

**Estudio**

# ¿Desconecta usted de la empresa en verano?

---

Temas relacionados:

[Vacaciones](#)**Cinco Días - Madrid - 28/07/2009**

Romper con la rutina durante los días de descanso no es algo fácil y cada vez es más habitual que los trabajadores permanezcan en contacto con su empresa, en especial gracias al auge de las nuevas tecnologías y los nuevos canales de comunicación online. Así, según una encuesta realizada por Randstad a una muestra aleatoria de 1.083 personas repartidas por toda la geografía española, uno de cada cuatro trabajadores no desconecta durante sus días de descanso.

Esto significa que, si bien el 75% consigue romper en más o menos tiempo con su rutina diaria, todavía hay un 25% de empleados que sigue pensando en el trabajo durante la totalidad de sus días de asueto. De los que sí consiguen desconectar, uno de cada cinco necesita dos semanas (19%).

La explicación se puede encontrar en la interferencia que supone el trabajo incluso durante las vacaciones. Y es que cerca del 40% de los consultados reconoce que mantiene algún tipo de contacto con la empresa durante sus días fuera del lugar de trabajo.

El grupo de trabajadores de entre 30 y 44 años es al que más le cuesta desconectar. Un 33% de consultados reconoce que no consigue lograrlo en vacaciones, el porcentaje más alto por edad.

Cuando los profesionales tienen entre 45 y 65 años desconectar del trabajo parece más sencillo: así lo hacen el 82% de los consultados. Son las mujeres de 30 a 45 años, las más enganchadas a su empresa, según el sondeo.