

¿Qué es el trabajo remoto? Aumenta tu productividad desde casa con esta guía completa

Juan Camilo Delgado

Desde la llegada de la pandemia por el COVID-19, la definición de lo que es el trabajo remoto ha tenido una gran influencia en la vida de miles de personas en todo el mundo. Los tiempos de trabajo en la oficina parecen de una era lejana, pero la tendencia del trabajo remoto ha ido creciendo, incluso, antes de las actuales circunstancias.

Los más recientes acontecimientos sólo han acelerado esta tendencia que muchas empresas han adoptado como parte de su esquema organizacional y que ha dejado importantes beneficios para la mayoría de personas involucradas en esta modalidad. Pero, ¿qué es el trabajo remoto? ¿Cómo trabajar desde casa? ¿Realmente es el futuro? Hemos escrito esta guía para que conozcas algunas ventajas y desventajas del trabajo remoto y te prepares para afrontar tus responsabilidades laborales desde tu hogar sin complicaciones.

También, te compartiremos algunos consejos para ser más productivo trabajando desde casa que aumentarán tu desempeño de una manera considerable, así como diferentes tips para evitar la distracción en el trabajo remoto.

¿Qué es el trabajo remoto?

El trabajo remoto es consiste en realizar las actividades laborales a distancia, ya sea desde casa u otra ubicación lejana.

Las responsabilidades del trabajo remoto son, prácticamente, las mismas que en un trabajo de oficina. Además, la relación empleado-empleador conserva los mismos reglamentos que en un ambiente presencial y, del mismo modo, se cumplen los horarios habituales de trabajo.

Originalmente, los trabajos remotos se relacionaban con profesiones relacionadas a las nuevas tecnologías pero, en los últimos años, la modalidad de trabajo remoto se ha extrapolado a otras industrias, puestos e, incluso, ha creado nuevas carreras que solo requieren el uso de una computadora.

La oportunidad de expandir las áreas de una empresa en diferentes locaciones, se ha vuelto posible gracias a entender los fundamentos sobre lo que es el trabajo remoto.

Áreas como marketing, recursos humanos, finanzas, tecnología o soporte, son algunos

de los rubros donde el trabajo remoto ha formado parte del día a día y continúa creciendo con el paso del tiempo.

Actualmente, es común conocer a muchas personas que hacen parte del trabajo a distancia. De hecho, puede que tú seas una de ellas y tienes un firme interés en saber qué es el trabajo remoto para cumplir con éxito las labores de tu día a día.

Somos conscientes de las grandes ventajas que el trabajo remoto puede traerle a tu rutina, como el hecho de compartir más tiempo en familia, ahorrar dinero y mejorar tu calidad de vida.

Sin embargo, hay quienes no comprenden qué es el trabajo remoto y aprovechan su estadía en casa para trabajar en pijama, ver sus series de Netflix favoritas y, por qué no, tomar unas pequeñas siestas cuando han acabado con sus tareas.

¡No caigas en esta trampa! Entender qué es el trabajo remoto implica adoptar la mayor seriedad posible y una actitud responsable. Ten en cuenta que, aunque no estés en la oficina, debes hacer lo posible por trabajar como si estuvieras en ella.

Consejos para trabajar desde casa

Si trabajaste en una oficina, es probable que tuvieras acceso a ciertas comodidades que te permitían trabajar tranquilamente y sin complicaciones, como un escritorio, una silla y un cubículo.

Sin embargo, lo que es el trabajo remoto implica una gran cantidad de distracciones que pueden alterar considerablemente tu flujo de trabajo.

Por lo tanto, si quieres aumentar la productividad en el trabajo remoto, debes tener en cuenta una serie de pautas que lograrán darte una mayor concentración y harán que tu rendimiento esté en un 100%

Por tal motivo, a continuación, te compartimos algunas recomendaciones para trabajar en casa que te ayudarán a sobrellevar lo que es el trabajo remoto de una manera efectiva.

1. Elige un lugar cómodo y adecuado

Consejo básico: ¡nunca trabajes en tu cama! Además de estar en una posición incorrecta, trabajar sobre el lugar donde duermes puede predisponer tu actitud al trabajo remoto.

Determina un lugar únicamente para trabajar desde casa. Opta por una mesa o escritorio limpio, ordenado y en un lugar estratégico. Ten en cuenta que pasarás la mayor parte del tiempo sentado, por lo que es recomendable adquirir una silla cómoda y ergonómica para tu cuerpo.

2. Establece una rutina adecuada

Saber qué es el trabajo remoto también involucra construir una rutina para cumplir con tus labores. De hecho, te recomendamos que actives tu alarma, por lo menos, una hora antes de empezar tu jornada laboral.

¿La razón? Podrás aprovechar el inicio del día para realizar otras actividades como hacer ejercicio, practicar yoga o prepararte un desayuno saludable.

Del mismo modo, define las horas de trabajo y realiza pausas activas, pues estas son fundamentales para darle un respiro a tu cerebro y para que el ejercicio de trabajar desde casa sea más ameno.

3. Planifica tus días

Ten por seguro que, tu desempeño durante el trabajo remoto, estará influenciado por la planificación de tus tareas principales y secundarias.

Debido a ello, te recomendamos que, cuando termines tu jornada laboral de trabajo remoto, hagas una lista de las labores que debes realizar al día siguiente.

De esta manera, sabrás cuál es la mejor ruta para empezar tus días trabajando desde casa y tendrás una rutina mucho más organizada.

4. Evita las distracciones

Uno de los puntos más complejos para entender qué es el trabajo remoto, consiste en identificar aquellas situaciones que pueden distraerte de tus actividades laborales.

Tu televisor, tu consola de videojuegos e, incluso, tu smartphone, son factores que pueden alterar considerablemente tu concentración y, consecuentemente, afectar tu productividad en el trabajo remoto.

Por lo tanto, es indispensable que mantengas al margen las tentaciones de acceder a tus fuentes de entretenimiento y sepas darle prioridad a tus objetivos.

Una buena estrategia que puede servirte para aumentar el rendimiento en trabajo remoto, consiste en aplicar la técnica pomodoro, un método de concentración que pretende aumentar la productividad y el rendimiento.

Para ello, debes programar un cronómetro por 25 minutos y empezar a realizar tus labores comunes. Cuando el reloj pare, debes tomarte 5 minutos para descansar, beber agua, ir por un snack y por qué no, revisar tus redes sociales.

De hecho, puedes implementar dicha técnica usando The Pomodoro Tracker, una herramienta online en la que puedes programar tus lapsos de trabajo de acuerdo al nombramiento de tus objetivos.

¿Cuáles son los tipos de trabajo remoto?

Existe una discusión entre ser un trabajador remoto y un freelancer remoto. Para hacer la historia corta, debes saber que ambas modalidades corresponden al eje principal de esta guía.

Sin embargo, la diferencia está en el tipo de contrato que mantiene la empresa con el trabajador, dado que estos pueden determinar aspectos como horarios, garantías y algunos honorarios por parte de las organizaciones.

Ventajas del trabajo remoto

Veamos cuáles son las ventajas del trabajo remoto.

1. Gestión del tiempo

Al estar trabajando desde casa, muchas personas han aprendido cómo gestionar el tiempo en el trabajo remoto para no solo ser más productivos, sino también para encargarse de los quehaceres del hogar.

Como consecuencia, los empleados y freelancers han aumentado considerablemente su nivel de productividad al entender lo que es el trabajo remoto y lo que esta modalidad implica en términos de administración de tiempo.

Pero, ¿cómo gestionar el tiempo en trabajo remoto? Toma nota de los siguientes puntos:

- 1.** Planifica tus tareas pendientes un día antes.
- 2.** Asigna una cantidad de tiempo específica para cada actividad.
- 3.** Identifica tus horas de mayor concentración y realiza en ellas las labores que involucren un mayor desgaste.
- 4.** Realiza pausas activas para respirar y retomar con energías renovadas.

2. Productividad para la empresa y empleados

Gran parte del trabajo remoto se basa en la administración del tiempo que tienen las personas, lo que significa que la empresa y sus empleados cuentan con mayor autonomía.

Además, si lo vemos desde una perspectiva temporal, entender qué es el trabajo remoto otorga más tiempo a las personas para balancear su vida profesional y personal. De hecho, de acuerdo a un informe realizado por la empresa de soluciones tecnológicas SonicWall, se estima que el 76% de los trabajadores remotos afirman ser más creativos en sus casas que en sus oficinas.

Por lo tanto, conocer qué es el trabajo remoto puede aportar enormes beneficios en relación al cumplimiento de logros y objetivos que giran en torno a la automotivación.

3. Reducción de costos

Esta ventaja es muy fácil de imaginar: si no tienes personas trabajando en un edificio, no tienes por qué hacer inversiones fuertes en infraestructura.

Varias empresas han visto una reducción de costos significativa, no solo por la infraestructura, sino en unos gastos económicos vinculados a la luz, el agua o los servicios de cafetería.

Gracias a esta reducción de costos, las empresas pueden decidir cómo invertir su dinero en otras oportunidades de mercado.

4. Trabajo colaborativo

Gracias a diferentes herramientas digitales que mejoran la productividad del trabajo remoto, los equipos de trabajo se han adaptado a sistemas de comunicación basados en la inmediatez, la colaboración y la participación en línea.

Esto ha hecho entender lo que es el trabajo remoto de una manera mucho más práctica, pues el uso de plataformas que permiten una sincronización del trabajo en tiempo real, ha sido un recurso imprescindible para el cumplimiento de metas a diferentes plazos.

Retos o desventajas del trabajo remoto

No todo es color rosa en lo que respecta a lo que es el trabajo remoto, pues lo que para algunos es un sueño, para otros puede ser un inconveniente. Sin embargo, más que una

desventaja, creemos que son retos que una persona tiene que sobrellevar cuando tiene un trabajo remoto.

1. Dificultad para concentrarse

Realmente, la dificultad para concentrarse es un tema para cualquier tipo de trabajo, pero la realidad es que, entre más tiempo pases en casa, más probabilidad tendrás de distraerte.

Como lo mencionamos al inicio de esta guía, la distracción muchas veces se debe a los siguientes factores:

- No tener un espacio específico para el trabajo.
- Realizar tareas de la casa que te quitan tiempo para tu trabajo.
- Tener todas las distracciones a la mano y a unos cuantos pasos.

La concentración para no interrumpir el trabajo remoto es clave para tener éxito en esta modalidad, así que, haz lo posible por enfocar tu mente en cumplir con tus labores y ser constante en tu rendimiento la mayor cantidad de tiempo posible.

2. Fusión de la vida personal y profesional

Este es uno de los problemas más comunes entre los trabajadores remotos. Saber separar la vida personal de la profesional, es un elemento clave para el rendimiento de cualquier trabajo remoto o presencial.

Para poder mejorar en este punto, lo ideal será definir un horario de trabajo y hacer todo lo posible por respetarlo. De la misma manera, los que viven alrededor de los que tienen un trabajo remoto, deben estar informados y respetar aquellos espacios.

También es recomendable tener un espacio adaptado para el trabajo remoto, como una oficina personal, donde puedas trabajar cómodo, con una buena fuente de iluminación y, en lo posible, sin algún tipo de interrupción.

3. Soledad y aislamiento

El trabajo presencial trae consigo un factor social: salir a la hora de la comida con los colegas, terminar la jornada y poder conversar un poco o, incluso, organizar eventos esporádicos para socializar, cumple un papel fundamental para el clima organizacional. El trabajo remoto, ocasionalmente, puede traer una sensación de aislamiento y soledad al no tener interacción física con otros compañeros de trabajo.

El problema de la sensación de aislamiento, es que muchas personas pueden llegar más rápido a un estado de burnout o agotamiento, causando una falta de motivación para el trabajo y, finalmente, una baja en el rendimiento laboral.

Debido a ello, es importante que entiendas que el trabajo remoto es una cuestión de adaptabilidad. Intenta construir vínculos duraderos con tus compañeros de trabajo, no importa que se lleve a cabo de manera virtual.

4. Aumento de los gastos domésticos

Si decides trabajar desde casa y comprender lo que es el trabajo remoto en su totalidad, ten por seguro que tus recibos de los servicios básicos tendrán un aumento considerable.

Los motivos sobran. Únicamente piensa en la cantidad de horas que deberás tener conectada tu computadora durante la semana. Además, si no tienes un plan de internet estable, es probable que debas contratar un servicio con mejor conectividad.

Del mismo modo, el trabajo remoto también implica que debas invertir una mayor cantidad de dinero en alimentos, pues deberás cocinar, por lo menos, 3 veces al día y contar con diferentes opciones para tu merienda.

Estrategias para una colaboración remota

Las empresas y las personas obtienen beneficios al trabajar remotamente. Para tener éxito con el trabajo remoto, es importante convertir a la cultura organizacional en una cultura a favor de la colaboración y el trabajo en equipo.

Ahora, veamos 3 estrategias para mejorar el trabajo remoto de tu empresa:

1. Comunicación constante y feedback

Cuando las personas no están en la oficina o en el mismo edificio, resulta más difícil dar un buen feedback sobre el trabajo que hacen. Sin embargo, el feedback es esencial para mantener la motivación y la confianza de los trabajadores.

Además, una mala comunicación es el causante principal del estrés laboral. Es fácil imaginar que esto puede ser un reto para la modalidad de trabajo remoto, pero las empresas deben considerar compensar la falta de interacción aumentando la comunicación y el feedback de los trabajadores.

Al final, los trabajadores remotos estarán más felices, generando empleados más productivos y eficientes.

2. Empatía y confianza

Aumentar la confianza es la clave en cualquier trabajo, especialmente, cuando se trata de definir qué es el trabajo remoto. Ya vimos que la comunicación puede ser un reto y las interrupciones continuas al trabajador pueden ser perjudiciales para el rendimiento. La confianza se les debe dar a los trabajadores remotos para que tomen sus propias decisiones y no se produzcan retrasos por las interrupciones de comunicación. Como líder de proyecto o negocio, también, se debería tener la confianza para dejar al equipo hacer sus tareas y saber que completarán el trabajo cumpliendo las expectativas. Los trabajadores remotos deben saber cómo ser empáticos y comprensivos ante cualquier situación que dificulte la colaboración remota.

3. Procesos y flujos de trabajo

Las empresas deben cuidar sus procesos, definir las herramientas digitales que se usarán para cumplir con las actividades y conocer a la perfección los flujos y procesos de trabajo. De lo contrario, ¿para qué servirán las herramientas digitales?

La flexibilidad del trabajo remoto implica crear nuevos procesos para trabajar. Bastará con revisar el manual de procesos de tu empresa y adaptarlos a un ambiente laboral remoto.

Una manera de mejorar el trabajo remoto en tu empresa es mediante la identificación de los roles que pueden llevarse a cabo de forma remota.

Fuente: <https://www.crehana.com/es/blog/trabajo-remoto/que-es-trabajo-remoto/>