

**INCORPORACIÓN DE LA DESCONEXIÓN TECNOLÓGICA LABORAL AL
DECRETO LEGISLATIVO N° 854 PARA PROTEGER EL DERECHO AL DESCANSO
LABORAL DEL TRABAJADOR**

**INCORPORATION OF THE LABOR TECHNOLOGICAL DISCONNECTION TO
LEGISLATIVE DECREE No. 854 TO PROTECT THE WORKER'S RIGHT TO WORK
REST**

*Diana Elizabeth Mendoza Mundaca*¹

Recepción: 07 de mayo de 2021

Aprobación: 26 de mayo de 2021

DOI: 10.26495/rcs.v14i1.1624



Resumen

La presente investigación, tiene como objetivo general Implementar la incorporación de la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N° 854 para proteger el derecho al descanso del trabajador, por consiguiente, como objetivos específicos: Analizar el derecho al descanso laboral del trabajador estipulado en el Artículo 25 en la constitución Política del Perú; Explicar de qué manera las órdenes emitidas fuera de la jornada laboral impactan tanto en la vida laboral, personal o ya sea en la vida familiar del trabajador; Identificar los mecanismos que permitan brindar alternativas de cambio y aseguren el respeto al derecho a la desconexión tecnológica en el descanso laboral del trabajador; Proponer la incorporación del derecho de la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N° 854 para proteger el derecho al descanso laboral del trabajador. Para la recolección de datos se desarrolló un tipo de investigación no experimental dado que no existe manipulación o alteración de las variables tanto dependiente, como de la variable independiente. El diseño es mixto con enfoques cualitativo y cuantitativo, a nivel propositivo; en cuanto a la recopilación de datos de campo, se utilizó la técnica de la encuesta, que fue aplicada ante una población de 50 abogados litigantes especializados en Derecho Laboral del sector público y privado de la Ciudad de Chiclayo. Los resultados muestran un alto índice de desconocimiento sobre el derecho a la desconexión tecnológica, es por ello que se propone la Incorporación de la desconexión tecnológica de manera perenne en la legislación peruana para que se respete el derecho al descanso laboral del trabajador, con el fin de lograr combatir el abuso por parte del empleador, ya que muchas veces por su poder de dirección, utilizan la tecnología para ejercer funciones fuera del horario de trabajo, de esta manera es que se propone la incorporación de este derecho para garantizar el cuidado de la salud física y psicológica de los trabajadores y que se respete su descanso laboral, sobre todo para que manifiesten su buen nivel de productividad al momento de ejercer su trabajo, y de esta manera se respete los derechos fundamentales de los trabajadores.

Palabras claves: *Derechos fundamentales, descanso laboral, desconexión tecnológica, nivel de productividad, poder de dirección, salud psicológica.*

¹ Licenciada en Derecho por la Universidad Señor de Sipán, Pimentel - Chiclayo, Perú, mmundacadianael@crece.uss.edu.pe, <https://orcid.org/0000-0002-6740-2704>, <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/8133>.

Abstract

The general objective of this research is to implement the incorporation of technological labor disconnection to legislative decree No. 854 to protect the right to rest of the worker, therefore, as specific objectives: Analyze the right to rest from work of the worker stipulated in Article 25 in the Political Constitution of Peru; Explain how the orders issued outside the working day impact both the work life, personal life or the family life of the worker; Identify the mechanisms that allow providing alternatives for change and ensure respect for the right to technological disconnection in the worker's work break; Propose the incorporation of the right of technological labor disconnection to legislative decree No. 854 to protect the right to work rest of the worker. For data collection, a non-experimental type of research was developed since there is no manipulation or alteration of the dependent variables, as well as the independent variable. The design is mixed with qualitative and quantitative approaches, at the propositional level; regarding the collection of field data, the survey technique was used, which was applied to a population of 50 trial lawyers specialized in Labor Law from the public and private sectors of the City of Chiclayo. The results show a high rate of ignorance about the right to technological disconnection, which is why the Incorporation of technological disconnection is proposed in a perennial way in Peruvian legislation so that the right to work rest of the worker is respected, in order to be able to combat abuse by the employer, since many times due to their management power, they use technology to perform functions outside working hours, in this way it is proposed to incorporate this right to guarantee the care of the physical and psychological health of workers and that their work rest is respected, especially so that they manifest their good level of productivity when exercising their work, and in this way respect the fundamental rights of workers.

Keywords: *Fundamental rights, work rest, technological disconnection, level of productivity, power of direction, psychological health.*

1. Introducción

Se ha visto que el desarrollo de la información y comunicación, se está dando por medio de la tecnología, a raíz de ello se transformó la vida de cada persona, también se manifestó en el entorno laboral, así mismo es de gran importancia para la sociedad, pues esta actividad se encarga de brindar bienes y servicios cuyo fin es satisfacer las necesidades de cada ciudadano para que puedan vivir dignamente, por lo cual el trabajador tiene derecho de que se respete su tiempo libre y de esta manera no afecte su estado emocional, mental y físico.

Como se sabe las nuevas tecnologías tienen un impacto positivo, permitiendo que se realice los trabajos en menos tiempo, facilitando las comunicaciones y la información, así mismo se observó que también trajo un impacto negativo debido a que no se estaría respetando el derecho al espacio y tiempos normalmente reservados, de esta forma es que las empresas se aprovechan de los trabajadores, ya que al tener acceso al internet permite crear una disponibilidad permanente con el empleador, utilizando los medios de comunicación, ya sea Whatsapps, correos electrónicos o cualquier medio tecnológico en la que se puedan comunicar, permitiendo que el empleador se involucre en la vida del trabajador sin respetar su vida personal o familiar, es por ello que las nuevas tecnologías a provocado que se desdibuje o se pierda la línea trazada entre la vida personal, familiar y laboral del trabajador.

Hoy en día la sociedad se encuentra ante una especie de esclavitud tecnológica, tras refregarse el abuso constante que sufren los trabajadores, debido a que el empleador utiliza la tecnología para estar en constante comunicación con el trabajador causando graves transgresiones en sus derechos fundamentales, manifestándose la afectación del derecho al descanso laboral, al disfrute del tiempo libre.

Por ello, la problemática del presente artículo es ¿En qué medida la incorporación de la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N° 854, protege el derecho al descanso laboral del trabajador? En tal sentido, el objetivo principal de la investigación es Implementar la incorporación de la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N° 854 para proteger el derecho al descanso del trabajador y los objetivos específicos son: analizar el derecho al descanso laboral del trabajador estipulado en el Artículo 25 en la constitución Política del Perú; explicar de qué manera las órdenes emitidas fuera de la jornada laboral impactan tanto en la vida laboral, personal o ya sea en la vida familiar del trabajador; identificar los mecanismos que permitan brindar alternativas de cambio y aseguren el respeto al derecho a la desconexión tecnológica en el descanso laboral del trabajador y proponer la incorporación del derecho de

la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N° 854 para proteger el derecho al descanso laboral del trabajador

Considerando el estudio general a la problemática que surge en el nivel internacional, nacional y local. El autor Pomares (2017). Establece que el derecho a desconectarse digitalmente, fuera de la jornada laboral, hoy en día se le conoce como un derecho que durante los años ha sido puesto en discusión como una forma de protección frente a los avances tecnológicos con relación a la comunicación en el entorno laboral, además este derecho permite al trabajador de que el empleador no se entrometa en su vida familiar o personal evitando que lo llame o escriba por los medios tecnológicos, sea al Whatsapp, llamadas telefónicas, correo electrónico por motivos de trabajo, ya que vulneraría el tiempo al descanso laboral.

Así mismo Gonzàles, C. (2016) Manifiesta que existen algunas empresas que lograron utilizar el derecho a la desconexión tecnológica y son las empresas de Michelin, Orange, Mercedes Benz y Volkswagen.

Además según la autora Mella. (2016). En su libro denominado, El uso de las nuevas tecnologías, manifiesta que la tecnología ha permitido presenciar los nuevos riesgos que se presenta en el entorno digital, provocando una severa confusión, esto quiere decir que se está desapareciendo, la frontera que separa la vida personal con la vida laboral de los trabajadores, de esta manera el autor busca eliminar la tensa barra que se forma entre el periodo de trabajo y el reposo laboral, para que el trabajador no se encuentre afectado y logre disponer de su tiempo libre.

Es por ello que en Francia se ejecutó un estudio reciente del gabinete Elèas, en la cual se resaltó que un 37 % de los trabajadores activos, reconocieron usar constantemente la tecnología como una instrumento de trabajo, a pesar de que se encuentren en descanso, esto quiere decir fuera de su horario laboral; al mismo tiempo se descubrió que el (12%) de los trabajadores sufrieron de debilitación laboral, denominado como síndrome burnout, esto se da por la carga laboral, por lo cual este tipo de estrés, se manifiesta a través del agotamiento físico, emocional o mental afectando la autoestima del trabajador. (Molina, C, 2017)

En efecto en la entrevista realizada al abogado Rojas, R. (2019). Fundamenta que en la actualidad no existe una definición jurídica de la desconexión digital pero hay algunos países que ya están efectuando ese derecho para que se pueda respetar el descanso laboral del trabajador. De esta manera dicho derecho se da para evitar que los medios digitales afecten al trabajador durante su descanso laboral, manifestándose el problema más latente que es la carga laboral y se logre difuminar la línea que hoy en día vemos entre el tiempo dedicado del trabajador en el ejercicios de sus labores y el tiempo del espacio personal, de esta manera al tomarse en cuenta la realidad problemática que existen en diversos países, se establece que las modalidades del ejercicio del trabajador van a depender de la naturaleza y del propio objetivo de cada relación laboral, para que se logre cumplir el derecho a la desconexión tecnológica para que se haga efectivo el derecho al descanso laboral, permitiendo de esta manera que las empresas estén obligadas de velar y por la seguridad y salud del trabajador, para que se evite o se aumente el uso continuo de herramientas digitales fuera de su jornada laboral.

Se destaca la opinión de autor Alonso. (2019). Durante la entrevista que brindo, hace mención sobre la realidad del mundo ya que fundamenta que vivimos conectados a las pantallas, ya se de los teléfonos móviles u otros dispositivos electrónicos, permitiendo que los emperadores abusen de su cargo y utilicen los medios tecnológicos como una herramienta favorable para comunicarse con sus trabajadores en sus tiempos libres; Esta problemática no es nueva ya que se ha manifestado una gran preocupación, es por ello que existen algunos casos en donde la incapacidad para desconectarse es una imposición explícita o tácita, donde las propias empresas alegan la ilógica e ilegal expectativa que todos los trabajadores estén en disposición de dar respuestas a cualquier requerimiento aún si este, llega a violar el derecho al descanso laboral, a la vez existen otros casos en donde los propios trabajadores se autoimponen a estar contestando los requerimientos fuera de su jornada laboral, por el hecho de cumplir con sus labores o el miedo de ser despedido, ya que desean satisfacer a la empresa; estos hábitos perjudican al trabajador manifestándose episodios de ansiedad, estrés, burnout conocido también como síndrome de trabajador quemado e incluso tener tecnofobia, por la sobre carga laboral y la falta del tiempo libre o descanso laboral.

También Lazo, Marilù. (2020). En su artículo jurídico denominado, "El Perú reconoce derecho a la desconexión tecnológica, dicho artículo establece un porcentaje dándose a conocer la realidad de los trabajadores, evidenciándose que el 90% de los peruanos laboran en modalidad remota, fundamentando que ahora trabajan más que antes, ya que no hay límites especiales entre el lugar físico de trabajo y el descanso, debido a esto se ha tenido que asumir diversas funciones que antes no hacían, de esta manera es

que a través del decreto de urgencia N° 127-2020 reconoce el derecho a la desconexión digital fundamentado en el Art. 18 que será aplicado a los trabajadores remotos, esto se dio tras el Decreto de Urgencia No. 026-2020 estableciéndose medidas excepcionales y temporales para prevenir la propagación de covid 19. Es por ello que la autora da a conocer que en diversos países existe la ley de teletrabajo y se reconoce el derecho a la desconexión tecnológica y estos lugares fueron Chile, España e India.

Según La Organización Internacional del Trabajo. (2020), hace mención sobre: “La peor crisis desde la Segunda Guerra Mundial, es la pandemia COVID-19 debido a que sigue afectando gravemente a la salud pública y causando perturbaciones sin precedentes en las economías y los mercados de trabajo”. El cierre de los lugares de trabajo expone a un riesgo elevado de insolvencia a las empresas y trabajadores. Posterior al levantamiento de las medidas de confinamiento se proyecta que la recuperación sea incierto y lenta por lo que el desafío es grande. La reanudación de las actividades necesitará ajustes significativos en el aspecto financiero, en particular garantizar a los trabajadores y empresarios ambientes seguros.

El propósito de la investigación es establecer un proyecto ley para incorporar el derecho a la desconexión tecnológica de manera perenne en el ordenamiento jurídico peruano para proteger el derecho al descanso laboral del trabajador, cuya finalidad lograr impulsar la regulación jurídica de la desconexión tecnológica fuera de su jornada de trabajo, para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores. Cabe mencionar que en dicha ley se propondrá también la incorporación del derecho a la desconexión tecnológica al decreto Legislativo N° 854, así mismo se manifiesta una disputa entre el trabajador de planta, con el trabajador que labora de manera remota. Si se toma en cuenta dichas medidas no solo se visualizara grandes resultados, porque si los trabajadores descansan serán felices y sobre todo serán más productivos y eso conviene a la empresa, además de que se evita las enfermedades psicosociales que podrían afectar la salud en el trabajador y en el entorno laboral. Así mismo tras el estado de emergencia a raíz del Covid 19, muchos trabajadores viene laborando de manera remota, si bien es cierto el teletrabajo tiene buenas ventajas, pero a la vez se manifiesta la vulneración del derecho al descanso laboral, ya que se pierde la línea que divide la vida personal con la vida profesional, y es necesario que se establezca una ley que proteja al trabajador por el uso de los medios tecnológicos. Cabe destacar que el decreto de Urgencia 127-2020, hace mención sobre la desconexión digital en casos de los trabajadores remoto, sienta este decreto favorable como sustento de prueba que en el Perú hicieron mención la desconexión digital, pero a pesar de ello el decreto tiene fecha límite que es hasta el 31 de diciembre del 2021, por ello la propuesta tiene como fin que la desconexión digital se aplique de manera perenne en los contratos de trabajo para todos los trabajadores que laboran de manera presencial.

Ahora, con respecto a la justificación del presente trabajo de investigación surgió de la propuesta jurídica, debido que durante los avances descontrolados de la tecnología ha generado varios cambios favorables para los trabajadores, ya que mejora su productividad laboral, debido a que en la actualidad los trabajadores se encuentran en contacto permanente con los medios tecnológicos, incluso fuera de su horario laboral; evidenciándose que hoy en día se puede mantener la comunicación sin importar la distancia. Es por ello que considero que el estado tiene que regular el derecho a la desconexión tecnológica y que sea establecida en los contratos de trabajo con la finalidad de cuidar al trabajador para que se reconozca sus derechos y se puedan desconectar digitalmente fuera del horario de trabajo, así mismo que se logren establecer mecanismos sancionador para el empleador que incumple con este derecho; se sabe muy bien que el derecho al descanso, viene ser un derecho primordial para todos los ciudadanos y es el único tiempo donde el trabajador podrá disfrutar del su tiempo con su entorno familiar, pero la realidad es otra, ya que el trabajador se encuentra sometido a grandes presiones, acumulando de tensión por exceso de trabajo, teniendo como consecuencias diversas enfermedades como es el síndrome de sobrecarga mental y si no se toma cartas en el asunto para poder prevenir a largo plazo puede perjudicar en el desarrollo de su vida cotidiana y sobre todo traerá consecuencia en su familia y en su vida laboral, por estas razones considero que se debe aplicar el derecho a la desconexión tecnológica para todos los trabajadores que laboran de manera presencial y virtual.

Tomando en cuenta la justificación teórica que da a conocer sobre los derechos de todos los ciudadanos que se encuentran estipulado en la constitución, en especial el derecho a la intimidad personal y familiar, al disfrute del tiempo libre y al descanso, estos derechos se encuentran vinculados con el derecho laboral, permitiendo justificar el desarrollo del marco teórico, así poder identificar el problema que se planteó en la investigación con propósito de poder establecer medidas de seguridad para el trabajador y contribuir con

el derecho a la desconexión tecnológica, esto será aplicado fuera del horario de laboral, es por ello que este derecho debe ser reconocido para todos los trabajadores.

Esta investigación describe la realidad que enfrentan los trabajadores donde se evidencia la vulneración en la que se encuentran, tras los avances de los medios digitales. Siempre y cuando el empleador utilice los medios digitales para abusar de su poder y vulnerar los derechos primordiales de los trabajadores, es por ello es importante que se desconecten virtualmente para evitar el ejercicio de sus labores durante el descanso laboral. Considerando necesaria que se efectuó una normativa que permita identificar el derecho a la desconexión tecnológica y así se establezcan mecanismos de solución para que el empresario logre respetar los derechos del trabajador, es por ello que toda la investigación que se realizó busca descubrir las circunstancias de cómo se produjo la afectación del derecho y así poder identificar todos los riesgos que perjudican a los trabajadores durante el desarrollo de su vida personal como profesional. Sin embargo el derecho al reposo laboral y al derecho de poder disfrutar del tiempo libre son considerados como un método de justicia, en la cual se ejerce los derechos de cada ser humanos.

Si bien es cierto, en el presente estudio se analizó diferentes antecedentes de estudios sobre el tema de investigación, entre los más importantes tenemos:

Álvarez, G. (2018) sustenta sobre la desconexión tecnológica y como se incorpora al mundo profesional, demostrando los diversos cambios digitales que se producen conforme pasan los años y que ocasionan cambios estructurales durante la relación laboral y que hoy en día se le conoce como el fenómeno de la interconectividad digital, permitiendo dar lugar a la prestación laboral junto con el tiempo de trabajo, es por ello que las actividades laborales se están disolviendo, permitiendo que sobresalga la conectividad permanente, dañando la relación personal junto con la relación familiar que tienen los trabajadores, siendo estos vínculos realizados durante su tiempo de descanso; en otras palabras el artículo admite la necesidad de romper con la conectividad permanente y permite que los trabajadores no tengan que contestar ya sea correos electrónicos o cualquier método o modalidad tecnológica ejercida fuera del horario laboral, salvo circunstancias de suma urgencia.

Chiuffo, F. (2018) en su artículo jurídico denominado el Derecho a la Desconexión: contenidos y perspectivas para su implementación desde la experiencia francesa da a entender que este derecho permite reconocer a los trabajadores a que no respondan dichos mensajes de cualquier medio o herramienta digital fuera de su horario de trabajo, sin tener el temor a ser sancionado.

Rivera, Susan, C. (2020). En su tesis denominada "El derecho a la Desconexión a propósito de las TIC's como parte del Derecho Fundamental al Descanso", esto quiere decir que se le conoce con un enfoque diferente con respecto a la desconexión, evidenciando la limitación que existe entre el tiempo de la jornada de trabajo porque muchas veces no se respeta el derecho al descanso laboral a pesar de que este derecho se encuentre tipificado en la constitución, además de ser reconocido internacionalmente, pero se tiene conocimiento que en la práctica, el uso de las nuevas tecnologías están dificultando la jornada laboral ocasionando perjuicio a otros derechos del trabajador, resultando importante el respeto al descanso del trabajador para cuidar su salud física y mental. Es por ello que la autora demuestra en su investigación un análisis drástico sobre las TIC's, estudiando los aspectos positivos y negativos, así como la afectación al derecho del trabajador, también hace mención sobre la falta de control que tienen los empresarios tras ejercer el poder de dirección, siendo estos graves factores que provocan un exceso de trabajo y refregándose de manera negativa en el aspecto psicológico y físico en los trabajadores y muchas veces se da por el desconocimiento de los derechos fundamentales que le corresponde a los trabajadores, permitido que vulnere del derecho al descanso laboral, afectando la vida y salud del trabajador.

Chanamè, J & Seminario, D. (2020). En su artículo Jurídico, "Desconexión digital, ¿el nacimiento de un nuevo derecho?", los autores hace mención que en el Perú el derecho a la desconexión tecnológica se ha manifestado a raíz de decreto de urgencia 127-2020 en la cual el trabajador tiene la facultad de desconectarse digitalmente con el único fin de no irrumpir su descanso laboral, es por ello que el teletrabajo y el trabajo remoto demostró nuevas facetas durante el vínculo laboral, ya que se caracteriza por el uso de la tecnología, donde el empleador tiene la facultad de ordenar al trabajador, es por ello que el derecho a la desconexión permitirá velar el descanso y la dignidad del trabajador, además para los diversos autores dicho derecho parte del vínculo laboral del trabajador tras las nuevas herramientas virtuales permitiendo una

comunicación constante con el empleador y trabajador y es por eso que la desconexión impedirá que el empleador abuse de su poder de dirección.

Fernandez, B. Vianka. (2020). En su artículo jurídico denominado, " Digitalización del trabajo: la jornada laboral y el "derecho a la desconexión digital", fundamenta que la desconexión tecnológica se dio a consecuencias de del abuso de las TICs, esto se dio a raíz de la pandemia, ya que durante el periodo de Estado de Emergencia, se logró evidenciar de que la tecnología cobra cada vez más importancia en el desarrollo laboral y en la actualidad miles de trabajadores comenzaron adaptarse al trabajo remoto, dicha medida fue a modo de protección para evitar el brote del virus y esto fue dictado por el gobierno Peruano tras la crisis sanitaria, con el fin de evitar una paralización en las actividades laborales del país. De esta forma la autora establece que la desconexión digital viene ser un concepto reciente, en la cual se requiere una mayor profundización para lograr establecer nuevas formas de organización de trabajo, así mismo garantizar el derecho a la desconexión tecnológica para promover el estilo de vida saludable para los trabajadores.

Camán de la Cruz, K. (2020). El derecho a la desconexión digital fuera del ámbito laboral, a propósito de la implementación del trabajo remoto, en este artículo jurídico se fundamenta que a raíz del estado de emergencia que se dio el 15 de marzo del 2020 que se proclamó mediante el decreto 044-2020-PCM, limitando la libertad de tránsito para evitar la propagación del virus, así mismo el decreto de urgencia 026-2020 permitió que el empleador sea del sector público o privado implemente el trabajo remoto para que de esa manera se continúe laborando y de esta manera la tecnología juega un factor importante, permitiendo que se ejerza el trabajo remoto en el Perú destacando la importancia de las TICs, sin embargo se ha demostrado la violación del derecho al descanso laboral , la misma que traería graves consecuencia en la salud física y psicológica de los trabajadores de esta manera es que se manifestó el derecho a la desconexión tecnológica fuera de su horario de trabajo, creándose políticas para prevenir los riesgos psicosociales en los trabajadores.

Chanamé, Jesús. (2020). Jornada laboral, horario de trabajo y horas extra o sobretiempo. LP- Pasión por el Derecho, en su artículo jurídico el autor hace mención tres aspectos importantes tomando en cuenta la jornada de trabajo cuyo tiempo durante la semana está limitado a 48 semanales y 8 diarias, también toma en cuenta el horario de trabajo que viene ser el horario de entrada y salida asignada y por último en casos de horas extra o sobretiempo, esto se encuentra establecido en el texto único ordenado del decreto legislativo 854.

Navarrete (2017). En su tesis denominado "Jornada Laboral Y Tecnologías De La Incomunicación: "Desconexión Digital", Garantía Del Derecho Al Descanso", fundamenta sobre las creaciones tecnológicas relacionándolo con el mundo digital, ya hoy en día se ha ocasionado grandes desafíos en el campo de derecho; es por ello que el autor califica o denomina la desconexión virtual o digital, no como un derecho novedoso o actual, sino como un método o forma de seguridad, generando la veracidad del derecho social y reconocido como el derecho al descanso o reposo.

Pacheco, Kelly, G. (2018). En su tesis denominada, Regulación del Derecho de Desconexión Laboral de los Trabajadores, como garantía de la Tutela de sus derechos fundamentales", de esta manera la autora quiere garantizar la protección del derecho a la desconexión tecnológica debido a que no existe un límite para poder utilizar la tecnología, vulnerando los derechos primordiales de los trabajadores trayendo como consecuencia graves problemas de salud, un claro ejemplo es el estrés por la carga laboral manifestando la enfermedad conocida como burnout que viene ser el síndrome del desgaste laboral, teniendo como consecuencia a esta enfermedad, ataques de ansiedad y fatiga crónica, es por ello que en su tesis propone una norma cuyo fin es solucionar el problema regulándose el derecho a la desconexión digital en el ordenamiento Peruano para que se respete su hora de descanso y se proteja la salud, la intimidad personal y familiar de los trabajadores.

López (2018). En su tesis denominada "La Afectación del derecho a la Desconexión Laboral por parte del empleador mediante el uso de las tecnologías de la comunicación en el ordenamiento Jurídico Peruano". Básicamente el autor a través de su tesis quiere dar a conocer si en nuestra normativa o ley peruana se podría regular el derecho a la desconexión virtual, y lograr asegurar el descanso laboral para poder eludir los diversos conflictos que se manifiestan para reconocer los derechos fundamentales de todos los trabajador, así mismo el manejo de la tecnología permite que el empleador se mantenga en contacto con él

trabajador a pesar de que se encuentra fuera de la jornada laboral, y si se respeta la desconexión digital beneficiaria a todos los trabajadores.

Cruz, K (2019). Este artículo se denomina “El derecho a la desconexión digital fuera del ámbito laboral, a propósito de la implementación del trabajo remoto, tras la declaración del estado de emergencia COVID 19”. En la cual la abogada manifiesta que tras declararse el estado de emergencia en el Perú, mediante Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, donde estipula que se ha limitado el ejercicio de la libertad de tránsito, por otra parte mediante el decreto de Urgencia N° 026-2020 faculta al empleador del sector público y privado que se implemente el trabajo remoto para que se siga laborando desde el hogar, respetando el horario acordado, permitiendo que los trabajadores laboren de forma remota utilizando las TICs, cabe destacar que hemos sido testigo que en el trabajo presencial también se utiliza la herramienta digital, permitiendo que se afecte el entorno personal y primordial, si es que no se respeta el derecho las horas de descanso, es muy cierto que en la actualidad por la pandemia del virus COVID 19 ha impedido que se ejerza las labores presenciales impidiéndose salir de casa, pero se debe tomar en cuenta que no se tiene que involucrar o exigir labores con más horas de lo permitida, ya que esta problemática no es nuevo para el derecho del trabajador porque en el siglo 19 se dio a conocer que el abuso de trabajo debido a que se laboraba más horas de lo permitido perjudicando la salud e integridad personal de los trabajadores y tras esta problemática se inició una lucha constante para que se regule el derecho al descanso y una adecuada jornada laboral, estipulado en el Art. veinticuatro de la DUDH en la cual fundamenta que toda persona tienen derecho a descansar a poder disfrutar de su tiempo libre, a tener vacaciones con el fin de cuidar los derechos fundamentales de los trabajadores. De esta manera es que la abogada establece por ejemplo Francia y España, estos países se arriesgaron y apostaron para que se regule el derecho a la desconexión tecnológica digital fuera de la jornada laboral, la cual fue reconocido de manera favorable no solo para los trabajadores y sus representantes, sino también por el propio empleador que mediante la legislación se buscó que este derecho resuelva el problema con el único objetivo de obtener mejores resultados, además lo compara con el Perú, manifiesta que el trabajo remoto destaca la importancia de los medios tecnológicos, pero a la vez resalta el abuso de las mismas trayendo consecuencia negativas en los trabajadores, de esta manera se toma en cuenta derecho a la desconexión tecnológica durante las horas de descanso que permitirá poder prevenir los abusos laborales.

2. Material métodos

La investigación es de tipo mixta, a nivel propositiva. Se considera mixta, puesto que aplica los tipos de investigación cualitativa y cuantitativa. El diseño de estudio es no experimental; por cuanto se realiza sin manipular las variables de estudio; solo se observa el comportamiento de las variables en su contexto natural.

Se estudiaron dos variables:

- a) Variable Dependiente: Incorporación de la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N° 854
- b) Variable Independiente: El derecho al descanso Laboral del trabajador.

La presente Investigación utilizó como herramientas de recojo de investigación, las técnicas de análisis documental que permitirá analizar las diversas teorías actuales que se vinculan con el tema estudiado, discutiendo e indicando las principales propuestas doctrinarias a nivel nacional como internacional; de igual manera se efectuará la realización de las correspondientes fichas textuales y el respectivo resumen. Es por ello que las fuentes básicas serán diversos libros, revistas jurídicas, artículos jurídicos, leyes, jurisprudencias, casaciones, tesis, códigos, hasta páginas de internet, todos esos instrumentos fueron usados para lograr alcanzar diversas referencias o información que tenga una clara relación con la variable; y plasmarlo en los planeamientos teóricos, tomando en cuenta las legislaciones comparadas, y jurisprudencia extranjera. La otra técnica que se utilizo es la encuesta, utilizando el cuestionario, en el cual se aplicó 20 preguntas las cuales plantean responder a la formulación del problema planteado y probar la hipótesis, dichas preguntas serán enviadas vía virtual dirigido a 50 abogados litigantes especializados en Derecho Laboral del sector público y privado de la Ciudad de Chiclayo. Para la selección de muestra, se un aplicó el tipo de muestreo no probabilístico.

3. Resultados

Tabla 1

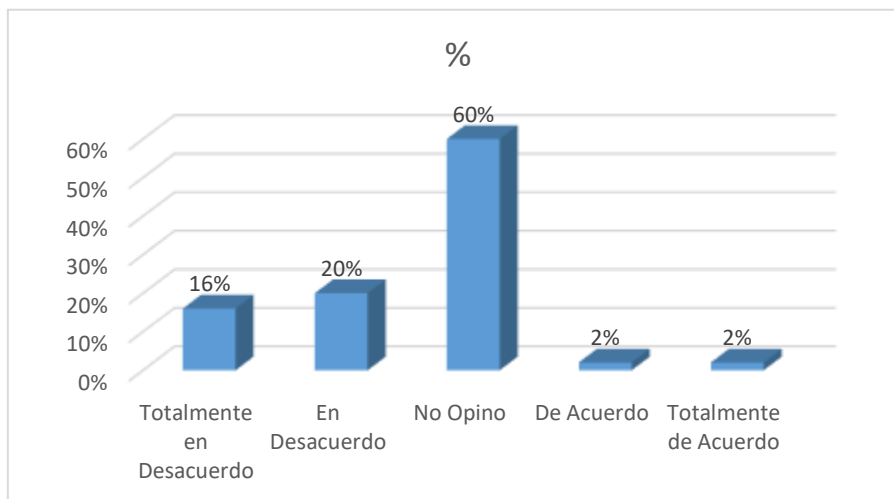
¿Considera usted que el decreto 854 es suficiente para garantizar el derecho al descanso del trabajador?

ÍTEMS 1	N°	%
Totalmente en Desacuerdo	8	16%
En Desacuerdo	10	20%
No Opino	30	60%
De Acuerdo	1	2%
Totalmente de Acuerdo	1	2%
Total	50	100%

Nota: Encuesta aplicada a abogados Litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado - Chiclayo.

Figura 1.

EL decreto 854 garantiza la protección al descanso laboral.



Nota: De acuerdo a los datos obtenidos de las encuestas virtuales, el 60% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo consideran no opinar al respecto de que el decreto 854 sería suficiente en garantizar el descanso laboral; el 20% de los encuestados están en desacuerdo; el 16% de ellos están totalmente en desacuerdo, en cambio el 2% están de acuerdo y el otro 2% de los encuestados establecen que están totalmente de acuerdo.

Tabla 2

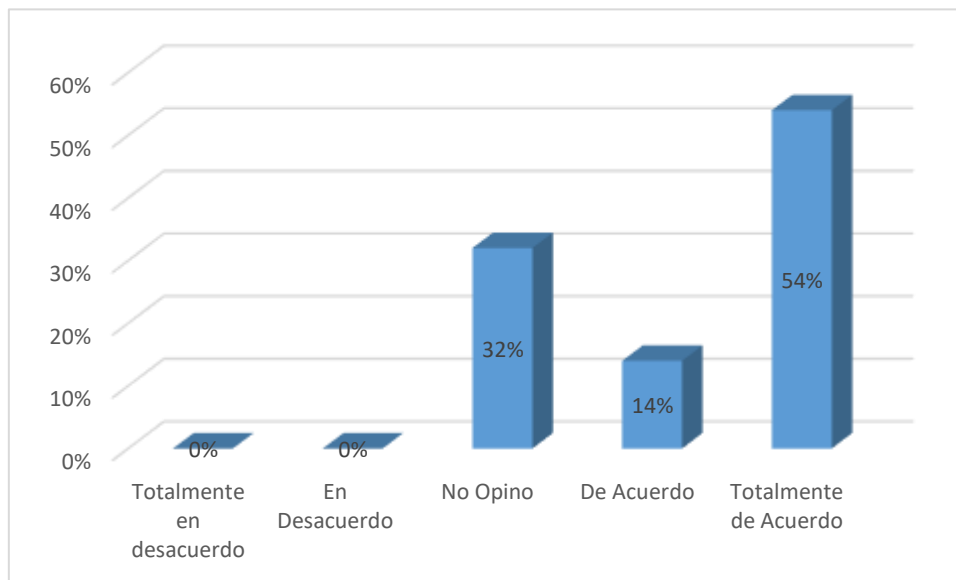
¿Considera usted que el derecho a la desconexión tecnológica tiene que ser regulada legalmente en nuestro país?

ÍTEMS 2	Nº	%
Totalmente en Desacuerdo	0	0%
En Desacuerdo	0	0%
No Opino	16	32%
De Acuerdo	7	14%
Totalmente de Acuerdo	27	54%
Total	50	100%

Nota: Encuesta aplicada a abogados Litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado - Chiclayo.

Figura 2.

Regulación del derecho a la desconexión tecnológica en el Perú.



Nota : El 54% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo, se encuentran totalmente de acuerdo con que se regule legalmente el derecho a la desconexión tecnológica en Perú, en cambio el 32% de ellos no opinan y el 14% de los abogados se muestran de acuerdo.

Tabla 3

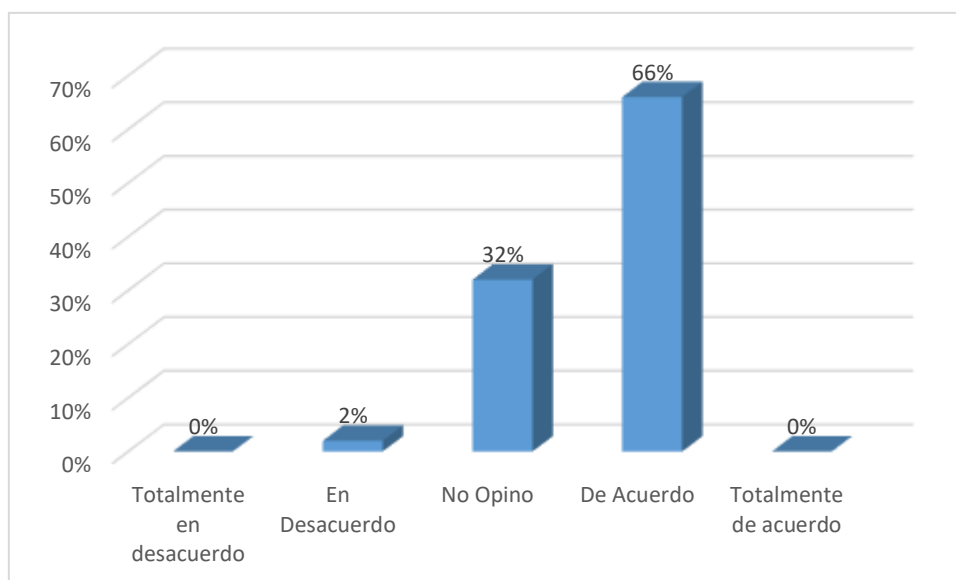
¿Considera usted que al regularse en nuestra normativa legal el derecho a la desconexión tecnológica sería un límite para el empleador?

ÍTEMS 3	Nº	%
Totalmente en desacuerdo	0	0%
En Desacuerdo	1	2%
No Opino	16	32%
De Acuerdo	33	66%
Totalmente de acuerdo	0	0%
Total	50	100%

Nota: Encuesta aplicada a abogados Litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado - Chiclayo.

Figura 3.

Límites del empleador



Nota: El 66% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo, se encuentran de acuerdo de que al aplicarse en la normativa legal del derecho a la desconexión tecnológica sería un límite para que el empleador no abuse de su poder, pero el 32% de ellos consideran no opinar al respecto, en cambio el 2% se encuentran en desacuerdo.

Tabla 4

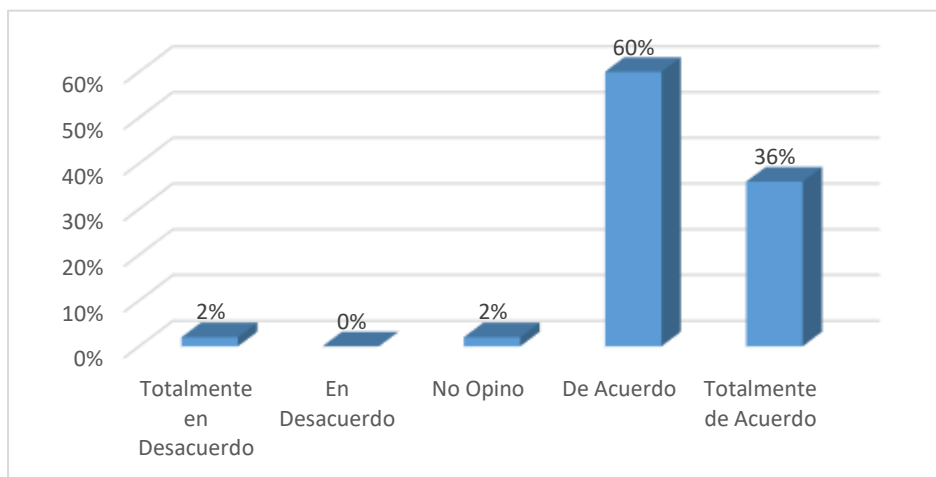
¿Considera usted que las órdenes emitidas por medio de una herramienta tecnológica, fuera de su horario o jornada laboral de un trabajador, impide que se concilie su vida laboral, personal y familiar?

ÍTEMS 4	Nº	%
Totalmente en Desacuerdo	1	2%
En Desacuerdo	0	0%
No Opino	1	2%
De Acuerdo	30	60%
Totalmente de Acuerdo	18	36%
Total	50	100%

Nota: Encuesta aplicada a abogados Litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado - Chiclayo.

Figura 4.

Conciliación de la vida laboral, personal y familia



Nota: El 60% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo están de acuerdo de que las ordenes emitida fuera del horario de trabajo afecta la vida laboral, personal y familiar del trabajador ya que no se respeta el descanso del trabajador, el 36% de ellos están totalmente de acuerdo, en cambio el 2% consideran no opinar, así mismo el 2% de los encuestados que se encuentran totalmente en desacuerdo.

Tabla 5

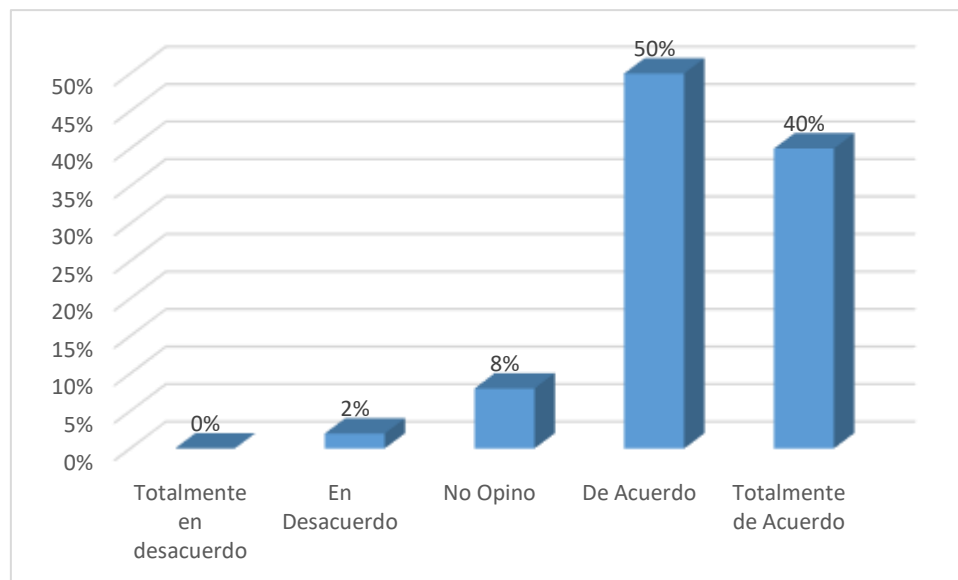
¿Considera usted que los medios tecnológicos son peligrosos y afectaría el derecho al descanso laboral?

ÍTEMS 5	Nº	%
Totalmente en desacuerdo	0	0%
En Desacuerdo	1	2%
No Opino	4	8%
De Acuerdo	25	50%
Totalmente de Acuerdo	20	40%
Total	50	100%

Nota: Encuesta aplicada a abogados Litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado - Chiclayo.

Figura 5.

Medios Tecnológicos afectan el descanso laboral y son peligrosos



Nota: Conforme a las encuestas realizadas el 50% de abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo, manifiestan que están de acuerdo de que los medios tecnológicos son peligrosos y que llega a afectar el descanso laboral del trabajador, el 40% están totalmente de acuerdo, en cambio el 8% consideran no opinar, y el 2% manifiestan que están en desacuerdo.

4. Discusión

En conformidad con los resultados obtenidos de las encuestas con respecto a la desconexión tecnológica laboral fuera de su jornada de trabajo y considerando en cuenta la aplicación de las encuestas que se efectuaron de manera virtual a abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado – Chiclayo, se pudo verificar que:

Tal como se puede apreciar en las estadísticas de la recolección de datos a los conocedores del derecho a través de un cuestionario de manera directa y virtual para el desarrollo de la presente investigación realizado a los abogados litigantes especializados en Derecho Laboral del sector público y privado, como tal, se aprecia en la Tabla N°01 que el 60% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo consideran no opinar al respecto del que el decreto 854 será suficiente en garantizar el descanso laboral; el 20% de los encuestados están en desacuerdo; el 16% de ellos están totalmente en desacuerdo, en cambio el 2% están de acuerdo y el otro 2% de los encuestados establecen que están totalmente de acuerdo, siendo relacionado con lo dicho por Díaz, José. (2020). En su artículo jurídico denominado “Pautas para la regulación del derecho a la desconexión digital: los derechos fundamentales en el estado de emergencia”. En este artículo jurídico hace mención que a raíz del covid-19 que logro cambiar la vida cotidiana de la sociedad y para evitar la propagación del virus se efectuó el trabajo remoto que fue aprobado por el decreto de urgencia 026-2020, es por ello que el autor menciona que el uso excesivo de los medios tecnológicos en la actividad laboral genera graves consecuencias para la salud del trabajador, tras él envió de trabajos fuera de su jornada laboral y este hecho cobra relevancia mediante la pandemia, ya que es de gran importancia poder preservar la integridad y la fuerza productiva, es así que el autor expone pautas para la regulación del derecho a la desconexión tecnológica, que es el reconocimiento del ámbito subjetivo y el ámbito objetivo de las obligaciones de las partes, como segunda pauta la tipificación para poder sancionar ante el incumplimiento de la obligación de desconexión y por último es establecer una norma básica cuyo fin es satisfacer las necesidades de la empresa sin violar el contenido del derecho de los trabajadores.

Ahora bien, respecto a los resultados de la Tabla N°02, se observa detalladamente que el 54% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo, se encuentran totalmente de acuerdo con que se regule legalmente el derecho a la desconexión tecnológica en Perú, en cambio el 32% de ellos no opinan y el 14% de los abogados se muestran de acuerdo, teniendo un acercamiento con la investigación de Torres, Cansino, O. (2018). En su tesis denominada “El reconocimiento del derecho a la desconexión tecnológica en la legislación peruana como límite a la facultad de dirección laboral”, garantiza que este derecho viene ser fundamental, ya que es obligatorio que los trabajadores merezcan el descanso tras mucho esfuerzo, para que el trabajador realice sus labores de manera eficiente y tenga un buen nivel de productividad. También se ha podido descubrir que el derecho a la desconexión digital representa un nuevo cambio en el ámbito laboral, contribuyendo que el campo tecnológico siempre y cuando se respete el derecho al descanso laboral.

Por consiguiente, en el resultado de la Tabla N°03, se observa en las encuestas que El 66% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo, se encuentran de acuerdo de que al aplicarse en la normativa legal del derecho a la desconexión tecnológica sería un límite para que el empleador no abuse de su poder, pero el 32% de ellos consideran no opinar al respecto, en cambio el 2% se encuentran en desacuerdo, ello se relaciona con lo señalado por Távara. (2019). En su tesis denominada “El uso de las nuevas Tic y el Derecho a la Desconexión Laboral: Un Límite al Poder de Dirección”; el autor en su tesis propone que se normalice para que se cumpla el derecho a la desconexión digital, dentro del ordenamiento peruana, con el único fin de efectuar el descanso laboral fuera del horario del trabajo, también su objetivo primordial que busca el autor es lograr esquivar el exceso por parte del empleador tras ejercer su poder por el aumento de la tecnología, viéndolo como un modo de comunicación.

En habidas cuentas, en el resultado de la Tabla N°04, se verifica en las encuestas que el 60% de los abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo están de acuerdo de que las ordenes emitida fuera del horario de trabajo afecta la vida laboral, personal y familiar del trabajador ya que no se respeta el descanso del trabajador, el 36% de ellos están totalmente de

acuerdo, en cambio el 2% consideran no opinar, así mismo el 2% de los encuestados se encuentran totalmente en desacuerdo, por lo que, se concuerda con el resultado por Gómez, J. (2018). En su artículo científico denominado La desconexión tecnológica del trabajador, fundamenta sobre la situación que alcanza el trabajador en todo el ámbito personal y laboral, conllevando ambos a poder prevenir la inseguridad laboral, un claro ejemplo es el descanso y la desconexión son primordiales, ya que si no se da durante un largo tiempo el trabajador puede llegar a sufrir estrés, también existen diversos estudios donde el empleador utiliza la tecnología para su beneficio evidenciándose que la productividad del trabajador disminuya por la carga laboral, de esta forma es que el autor quiere dar a entender que hoy en día vivimos en una cultura de inmediatez en donde todo se debe ser de manera inmediata, además el autor manifiesta que hoy en día existe un gran incremento sobre el problema de adicción al trabajo relacionándolo con la tecnología, de esta manera el derecho a la desconexión digital ayudaría a que trabajar viviera en un ambiente sin estrés.

Evidentemente, en los resultados obtenidos en la Tabla N°05, es notorio que el 50% de abogados litigantes especializados en la rama laboral del sector Público y Privado de la ciudad de Chiclayo manifiestan que están de acuerdo de que los medios tecnológicos son peligrosos y que llega a afectar el descanso laboral del trabajador, el 40% de están totalmente de acuerdo, el 8% no opinan, en cambio el 2% manifiestan que están en desacuerdo, siendo relacionado la investigación con el resultado acercado por Bonilla, M. (2018). En su artículo, "Control Tecnológico De La Prestación Laboral Y Derecho A La Desconexión: Claves Teóricas Y Prácticas", fundamenta que las utilidades de la tecnología digital tiene una gran relación con el trabajo laboral ya que los empleadores utilizan la tecnología a su favor facilitando instrumentos de trabajo fuera de la jornada laboral violando la protección del propio trabajador.

5. Conclusiones

1. Tras el avance de las nuevas tecnologías, se ha logrado cambiar la modalidad de trabajar, siendo esto un aspecto positivo, también ha causado algunas infracciones en los derechos de los trabajadores, es por ello que tomando en cuenta el objetivo general en la cual indica sobre la incorporación de la desconexión tecnológica laboral al decreto legislativo N°854 para que se proteja el derecho al descanso del trabajador, permitiendo que este derecho represente una innovación en el ámbito de los vínculos laborales y especialmente en el ordenamiento jurídico, contribuyendo que se logre adecuar las TIC, para que se respete el derecho al trabajador y se logre prevenir el poder de dirección ya sea arbitraria e irregular.
2. Al analizar el artículo 25 de la constitución Política del Perú, en la cual estipula sobre la jornada ordinaria de trabajo, donde se logra rescatar o fundamentar que los trabajadores tienen derecho a descanso semanal y anual remunerados, pero se sabe que hoy en día con los avances de la tecnología, muchas veces el derecho al descanso laboral no es respetado en nuestro país, ya que existen pronunciamientos donde se manifiesta las afectaciones al derecho a la intimidad del trabajador por el uso de los medios tecnológicos, además también se han manifestado sobre las vulneraciones del derecho al descanso, por lo cual todavía no hay un pronunciamiento al respeto, ni mucho menos una legislación que lo ampare, evidenciándose que muchas veces los medios tecnológicos han permitido que el trabajador pueda recibir llamadas, mensajes y correos electrónicos, por cualquier medio de comunicación, fuera de su jornada laboral, siendo esto beneficioso para la empresa.
3. El empleador hace uso de la tecnología para emitir órdenes a los trabajadores fuera de su jornada laboral, vulnerando sus los derechos fundamentales, como es el derecho al descanso, disfrute del tiempo libre, la salud y la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, de esta manera se logra manifestar el impacto negativo en la vida personal del trabajador que puede llegar a perjudicar a su estado de salud, evidenciándose cuadros de estrés, también afecta al nivel familiar y se manifiesta cuando el trabajador se comienza aislar y pasa más tiempo encerrado enfocado en su trabajo, produciéndose conflictos familiares siendo esto motivo de separación, y en lo laboral puede causar graves consecuencias, ya que el trabajador no podrá laborar como antes, debido a que su estado corporal, psicológico y mental, produce que se disminuya su productividad, Cabe mencionar que el ser humano no es una máquina ya que puede presentar algún problema o perjuicio y por esta razón es que se establece la regulación del derecho a la desconexión tecnológica para poder poner límites, ya que de nada sirve garantizar los derechos del trabajador si es que no goza de una buena salud para seguir laborando.
4. Como se sabe el derecho a la desconexión laboral, se define como el derecho que tienen todos los trabajadores a no desarrollar actividades fuera de la jornada de trabajo, ni a ser contactado por el empleador o sus representantes a través de los medio tecnológicos durante sus tiempo de descanso, así mismo, el

trabajador tiene derecho no cumplir tareas cuando se le afecten sus derechos, por lo cual se identificó mecanismos de solución que permitirán alternativas de cambio para que se asegure el derecho a la desconexión tecnológica en el descanso laboral del trabajador, dándose a conocer, que se implemente un sistema de inspecciones para orientar al trabajador y empleador y también sancionar en caso que se incumple el derecho a la desconexión tecnológica; también resalta la responsabilidad del empleador ya que tiene el deber de cuidar a sus trabajadores, otro mecanismo de solución es que en los contratos de trabajos se aplique como una cláusula más, el derecho a la desconexión tecnológica, este mecanismo ayudara prevenir, corregir y sancionar todo tipo de conducta que afecte el derecho al descanso, disfrute del tiempo libre, y salud del trabajador. Es por ello que se establecen los mecanismos necesarios para evitar riesgos por el exceso o abuso laboral y para que el trabajador no llegue a niveles de estrés o agotamiento por el aumento de las horas de trabajo.

5. El derecho a la desconexión Tecnológica Laboral, esta generado una gran debate y preocupación en diverso países ya que a raíz de los avances tecnológicos se descubrieron los efectos negativos en los trabajadores, es por ello que en el ordenamiento jurídico peruano es necesario establecer este derecho de manera perenne, mediante una ley específica, en la cual precisa la definición del derecho, además de su conducta transgresora de los derechos fundamentales, los sujetos y la sanción a imponer, evidenciándose la gran dificultad que tienen los trabajadores para poder defender sus derechos, por lo cual se propuso el proyecto ley N°01 con la finalidad de se establezca una Ley para Incorporar el Derecho a La Desconexión Tecnológica de manera perenne en el Ordenamiento Jurídico Peruano para proteger el Derecho al Descanso Laboral del Trabajador, así mismos se incorpore el derecho a la desconexión tecnológica al decreto N° 854, este proyecte ley se da porque existen varios vacíos legales, que muchas veces son aprovechados por el empleador para poder invadir el entorno personal del trabajador por el uso de la tecnología, permitiendo que el empleador abuse de su poder y envíe actividades laborales al trabajador sin respetar el horario de descanso.

6. Referencias

Álvarez, G. (2018). *Revista jurídica la desconexión tecnológica y como se incorpora al mundo profesional, España.*

Alonso. (2019). *Revista jurídica derecho del trabajo, 20ª edición, Madrid, Civitas Ediciones.*

Bonilla, M. (2018). *En su artículo Control Tecnológico De La Prestación Laboral Y Derecho A La Desconexión: Claves Teóricas Y Prácticas.*

Camán de la Cruz, K. (2020). *El derecho a la desconexión digital fuera del ámbito laboral, a propósito de la implementación del trabajo remoto. Maestrante en Derecho Laboral y de la Seguridad Social. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima.*

<https://actualidadlaboral.com/el-derecho-a-la-desconexion-digital-fuera-del-ambito-laboral-a-proposito-de-la-implementacion-del-trabajo-remoto/>

Cruz, K. (2019). *El derecho a la desconexión digital fuera del ámbito laboral, a propósito de la implementación del trabajo remoto, tras la declaración del estado de emergencia COVID, Universidad Nacional Mayor de San Marcos.*

Chanamé, J & Seminario, D. (2020). *En su artículo Jurídico, Desconexión digital, ¿el nacimiento de un nuevo derecho? Lima.*

Chanamé, J. (2020). *Jornada laboral, horario de trabajo y horas extra o sobretiempo. Bien explicado. LP-Pasión por el Derecho.*

<https://lpderecho.pe/jornada-trabajo-horario-horas-extras-sobretiempo/>

Chiuffo, F. (2018). *El Derecho a la Desconexión: contenidos y perspectivas para su implementación desde la experiencia francesa, (pp12).*

Díaz, José (2020). *Pautas para la regulación del derecho a la desconexión digital: los derechos fundamentales en el estado de emergencia. LP- Pasión por el derecho, Pontificia Universidad Católica del Perú. (PUCP). Lima.*

<https://lpderecho.pe/pautas-regulacion-desconexion-digital-derechos-fundamentales-emergencia/>

Fernández, B. Vianka. (2020). *Digitalización del trabajo: la jornada laboral y el “derecho a la desconexión digital”*. Pontificia Universidad Católica del Perú. (PUCP). Lima.

<https://www.enfoquederecho.com/2020/04/06/digitalizacion-del-trabajo-la-jornada-laboral-y-el-derecho-a-la-desconexion-digital/>

González, C. (2016). *Cómo el email puede aumentar tu estrés y disminuir tu productividad*, 2016. (Ubicado el 20/5/ 2018).

<https://hipertextual.com/2016/07/email-estresproductividad.>

Gómez, J. (2018). *La desconexión tecnológica del trabajador*, artículo científico, Chile.

Lazo, Marilù. (2020). *Perú reconoce derecho a la desconexión digital*. Abogada por la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP).

<https://thecryptolegal.com/peru-reconoce-derecho-a-la-desconexion-digital/>

López, Z. (2018). *Tesis para optar el Título profesional de Abogada, “Afectación Del Derecho A La Desconexión Laboral Por Parte Del Empleador Mediante El Uso De Las Tecnologías De La Comunicación En El Ordenamiento Jurídico Peruano.”* Universidad Nacional De Ancash “Santiago Antúnez De Mayolo”, Huaraz - Ancash – Perú.

Navarrete. (2017). *Jornada Laboral Y Tecnologías De La Incomunicación: “Desconexión Digital”, Garantía Del Derecho Al Descanso, fundamenta sobre las creaciones tecnológicas relacionándolo con el mundo digital, tesis para optar el grado de título, Universidad de Jaén.*

Mella, M. (2016). “Nuevas tecnologías y nuevos retos para la conciliación y la salud de los trabajadores” I, Trabajo y Derecho.

Melissa Távara, R. (2019). *Tesis El Uso De Las Nuevas Tic Y El Derecho A La Desconexión Laboral: Un Límite Al Poder De Dirección*, Chiclayo, Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo.

Molina, C. (2017). “El tiempo de los derechos en un mundo digital: ¿existe un nuevo “derecho humano a la desconexión” de los trabajadores fuera de jornada?”. *Revista de la Facultad de Derecho, Tomo LXVII.*

<http://www.revistas.unam.mx/index.php/rfdm/article/download/62482/54956.>

Organización Internacional del Trabajo. (2020). *El COVID-19 y el mundo del trabajo: Estimaciones actualizadas y análisis*. 1–23.

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms_740981.pdf.

Pacheco, Kelly, G. (2018). *Regulación del Derecho de Desconexión Laboral de los Trabajadores, como garantía de la Tutela de sus derechos fundamentales. Tesis par optar el título profesional de abogada*, Universidad Andina del Cusco.

Pomares, M. (2017). *La desconexión digital de los trabajadores: ¿un nuevo derecho laboral?*

Rojas, R. (2019). *Definición jurídica de la Desconexión Tecnológica*, artículo Jurídico.

Rivera, Quintana, Susan, C. (2020). *El derecho a la Desconexión a propósito de las TIC's como parte del Derecho Fundamental al Descanso. Tesis para optar el título de Segunda Especialidad Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social*, Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

<https://lpderecho.pe/desconexion-digital-nacimiento-nuevo-derecho/>

Torres, Cansino, O. (2018) *Tesis Para Obtener El Título Profesional De Abogado: El reconocimiento del derecho a la desconexión tecnológica en la legislación peruana como límite a la facultad de dirección laboral*, Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.