



Victor María González Muñoz
Director del área laboral de Afianza

El descanso: la cuenta pendiente de España con los autónomos

Llega el verano y, con ello, gran parte de la población empieza su día contando los que le faltan para irse de vacaciones. Así, van al trabajo soñando con los planes que harán, los días de playa o montaña y, sobre todo, anhelando un descanso físico y mental pleno alejados del trabajo. Sin embargo, en España hay una parte de la población que no puede permitirse este derecho, que en casos como el suyo se convierte en un lujo: los autónomos.

La realidad de los trabajadores autónomos sigue marcada por la falta de descanso. Según los últimos datos publicados por la (ATA), uno de cada tres trabajadores por cuenta propia ha afirmado que no disfrutará de unas vacaciones este verano. Además, cabe destacar que un 6,2% ni siquiera sabe si podrá cerrar durante el periodo estival, y un 13,1% tiene previsto tomarse un descanso, pero aún no ha fijado fechas, lo que añade incertidumbre a su día a día. Y, a pesar de lo preocupante de este dato, no es el peor: el 25% de los participantes en esta encuesta asegura que no descansará en ningún momento durante el año 2025.

A contracorriente de la sociedad, donde el descanso veraniego se da por sentado, resalta también que un 11,4% de autónomos prefiere coger vacaciones fuera del periodo estival, intentando evitar las consecuencias que puede provocar cerrar en temporada alta. Estos datos evidencian un modelo laboral para los autónomos que se aleja considerablemente de los pilares de conciliación y bienestar que cada vez, tanto empresas como trabajadores, se valoran más. Entre las principales razones que impiden a los autónomos desconectar se encuentran, en primer lugar, la falta de recursos económicos y, en segundo, la imposibilidad de dejar la gestión diaria del negocio en manos de otra persona.

La realidad de los autónomos, que en muchas ocasiones se tratan de negocios familiares o autogestionados, obliga a muchos de ellos a elegir entre mantener su negocio abierto o cuidar de su salud física y mental mediante un descanso de calidad. Es por ello por lo que, en este caso, no hablamos únicamente de derechos laborales, sino de la salud de trabajadores esenciales para nuestra economía, que sacrifican su calidad de vida.



Situaciones como las descritas muestran una debilidad en el sistema de autoempleo como fórmula sostenible de desarrollo profesional, demostrando la carga estructural en la que se ha convertido la cultura del sacrificio que históricamente ha rodeado al trabajo autónomo. El 12% de los encuestados no ha cerrado su negocio ni un solo día en más de tres años, un dato que debería hacer saltar todas las alarmas y que evidencia la necesidad urgente de medidas de apoyo específicas para este colectivo, que representa más del 16% de la población activa y sostiene buena parte del tejido productivo del país.

En este sentido, se han planteado diferentes propuestas como bonificaciones para contratar sustitutos que puedan cubrir la actividad durante los periodos de descanso, aunque estas iniciativas aún no se han materializado. También se están promoviendo, desde algunas asociaciones, redes de colaboración entre autónomos para que puedan relevarse entre ellos en momentos puntuales. La digitalización y automatización de tareas, fomentadas a través de programas como el Kit Digital, si bien no están pensadas específicamente para las vacaciones, podrían contribuir a reducir la carga operativa y facilitar una cierta desconexión.

Además, organizaciones como ATA llevan tiempo reclamando políticas públicas que reconozcan el derecho al descanso del autónomo, incluyendo incentivos fiscales, ayudas para sustituciones o incluso cotizaciones bonificadas durante los periodos de inactividad voluntaria.



■

Se plantean propuestas como bonificaciones para contratar sustitutos que cubran la actividad en periodos de descanso

■

Esta no es una situación que deba preocupar únicamente a los propios autónomos: su bienestar debe interpelar a todo el conjunto de la sociedad. A la administración pública, que debe mejorar los mecanismos de protección social y fomentar políticas de relevo y apoyo temporal para los autónomos; al entorno empresarial, que debe comprender que detrás de cada pequeño negocio hay una persona que también necesita parar; y a los propios autónomos, que a menudo se ven atrapados en una rueda de autoexigencia sin fin.

En un país donde el emprendimiento y el trabajo por cuenta propia son a menudo promovidos como motor económico, resulta contradictorio que aquellos que apuestan por esta vía lo hagan con menos derechos y menos descanso que el resto de los trabajadores. Si no se toman medidas que reduzcan los preocupantes datos de esta encuesta y que fomenten el bienestar de los autónomos, el coste no será solamente individual, sino colectivo: perderemos talento, salud y tejido productivo. España tiene la obligación y la oportunidad de redefinir el modelo de apoyo al trabajo autónomo con una perspectiva más humana, sostenible y justa.



iStock