**¿Tu oficina viaja contigo este verano?  
Aquí 6 consejos para sacarle el máximo rendimiento al trabajo en remoto**

* **El trabajo en remoto es una práctica que se ha visto impulsada desde la pandemia, no solo porque rompe barreras geográficas, sino porque mejora la productividad de los empleados cuando, a estas alturas del año, las energías empiezan a flaquear.**
* **Según una encuesta realizada por ManpowerGroup, el 69% de los profesionales pueden optar por trabajar en remoto, aunque para que esta fórmula ofrezca el máximo rendimiento es necesario seguir ciertas pautas.**

**Madrid, 27 de julio de 2023-** En la era digital, el trabajo en remoto ha generado una auténtica revolución en el mundo del empleo, abriendo oportunidades y rompiendo barreras geográficas para profesionales de todos los rincones del mundo. Este cambio, que hubiera tardado años o décadas en consolidarse, se ha visto claramente impulsado debido a la crisis sanitaria provocada por la pandemia de Covid-19 y la situación coyuntural que trajo consigo. Compañías de todas las dimensiones y sectores tuvieron que deslocalizar sus procesos y equipos y acelerar el proceso de digitalización, dando lugar a un modelo más flexible de trabajo al que los profesionales no quieren renunciar.

Así, según una encuesta realizada por ManpowerGroup, el 69% de los profesionales que trabajan en España cuentan ya con la posibilidad de trabajar en esta modalidad, al menos, durante los meses de verano. Además, el 90% afirma que el trabajo en remoto, que permite combinar la vida laboral con el disfrute del buen tiempo y el ambiente relajado que caracteriza esta época del año, aumenta su productividad. De hecho, aunque este modelo podría generar gastos adicionales para los profesionales, el 62% estaría dispuesto a asumirlos.

**Consejos para un trabajo en retomo productivo**

Trabajar desde la comodidad del hogar o desde cualquier lugar del planeta suena como un sueño hecho realidad, pero para hacerlo de forma productiva, es necesario adoptar ciertas estrategias que nos ayuden a mantener el equilibrio entre el ámbito profesional y el bienestar personal. Estas son las recomendaciones que ofrece ManpowerGroup:

**1. Crea un espacio de trabajo adecuado:** Dedica un área específica de tu hogar para trabajar. Asegúrate de que sea cómoda y tranquila y esté bien iluminada y ventilada; así aumentarás tu productividad. También es importante mantener una postura adecuada. Utiliza una silla ergonómica que se ajuste a la altura de tu pantalla para evitar tensiones innecesarias.

**2. Establece un horario:** Aprovecha la flexibilidad del trabajo en remoto para adaptar tu rutina diaria al clima veraniego. Considera ajustar tus horas de trabajo para mantener una disciplina. Esto te ayudará a separar el trabajo del tiempo personal.

**3. Define metas y objetivos:** Establece metas claras para cada día o semana de trabajo. No tienen que ser necesariamente demasiado complicadas, sólo objetivos que pienses que puedes resolver semanalmente. Esto te mantendrá enfocado y te ayudará a medir tu progreso.

**4. Planifica tus descansos:** Programa descansos breves durante tu jornada laboral para despejar la mente y evitar el agotamiento. Aprovecha para levantarte, estirar las piernas y descansar los ojos. De esta forma, mantendrás la concentración durante más tiempo y serás más productivo.

**5. Mantén una comunicación clara:** Aunque a distancia, es importante mantener una comunicación periódica y efectiva con tu equipo. Utiliza herramientas como las videollamadas para estar en contacto y compartir actualizaciones.

**6. Aprovecha el poder de la naturaleza:** Aprovecha los beneficios de trabajar desde casa en verano y llévate tu oficina al exterior. Si tienes la posibilidad, trabaja en tu terraza, balcón o jardín. Disfruta de la brisa, el sol y la naturaleza mientras realizas tus tareas. El cambio de entorno te ayudará a mantener la motivación y la creatividad.

**La oficina del futuro es “líquida”**

Según el informe [*El impacto de lo híbrido*](https://estudios.manpowergroup.es/estudio-sobre-el-impacto-de-lo-hibrido) de ManpowerGroup junto con zityhub, LLYC y The Move, la oficina futura será itinerante y difusa, y eso nos permitirá trabajar en todo momento donde, con quien y cuando mejor convenga según nuestras necesidades. Este entorno, líquido, nos permitirá realizar nuestras tareas “casi” en cualquier lugar, bien sea en casa, desde la oficina, en un tercer lugar o, incluso, en nuestro lugar de vacaciones; al tiempo que contribuirá a una mayor autonomía y libertad individual de los empleados. Las oficinas pasarán a ser puntos de encuentro y comunicación.

**Sobre ManpowerGroup**

**ManpowerGroup** es la compañía líder mundial en soluciones de talento y tecnología. Ayuda a las organizaciones a adaptarse a un mercado del empleo en constante cambio, seleccionando, evaluando, desarrollando y gestionando el talento que necesitan para lograr sus objetivos de negocio. Apoyándose en las últimas herramientas tecnológicas, crea estrategias innovadoras para cientos de miles de empresas cada año, permitiéndoles contar con los profesionales cualificados que necesitan, al mismo tiempo que ofrece un empleo digno y sostenible a millones de personas. A través de sus distintas marcas (Manpower, Experis y Talent Solutions), aporta valor a candidatos y clientes en más de 75 países, como lleva haciendo durante más de 70 años. Además, sus políticas de diversidad, inclusión e igualdad y sus buenas prácticas de negocio son reconocidas por multitud de organizaciones.

Más información en [www.manpowergroup.es](http://www.manpowergroup.es).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ManpowerGroup**  Dpto. Comunicación  Juan Gómez Rodríguez  Tel. 687 51 96 90  [juan.gomez@manpowergroup.es](mailto:juan.gomez@manpowergroup.es) |  | **Indie (agencia de comunicación)**  Isabel Gata  Tel.: 630 701 069  [isabel@indiepr.es](mailto:isabel@indiepr.es)  Cristina Villanueva  Tel.:687 147 360  [cristina@indiepr.es](mailto:cristina@indiepr.es) |