

VI Informe sobre Intención de cambio de empleo

La intención de cambio de empleo se mantiene estable, pero aumentan los trabajadores que lo harían sin tener otra oferta

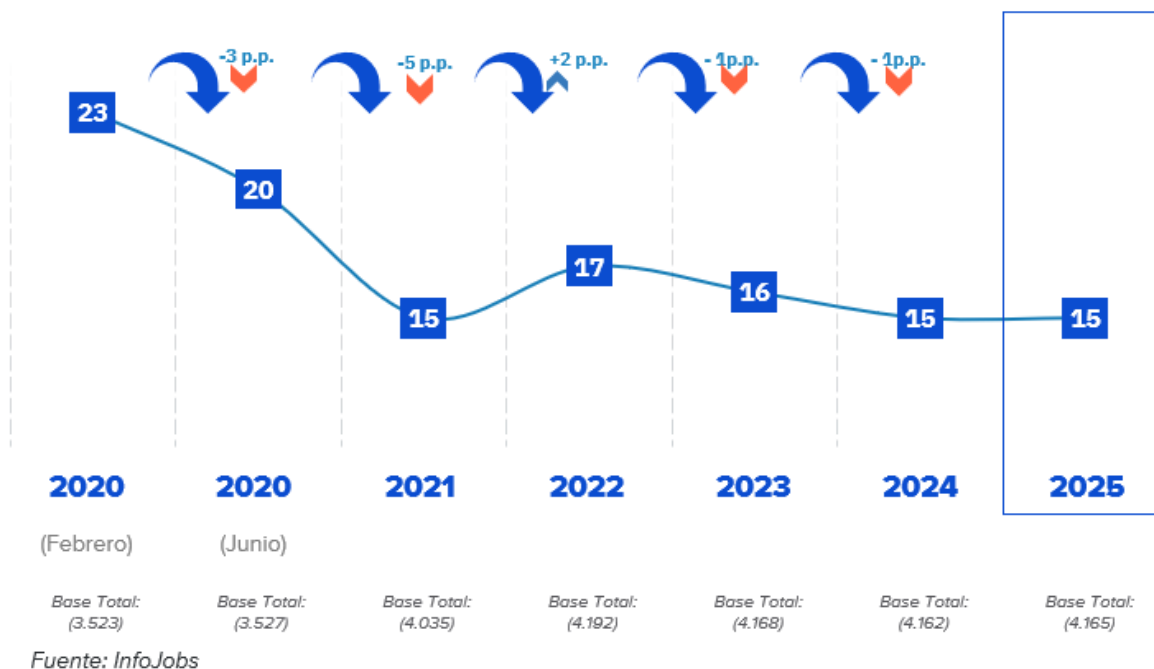
- *Un 15% de los profesionales españoles sigue pensando en cambiar de empleo en el próximo año, el mismo dato que en 2024*
- *Sin embargo, crecen de forma significativa quienes dejarían su trabajo sin tener otro asegurado: así lo afirman el 44%*
- *El salario pierde fuerza como motivo de abandono —baja 6 p.p. respecto al año anterior—, y se estrecha el gap con poder conciliar y compaginar la vida personal y familiar, que mantienen su relevancia*

Madrid, 26 de agosto de 2025. Septiembre es uno de los momentos clave del año para replantearse el futuro profesional. El parón estival ofrece tiempo para reflexionar sobre la trayectoria laboral, el equilibrio entre la vida personal y el trabajo, o las expectativas salariales, entre otras cosas. Esto se traduce en un aumento de la intención de cambio de empleo durante este periodo. A su vez, desde la perspectiva de las empresas, este mes supone el inicio de un nuevo ciclo: se reactivan procesos de selección, se reorganizan equipos y, en muchas ocasiones, se fijan los objetivos estratégicos que marcarán el cierre del año y el inicio del siguiente.

Ante esta perspectiva, [InfoJobs](#), la plataforma de empleo líder en España, ha realizado un año más su *Informe sobre Intención de cambio de empleo*, dirigido a población activa. Según los resultados, un 15% de los trabajadores españoles sigue pensando en cambiar de empleo en los próximos doce meses. Haciendo una comparativa con años anteriores, el porcentaje más alto se dio en 2020, antes del inicio de la pandemia. En aquel entonces, hasta el 23% de los profesionales españoles pensó en cambiar de trabajo. En 2021, la cifra bajó hasta el 15%; en 2022, se registró un 17%; mientras que en 2023 y 2024 se contabilizó un 16% y 15%, respectivamente. Este evolutivo refleja cierta estabilidad en la intención de abandono.

C1. ¿Tienes previsto cambiar de empleo en los próximos 12 meses?

Intención de cambio de empleo



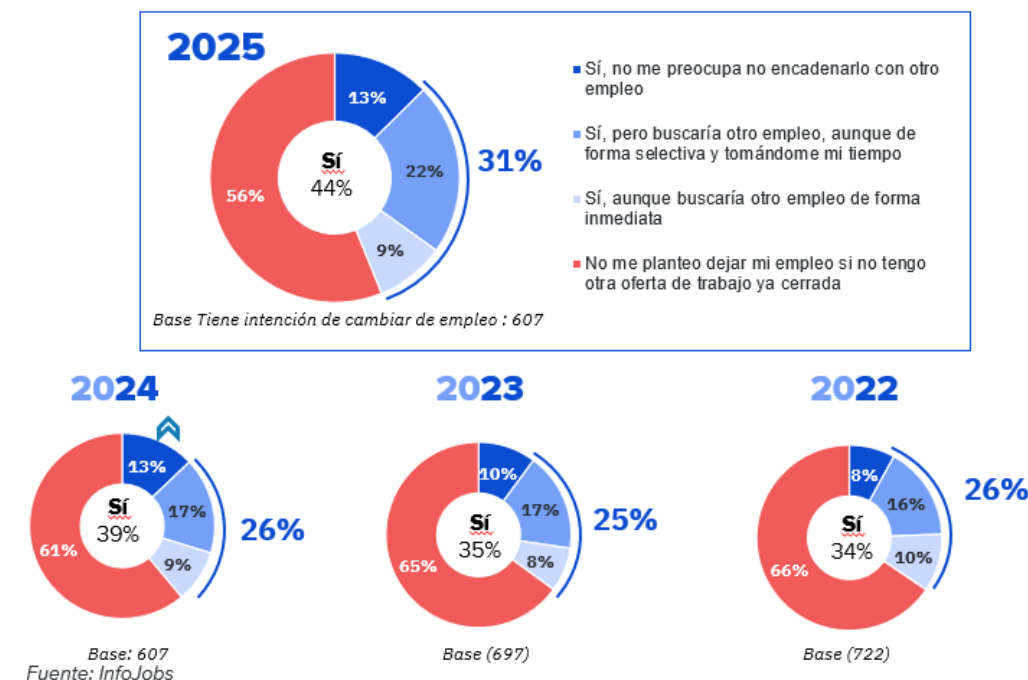
Aumenta en 5 p.p. el porcentaje de trabajadores que dejarían su empleo sin tener otra oferta de trabajo

En cambio, hay un dato que crece y consolida una tendencia que ya se apuntaba en años anteriores: aumentan los profesionales que dejarían su trabajo sin tener otra oferta cerrada: un 44% así lo afirma en 2025 (vs. el 39% de 2024, el 35% de 2023 y el 34% de 2022). De estos, un 13% declara no sentirse preocupado por no tener otro empleo de forma inmediata (cifra que permanece estable con respecto a 2024); mientras que un 22% indica que buscaría otro, aunque de forma selectiva y tomándose su tiempo, y un 9% lo haría de forma inmediata.

No obstante, algo más de la mitad de los trabajadores (56%) mantiene una actitud conservadora: sí dejaría su empleo actual, pero con una oferta de trabajo ya cerrada, aunque el porcentaje es 5 puntos porcentuales inferior al de 2024.

C2. Has indicado que te planteas un cambio de empleo en los próximos 12 meses. Concretamente, ¿abandonarías tu empleo sin tener otra oferta de trabajo?

Intención de abandono en los próximos 12 meses



En este sentido, los ingresos parecen influir en cómo se afronta un cambio de empleo. Un nivel de ingresos alto –que podríamos vincular con una mayor seguridad económica– empuja a asumir más riesgos, o a ser más selectivo. Así, hasta un 20% de quienes tienen ingresos más altos (+ de 2.000 euros) se enfrentaría a dejar su empleo sin preocuparse por encadenarlo con otro, mientras que alrededor de un tercio de quienes cobran entre 1.500 y 2.000 euros se tomaría su tiempo para hacerlo.

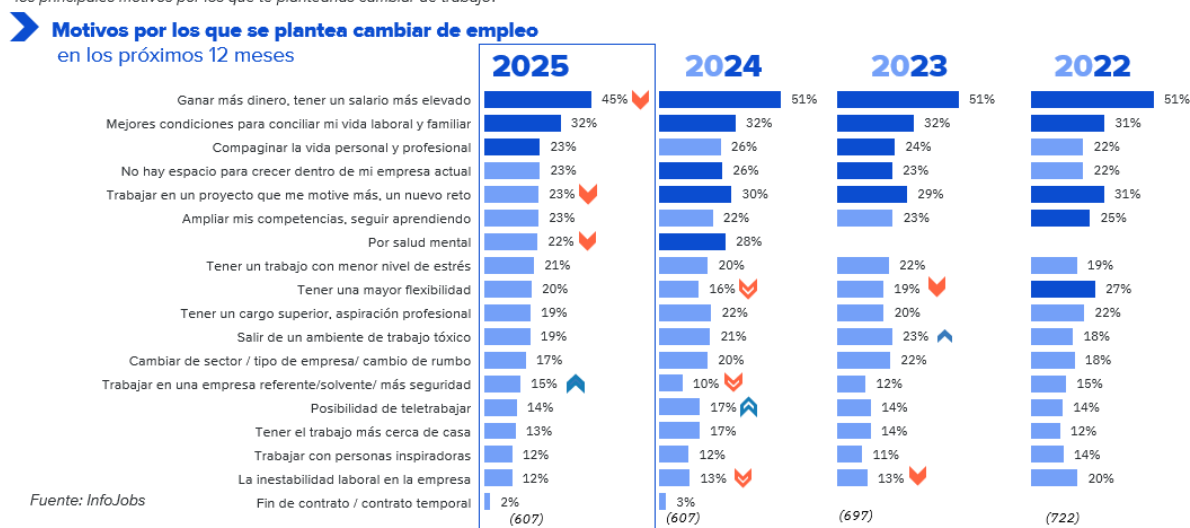
Razones para el abandono: se estrecha el *gap* entre salario y conciliación y desciende el interés por proyectos más motivadores

Por primera vez desde que InfoJobs realiza este informe, la búsqueda de un mejor salario ha perdido fuerza como principal motivo de cambio: aunque continúa siendo la razón más citada por los profesionales, desciende hasta el 45% (vs. el 51% en 2024, 2023 y 2022). En cambio, todo lo relacionado con la conciliación y compaginar la vida laboral y personal mantiene su peso como factor clave y desbanca al interés por trabajos más motivadores, que decae ligeramente.

Esto puede explicarse por lo que ha señalado InfoJobs en otras ocasiones: el desarrollo personal y el equilibrio entre la vida privada y la profesional son aspectos cada vez más valorados. Y cobran aún más relevancia si se tiene en cuenta que casi 1 de cada 4

profesionales afirma que conciliar es cada vez más difícil, especialmente en la franja de 35 a 44 años, donde el desafío se intensifica (según datos del último [Informe sobre Conciliación](#)). En cambio, la posibilidad de incorporarse a un proyecto más motivador o afrontar un nuevo reto experimenta un ligero retroceso, situándose en el 23% (vs. 30% en 2024, 29% en 2023 y 31% en 2022).

C3 Has indicado que tienes intención de cambiar de empleo, ¿cuáles son los principales motivos por los que te plantearías cambiar de trabajo?



Diferencias por edad y nivel salarial

La intención de cambio de empleo también varía de forma significativa según la edad. Casi 4 de cada 10 jóvenes de entre 16 y 24 años se plantean cambiar de trabajo en los próximos 12 meses, mientras que entre los mayores de 55 años el porcentaje desciende hasta apenas un 7%. Aunque la motivación económica se mantiene como la razón principal de forma transversal, se observan matices generacionales: en los perfiles más jóvenes destacan las ganas de mejorar su posición (con el 30% de las personas que tienen entre 16 y 24 años), mientras que a partir de los 25 años cobran mayor relevancia los motivos vinculados a la conciliación (32% de quienes tienen entre 25-34 años).

La intención de cambio también refleja diferencias en función del nivel salarial. Casi un tercio de los trabajadores con ingresos inferiores a 1.000 euros al mes planea cambiar de empleo en los próximos 12 meses, mientras que entre quienes superan los 2.000 euros la cifra se reduce al 11%. Pese a que la mejora salarial continúa siendo el principal motor de cambio en todos los tramos, en los perfiles con mayores ingresos gana peso la búsqueda de un mejor equilibrio entre vida personal y profesional (con el 36% de quienes ingresan más de 2.000 euros). Asimismo, factores como las oportunidades de

desarrollo profesional y la importancia de un entorno laboral saludable se consolidan como elementos decisivos en la toma de decisiones.

Nota metodológica del informe

Los datos de población activa se han extraído con una encuesta online autoadministrada (CAWI) a través de un panel con un cuestionario estructurado de una duración aproximada de 15 minutos. La muestra ha sido de 4.656 panelistas que componen una distribución proporcional y representativa de la población nacional de 16 a 65 años y guiada por cuotas de sexo, edad y región y situación laboral. El margen de error es de +/- 1,4%.

Sobre InfoJobs

Plataforma líder en España para encontrar las mejores oportunidades profesionales y el mejor talento. En el último año, InfoJobs ha publicado 2,5 millones de posiciones vacantes. Cuenta cada mes con 40 millones de visitas (más del 80% proceden de dispositivos móviles) y 1,2 millones de usuarios únicos mensuales. Gracias a InfoJobs se firma un nuevo contrato de trabajo cada 23 segundos.

Contacto

InfoJobs:
Mónica Pérez Callejo
prensa@infojobs.net:

Evercom:
Ariadna Daunis / Andrea Vallejo / Virginia Camino / Marc Vizcarro
infojobs@evercom.e
T. 93 415 37 05 - 676 86 98 56