

# España tiene un problema con el tiempo.

Estudio sobre la  
Ley de Usos del Tiempo

# España tiene un problema con el tiempo.

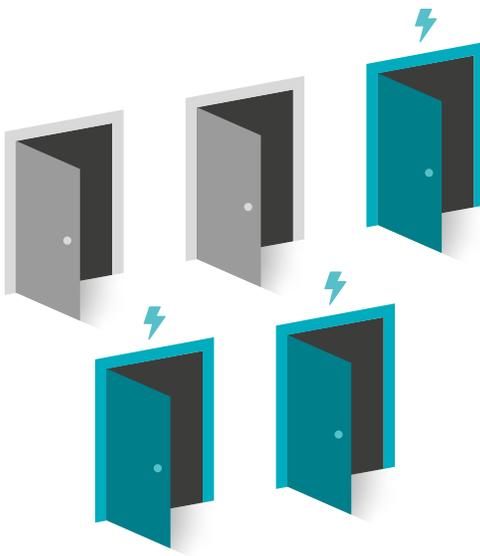
En España, se duerme menos que en el resto de Europa.



(Una media de **20 minutos** menos)

FUENTE: Which countries get the most sleep – and how much do we really need? World Economic Forum, 2019.

El 60% de las bajas laborales tienen su origen en el estrés laboral.



Que tiene su base en la dedicación de muchas horas al trabajo, entre otras cuestiones.

FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

El 30% de las personas tienen dificultades para desconectar.



FUENTE: Encuesta desconectar para reconectar, Adecco Group Institute, 2022.

# España tiene un problema con el tiempo.

El 35% de las mujeres con hijos/as tiene pobreza del tiempo.



(No tienen tiempo para ellas)

FUENTE: The multidimensionality of poverty: Time poverty in Spain, Margarita Vega Rapún et al., 2020.

La percepción de capacidad de conciliación entre vida laboral y personal es menor que en la UE.



Tanto para hombres como para mujeres: 25% en el caso español, 19% en el caso europeo.

FUENTE: Encuesta europea sobre las condiciones de trabajo. Eurofound, 2020.

El 75% de las personas que hacen jornada parcial son mujeres.



FUENTE: Eurostat, 2018.

# España tiene un problema con el tiempo.

En España, se realiza menos teletrabajo que en Europa.



Solo el 14% de la población lo hace (contra el 25% de la UE), a pesar de que el 32% de los trabajos podrían incluir el teletrabajo.

FUENTE: Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en los Hogares, Instituto Nacional de Estadística, 2022.

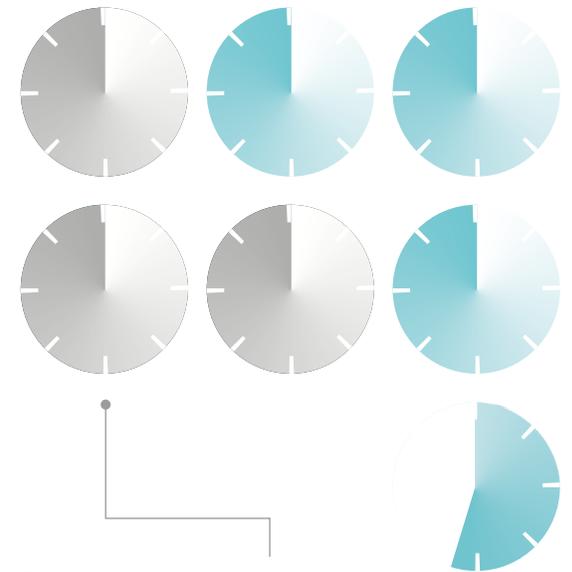
Las personas trabajadoras tienen menor autonomía para organizar su tiempo de trabajo.



(10% España vs. 18% UE)

FUENTE: Work organisation and working time arrangements in 2019, Eurostat, 2019.

En España, se realizan 6,6 millones de horas extraordinarias semanales.



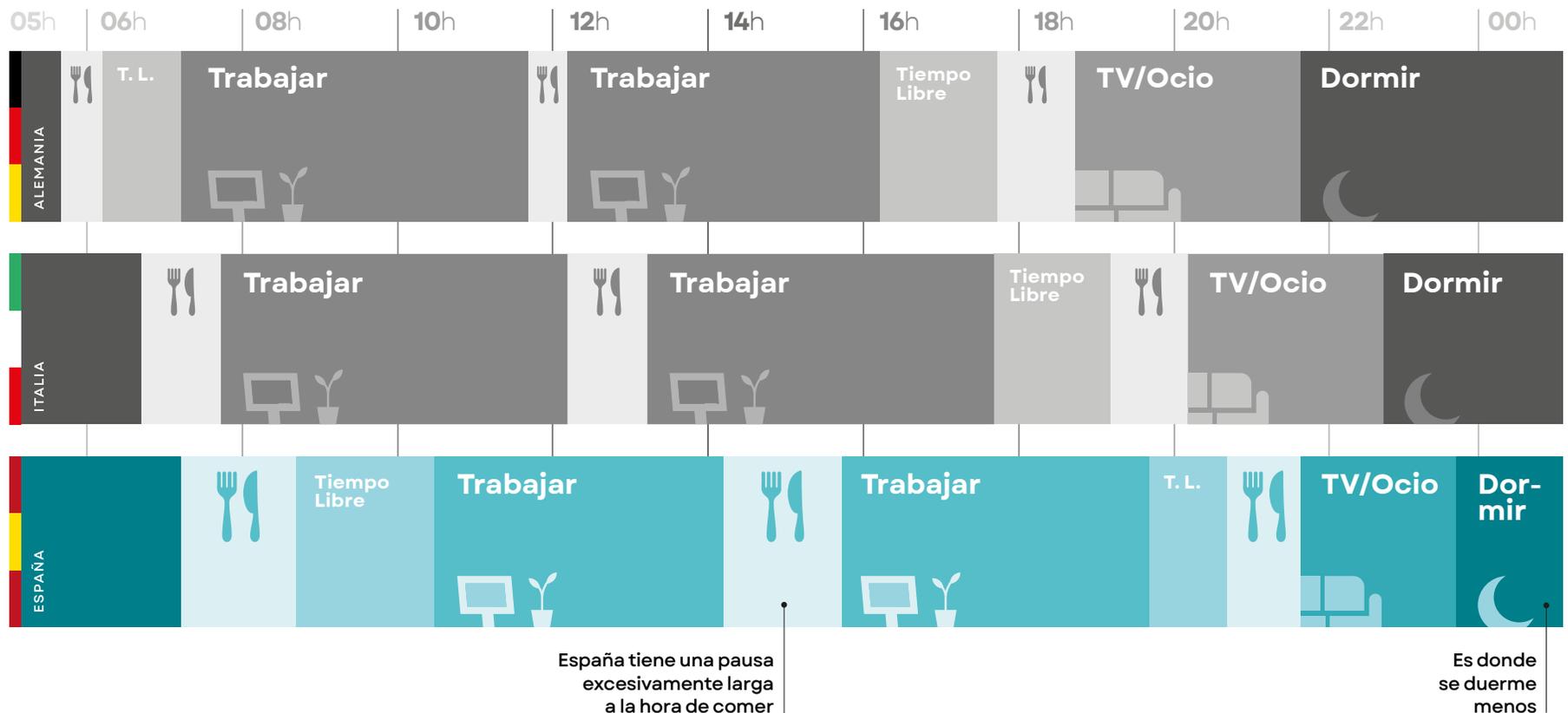
De las cuales el 44% no son remuneradas.

FUENTE: Encuesta de Población Activa, primer trimestre de 2022.

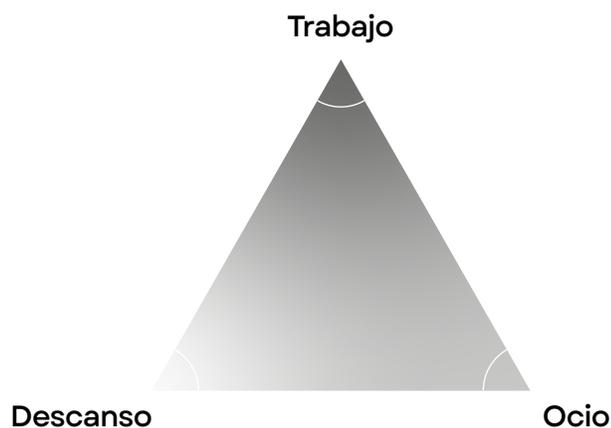
# España tiene un problema con el tiempo.

España es el país donde la jornada laboral termina más tarde, comparado con los países europeos

FUENTE: EUROSTAT

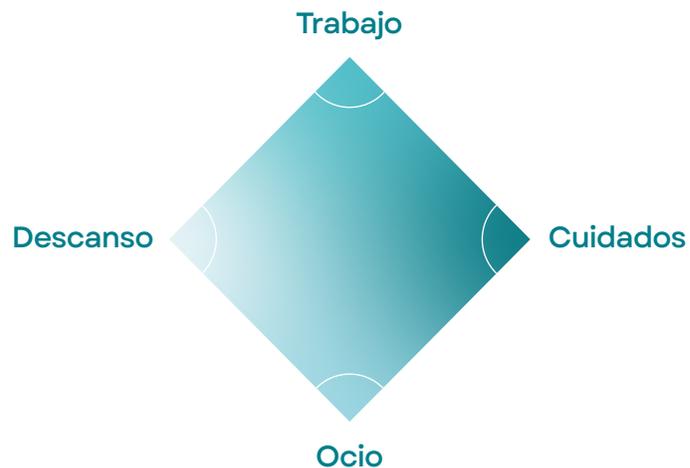


# España tiene una **solución** para el **tiempo**.



## “Triángulo de las ocho horas”

Sociedad Actual  
(R. Owen, 1817)



## “Diamante del Equilibrio Vital”

Sociedad  
del Futuro

# España tiene una **solución** para el **tiempo**.

6  
—  
6

---

## Una organización del tiempo más equilibrada

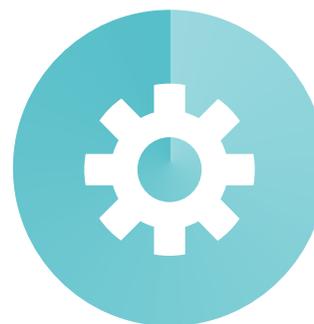
---



+ Salud y  
Bienestar



+ Igualdad



+ Productividad



+ Sostenibilidad