

Del volumen a las causas: ¿qué hay realmente detrás del absentismo?

El absentismo alcanza al 47 % de los ocupados en España, aunque solo un 2 % se ausenta de forma no justificable y sin recuperar el tiempo

- *El porcentaje de trabajadores que ha faltado al trabajo en el último año es dos puntos menor que en 2025*
- *El 31 % de los ocupados se ha ausentado alguna vez sin baja médica; y, de ellos, el 84 % asegura que todas sus ausencias fueron justificables*
- *Entre quienes tuvieron alguna ausencia justificable, la mitad recuperó el tiempo correspondiente, por lo que llevado al total de ocupados, solo un 2 % tuvo alguna ausencia no justificable y, además, no recuperó el tiempo*
- *La salud mental gana peso como causa directamente vinculada al trabajo: el 53 % de quienes se ausentan por este motivo la vincula en exclusiva con su entorno laboral, frente al 42 % de 2025*

Madrid, 8 de septiembre de 2026. El absentismo se ha consolidado como uno de los fenómenos que más atención acumula en el mercado laboral español durante los últimos meses, generando un intenso debate sobre sus cifras, la afectación que tiene entre diferentes sectores o el impacto económico que supone para las empresas. En medio de ese debate, el informe *Radiografía del Absentismo laboral en España 2026*, realizado por [InfoJobs](#), la plataforma de empleo líder en España, analiza qué hay realmente detrás de esas ausencias y hasta qué punto responden a motivos justificados, desde la perspectiva de los propios trabajadores.

Los datos del estudio confirman que este fenómeno sigue afectando a un porcentaje elevado de la población ocupada: el 47 % de los ocupados se ha ausentado del trabajo en los últimos doce meses, dos puntos menos que en 2025. Al mismo tiempo, el análisis permite matizar esa cifra: los principales motivos de ausencia están relacionados con la salud y solo un 2 % del total de ocupados reconoce alguna ausencia no justificable cuyo tiempo, además, no recuperó.

Qué hay detrás del dato general de absentismo: el 84 % de quienes se ausentaron sin baja asegura que todas sus ausencias fueron justificables

Según los datos de InfoJobs, el 24 % de la población ocupada tuvo alguna ausencia respaldada por una baja médica y el 31 % alguna ausencia sin baja, ambas cifras ligeramente inferiores a las de 2025 (25 % y 33 %, respectivamente).

El informe profundiza precisamente en ese 31 % que se ausentó sin baja. Así, el 84 % de este colectivo asegura que todas sus ausencias fueron justificables, frente a un 16 % que reconoce alguna ausencia no justificable. Extrapolado al conjunto de la población ocupada, ese porcentaje representaría un 4 %.

Yendo un paso más allá, entre quienes tuvieron alguna ausencia no justificable, la mitad recuperó el tiempo correspondiente. La cifra final se sitúa así en un 2 % de la población ocupada que tuvo alguna ausencia no justificable y, además, no recuperó el tiempo no trabajado, un dato que ofrecería una lectura mucho más matizada del fenómeno que la que ofrece el porcentaje general.



La salud, el principal motivo detrás de las ausencias

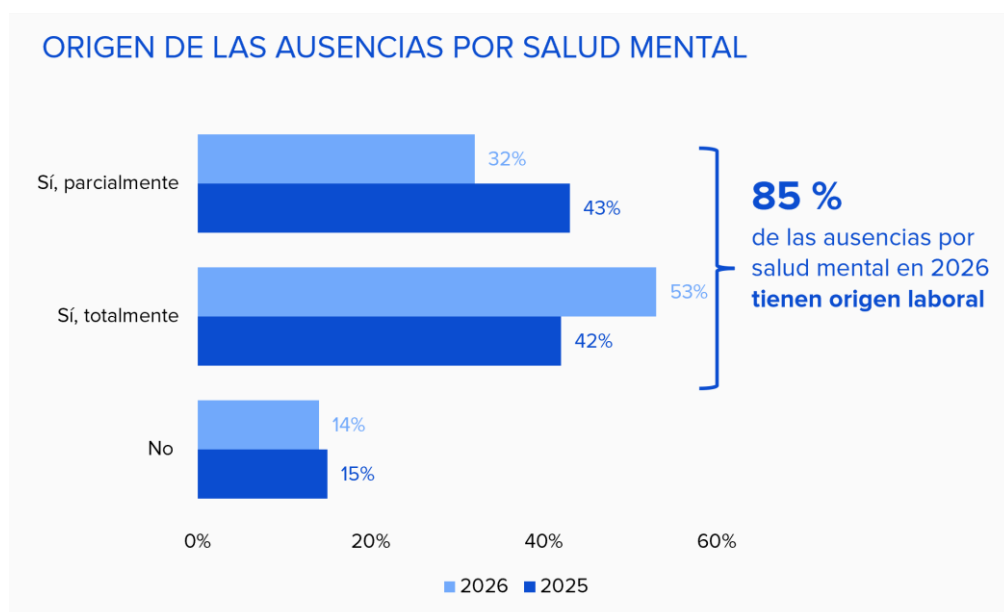
Los datos de InfoJobs sitúan la salud como el principal factor explicativo del absentismo laboral en España. El motivo más señalado por la población ocupada que se ha ausentado de su puesto es acudir a una cita médica, citado en el 47 % de los casos. Le siguen, ambos con un 29 %, los problemas de salud puntuales y temporales (como un resfriado, un dolor de cabeza o dolor menstrual y las complicaciones de salud que requieren un periodo de recuperación).

Estos datos apuntarían a un absentismo vinculado, en gran medida, a la salud de las personas trabajadoras, más que a la falta de compromiso hacia la empresa.

Salud mental: crece el vínculo directo con el entorno laboral

Dentro de ese universo de motivos ligados a la salud, el informe presta especial atención a la salud mental, causante del 9 % de las ausencias del puesto de trabajo. Se trata, además, de una casuística que en la mayoría de los casos (85 %) guarda relación, total o parcial, con el propio entorno laboral, un porcentaje que se mantiene estable respecto a 2025.

Sin embargo, al desglosar esa relación, el informe detecta un cambio relevante: quienes atribuyen sus ausencias por salud mental de forma directa y exclusiva al trabajo han pasado del 42 % en 2025 al 53 % en 2026, mientras que quienes lo atribuyen solo parcialmente han retrocedido del 43 % al 32 % en el mismo periodo. Este dato sugeriría que, cuando la salud mental está detrás de una ausencia, el entorno laboral tendería a ganar peso como factor explicativo directo.

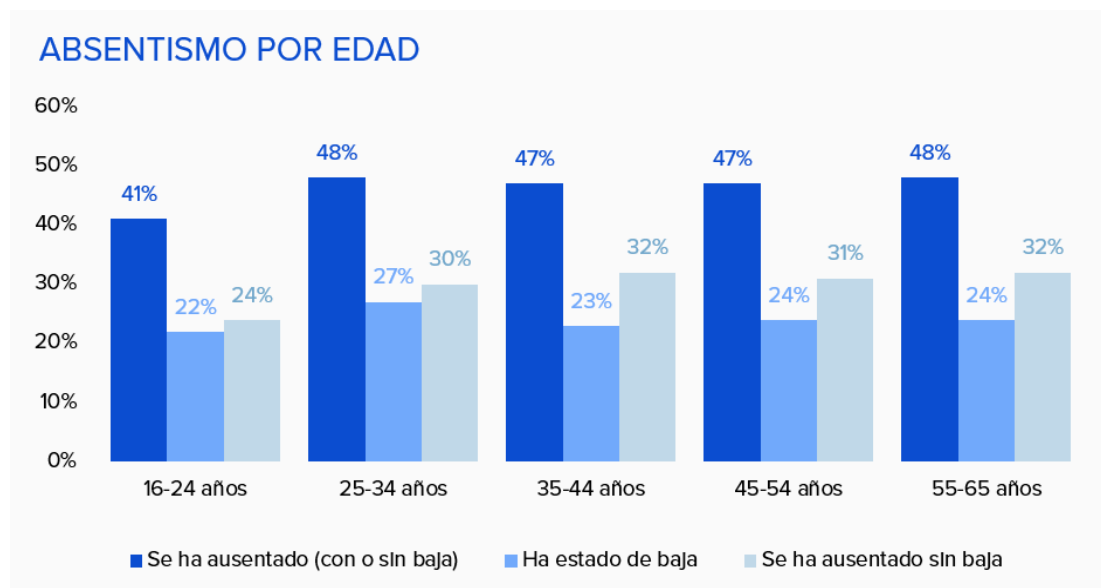


Datos: InfoJobs

¿Es realmente un problema generacional? El absentismo apenas varía por edad, aunque sí sus causas

El debate sobre el absentismo laboral suele apuntar, de forma recurrente, a las generaciones más jóvenes. Sin embargo, los datos de InfoJobs matizan esa narrativa. El porcentaje de población ocupada que se ha ausentado del trabajo (con o sin baja) apenas varía entre los 25 y los 65 años, donde se mueve en una horquilla muy

estrecha, del 47 % al 48 %. La única excepción se encuentra en los menores de 25 años, que se sitúan por debajo del resto, con un 41 %.



Lo que sí cambia de forma notable entre generaciones es el motivo de la ausencia. La salud mental representa el 15 % de las ausencias entre quienes tienen de 16 a 24 años y el 13 % entre los de 25 a 34 años, frente a un 7 % en la franja de 45 a 54 años y un 5 % entre los mayores de 55. Estos datos apuntarían, por tanto, a que la diferencia generacional en el absentismo no estaría tanto en la cantidad de ausencias como en las razones que hay detrás de ellas.

Otras variables: género, antigüedad, tipo de contrato, tamaño de la empresa y territorio

El informe de InfoJobs también recoge diferencias en el absentismo laboral en función de otras variables. Por género, las mujeres registran un porcentaje de ausencias superior al de los hombres, tanto con baja (27 % frente al 22 %) como sin ella (34 % frente al 28 %), aunque también son ellas quienes más justifican sus ausencias (85 % frente al 81 % de los hombres).

Por antigüedad en la empresa, el absentismo es notablemente inferior entre quienes llevan menos de un año en su puesto (37 %) que entre quienes acumulan mayor trayectoria en la compañía (48 % entre uno y cinco años, 49 % a partir de cinco años). Por tipo de contrato, destacan los acuerdos formativos (54 %), frente al 38 % de los trabajadores autónomos. Por tamaño de empresa, el absentismo es del 45 % en las pequeñas compañías, frente al 49 % de las medianas y grandes.

Por comunidades autónomas, País Vasco (51 %) y Cataluña (50 %) presentan los porcentajes más elevados, mientras que Andalucía (44 %) registra la cifra más baja. Comunidad Valenciana y Madrid se sitúan en una posición intermedia, con un 48 % en ambos casos.

En palabras de **Mónica Pérez, directora de Comunicación y Estudios de InfoJobs**:

"El absentismo es un fenómeno complejo y estructural que no se explica únicamente por el volumen de ausencias, sino por lo que hay detrás de ellas. Nuestros datos muestran que la salud es un detonante y, en el caso de la salud mental, crece su vínculo directo con el entorno laboral". Y añade: "Las empresas, por su parte, se enfrentan a la falta de transparencia en los motivos y a la necesidad de incentivar el compromiso. Y no podemos obviar factores externos como el envejecimiento de la población activa o la saturación del sistema sanitario. Todo ello hace necesario pasar del control reactivo de las ausencias a la gestión preventiva de la salud mental y organizacional".

***Nota metodológica del informe:**

Los datos se han obtenido mediante una encuesta online autoadministrada (CAWI) a través de un panel, con un cuestionario estructurado de una duración aproximada de 15 minutos. La muestra ha estado compuesta por 4.660 personas de la población activa, de entre 16 y 65 años, representativa del conjunto del territorio nacional y diseñada mediante cuotas de sexo, edad, comunidad autónoma y situación laboral. El trabajo de campo se realizó entre el 11 y el 18 de junio de 2026. Para un nivel de confianza del 95%, el margen de error es de $\pm 1,4\%$

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 22 segundos.

Contacto

InfoJobs:
Mónica Pérez Callejo
prensa@infojobs.net

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