

14 de febrero - San Valentín

Casi 1 de cada 4 personas ha mantenido una relación sentimental en el trabajo*

- La encuesta de InfoJobs realizada a través de sus redes sociales determina que casi 7 de cada 10 profesionales cree que el impacto de las relaciones sentimentales en el trabajo depende de cómo se gestionan
- Para más de la mitad (56%), una relación sentimental entre compañeros pertenece al ámbito privado y no debería comunicarse a la empresa
- Más de la mitad no lo comunicaría a la empresa, al considerar que pertenece a la esfera privada; un 20% lo haría si se trata de una relación jerárquica
- Un 48% de los encuestados desconoce las directrices que determina su compañía sobre las relaciones sentimentales en el trabajo
- El 73% de los usuarios considera que el entorno laboral es un espacio para socializar y conocer gente nueva (4 p.p. menos que un año), frente al 27% que afirma que solo va a trabajar

Madrid, 12 de febrero de 2026. El trabajo ocupa una parte central de la vida, de ahí la importancia que adquiere ese espacio compartido con otras personas y las relaciones que se establecen en él. Tanto es así que, según los últimos datos de la encuesta de [InfoJobs](#) sobre [Relaciones personales en el entorno laboral](#), 6 de cada 10 españoles (63%) perciben su relación con los compañeros como muy positiva, contabilizando una valoración media de 6,9 sobre 10. Las relaciones profesionales no solo favorecen la colaboración y el buen clima, sino que también propician lazos personales y sentimentales, difuminando cada vez más la frontera entre lo laboral y lo privado.

Para profundizar en este aspecto y en el marco de la celebración de San Valentín, una fecha tradicionalmente asociada al amor y a las relaciones personales que se celebra cada 14 de febrero, la plataforma líder de empleo en España ha querido poner el foco en cómo estos vínculos se trasladan también al entorno profesional. Para ello, ha realizado una encuesta a su comunidad en redes sociales.

La primera conclusión que se puede extraer es que casi 1 de cada 4 usuarios (23%) que han respondido afirma haber mantenido una relación sentimental en el entorno laboral. Esta cifra se incrementa en 2 puntos porcentuales respecto al año pasado, cuando se contabilizó un 21%. Del total, un 4% mantiene esa relación en la actualidad, mientras que el 19% la tuvo en el pasado.

Casi 7 de cada 10 profesionales cree que el impacto de las relaciones sentimentales en el trabajo depende de cómo se gestionan

En cualquier caso, las relaciones sentimentales entre compañeros siguen generando opiniones diversas en el entorno laboral, aunque la mayoría de los profesionales coinciden en que su impacto en el clima de trabajo no es, por sí mismo, positivo ni negativo (67%), sino que depende de cómo se gestione. Aun así, un 24% declara un posible impacto negativo, frente a un 4% que cree que pueden influir de forma positiva, mientras que el 5% restante considera que no tiene ninguna incidencia.

La consulta también pone de relieve el debate en torno a los límites entre la vida personal y profesional. Para más de la mitad de los trabajadores (56%), una relación sentimental entre compañeros pertenece al ámbito privado y no debería comunicarse a la empresa. Sin embargo, esta percepción cambia cuando entra en juego la jerarquía: un 20% opina que sí debería informarse si existe una relación de dependencia laboral, y un 14% cree que este tipo de relaciones deberían comunicarse siempre. El 10% restante no tiene una postura clara al respecto.

Más allá de las opiniones, otra de las principales conclusiones es la falta de conocimiento sobre las normas internas que regulan estas situaciones. Casi la mitad de los profesionales (48%) afirma no saber si su empresa cuenta con políticas o directrices específicas para evitar que las relaciones sentimentales afecten al desempeño laboral. Además, un 31% asegura que directamente no se aplica ninguna medida, mientras que solo el 21% confirma la existencia de pautas claras. Hay que recordar que la protección de la vida privada es un derecho fundamental que se recoge en el Estatuto de los Trabajadores. En su artículo 4 establece el respeto a la intimidad de los empleados como una garantía básica, de forma que, aunque puedan existir vínculos personales en el ámbito laboral, estos deben gestionarse de manera que no interfieran en el ambiente de trabajo ni afecten al desempeño profesional.

El trabajo, lugar idóneo para socializar: el 73% de los usuarios así lo considera

En contraposición a quienes sí mantienen o han mantenido una relación en el trabajo, el 77% declara no haber tenido ningún vínculo de este tipo. Sin embargo, el trabajo es un espacio altamente reconocido como lugar de socialización. De hecho, siguiendo

con la consulta de *Relaciones personales en el entorno laboral*, casi la mitad de los trabajadores afirma tener interacciones sociales fuera del horario laboral con compañeros al menos una vez al mes. A su vez, la encuesta realizada en redes sociales asegura que el 73% de los profesionales considera que el entorno laboral también es un espacio para socializar y conocer gente nueva (vs. el 77% registrado hace un año), frente al 27% que afirma que al trabajo solo va a trabajar.

***Nota metodológica:**

Los datos de este comunicado se han obtenido a partir de cinco encuestas realizadas en las redes sociales de InfoJobs entre el 26 de enero y el 9 de febrero, específicamente en Instagram y LinkedIn. En total, se han recopilado 7.643 respuestas de usuarios activos en estas plataformas, lo que proporciona una muestra representativa de la comunidad de InfoJobs en España.

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 22 segundos.

Contacto

InfoJobs:
Mónica Pérez Callejo
prensa@infojobs.net:

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