

El desajuste entre oferta y demanda del talento sigue marcando el mercado laboral

1 de cada 3 trabajadores en España considera que está sobrecualificado para su puesto actual

- *Así lo estiman también 1 de cada 5 desempleados; en ambos casos, el nivel de sobrecualificación es más destacado entre quienes tienen un mayor nivel de estudios (un 35% entre ocupados y un 33% entre desempleados)*
- *Las razones: el 40% de la población ocupada declara haber priorizado cuestiones como la estabilidad laboral, la conciliación o las condiciones del empleo; mientras que el 41% de los desempleados lo liga a limitaciones geográficas*
- *Solo 1 de cada 4 trabajadores en activo recibió orientación laboral antes de decidir su formación*
- *El 34% de la población desempleada está en proceso de reorientarse profesionalmente o ya lo ha hecho*

Madrid, 1 de septiembre de 2026. El mercado laboral afronta el final del verano con unas cifras de empleo positivas (los datos más recientes de la EPA sitúan el número de ocupados en un récord de 22,7 millones y la tasa de paro por debajo del 10%). De cara a septiembre, la búsqueda de nuevas oportunidades por parte de muchos profesionales vuelve a poner el foco en cómo se distribuye y aprovecha el talento disponible, con el reto de lograr un mejor encaje entre su formación y el puesto que desempeñan que, además, responda a las necesidades de las empresas. La sobrecualificación representa una de las caras menos visibles de este desajuste y es que, según Eurostat, España es uno de los países de la Unión Europea con mayor tasa de sobrecualificación: un 34% en 2025, frente al 21,4% de la media europea. Esta tasa hace referencia a las personas con un nivel de educación superior –como FP o estudios universitarios de grado, máster o doctorado– cuyos puestos no requieren un nivel de formación tan elevado.

En este contexto, la encuesta de InfoJobs sobre *Sobrecualificación y falta de adaptación* de [InfoJobs](#), la plataforma de empleo líder en España, señala que el **31% de los trabajadores considera que su nivel de formación, experiencia o habilidades es superior al requerido por su puesto actual**, un porcentaje que llega hasta el **35%**

entre quienes tienen estudios universitarios o superiores. Aunque el nivel de sobrecualificación es más elevado entre quienes cuentan con un mayor nivel formativo, los datos muestran que se trata de un fenómeno que trasciende a este colectivo y afecta al conjunto de la población ocupada.

Más allá de ello, el 65% de los encuestados considera que su nivel de formación encaja con el requerido por su puesto, mientras que un 4% señala que es inferior al necesario. Estas cifras ponen de relieve que el reto no pasa únicamente por generar empleo, sino también por lograr un mayor ajuste entre la preparación de los profesionales y las necesidades de los puestos de trabajo, favoreciendo un mejor aprovechamiento del talento disponible.

AB1. ¿Consideras que tu nivel de formación, experiencia o habilidades es adecuado para el puesto que desempeñas?

POBLACIÓN OCUPADA



El 33% de los desempleados con estudios superiores busca puestos por debajo de su nivel de formación

Este desajuste no se limita únicamente a quienes ya tienen un empleo. También condiciona la forma en la que los profesionales afrontan la búsqueda de nuevas oportunidades. Entre la población desempleada, **el 21% busca puestos cuyo nivel de formación requerido es inferior al que posee**, mientras que un 66% opta por

posiciones acordes con su nivel formativo y un 13% aspira a puestos que requieren una formación superior.

No obstante, la situación resulta especialmente significativa entre quienes cuentan con estudios universitarios o superiores: **1 de cada 3 desempleados (33%) busca puestos que requieren un menor nivel de formación o experiencia que el que posee**; esto indica que una parte del talento amplía su búsqueda a posiciones que requieren un nivel formativo inferior, aumentando así el abanico de oportunidades a las que puede optar.

AB0. Pensando en tu situación actual, ¿en qué medida encaja tu nivel de formación, experiencia o habilidades con el puesto de trabajo que estás buscando actualmente?

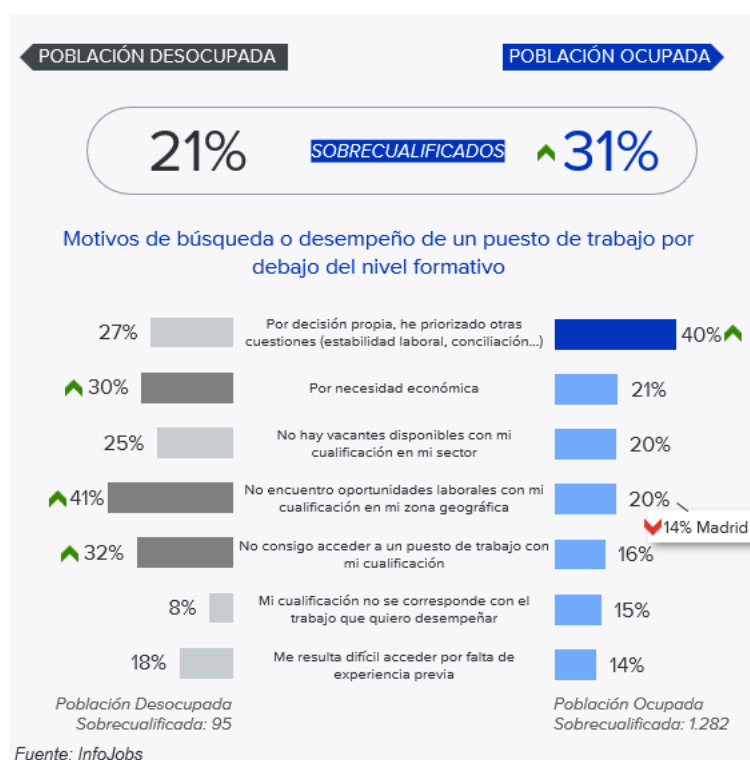


Estabilidad y conciliación pesan entre los ocupados; las limitaciones geográficas entre los desempleados

Los datos muestran que la sobrecualificación no responde a un único motivo, sino que se explica de manera diferente según la situación laboral de los profesionales. Entre la población ocupada sobrecualificada, la principal razón para desempeñar un puesto por debajo del nivel formativo propio es una decisión personal: **el 40% afirma haber priorizado otras cuestiones, como la estabilidad laboral, la conciliación o las condiciones del empleo, frente a la posibilidad de ocupar un puesto más ajustado a su formación**. A continuación, un 21% lo atribuye a la necesidad económica, mientras

que un 20% señala que no existen vacantes disponibles para su cualificación en su sector. Este mismo porcentaje también se registra entre quienes destacan la dificultad de encontrar oportunidades en su área geográfica.

La situación cambia entre la población desempleada sobrecualificada. En este caso, prevalecen **las limitaciones geográficas como el principal obstáculo: el 41%** afirma que no encuentra oportunidades laborales debido a esta causa, mientras que un 32% señala que no consigue acceder a un empleo ajustado a su perfil. Además, un 30% busca puestos de trabajo por necesidad económica, aunque requieran un nivel de formación inferior al que poseen.



Solo 1 de cada 4 trabajadores recibió orientación antes de elegir su formación

Otro aspecto relevante que se analiza en la encuesta de InfoJobs es la orientación laboral. A la luz de los datos todavía tiene un papel limitado en el momento de elegir los estudios y definir la trayectoria profesional, ya que **solo 1 de cada 4 trabajadores en activo (el 25%) recibió orientación laboral antes de decidir su formación**, mientras que el 75% restante no tuvo acceso a este tipo de apoyo. Entre quienes sí recibieron orientación, el 60% considera que fue bastante o muy útil. Sin embargo, su utilidad percibida presenta margen de mejora: **el 40% considera que esta fue poco o nada útil** (porcentaje que se divide entre el 32% que indica poco y el 8% que la considera nada útil).

A pesar de su alcance limitado, la orientación laboral sí tiene una relevancia clara para quienes han podido acceder a ella. El 77% de los trabajadores considera que, desde su perspectiva actual, habría buscado orientación antes de decidir sus estudios: un 36% afirma que habría sido fundamental y un 41% que le habría ayudado a tomar una decisión. Esto pone de manifiesto que existe una demanda de acompañamiento que no está siendo suficientemente cubierta y que podría contribuir a mejorar el encaje entre la formación elegida y las oportunidades profesionales posteriores.

En palabras de **Mónica Pérez, directora de Comunicación y Estudios de InfoJobs**: *“A la vista de los datos, la falta de orientación laboral sigue siendo un reto en nuestro país. Se trata de un proceso clave para el éxito laboral, que conecta la formación con las necesidades de las empresas, y cada vez más necesario para tomar decisiones – tanto en edades tempranas como entre quienes acceden a estudios superiores–, acompañar en la búsqueda de trabajo o en el cambio profesional y mejorar la empleabilidad”*.

1 de cada 3 desempleados ya se ha reorientado profesionalmente o está en proceso

La falta de acceso a un empleo ajustado al perfil profesional está llevando a cada vez más personas a plantearse un cambio de rumbo. Entre la población ocupada, **el 26% está en proceso de reorientarse profesionalmente o ya lo ha hecho. Este porcentaje asciende al 34% entre la población desempleada**, lo que confirma que la reorientación se plantea con mayor intensidad cuando las personas no consiguen acceder a un empleo.

En contraposición, el fenómeno adquiere una relevancia especial entre quienes se encuentran en situación de sobrecualificación. El 18% de los trabajadores ocupados sobrecualificados declara estar actualmente en proceso de formarse para cambiar de profesión, mientras que entre la población desempleada sobrecualificada el porcentaje se eleva hasta el 27%.

La edad también marca diferencias. Entre los trabajadores ocupados, el 33% de los jóvenes de entre 16 y 24 años y el 19% de quienes tienen entre 25 y 34 años están en proceso de formarse para reorientar su trayectoria profesional. En el extremo contrario, el 68% de los mayores de 55 años no se plantea una reorientación laboral.

Andalucía registra la mayor sobrecualificación entre los ocupados; Madrid, la búsqueda de empleos por debajo del nivel formativo

Por comunidades autónomas, Andalucía es, entre las regiones analizadas, donde un mayor porcentaje de trabajadores en activo considera que su nivel de formación es

superior al requerido por su puesto: un 34%, 3 p.p. por encima de la media nacional (31%). Le siguen la Comunidad Valenciana y Madrid, con un 30% en ambos casos.

En el caso de la población desempleada, Madrid es donde un mayor porcentaje de personas en búsqueda de empleo afirma estar optando por puestos que requieren un nivel de formación inferior al que posee, con un 23% (vs. el 21% de la media nacional). Le siguen Cataluña, con un 22,5% y la Comunidad Valenciana, con un 22%.

***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