

# UN IMPULSO A LA PRODUCTIVIDAD Y COMODIDAD DEL EMPLEADO CON MOUSE EXTERNOS

Comparación del impacto de los mouse externos respecto a los trackpads

La fuerza laboral moderna se ha liberado con ayuda de la tecnología. La “movilidad” es ya algo más que la palabra de moda: ahora describe realmente la forma en la que el mundo trabaja. Esto ha hecho que la laptop sea el equipo de cómputo preferido por trabajadores de todo el mundo que trabajan cada vez más desde su casa, una sala de conferencias, una cafetería o prácticamente cualquier sitio con conexión Wi-Fi. Los trackpads prometen, sin duda, comodidad y simplicidad; sin embargo, muchos trabajadores rechazan estos navegadores integrados en favor de un mouse externo. ¿Se trata simplemente de una mera elección personal, como escoger el color favorito, o hay diferencias más significativas que separan los dos métodos de señalar, hacer clic y arrastrar?

## Resumen ejecutivo:

**El simple acto de contar con un mouse externo junto con una laptop no solo puede disparar la productividad del empleado, sino que también ayuda a mejorar la comodidad, la salud y la satisfacción general del trabajador.**

- Los mouse son más ergonómicos que los touchpads<sup>1</sup>
- La gente es un 50% más productiva cuando utiliza un mouse en lugar de un trackpad<sup>2</sup>
- La gente es un 30% más rápida cuando utiliza un mouse en lugar de un trackpad<sup>3</sup>



Mouse inalámbrico Logitech MX Anywhere 3

## Índice

- 1 **Las laptop están sustituyendo rápidamente a las computadoras**
- 2 **Las laptop permiten la movilidad, pero ¿es suficiente?**
- 3 **Mouse externos: el ingrediente que falta**
- 4 **El Logi Ergo Lab Study**
- 5 **El vínculo entre mouse externos y productividad**
- 6 **Menos tensión muscular con los mouse externos**
- 7 **Efectos en la postura**
- 8 **Mouse externos y retorno de la inversión**
- 9 **Los beneficios de los mouse externos**
- 10 **Qué significa para los trabajadores contar con mouse externos**

## Las laptop son el nuevo estándar

Entre el equipamiento estándar entregado a trabajadores en entornos corporativos grandes y pequeños, la computadora personal es sin duda el elemento central en términos tanto de coste como de utilidad. Los departamentos de TI, encargados de la evaluación, el suministro y la adquisición, soportan una enorme presión para justificar el gasto tan significativo que suponen las compras de computadoras. Maximizar el retorno de la inversión significa seleccionar una computadora, un sistema operativo y unos periféricos que mejoren la productividad de los empleados equipándolos con las herramientas adecuadas, promoviéndose al mismo tiempo la comodidad y una sensación de bienestar.

de disminuir. Incluso dentro de los límites de una oficina, los ordenadores portátiles están superando a las computadoras de escritorio, pues la cultura del cubículo ha dado paso a lo que se conoce como escritorios calientes, así como a la colaboración en espacios de reunión reducidos. El trabajo desde casa o trabajo remoto va a estar sin duda cada vez más arraigado. Un estudio exclusivo de Logitech realizado en 2020 reveló que **el 67 % de los trabajadores en Estados Unidos espera seguir trabajando desde casa al menos dos veces por semana. En Alemania y China, este porcentaje es de un 57% y un 51% respectivamente.**<sup>5</sup>



Mouse inalámbrico Logitech M310



Trackball inalámbrico Logitech Ergo M575

Las laptop han dejado atrás a las computadoras de escritorio como equipo estándar, y se espera que esta brecha se haga cada vez mayor. Antes de 2020, los departamentos de TI eran tan proclives a facilitar una computadora de escritorio como una laptop. A partir de 2020, sin embargo, se ha producido un cambio significativo, ya que el departamento de TI tiene **el doble de probabilidades** de proporcionar un ordenador portátil en lugar de uno de escritorio<sup>4</sup>, y la tendencia no muestra señales

# 2X

**Después de 2020, el departamento de TI tiene el doble de probabilidades de proporcionar una laptop que una computadora de escritorio.**<sup>4</sup>

## Las laptop permiten la movilidad, pero ¿suponen un maltrato a los trabajadores?

A pesar de lo práctico que resulta elegir dónde empezar la jornada laboral (desde casa o algún otro sitio), la movilidad laboral ha traído consigo una nueva serie de desafíos para empresas y empleados por igual. A menudo, los trabajadores no cuentan con el equipo necesario para crear una configuración ergonómica cuando utilizan una laptop. El impacto práctico de esto tiene consecuencias en la vida real, y el trabajo remoto solo ha hecho que el problema se agudice, especialmente entre los que se incorporan ahora a esta práctica. Una reciente encuesta de Logitech reveló que el 50% de los empleados que empiezan ahora a trabajar desde casa están experimentando dolor y malestar en el cuello, frente a tan solo el 16% que sufrían estas molestias cuando trabajaban en la oficina. El 31% asegura sufrir dolor y malestar en el hombro durante el trabajo remoto, pero solamente el 17% informaba de lo mismo cuando trabajaba en la oficina.

El culpable de esto es con frecuencia un espacio de trabajo no ergonómico que puede afectar negativamente a la productividad. **Sin embargo, la buena noticia es que con solo incluir un mouse externo con la laptop se puede ayudar mucho a mejorar la ergonomía en configuraciones no convencionales.**



Mouse inalámbrico Logitech MX Anywhere 3

# 50%

**de los empleados que empiezan ahora a trabajar desde casa experimentan dolor y malestar en el cuello.**

# 31%

**asegura sufrir dolor y malestar en el hombro.**

## Mouse externos: el ingrediente clave que falta en la laptop

El dolor causado por una mala configuración ergonómica es un riesgo muy común del lugar de trabajo. Cuando se cuenta con mouse externos junto con las laptop, los trabajadores no solo son muchísimo más eficientes, sino que también tienen más probabilidades de evitar malas configuraciones ergonómicas que les puedan causar fatiga y malestar.<sup>6</sup> La utilización de un trackpad incorporado requiere una activación adicional de los músculos de las zonas del cuello y del hombro en comparación con el esfuerzo necesario para utilizar un mouse externo.

Estas conclusiones surgieron de un estudio realizado por un activo único de Logitech: el Logi Ergo Lab.

### El estudio del Logi Ergo Lab

Para comprender mejor lo que sucede realmente cuando se utiliza un trackpad o un mouse externo, Logitech se dirigió al Logi Ergo Lab. Más que un espacio físico, el Logi Ergo Lab es un enfoque centrado en el ser humano y basado en la ciencia para diseñar, desarrollar y reinventar herramientas que ayuden a las personas a sentirse mejor en el trabajo. Está ubicado en el centro neurálgico del desarrollo de productos de Logitech, e incluye un grupo muy diverso de profesionales: desde ingenieros o diseñadores hasta diseñadores de productos y grupos empresariales. El Ergo Lab realizó un estudio para comparar el uso de trackpads integrados con el



Evaluación de las posiciones relativas del brazo cuando se utiliza un mouse externo frente a un trackpad, El Logi Ergo Lab

de mouse externos en laptop, a fin de determinar las siguientes cuestiones:

- ¿Cuáles son los efectos en el **rendimiento**?
- ¿Cuáles son las diferencias en los **músculos** activados?
- ¿Cuáles son los efectos en la **postura**?

El estudio se realizó con 23 participantes a los que se les dieron dos laptop diferentes y se les pidió que realizaran una serie de tareas utilizando el trackpad incorporado y, después, utilizando dos mouse portátiles. Las tareas consistieron en ejercicios de señalar, hacer clic y arrastrar y soltar.

## Cómo los mouse externos aumentan la productividad de los trabajadores

El estudio del Ergo Lab analizó el rendimiento relativo que se podía conseguir con mouse frente a trackpads midiendo el «rendimiento» (la cantidad de datos movidos de un sitio a otro en un tiempo determinado) o, en este caso, la rapidez y precisión con la que los participantes podían completar las tareas. Cuando utilizaban un mouse, los participantes eran nada menos que un 50 % más productivos que cuando usaban un touchpad.<sup>2</sup>

- **Los mouse son más ergonómicos que los touchpads<sup>1</sup>**
- **La gente es un 50 % más productiva cuando utilizan un mouse en lugar de un trackpad<sup>2</sup>**
- **La gente es un 30 % más rápida cuando utiliza un mouse en lugar de un trackpad<sup>3</sup>**



Mouse inalámbrico Logitech M317

## Los mouse externos reducen la tensión muscular

Los sensores adheridos a los participantes en el estudio revelaron que los músculos del cuello y el hombro se activaron menos y, por lo tanto, estaban más relajados cuando usaban un mouse en lugar de un trackpad. De hecho, los usuarios de trackpads registraron un aumento del 45 % en la actividad muscular del cuello y del hombro en comparación con cuando utilizaban un mouse. Además, se detectó un 25 % más de actividad muscular en el antebrazo con el uso del trackpad, lo que puede aumentar la fatiga o el malestar.



Mouse inalámbrico Logitech M535

## El vínculo entre los mouse externos y la postura

Estudios existentes<sup>7</sup> sobre la ergonomía del lugar de trabajo han revelado que los trackpads generalmente obligan a los usuarios a bloquear la parte superior del brazo con el antebrazo doblado hacia el cuerpo, una posición denominada «flexión» del codo. Un brazo bloqueado obliga a bloquear la parte superior del cuerpo, lo cual puede causar fatiga y malestar. El Ergo Lab de Logitech observó más de cerca los ángulos de articulación de los hombros y descubrió que el uso de un trackpad obliga a realizar una rotación del hombro interno de casi 40 grados. En cambio, los participantes que utilizaron un mouse presentaron una mejor postura, con una menor rotación del hombro y extensión del codo.

El estudio determinó de forma concluyente que los trabajadores son mucho más productivos utilizando un mouse en lugar de un trackpad incorporado, y realizan menos esfuerzo excesivo en los músculos del cuello, el hombro y el antebrazo.



Medición de los efectos de los mouse externos en la postura, El Logi Ergo Lab

**Los trabajadores son mucho más productivos utilizando un mouse en lugar de un trackpad incorporado.**

«El uso de una laptop se asocia con posturas forzadas e inadecuadas que pueden contribuir al malestar en el cuello, el hombro y el brazo. El uso de un mouse externo, en comparación con el trackpad incorporado en una laptop,, permite una mayor flexibilidad de las posturas del brazo, reduciendo el trabajo de algunos de sus músculos. **En pruebas en paralelo, un mouse externo es más productivo (velocidad combinada con precisión) que un trackpad.** Un mouse externo debe ser uno de los primeros pasos para mejorar la comodidad y el rendimiento diarios de los empleados cuando utilizan una laptop,, ya sea en casa o en la oficina».



David Rempel, MD, MPH  
(UC Berkeley, San Francisco)  
y miembro de la Junta  
Consultiva Científica  
de Logitech.

## Cómo protegen los mouse externos las inversiones de capital

Adquirir mouse externos con las laptop puede que sea una de las inversiones más inteligentes que puede hacer un departamento de TI. Más allá de aumentar el rendimiento, **una inversión en mouse externos puede ayudar a reducir los efectos que una mala configuración de un equipo de cómputo puede provocar en la comodidad del empleado, desde fatiga general hasta tensión.**

Los costes que supone para las empresas una sola de estas lesiones pueden ser abrumadores, pues incluyen la compensación del trabajador, la rehabilitación médica y hospitalaria y los costes legales. Los costes indirectos incluyen un alto índice de rotación de personal, absentismo, pérdida de productividad y una moral baja.

## Los beneficios de los mouse externos

Además de mejorar la eficiencia de los trabajadores mitigando al mismo tiempo su malestar, surgen otras fuerzas sutiles pero potentes en el trabajo cuando los trabajadores incluyen ratones externos junto con las laptop. El número de trabajos que requieren el uso de una computadora sigue creciendo: algunas estimaciones prevén que, en 2023, el 90% del personal necesitará tener conocimientos informáticos básicos para realizar su trabajo.<sup>8</sup> Esto incrementará el riesgo que supone una mala configuración de la computadora. Los «millennials», que ahora suponen la generación con mayor presencia en el mundo laboral, han adoptado una visión completa del bienestar que va mucho más allá de simplemente no estar enfermo. Son más proclives a invertir en su propio bienestar, y esperan que sus empleadores hagan lo mismo.<sup>9</sup>

Sin embargo, a menudo existe una desconexión entre las necesidades no monetarias expresadas por los empleados y lo que los jefes realmente proporcionan. Un estudio realizado por GlobalWebIndex en 2020 reveló que más de una de cada cinco

personas que trabajan desde casa asegura que no dispone de una configuración física correcta. **Dos de cada tres personas que trabajan en grandes empresas afirman que quieren que su empresa les proporcione un mejor equipamiento de oficina en casa.**<sup>10</sup>



Combinación de teclado y mouse inalámbricos Logitech MK540 Advanced

## Qué significa realmente para los trabajadores contar con herramientas adecuadas

Aunque los jefes y los empleados están de acuerdo en los beneficios empresariales que supone proporcionar a los empleados las herramientas necesarias para trabajar de manera cómoda, más líderes empresariales (75%) que empleados (52%) creen que la organización prioriza las condiciones de trabajo/salud de sus empleados cuando trabajan en un escritorio. Un factor clave en esta diferencia de percepción es la comunicación ineficaz de la política de lugar de trabajo ergonómico y sus procedimientos.<sup>11</sup> Para los jefes, esto representa a menudo una oportunidad perdida para conectar con los empleados a un nivel más profundo y emocional. Cuando los jefes se lo toman en serio y proporcionan a los trabajadores herramientas que hacen que trabajar sea más cómodo, demuestran respeto por la salud y la felicidad de sus trabajadores, lo cual genera a su vez lealtad y una mayor satisfacción laboral.

Facilitar una laptop en lugar de una computadora de escritorio es solo un primer paso en la batalla por empoderar a la nueva fuerza laboral móvil. Incluir mouse externos con una configuración de laptop es un paso crucial para disparar la productividad del empleado mientras se mejora su comodidad diaria.

**Incluir mouse externos con una configuración de laptop como práctica estándar es una forma sencilla de mejorar la productividad y la comodidad diario del trabajador, ya sea que esté en casa, en la oficina o en cualquier otro lugar.**

## Las soluciones Logitech abastecen a una fuerza laboral diversa

Logitech ofrece soluciones fiables que pueden satisfacer cualquier necesidad y flujo de trabajo con una cartera de productos que ayuda a una fuerza laboral diversa a conseguir una mayor comodidad. Entendemos que el mismo tamaño no sirve para todo el mundo y, por tanto, ofrecemos mouse y teclados en una amplia variedad de formas y tamaños. Tan duraderos como fiables, nuestros productos se han sometido a controles de calidad para garantizar años de uso.



Combinación de teclado y mouse inalámbricos Logitech MK540 Advanced





Mouse inalámbrico Logitech  
MX Anywhere 3 Compact

# logitech®

Descubre la gama  
completa demouse  
empresariales  
de Logitech en  
[logitech.com/workdesk](https://logitech.com/workdesk)

## Notas a pie de página:

1 Estudio de Logitech Ergo Lab de octubre de 2019 sobre 23 participantes con dos mouse Logitech estándar y dos trackpads integrados estándar.

2 Basado en el cálculo del rendimiento en bits/segundo combinando la velocidad y la precisión promedio de todos los dispositivos que participan en el estudio. Estudio de Logitech Ergo Lab de octubre de 2019 sobre 23 participantes con dos mouse Logitech estándar y dos trackpads integrados estándar.

3 Basado en el tiempo medio de movimiento en bits/segundo de todos los dispositivos que participan en el estudio. Estudio de Logitech Ergo Lab de octubre de 2019 sobre 23 participantes con dos mouse Logitech estándar y dos trackpads integrados estándar.

4 Estudio científico exclusivo de Logitech, 2020.

5 Encuesta de Logitech de julio de 2020 a 804 responsables empresariales de TI en organizaciones con más de 1,000 empleados (EE.UU.) y más de 500 empleados (Alemania y China).

6 Estudio científico exclusivo de Logitech titulado "Entender cómo los mouse y los touchpads afectan a la postura y la actividad muscular durante el uso de la laptop", 2020.

7 Conte, et al. (2014). Kinematic and electromyographic differences between mouse and touchpad use on laptop computers. *International Journal of Industrial Ergonomics* 44, 413-420.

8 Tindula, Rob. "Is Your Employer Responsible for Ergonomic Related Injuries?" Thrive Global, 2 Nov. 2018, <https://thriveglobal.com/stories/is-your-employer-responsible-for-ergonomic-relatedinjuries/>

9 Welltok, "Millennials: Raising the Bar for Wellbeing," 2019.

10 GlobalWebIndex study, 2020.

11 Estudio científico exclusivo de Logitech, 2019.