

Trabajo por cuenta propia y salud mental

Temas: Pymes y autónomos

Por : María Villaplana García. Coordinadora de Desarrollo Científico. Dirección Técnica de I+D. Mutua Universal

Lectura estimada 4 minutos



Desde el año 2012 el trabajo por cuenta propia ha experimentado una tendencia sostenida creciente en España, sólo frenada ligeramente en 2020 a consecuencia de la crisis del Coronavirus.

Así, según la estadística de afiliación media de la Seguridad Social, a cierre del pasado mes de marzo de este año **2023**, el número de personas inscritas en el **RETA (Régimen Especial de Trabajadores Autónomos)** ascendía a **3.316.229**, el 16 por ciento del total de personas en el sistema. Los hombres representan el 63,5% aunque la distribución por sexo varía en función de otras características como la edad, el ámbito geográfico o el sector de la actividad empresarial. La distribución por sectores de actividad muestra el mayor porcentaje para el sector de servicios, con un 73,5 por ciento, seguido de la construcción con un 11 por ciento y la agricultura con un 10,85.

La **Estrategia Nacional de Impulso del Trabajo Autónomo 2022-2027 (ENDITA)**, describe en su apartado de punto de partida sobre su situación en España, el papel fundamental que éste juega en nuestra economía, por su contribución a la generación de renta, empleo y al entramado empresarial y estimando su contribución al PIB en torno al 15 por ciento.

La **promoción, el mantenimiento y la mejora de las condiciones del trabajo autónomo** son, por tanto, actividades clave para contribuir al crecimiento y a la generación de empleo, como clave es la consideración de las peculiaridades y necesidades del trabajo autónomo y la actividad emprendedora, así como las características y diversidad de las personas que lo desempeñan.

El nivel de exigencias y demandas a las que se ven sometidas, el grado de incertidumbre, el trabajo en solitario y en remoto que adoptan algunas formas de autoempleo impone una mayor urgencia para desarrollar medidas adaptadas a este colectivo que permitan, por una parte, mejorar el nivel de conocimiento de las personas sobre el impacto de su trabajo en la salud en general y muy especialmente en la mental, para conferirle la relevancia necesaria y reducir el estigma de abordarlo personalmente; y, por otra, diseñar actuaciones que pongan a su disposición recursos que les capaciten para enfrentarse a estas exigencias y prevenir su deterioro.

Dar a conocer la **visión general del estado de la Salud Mental en el trabajo de las personas trabajadoras por cuenta propia**, es lo que persigue el capítulo 9 "**Trabajo por Cuenta Propia y Salud Mental**" de la publicación:

Trabajo autónomo: aspectos fiscales, negociación colectiva, salud laboral, conciliación y protección social

donde se realiza una aproximación conceptual y se resumen los modelos explicativos y de análisis que fundamentan la necesidad de abordar, no solo, las diferencias entre las personas trabajadoras autónomas (género y edad), sino las características y condiciones de trabajo específicas de los diferentes tipos de autoempleo, que permiten establecer una clasificación y descripción rigurosa de cada grupo y distinguir entre las personas emprendedoras -con o sin personal en plantilla- e identificar, con especial interés, aquellas vulnerables y ocultas sometidas a mayores exigencias, expuestas a factores de riesgos psicosocial que determinaran niveles de estrés elevados y un mayor deterioro en la salud mental -depresión, ansiedad, agotamiento y alteración del sueño- que en el resto de personas autónomas y asalariadas.

Para ampliar la información

Capítulo 9: Trabajo autónomo: aspectos fiscales, negociación colectiva, salud laboral, conciliación y protección social

Índice del libro: Capítulo 9, Trabajo autónomo y salud mental

/sites/trabajo_saludable/es/publicaciones/202344/.content/documentos/pdf/Cap.-trabajo-autonomo-y-sal

Estrategia Nacional de Impulso del Trabajo Autónomo 2022-2027 (ENDITA)

https://www.mites.gob.es/ficheros/ministerio/inicio_destacados/ENDITA-2022-2027.pdf

Datos afiliados trabajo autónomo Seguridad Social

<https://www.seg-social.es/wps/portal/wss/internet/EstadisticasPresupuestosEstudios/Estadisticas/EST8/E>