



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS POLÍTICAS Y  
ECONÓMICAS  
CARRERA DE DERECHO**

**TEMA:**

---

**DERECHO A LA DESCONEXION LABORAL EN EL ESTADO  
CONSTITUCIONAL DE DERECHOS Y JUSTICIA**

---

Trabajo de Titulación Curricular, modalidad proyecto de investigación, previo a la obtención del título de Abogada.

**Autora**

Soto Flores Doménica Michelle

**Tutor**

Ab. Mosquera Narvárez Germán Alberto,  
MSc.

QUITO – ECUADOR

2022

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,  
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA  
DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Doménica Michelle Soto Flores, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular con el nombre, como requisito para optar al grado de “Abogada”, autorizo al sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI)

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 09 días del mes de agosto de 2022, firmo conforme:

Autor: Doménica Michelle Soto Flores

Firma: .....  
Número de Cédula: 1723256093  
Dirección: Machala y Sabanilla – Ecuador  
Correo Electrónico: doricamichellesoto@gmail.com  
Teléfono: (+593) 096 078 6052/ 097 920 6740

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración Curricular “EL DERECHO A LA DESCONEXION LABORAL EN EL ESTADO CONSTITUCIONAL DE DERECHOS Y JUSTICIA” presentado por Doménica Michelle Soto Flores, para optar por el Título de Abogada.

### **CERTIFICO**

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte de los pares evaluadores que se designe.

Quito, 12 de septiembre de 2022



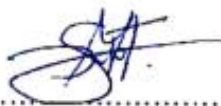
.....

Ab. Germán Alberto Mosquera Narvárez, MSc.

## **DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD**

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título por el Título de Abogada, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 12 de septiembre de 2022



.....  
Doménica Michelle Soto Flores  
C.C: 1723256093

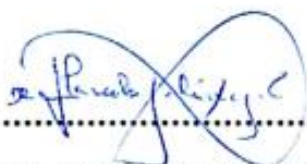
## APROBACIÓN

El trabajo de Integración Curricular, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: EL DERECHO A LA DESCONEXION LABORAL EN EL ESTADO CONSTITUCIONAL DE DERECHOS Y JUSTICIA, previo a la obtención del Título de por el Título de Abogada, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular..

Quito, 13 de septiembre de 2022



.....  
Ab. ASDRUBAL HOMERO GRANIZO HARO, MSc.  
**LECTOR**



.....  
Ab. MARCELO GEOVANNI GALARRAGA CARVAJAL, MSc.  
**LECTOR**

## **DEDICATORIA**

El logro de una meta no solo se debe al esfuerzo individual invertido, sino también, a todas aquellas personas que sacan lo mejor de ti y en momentos difíciles se convierten en el soporte necesario para continuar. Este trabajo es producto de la confianza y afecto de quienes me han acompañado en todo mi proceso educativo y han aportado significativamente en mi vida; es por eso que esta investigación es dedicada a cada uno de ustedes.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco infinitamente el apoyo, amor y paciencia de mi familia: mamá, papá, Connie, Eduardo, sin ustedes llegar a este punto hubiera sido imposible, le agradezco a la vida que ustedes sean mi soporte en cada decisión que tomo. Mis docentes y aquellas personas extraordinarias que pude encontrarme en el transcurso de la carrera Lissette, Raquel, Sebastián, Shakira, Janina, Micaela, Nicole, mi mejor amiga y Daniel, quien ha estado incondicionalmente para mí, en mis éxitos y mis frustraciones, dándome la mano para que no decaiga y siendo día a día el impulso y complemento que necesitaba.

Cada uno de ustedes, con su buena voluntad y cariño lograron que me convierta en la persona que soy actualmente, agradecerles es lo mínimo que puedo hacer a cambio de lo mucho que hicieron en mí.

## INDICE

<b>APROBACIÓN DEL TUTOR</b> .....	3
<b>DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD</b> .....	4
<b>APROBACIÓN</b> .....	5
<b>DEDICATORIA</b> .....	6
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	7
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	10
<b>Método</b> .....	11
<b>La revolución digital</b> .....	11
<b>Neoconstitucionalismo y dignidad humana en una sociedad digitalizada</b> .....	12
<b>Ecuador y la desconexión digital</b> .....	14
<b>CONCLUSIONES</b> .....	17
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	18



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS POLÍTICAS Y**  
**ECONÓMICAS**  
**CARRERA DE DERECHO**

**TEMA:**

**DERECHO A LA DESCONEXION LABORAL EN EL ESTADO**  
**CONSTITUCIONAL DE DERECHOS Y JUSTICIA**

**Autora**

Soto Flores Doménica Michelle

**Tutor**

Ab. Mosquera Narvárez Germán Alberto,  
MSc.

**Resumen Ejecutivo**

La revolución digital constituye un hecho que ha delimitado un antes y un después en la sociedad, acarreado que la tecnología nos dote de ubicuidad y nos reste nociones esenciales como la disponibilidad. La hipercomunicación ha invisibilizado nuevas esferas de vulneración vinculadas a la dignidad humana y ha traído consigo una serie de consecuencias negativas, por lo que este documento aborda la incidencia de las TIC haciendo énfasis en el contexto laboral, donde a día de hoy existen derechos que se pueden ver fácilmente comprometidos. Considerando que el Estado Constitucional de derechos y justicia, surge para amparar preceptos inviolables y ampliar el catálogo de derechos de forma progresiva, el derecho a la desconexión laboral nace como una transformación del derecho al descanso y ocio, cuyo reconocimiento debe perfeccionarse dentro de la normativa ecuatoriana para que no sea una mera formalidad y se garantice su materialización.

**Palabras clave:** Descanso, dignidad humana, neoconstitucionalismo, ocio, TIC

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS POLÍTICAS Y**  
**ECONÓMICAS**  
**CARRERA DE DERECHO**

**TOPIC:**

**RIGHT TO DISCONNECT FROM WORK ON THE CONSTITUTIONAL RIGHTS AND JUSTICE STATE**

**Author**

Soto Flores Doménica Michelle

**Mentor**

Ab. Mosquera Narváez Germán Alberto,  
MSc.

**Abstract**

The digital revolution is a fact that has marked a before and after in society, and technology has given us ubiquity and subtracted essential notions such as availability. On the other hand, hyper-communication has made invisible new spheres of violation linked to human dignity and has brought with it a series of negative consequences, so this document addresses the impact of ICTs with emphasis on the labor context, where today there are rights that can be easily compromised. Considering that the Constitutional State of rights and justice arises to protect inviolable precepts and expand the catalog of rights progressively, the right to work disconnection is born as a transformation of the right to rest and leisure, whose recognition must be perfected within the Ecuadorian regulations so that it is not a mere formality and its materialization is guaranteed.

**Keywords:** Human dignity, neo-constitutionalism, leisure, digital revolution, ICT, rest

Checked by

Lcda. Lucila Estefanía Quezada Tobar

EFL Teacher

Indoamerica University, Quito-Ecuador Campus

Wednesday, August 17th 2022 10H15

**INTRODUCCIÓN**

Con el apareamiento y avance de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), la sociedad ha ido sufriendo profundas transformaciones en diferentes ámbitos, la capacidad de sobrepasar grandes distancias, ahorrar tiempo y tener al alcance de nuestras manos no solo información, sino también herramientas de comunicación, nos brinda

tantas facilidades que vemos manifestaciones de la tecnología principalmente en campos como la salud, educación, trabajo, entre otros. En ese sentido, siendo las TIC el eje común del desenvolvimiento de la sociedad, podemos cuestionarnos qué tan dependientes y hasta cierto punto “esclavos” somos de la tecnología, por lo que la presente investigación aborda cuál es la incidencia de las TIC con respecto a la dignidad de las personas, tomando como punto central de discusión la precarización del trabajo, descanso y ocio causadas por la hipercomunicación a la que nos encontramos sometidos.

Además, al análisis se agrega la variable traída por la corriente neoconstitucionalista que posiciona al Estado constitucional de derechos y justicia, con un rol trascendental en relación a la adopción de garantías y materialización de los derechos. El presente texto hace especial énfasis en el respeto de los derechos sociales y la dignidad humana; y a partir de ello, aproximarnos al desarrollo de conceptos jurídicos que consoliden a la desconexión laboral como nuevo derecho.

### **Método**

Este trabajo se realiza en base al estado del arte de temas vinculados con las TIC, el neoconstitucionalismo, la dignidad humana y los derechos al descanso y ocio, por lo que, para alcanzar los resultados que versan sobre la pregunta de investigación se fijarán dos enfoques: cualitativo y cuantitativo; es decir, se realizará un abordaje teórico-jurídico de lo concerniente a las TIC y los derechos constitucionales conexos a la dignidad humana; y de igual manera se considerarán datos estadísticos de organismos o instituciones que contengan información referente al uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación para plantear la existencia de la hiperconexión y la necesidad del derecho a la desconexión laboral.

### **La revolución digital**

Para poder iniciar con este apartado debemos considerar que nos encontramos en pleno apogeo tecnológico, luego de atravesar una tercera revolución industrial siendo una sociedad de la información, a una cuarta que se puede describir como una era digitalizada debido a la generalización del uso de las TIC (Villar Mir, 2020, p. 165), es menester comprender de forma breve el concepto de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), que engloba aquellas herramientas originadas por los avances de la tecnología y la ciencia con respecto a las telecomunicaciones e informática, de este modo, las TIC son un vínculo entre todas aquellas actividades que se involucran con el acceso, manejo y almacenamiento de la información, misma que puede ser transferida o comunicada por medio de redes, servicios o terminales informáticas, aplicadas para la satisfacción y facilitación de requerimientos primordiales vinculados a las condiciones humanas personales y de interacción social.

Por consiguiente, en esta era se han consolidado vertiginosamente nuevas herramientas de comunicación en razón de la constante innovación de dispositivos electrónicos y creación de nuevas redes informáticas (entre estas el Internet), mismas que según la Cumbre Mundial de la Sociedad de la Información (2003), repercuten en todos los aspectos de nuestras vidas, y permiten que alcancemos niveles más elevados de desarrollo en virtud de que se ha logrado difuminar barreras tradicionales de espacio-tiempo, y éstas tienen potencial para ser usadas en beneficio de millones de personas en todo el mundo.

Entonces, si bien las TIC han traído consigo una serie de aspectos positivos, aportando de gran forma a un cambio de paradigmas sociales, de tal manera que se han configurado

como el motor para el desarrollo de ciertas actividades cotidianas, dentro de campos en los que décadas atrás sería inimaginable su aplicación como por ejemplo la telemedicina, la educación virtual y el trabajo remoto, asimismo han proporcionado ciertos desafíos y nuevas necesidades.

Sánchez Duarte (2008), es clara al mencionar que las TIC son neutras y dependen en su totalidad del uso que se les otorgue, por lo que, así como pueden ser orientadas al desarrollo integral de la sociedad, también pueden favorecer a desigualdades y problemas sociales. (p.157) Debemos aceptar que la tecnología ha logrado disolver la noción de “disponibilidad” y “tiempo”, otorgándoles a los seres humanos una característica que no corresponde como tal a nuestra naturaleza, sino que la adquirimos mediante las TIC. La ubicuidad tecnológica debe ser motivo para plantearnos si en realidad estamos ejerciendo plenamente nuestros derechos, o si por otra parte, hemos invisibilizado nuevas maneras de vulneración.

### **Neoconstitucionalismo y dignidad humana en una sociedad digitalizada**

Anteriormente hicimos referencia a que existe un amplio desarrollo científico y tecnológico universal, para lo cual es preciso señalar que si hablamos de cambios sociales, simultáneamente se deberá reconocer la versatilidad del derecho para adaptarse al presente y ser un elemento del hombre y para el hombre. Puesto que uno de los principales propósitos del derecho es constituir un mecanismo que regule y resuelva los desafíos sociales de los individuos o de la comunidad, precautelando su bienestar, armonía y dignidad.

Dicho de otro modo, en plena era digital, el derecho debe actuar de manera progresiva, generando nuevos espectros de protección y regularización o ampliando el alcance de derechos preexistentes. Desprendiéndose así, una serie de problemáticas que deben ser abarcadas como: la regulación de la información, la protección de datos personales, la regulación jurídica del internet, la propiedad intelectual e informática, delitos informáticos, contratos informáticos, comercio electrónico, *spam*, aspectos laborales de la informática, valor probatorio de los documentos electrónicos, democracia electrónica, entre otros. (Téllez Valdés, 2009, pp. 14-15)

Centrándonos únicamente en los aspectos laborales, considerando que el tiempo de trabajo, el descanso y ocio son eje central dentro de ésta relación de subordinación, a vista de que inciden directamente en el bienestar, productividad, salud física y mental de los trabajadores; factores garantizan la calidad de vida dentro del trabajo y también fuera de éste (Organización Internacional del Trabajo, 2018, p. 2), es pertinente retomar la idea de que la tecnología de manera atípica “facilita la intromisión del trabajo remunerado en los espacios y tiempos reservados para la vida personal” (Organización Internacional del Trabajo & Eurofound, 2019, p.1) por lo que se abre la posibilidad de vulneración en varias esferas conexas a la dignidad humana.

En ese contexto, la dignidad de forma abstracta ha sido analizada a partir de varios criterios, pero, la doctrina coincide que ontológicamente se la debe entender desde valor que cada persona tiene, y simultáneamente la opinión jurídica afirma que la dignidad *per se* es el carácter que nos dota de derechos, en otras palabras, es el derecho a tener derechos. (De Miguel Beriain, 2005, 325-356)

Por ende, recaemos en la garantía de derechos fundamentales, que se constituyen como instrumentos que protegen intereses básicos para el desarrollo integral de las personas (Rodríguez, 2015, p. 121), mismos que para su materialización han recorrido una gran trayectoria dentro del constitucionalismo, debido a los cambios paradigmáticos de los modelos de Estado.

Con la llegada del neoconstitucionalismo, la concepción positivista evolucionó y consigo la Constitución pasó de verse como un límite de los poderes públicos a una norma directiva fundamental de garantía de los derechos inviolables de las personas, siguiendo una línea de valores constitucionales (Fioravanti, 2016, pp. 121-126) que permitieron la expansión de los derechos.

En América Latina principalmente los derechos económicos, sociales y culturales, los derechos de los pueblos indígenas, al igual que los derechos de la naturaleza tuvieron un amplio desarrollo; en particular la Constitución ecuatoriana, evitó dicotomías entre los derechos de primera y segunda generación que presentaron otros países, determinando que todos los derechos tienen igual jerarquía, así también, reconociendo que aquellos que están contenidos en instrumentos internacionales, son de carácter vinculante y están a la par de la Constitución. (Ávila Santamaría, 2014, pp. 60-63)

Así pues, en el Estado Constitucional de Derechos y Justicia, el derecho al trabajo, al descanso y ocio se encuentran reconocidos no solo por la Constitución sino también por los instrumentos internacionales. Cabalmente, la norma suprema ecuatoriana dedica un apartado para mencionar los derechos de libertad, el numeral 2 del artículo 66 menciona expresamente al “trabajo, empleo descanso y ocio” (Asamblea Nacional, 2008), así como los artículos 32, 33, 325 y siguientes y el 383 ibidem. En esta dimensión, también los instrumentos internacionales establecen estos derechos en los artículos 23 y 24 de la Declaración Universal de Derechos Humanos, los artículos 14 y 15 de la Convención Americana de Derechos Humanos, los artículos 6 y 7 del Pacto internacional de derechos Económicos, Sociales y Culturales.

De este modo, tanto los organismos internacionales, como el Estado ecuatoriano buscan proporcionar una vida digna y si consideramos que los derechos son “inalienables, irrenunciables, indivisibles, interdependientes y de igual jerarquía” (Asamblea Nacional, 2008, Art, 11.6), la vulneración de cualquiera de estos atenta directamente al bienestar integral de las personas en varios aspectos.

Entonces, es preciso centrar nuestra atención en los derechos al descanso y ocio interrelacionados con los derechos laborales, ya que, desde esta perspectiva se vuelve necesario recordar la necesidad de limitar el tiempo de trabajo, es así que Fernández Veintimilla (1982) escudriña a la jornada laboral desde aspectos relacionados con la salud, higiene, y familia, aseverando que existen consecuencias contraproducentes en la vida del trabajador si esta no se regula, ya que no hablamos de simples objetos o máquinas, sino de seres que requieren de periodos de descanso para saciar sus necesidades básicas como dormir, compartir con su familia, atender su salud e intereses propios, cumplir con obligaciones externas, entre otros; teniendo en cuenta que cualquier persona tras realizar esfuerzos físicos o mentales, gasta energías y de no tener espacios de descanso, la fatiga y el cansancio terminan sabotando al trabajador quien es el elemento más importante de producción. (pp. 14-21)

Así mismo, Lastra (1997) refiere que el trabajo continuo puede ser desventajoso porque ocasiona un rendimiento bajo en la producción, situación que resultaría inversamente proporcional a la duración de la jornada e incluso representa un riesgo de accidentes de trabajo (p. 424). Por lo que, trabajar sin tiempos límite tiene consecuencias negativas también para las empresas y su estabilidad, es decir, determinar una jornada de trabajo con los horarios laborales bien distribuidos nos aleja de la explotación o esclavitud y promueve el cumplimiento de un trabajo decente que fortalezca las “condiciones de libertad, equidad, seguridad y dignidad humana” (Organización Internacional del Trabajo, 1999), lo que garantiza que las empresas también permanezcan estables y se optimice la capacidad de cada uno de los trabajadores al momento en el que desarrolla sus actividades.

### **Ecuador y la desconexión digital**

Ecuador, al igual que el resto del mundo, aspira garantizar el acceso a las TIC como un derecho, pero nadie pudo prever que la pandemia del COVID-19, iba forzar a toda la población mundial a implementarlas en cada una de sus actividades diarias. Es así que, al 2020 se registró un incremento significativo de uso de aparatos electrónicos e internet; demostrando que hay un 70.7% de personas que lo utilizan a nivel nacional, en áreas urbanas un 77.1% y en áreas rurales 56.9% ,a diferencia del 2013 en el que estas cifras rondaban entre el 40.3% a nivel nacional, 47.5% en áreas urbanas y 25.3% en áreas rurales. (INEC, 2021, p.13)

Por ello también se debe entender que el uso de redes sociales y plataformas de mensajería instantánea también incrementaron, en el 2020 se hablaba de una población total de 17.630.690, de los cuales el porcentaje de población mayor a cinco años era de 16.249.825 y de éstos, el 47.4% utiliza redes sociales. (INEC, 2021, p.22) Kepios, establece que para el año 2022, los usuarios ecuatorianos de redes sociales aumentaron entre un 4.3% en contraste con el 2021, apps de las que destacamos Facebook, Messenger, Instagram y LinkedIn. (Kemp et al., 2022), herramientas de comunicación de las que incluída WhatsApp y Correo Electrónico también sirven como medio de comunicación entre el empleador y el trabajador.

A este punto, es evidente la generalización de la hiperconexión o hipercomunicación, que si bien puede entrar en tela de duda si se habla de dependencia tecnológica o simplemente de un mal hábito de no poder estar apartados de los dispositivos electrónicos o el internet, afecta a unos más que a otros (Sánchez- Carbonell et al., 2008, pp.149-159). La ubicuidad y la disponibilidad sin horarios dentro de las relaciones laborales conlleva a que existan trabajadores realizando “tareas por fuera del límite impuesto por la jornada laboral, que sin ser teletrabajo y sin remunerarse como horas extra, son una clara muestra de la violación de los derechos mínimos al descanso, a la salud y a la familia” (Naranjo Colorado, 2017, p. 50)

Considerar que no existen diferencias entre la conectividad y la disponibilidad permanente, implica difuminar la barrera de la vida privada y la profesional (*blurring*), y por ende, favorecer la flexibilidad laboral (Fernández Avilés, 2018, pp.8-10), promoviendo efectos como el *workaholism*, el *burn out*, ansiedad, tecnoestrés, tecnofatiga o *data-smog*, *computer hassles*, *crackberry*, *leaveism*, entre otras consecuencias psicosociales (Purcalla Bonilla, 2020, pp.115-116).

Resultados que se obtienen a causa de un mal diseño y organización del trabajo y no dependen como tal del individuo sino de su entorno (Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el trabajo, n.d.) y eventualmente pueden pasar de ser un problema individual a un problema de salud pública (Gil- Monte, 2012, p.238).

Partiendo de la premisa “ El hombre trabaja para vivir y no vive solamente para trabajar” (Fernandez Veintimilla, 1982), en una sociedad en las que las TIC han incidido de manera descomunal en la mayoría de los hábitos humanos, como discusión se presenta la necesidad de garantizar el derecho a la desconexión digital o desconexión laboral, como una transformación del derecho al descanso y al ocio vinculado con los derechos digitales.

Plantear a la desconexión digital como un derecho cuya esencia radica en buscar armonizar y equilibrar la vida laboral, la tecnología y la vida privada como respuesta a la hipercomunicación y sus consecuencias negativas, protege otros derechos fundamentales como la integridad en todas sus formas, el libre desarrollo, la libre asociación, la intimidad, acceder a participar de la vida cultural en la comunidad, la privacidad, seguridad, salud y demás.

En tal sentido, la desconexión constituye un límite a la comunicación con fines laborales fuera del establecimiento y de las jornadas de trabajo, sin que éste represente un incumplimiento por parte del trabajador y merme o precarice derechos. Para algunos autores como Rosenbaum Carli (2020), este derecho para poder materializarlo requiere de la implementación de deberes u obligaciones y sus respectivas consecuencias. (p.2)

Por ello es pertinente tener en cuenta que, de manera similar a los datos obtenidos de Ecuador, Francia mediante un informe denominado *Eleas* en 2017 recabó que el 37% de trabajadores activos hacen uso de las TIC fuera de sus jornadas laborales, por lo que el 62% de la población encuestada exigía este derecho, a pesar de que podría considerarse que previamente en este país ya existía una génesis de la desconexión por su Acuerdo Nacional Interprofesional (2013) cuyo artículo 17 hace mención al uso respetuoso de las TIC con respecto a la vida privada de los trabajadores, artículo que ha servido como modelo precursor para otros países de Europa y el resto del mundo quienes han adoptado paulatinamente medidas dentro de normativas o contratos.

Para Ecuador, es un derecho nuevo que tuvo sus primeras luces en la pandemia, dentro del Acuerdo Ministerial Nro. MDT-2020-181, estableciendo en el artículo 5 que:

Del derecho a la desconexión.- Una vez finalizada la jornada de trabajo, el empleador garantizará el derecho a la desconexión del trabajador, el cual será de al menos doce horas continuas en un periodo de veinte y cuatro horas; y, durante el cual el empleador no podrá establecer comunicaciones con el teletrabajador, ni formular órdenes u otros requerimientos, salvo en el caso que se verifique una o más de las circunstancias previstas en el artículo 52 del Código del Trabajo.

El trabajador tendrá derecho a mantener el tiempo de descanso que mantenía en la modalidad presencial, incluyendo el tiempo de almuerzo. En los casos de jornada parcial o jornadas especiales, se deberá establecer un tiempo de descanso al menos cada cuatro horas de teletrabajo continuo.

El tiempo utilizado para el descanso, formará parte del derecho a la desconexión del trabajador. (Ministerio del Trabajo, 2020)

Y en concordancia con lo anterior, la Disposición Reformativa Primera de la ley s/n, R.O. 229-S, 22-VI-2020 que agrega contenido que versa sobre el teletrabajo y la desconexión a los artículos:

Art. 16 del Código de Trabajo.

...El empleador deberá respetar el derecho del teletrabajador a desconexión, garantizando el tiempo en el cual este no estará obligado a responder sus comunicaciones, órdenes u otros requerimientos. El tiempo de desconexión deberá ser de al menos doce horas continuas en un periodo de veinticuatro horas. Igualmente, en ningún caso el empleador podrá establecer comunicaciones ni formular órdenes u otros requerimientos en días de descanso, permisos o feriado anual de los trabajadores. (Asamblea Nacional, 2020, p. 25)

Art. 25 de la Ley Orgánica de Servicio Público

...La institución empleadora deberá respetar el derecho del teletrabajador a la desconexión, garantizando el tiempo en el cual este no estará obligado a responder sus comunicaciones, órdenes u otros requerimientos. El tiempo de desconexión deberá ser de al menos doce horas continuas en un periodo de veinticuatro horas. Igualmente, en ningún caso el empleador podrá establecer comunicaciones ni formular órdenes u otros requerimientos en días de descanso, permisos o feriado anual de los trabajadores. (Asamblea Nacional, 2020, p.26)

Se vuelve oportuno recordar que la hipercomunicación no es un problema que nació como tal en pandemia por el teletrabajo, a pesar de que indudablemente estas circunstancias profundizaron sus problemáticas y con ello la necesidad de regular el derecho a la desconexión, países como Francia, Italia y España ya comenzaron a normarlo desde el 2016. Por ello, en el Ecuador, se requiere ir más allá del trabajo remoto para ampliar el espectro de protección cuyas secuelas del COVID-19 se están reflejando con más fuerza en la presencialidad post-pandemia.

El Acuerdo Ministerial y las disposiciones reformativas, son las únicas que hablan sobre la desconexión digital, y lastimosamente carecen de rigidez y de sentido, dado que no brindan las herramientas necesarias para su materialización. Vemos la mención breve de un derecho tan amplio, en un par de líneas llenas ambigüedades y vacíos, cuando lo que se requiere es que exista un reconocimiento pleno y particular de la desconexión que cumpla con la estructura básica de una norma jurídica que como lo menciona Cárdenas García (2009) deben contener tres aspectos: el supuesto jurídico (los hechos), la relación jurídica (el vínculo entre el supuesto jurídico y la consecuencia jurídica) y la consecuencia jurídica (sanción) (p.97) por lo que, con respecto a éste último, al no haber consecuencias jurídicas, la norma no es más que una mera formalidad escrita en papel cuyo cumplimiento sigue estando alejado de la realidad.

En ese marco, este derecho tiene la necesidad de regularse desde tres perspectivas: social, por cuanto protege integridad del trabajador; jurídico al determinar límites a la duración de la jornada de trabajo, y económico, porque ante el exceso en la duración de la jornada se debe imponer un coste de la producción, en favor de los beneficios de la empresa (Vallecillo Gámez, 2020, p. 217)



Consecuentemente, las leyes ecuatorianas establecen ciertos mecanismos cuyos objetivos son respetar la jornada laboral y el tiempo del trabajador, como el artículo 55 del Código de Trabajo vigente y de forma similar el artículo 144 de la Ley Orgánica de Servicio Público (LOSEP) que en caso de que los trabajadores o servidores públicos deban exceder los límites impuestos a la jornada, el tiempo que inviertan se reconocerá con el pago de horas suplementarias o extraordinarias; artículos que fácilmente pueden vincularse al derecho a la desconexión.

Por lo que, debería entenderse que una vez que termina la jornada laboral nos encontramos en el tiempo de descanso del trabajador y si en este lapso de tiempo el empleador requiere comunicación telemática con fines laborales, independientemente de si el empleado o servidor desempeña sus labores presenciales o de teletrabajo, este tiempo debe ser reconocido económicamente y en caso de incumplimiento, debe estar totalmente facultado para reclamarlo.

## CONCLUSIONES

Las Tecnologías de la Información y Comunicación además de incidir en la esfera laboral, han condicionado nuestra vida, gran parte de nuestros hábitos y actividades cotidianas, proporcionado no solo conocimiento y acceso ilimitado a la información, sino también nuevos desafíos y necesidades. Problemáticas, de las que el Derecho se ha adaptado generando nuevas esferas de protección y regularización o ampliando el alcance de derechos preexistentes, sobre todo con lo que respecta a la privacidad e intimidad personal, el descanso, y el ocio tras la aparición de consecuencias negativas que han traído consigo las TIC.

Los datos estadísticos han reafirmado un incremento del uso de las TIC, de la mano con el aumento de usuarios en plataformas de comunicación instantánea como Facebook, Messenger, Instagram y LinkedIn, añadiendo a esta lista WhatsApp y Correo electrónico que también se han establecido como medio de comunicación entre empleador y trabajador y cuyo uso constante nos ha sometido a estar hiperconectados y disponibles de forma permanente.

La doctrina permitió reconocer a la hipercomunicación como algo desventajoso que genera conflicto entre las relaciones personales, familiares y las laborales dado que representa riesgos directos en el cumplimiento de otros derechos de las personas como la salud física y mental, la integridad en todas sus formas, el libre desarrollo, la libre asociación, la intimidad, acceder a participar de la vida cultural en la comunidad, la privacidad, seguridad y demás, por lo que se estaría contraponiendo al concepto de dignidad humana y trabajo decente.

Al analizar la corriente neoconstitucionalista como garantía de preceptos indispensables, se logró determinar que esta ha jugado un papel imprescindible en la ampliación del catálogo de derechos y el Ecuador ha velado por hacer prevalecer la dignidad humana y su integridad, reconociendo no solo dentro de la Constitución los derechos al descanso y ocio, sino también en instrumentos internacionales, sin embargo el derecho a la desconexión laboral se ha desarrollado de forma vaga y tardía, y ni siquiera se ha podido consolidar una definición precisa, por ende, determinar una obligación a los empleadores sean éstos públicos o privados se torna complejo y aún más si nos referimos a sancionar el incumplimiento o valorar la extensión del tiempo de trabajo con fines de garantizar no solo el descanso y ocio, sino también otros conexos como la intimidad personal.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el trabajo. (n.d.). *Los riesgos psicosociales y el estrés en el trabajo / Safety and health at work EU-OSHA*. EU-OSHA. Retrieved July 22, 2022, from <https://osha.europa.eu/es/themes/psychosocial-risks-and-stress>

Asamblea Nacional. (2008). *Constitución de la República del Ecuador*.

Asamblea Nacional. (2020, junio 22). *LEY ORGÁNICA DE APOYO HUMANITARIO PARA COMBATIR LA CRISIS SANITARIA DERIVADA DEL COVID-19* [Suplemento N°229].

<https://www.registroficial.gob.ec/index.php/registro-oficial-web/publicaciones/suplementos/item/13070-suplemento-al-registro-oficial-no-229>

Ávila Santamaría, R. (2014). *El Neoconstitucionalismo Transformador: El Estado y el Derecho en la Constitución De 2008*. El Cid Editor Incorporated. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/79993>

Bussines France & Les États de la France. (2017). *Eleas*.

Cárdenas García, J. (2009). *Introducción al estudio del derecho*. Nostra Ediciones. <https://biblio.juridicas.unam.mx/bjv/detalle-libro/3260-introduccion-al-estudio-del-derecho-coleccion-cultura-juridica>

Cumbre Mundial Sobre la Sociedad de la Información. (2003). *Primera Fase de la CMSI. Declaración de Principios de Ginebra*. CMSI. Retrieved junio 22, 2022, from [https://www.itu.int/net/wsis/documents/doc\\_multi.asp?lang=es&id=1161%7C0](https://www.itu.int/net/wsis/documents/doc_multi.asp?lang=es&id=1161%7C0)

De Miguel Beriain, Í. (2005). *BOLETÍN DE LA FACULTAD DE DERECHO*, (Vol. 27). UNED. <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv.php?pid=bibliuned:BFD-2005-27-B68A6DC2&dsID=PDF>

Fernández Avilés, J. A. (2018, agosto). BOLETIN INFORMATIVO 28: El “derecho a la desconexión” como medida preventiva frente a los nuevos riesgos psicosociales derivados del cambio tecnológico. *Observatorio de Riesgos Psicosociales UGT*, (28), 8-15. <http://observatorioriesgospsicosociales.com/sites/default/files/publicaciones/Violencia%20y%20Acoso%20en%20el%20Trabajo.pdf>

Fernandez Veintimilla, E. (1982). *La jornada de trabajo* (Vol. I). Fondo de Cultura Ecuatoriana.

Fioravanti, M. (2016). *LOS DERECHOS FUNDAMENTALES: apuntes de historia de las constituciones (7a. ed.)*. Editorial Trotta, S.A. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/134321>

Gil- Monte, P. (2012). Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 29(2), 237-241. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342012000200012&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000200012&lng=es&tlng=es).

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2021, abril). Indicadores de tecnología de la información y comunicación [Encuesta Nacional Multipropósito de Hogares (Seguimiento al Plan Nacional de Desarrollo)]. In *Boletín Técnico N° 04-2021*.

Kemp, S., Hootsuite, & We Are Social. (2022, February 15). *Digital 2022: Ecuador — DataReportal – Global Digital Insights*. DataReportal. Retrieved July 16, 2022, from <https://datareportal.com/reports/digital-2022-ecuador>

L'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail (Anact). (2013). *ACCORD NATIONAL INTERPROFESSIONNEL*. FIRPS. Retrieved July 17, 2022, from <https://firps.org/wp-content/uploads/2016/04/accord-QVT.pdf>

Ministerio del Trabajo. (2020). *ACUERDO MINISTERIAL Nro. MDT-2020-181*. Ministerio del Trabajo. <https://www.trabajo.gob.ec/wp-content/uploads/2020/09/AM-MDT-2020-181-TELETRABAJO-14.09.2020-signed.pdf?x42051>

Naranjo Colorado, L. D. (2017). Vicisitudes del nuevo derecho a la desconexión digital: Un análisis desde la base del derecho laboral. *Saber, Ciencia y Libertad*, 12(2), 49-57. <https://doi.org/10.18041/2382-3240/saber.2017v12n2.1531>

Organización Internacional del Trabajo. (1999). Memoria del Director General: Trabajo decente [87va reunión]. In *Conferencia Internacional del Trabajo*. Oficina Internacional del Trabajo Ginebra. <http://www.oit.org/public/spanish/standards/relm/ilc/ilc87/rep-i.htm#Los%20derechos>

Organización Internacional del Trabajo. (2018). Garantizar un tiempo de trabajo decente para el futuro. In *Conferencia Internacional del Trabajo, 107.ª*. Ginebra. [https://labordoc.ilo.org/discovery/delivery/41ILO\\_INST:41ILO\\_V1/1251898850002676](https://labordoc.ilo.org/discovery/delivery/41ILO_INST:41ILO_V1/1251898850002676)

Organización Internacional del Trabajo & Eurofound. (2019). Trabajar en cualquier momento y en cualquier lugar: consecuencias en el ámbito laboral. In *Informe conjunto OIT* (Primera ed.). [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-santiago/documents/publication/wcms\\_723962.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-santiago/documents/publication/wcms_723962.pdf)

Purcalla Bonilla, M. Á. (2020). SEGURIDAD, SALUD LABORAL Y DESCONEXIÓN DIGITAL. *Temas laborales: Revista andaluza de trabajo y bienestar social*, (155), 109-128. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7801693>

- Rodríguez, J. (2015). *Principios, Fines y Derechos Fundamentales*. El Cid Editor Incorporated. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/53630>
- Rosenbaum Carli, F. (2020). Tecnología y relaciones laborales: lo viejo (derecho al descanso y subordinación) y lo nuevo (desconexión y gig economy), ¿una verdadera revolución? In *Noticias Cielo* (9th ed.). ADAPT University Press.
- Sánchez- Carbonell, X., Castellana, M., Chamarro, A., Beranuy, M., & Oberst, Ú. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20(2), 149-159. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122057007>
- Sánchez Duarte, E. (2008). Las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) Desde una Perspectiva Social. *Revista electrónica Educare*, XII(Extraordinario), 155-162. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194114584020>
- Téllez Valdés, J. (2009). *Derecho informático* (Cuarta ed.). Mc Graw Hill.
- Valenzuela, E. M., & Lastra Lastra, J. M. (1997). *Instituciones de derecho del trabajo y de la seguridad social*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Vallecillo Gámez, M. R. (2020). El derecho a la desconexión digital: perspectiva comparada y riesgos asociados. *Revista Internacional y Comparada de RELACIONES LABORALES Y DERECHO DEL EMPLEO*. [http://ejcls.adapt.it/index.php/rlde\\_adapt/article/view/836](http://ejcls.adapt.it/index.php/rlde_adapt/article/view/836)
- Villar Mir, J. M. (2020). El impacto en la sociedad de la era digital. In *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas. Intervenciones Académicas. Ciencias Económicas* (Fascículo 1 ed.). [https://www.boe.es/biblioteca\\_juridica/anuarios\\_derecho/articulo.php?id=ANU-M-2020-10016100178](https://www.boe.es/biblioteca_juridica/anuarios_derecho/articulo.php?id=ANU-M-2020-10016100178)