticamente todo el día, se ha vuelto habitual que algunos jefes aprovechen este estado de vulnerabilidad en el que nos encontramos los trabajadores, para pedir información, reportes de pre aprobados y planillas de seguimiento en horas de la noche o muy temprano en la mañana. Lo que constituye no solo un irrespeto hacia nuestra vida personal y la de nuestras familias, sino que la jornada laboral se diluya sin límites entre los días.

Hacemos un llamado a nuestros compañeros y compañeras que hoy están viviendo esta situación, para que las denunciemos a través de Conexión Sindical. Y también para que nos auto cuidemos. Pongámosles límites a los jefes respecto a las tareas y horarios laborales. Conocer nuestros derechos a una jornada laboral y hacerlos valer, minimizará los riesgos para nuestra salud mental.

Esto nos puede preparar para el futuro, cuando llegue la propuesta de un posible cambio definitivo de lugar de trabajo, pues el trabajo en casa no es para todos. Esta situación, nos ha revelado que es un tema delicado desde la parte psicológica, emocional y personal; y que esa supuesta “seguridad” y “comodidad” de nuestra casa puede jugar en contra de nuestra salud.

**Junta Directiva
Conexión Sindical**

Síguenos en nuestras redes sociales Escríbenos a

 [Sindicato Conexión Sindical](#)
 [@conexsindical](#)
 [@conexsindical](#)

 comunicaciones@conexionsindical.org
 313 3576780