



### Teletrabajo: Recomendaciones para lograr trabajar desde la casa

Esta modalidad de trabajo representa varias ventajas, tanto para la empresa como para el trabajador, aunque también problemas, si no se cuenta con el perfil o la experiencia previa para hacerlo.

SANTIAGO.- El teletrabajo se muestra como una opción de prestar servicios de manera independiente, incluso desde el mismo hogar. Hoy son varios los ejemplos de empresas que están prefiriendo esta modalidad para darle "espacio" al trabajador, al tiempo de generar un ahorro en cuanto a espacios de trabajo en la compañía.

Con el fin de ayudar a los que realizan esta práctica, **Emol** conversó con algunos expertos en el tema, quienes entregaron algunos buenos datos para saber cómo poder desarrollar de mejor manera este tipo de trabajo a distancia.

Según Sebastián Siseles de Freelancer.com, cuando uno opta por el teletrabajo, como en cualquier otro, "uno debe preparar un lugar que sea cómodo, práctico y sin distracciones alrededor". Por esto, la idea es armar un espacio -en lo posible-, alejado de televisores o de pasillos que sean paso obligado del resto de las personas que habiten ese lugar. De no ser posible, se debe encontrar la manera de ponerse en un lugar cómodo en donde trabajar tranquilamente".

Siseles destaca que el teletrabajo da además algunas ventajas importantes en lo social y familiar. "Ésa es la gran ventaja y beneficio de trabajar desde casa. Te puedes ir con la familia de vacaciones y seguir trabajando un par de horas al día, despertarse a la mañana y llevar a los niños al colegio y regresar a casa a trabajar", comenta. También salir a una cena romántica durante un día de semana, por ejemplo, "y poder cumplir con los horarios, sin la presión del jefe", explica.

### Perfil del "teletrabajador"

Desde Trabajando.com destacan que lo ideal para el perfil de persona que decide hacer este tipo de trabajo, es que ya haya tenido experiencias laborales y por ende, "tenga un bagaje laboral. De esta forma sabemos que la persona ha tenido experiencia para trabajar en equipo y así va adquiriendo habilidades personales en la realización de las labores, lo que luego se demuestra cuando se trabaja desde la casa", comenta Álvaro Vargas, gerente general de Trabajando.com

Vargas agrega que las personas que no tienen, o que tienen poca experiencia laboral, "no son recomendables para trabajar desde la casa, principalmente porque esta misma falta de experiencia hace que no tengan tan desarrollado el manejo de habilidades blandas, como la responsabilidad, la puntualidad y la orientación al logro". Quien tenga escasa experiencia laboral va a ordenando sus tiempos para realizar diversas tareas, restando responsabilidad y orden, "por lo que es imposible que hagan un trabajo efectivo", enfatiza.

Desde Randstat, Paloma Alvear, senior psychologist en esa consultora, coincide en que lo bueno de trabajar en casa es que se puede "contar con autonomía para organizar el horario de trabajo y poder compatibilizar esto con las necesidades individuales y familiares", sobre todo si se tienen hijos menores. Además, asegura que se pueden disminuir los niveles de estrés que implican los desplazamientos entre el lugar de trabajo y la casa. "Específicamente, se reduce el estrés de los tacos y el gasto en transporte público o bencina", comenta.

Respecto de lo negativo, Alvear destaca que "se reduce la interacción con otros, ya que se baja el contacto con compañeros de trabajo y con jefes. Esto puede ser perjudicial para solicitar la colaboración de otros, y para incrementar responsabilidades, en caso de buscar mejores perspectivas de desarrollo profesional". Por ello, explica que lo aconsejable es utilizar esta modalidad solo algunos días a la semana, para no alterar demasiado las rutinas y no desvincularse del todo del ambiente laboral.

### **Mirado desde la empresa**

A nivel empresarial, la experta en Recursos Humanos indica que el teletrabajo supone un gran ahorro logístico, "puesto que las compañías pueden reducir los costos de arriendos de oficinas, además de bajar los gastos por electricidad, agua, calefacción, Internet, servicio de aseo, traslado, teléfono, entre otros".

En cuanto a los inconvenientes, éstos se relacionan "con una cuestión de efectividad y productividad, ya que hay menos control, se pierde la comunicación y es difícil evaluar el nivel de rendimiento del trabajador".

Foto: NYT  
EMOL  
Enero de 2013

### Artículos relacionados

Teletrabajo consideraría trabajo vía tecnología y regulación del empleo manual, por separado

Salud Ocupacional y el Teletrabajo

Teletrabajo mueve us\$ 500 millones en Uruguay

Expertos aconsejan para desarrollar la "telepresencia"

El escaso desarrollo de nuevos talentos ejecutivos en las empresas chilenas

Conozca sus debilidades y fortalezas para conseguir empleo

La importancia del Currículo en los Portales de empleos

Transforme su Programa de Prevención de Riesgos en un Sistema de Gestión en la Web..use la tecnología

Servicios y Productos Alianza PROVínculo & SIGWEB

Consultorías y Capacitación para las Empresas en Chile y Latinoamérica

Director de [www.sigweb.cl](http://www.sigweb.cl)