



Estela Martín Estebaranz

DirCom & RSC en Sincro. Abogada & Periodista y  
embajadora de la red IA+Igual



---

## Los 5 puntos clave en torno a la adaptación de jornada por razones de conciliación

La mal llamada por algunos medios como “**jornada a la carta**” (adaptación de la jornada por razones de conciliación; art. 34.8 del [ET](#)) es fuente de conflictividad en los tribunales de lo Social y la posibilidad de pedir teletrabajo es uno de sus polos.

En concreto, el art. 34.8 del Estatuto de los Trabajadores establece que “las personas trabajadoras tienen derecho a solicitar las adaptaciones de la duración y distribución de la jornada de trabajo, en la ordenación del tiempo de trabajo y en la forma de prestación, **incluida la prestación de su trabajo a distancia**, para hacer efectivo su derecho a la conciliación de la vida familiar y laboral.

Dichas adaptaciones deberán ser **razonables y proporcionadas** en relación con las necesidades de la persona trabajadora y con las necesidades organizativas o productivas de la empresa.

En el caso de que tengan hijos o hijas, **las personas trabajadoras tienen derecho a efectuar dicha solicitud** hasta que los hijos o hijas cumplan doce años.

Pues bien, en con

...

SUSCRÍBETE >

para una conversión completa a PDF |