

## DESCONEXIÓN DIGITAL EN EL TRABAJO

Código: ADMAM0001\_V1

Duración: 60 horas

### OBJETIVOS:

Integrar medidas y estrategias efectivas de desconexión digital en tu compañía y adquirirás las herramientas necesarias para implementar el Protocolo de Desconexión Digital siguiendo todas las directrices de la normativa vigente.

### CONTENIDOS:

- **1. INTRODUCCIÓN A LA DESCONEXIÓN DIGITAL.**
- **2. EL DERECHO A LA DESCONEXIÓN DIGITAL.**
- **3. PANDEMIAS DEL SIGLO XXI: ESTRÉS Y SÍNDROME DE *BURNOUT*.**
- **4. IMPACTO DE LAS TECNOLOGÍAS EN EL ÁMBITO EMPRESARIAL.**
- **5. EL DERECHO DIGITAL DEL TRABAJADOR EN LA LOPDGDD Y EN LA LEY DE TRABAJO A DISTANCIA.**
- **6. PRL: SOBRECARGA TECNOLÓGICA E HIPERCONECTIVIDAD. BUENAS PRÁCTICAS.**
- **7. LISTA DE CONVENIOS ESTATALES QUE REGULAN EL DERECHO A LA DESCONEXIÓN DIGITAL.**