

Article

Sentir-se precari afecta la salut mental dels joves

Novembre 2024



Lara Maestripieri, Matilde Cittadini, Adriana Offredi i Roger Soler i Martí, IGOP/Universitat Autònoma de Barcelona; Míriam Acebillo-Baqué, INGENIO (CSIC-Universitat Politècnica de València); Karen van Hedel, Universitat d'Utrecht; Alba Lanau, Universitat Pompeu Fabra

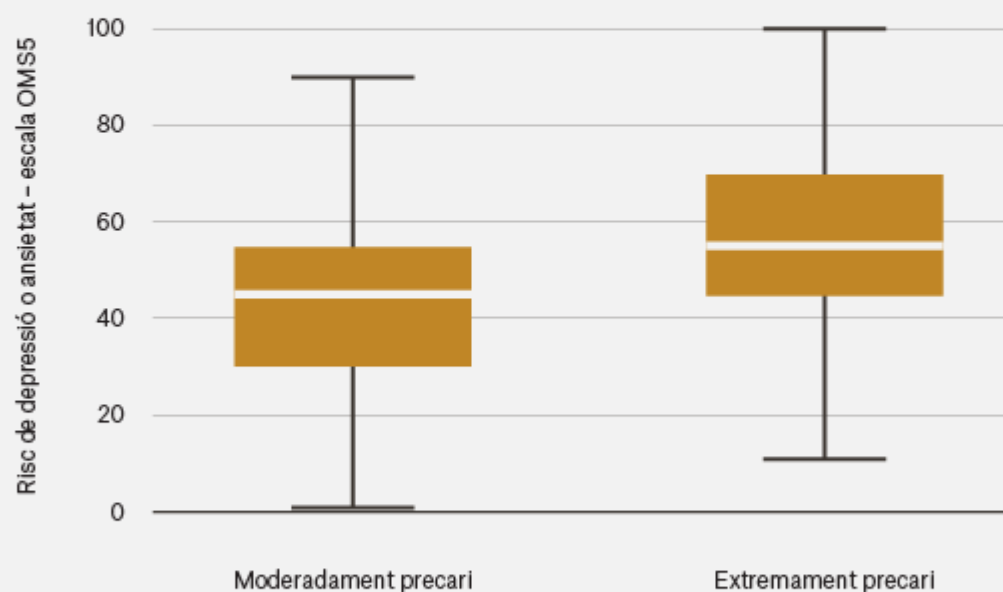
La precarietat és un concepte molt més complex del que ens pensàvem: inclou també significats que van més enllà de les condicions laborals i que estan més relacionats amb la impossibilitat de garantir un nivell de vida digne. L'article mostra que és la percepció d'estar en situació de precarietat, més que no tenir una feina no permanent, la que afecta la salut mental dels joves. Els nostres resultats també mostren que la precarietat laboral i la inseguretat econòmica es reparteixen de manera desigual entre els grups socials, però el sentiment de precarietat està estès entre tots els joves d'Espanya.

Punts clau

- 1 La precarietat laboral no es distribueix de manera igualitària entre els joves, però la sensació de precarietat afecta a tots, sigui quin sigui el seu gènere, edat o origen.
- 2 Entre els nostres entrevistats, el 31% estan en risc de depressió o ansietat. Sentir-se precari, i no tenir una feina precària, és el factor explicatiu crucial.
- 3 La sensació de precarietat va més enllà de tenir una mala feina; els nostres entrevistats consideren que inclou també la impossibilitat de satisfer necessitats bàsiques o d'accedir a un nivell de vida digne.
- 4 En la nostra mostra, el 40,6% afirma patir com a mínim d'un problema de salut física o mental a causa de la inseguretat econòmica. Viure sol està associat amb més inseguretat econòmica.
- 5 La seguretat econòmica de les llars s'ha vist qüestionada en la postpandèmia, sobretot per la inflació i l'augment dels costos de l'energia. Un 65% dels qui se senten molt precaris afirmen que aquests dos factors han creat inseguretat econòmica a casa seva.

Sentir-se precari, i no el fet de tenir una feina precària, és el que compta davant del perill d'una mala salut mental

L'escala OMS5 ens permet mesurar el risc de depressió i ansietat en la població. Tots els qui tenen 50 punts o més estan en situació potencial de risc. El gràfic mostra com els qui se senten més precaris són també els qui tenen més risc de manifestar símptomes de depressió o ansietat. La línia central de l'esquema és la mitjana per grup, i els límits inferior i superior del rectangle representen el 25% i el 75% de la distribució, respectivament



Font: enquesta VulnYouth, joves entre 20 i 34 anys residents a Espanya (2023).

L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

Introducció

La salut mental dels joves preocupa cada vegada més. Fins i tot abans de la pandèmia de la covid-19, els estudiosos consideraven la salut juvenil un repte global de salut pública (Patel *et al.*, 2007). La pandèmia no va fer res més que augmentar aquella tendència prèvia.

Tanmateix, la bibliografia sobre què determina la salut mental dels joves és limitada (Gray *et al.*, 2021). Una de les possibles explicacions que es donen és la concentració de la precarietat laboral entre els joves, que pot suposar un repte a la seva capacitat per marxar de casa i de la seva família d'origen, i per assolir els objectius de vida desitjats. Aquest article explora la hipòtesi que la precarietat és un determinant de la salut mental dels joves mitjançant un estudi basat en una enquesta i un grup focal duts a terme l'any 2023 a tot el territori espanyol i centrats en joves (20-34 anys).

Els apartats següents presenten els resultats més importants entre les respostes dels 3.012 participants en l'estudi. Aquest és el nombre total de participants. Cada gràfic pot ser el resultat d'un nombre menor de respostes. Les introduccions de cada apartat són cites dels entrevistats, però els noms són pseudònims.

1. La precarietat no es distribueix igual entre tots els joves

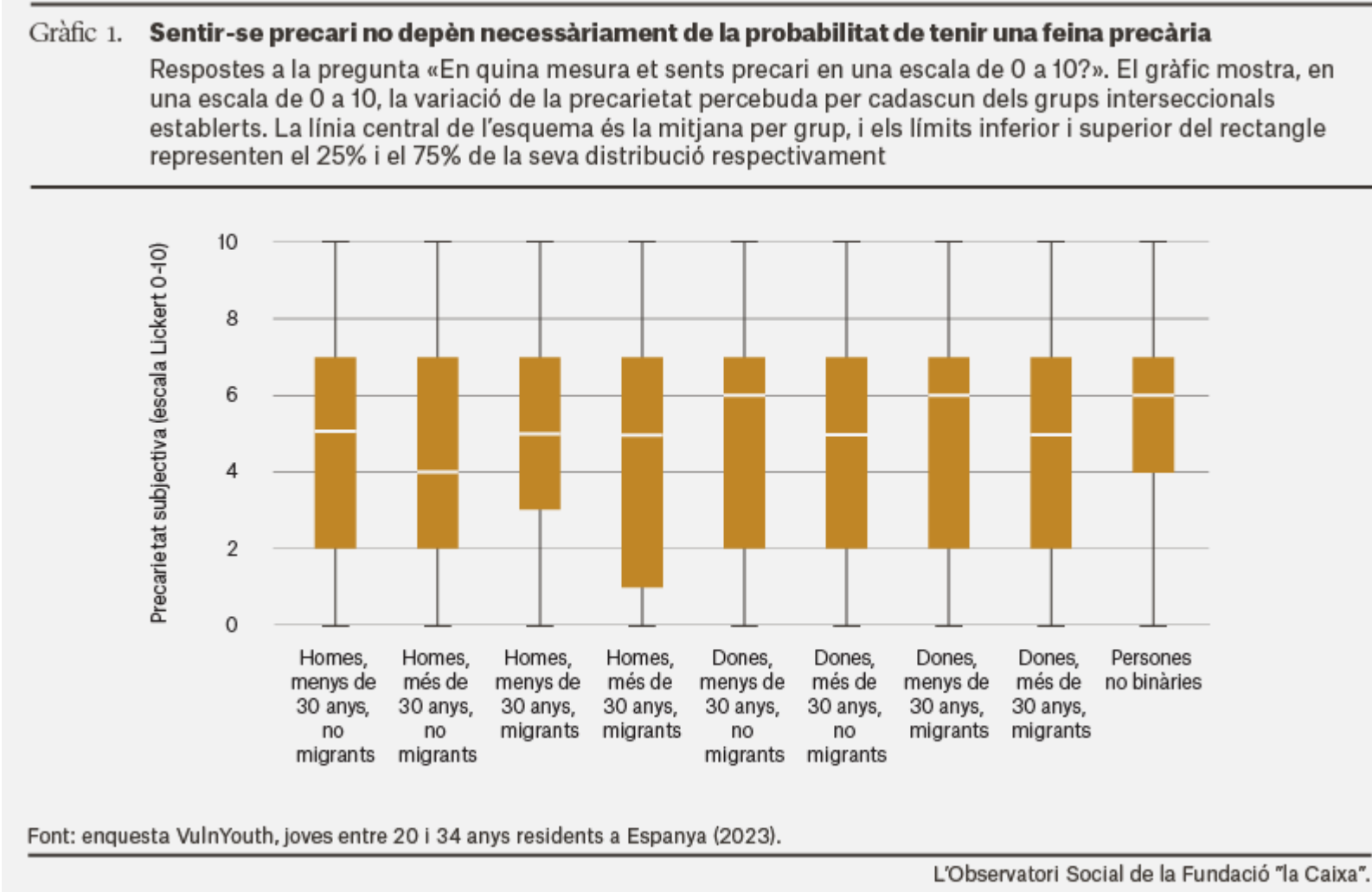
«La precarietat és estar en un bucle, sent jove, perquè jo tinc 24 anys i sento que si he d'estar així tota la vida, no aconseguiré res». (María, 24)

Les perspectives interseccionals es basen en la idea que els eixos de desigualtats (com els que es basen en l'edat, la classe, el gènere, la sexualitat o l'etnicitat) no actuen aïlladament, sinó de formes interrelacionades i més complexes. Les maneres com interactuen afecten com joves diferents pateixen riscos socials diferents (Acebillo i Maestriperi, 2023). Com a tals, les dificultats en el mercat de treball no es distribueixen igual entre la població jove. L'edat, el gènere i l'origen immigrant conformen les experiències de feina precària entre els joves. Mentre una proporció considerable dels menors de 30 anys són estudiants a temps complet (28,6%) o parcial (19,2%), per als qui tenen més de 30 anys la situació més freqüent és la de dedicar-se només a treballar (58,3%).

Observem que els joves amb origen immigrant tenen més sovint contractes eventuais i esporàdics (12,3% en el cas d'homes migrants menors de 30 anys) o estan pluriocupats (18,8% en el cas de dones migrants menors de 30 anys) que no els qui són originaris d'Espanya o tenen més de 30 anys. L'ocupació no estàndard involuntària es dona en tots els grups, però es concentra sobretot en la població autòctona de menys de 30 anys (més sovint en les dones). Tenint en

compte això, hi ha un percentatge important de persones sense feina, educació o formació (ni-ni): en la nostra enquesta, és el 8,3%. Entre homes i dones d'origen immigrant, la proporció és encara més gran, del 15% i 12% respectivament.

Tanmateix, la precarietat laboral és un tema complex. En termes analítics, es divideix entre un component objectiu – tenir un contracte que s'allunyi de la relació de treball estàndard, que és un contracte permanent a temps complet– i un component subjectiu –sentir que es té una vida precària (Maestriperi *et al*, 2024). Curiosament, mentre que hi ha diferències significatives entre els joves en tipus de feines o condicions laborals, les diferències són comparativament petites entre els grups esmentats pel que fa a sentir-se precaris. Les dones de menys de 30 anys i les persones no binàries són les que se senten més precàries.



2. La sensació de precarietat importa a l'hora d'explicar la salut mental

«La precarietat és una manera de sentir-me incomplet, em sento com si sempre estigués sense alè mentre intento arribar a alguna cosa, i mai no puc fer tot el que vull, ni tan sols una part mínima» (Juan, 34)

En la nostra mostra, el 31% dels entrevistats mostren un risc potencial de depressió o ansietat, mesurat segons l'escala OMS5 promoguda per l'Organització Mundial de la Salut.

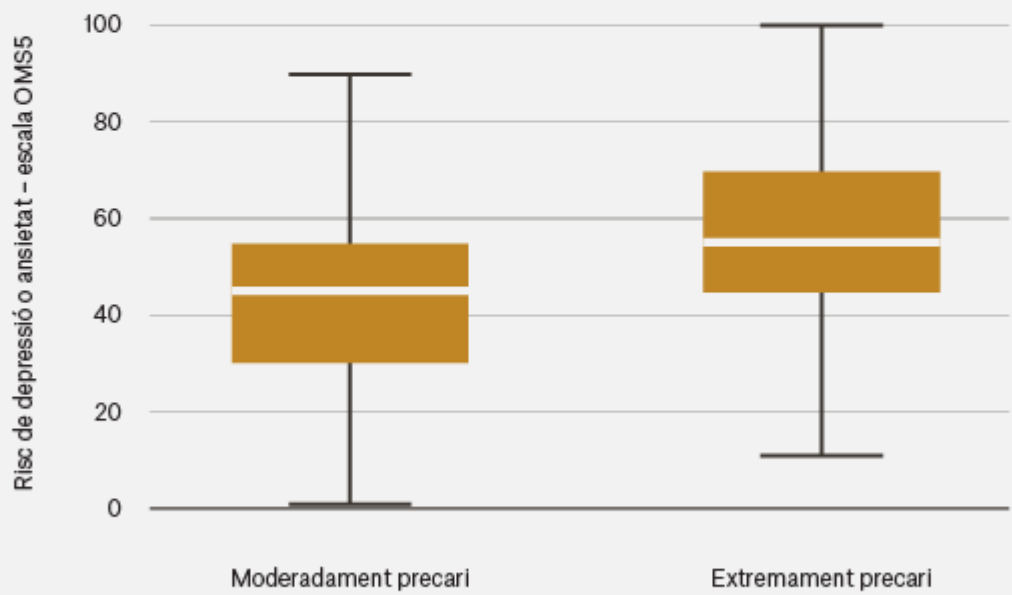
Quan es vol entendre què influeix en la salut mental dels joves, la sensació de precarietat és el factor més significatiu per explicar que sigui dolenta. En canvi, el tipus de contracte de què es disposa no mostra una relació significativa amb la salut mental. Només entre els que tenen múltiples llocs de treball hi ha una lleugera reducció del risc d'estar exposats a una mala salut mental.

Entre les dimensions considerades a l'apartat anterior (gènere, edat i origen migrat), només el gènere té un efecte significatiu: les dones estan més exposades a una mala salut mental que els homes i les persones no binàries. L'edat, el fet d'immigrar o viure en una zona rural no són factors significatius per explicar la mala salut mental. També s'ha trobat que patir una mala salut física o tenir una discapacitat afecten la salut mental d'una persona.

Les persones que se situen a 7 o més en l'escala de precarietat tenen una puntuació mitjana de 55,1 a l'escala OMS5, mentre que les que se senten menys precàries tenen una puntuació mitjana de 43,6.

Gràfic 2. **Sentir-se precari, i no el fet de tenir una feina precària, és el que importa per estar exposat a una mala salut mental**

L'escala OMS5 ens permet mesurar el risc de depressió i ansietat en la població. Tots els que tenen una puntuació de 50 o més estan potencialment en risc. En el gràfic veiem com els que se senten més precaris també pateixen més risc de desenvolupar símptomes de depressió. La línia central de l'esquema és la mitjana per grup, i els límits inferior i superior del rectangle representen el 25% i el 75% de la seva distribució respectivament



Font: enquesta VulnYouth, joves entre 20 i 34 anys residents a Espanya (2023).

L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

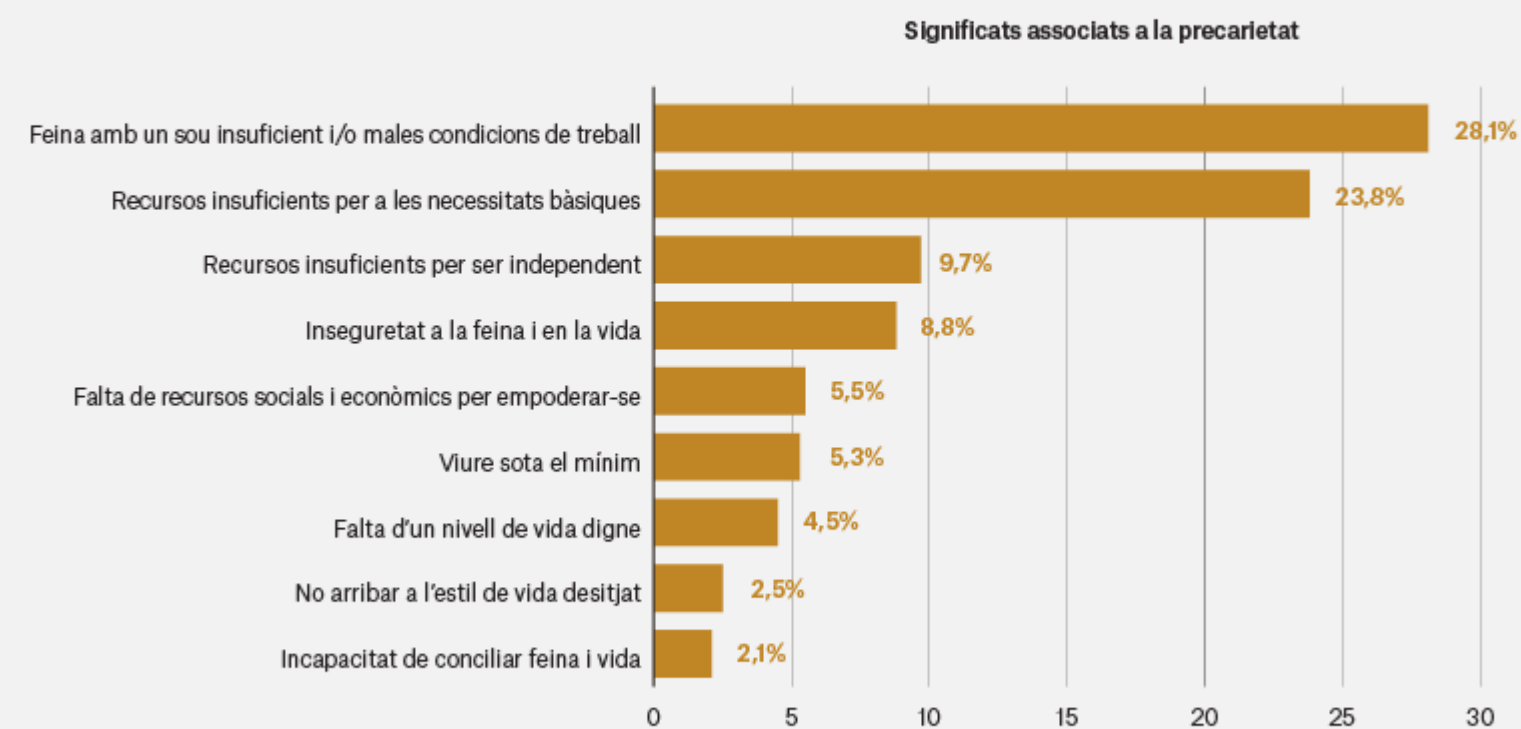
3. La precarietat és un fenomen complex, que va més enllà de tenir una mala feina

«La precarietat és un sac buit, no tenir-ne mai prou i no poder omplir-lo mai, sigui amb temps, amb felicitat o amb diners» (Javier, 34)

Vam preguntar als enquestats què significa per a ells la precarietat, i les seves respostes ens van sorprendre: els significats que s'associen a la precarietat engloben més que simplement tenir males condicions laborals o contractes temporals. Només un 28,1% de la nostra mostra defineix la precarietat com tenir una feina amb ingressos insuficients o males condicions laborals, i només un 1,6% la defineix com a falta d'oportunitats laborals. Els enquestats perceben la precarietat en gran mesura en termes econòmics, i la defineixen com una incapacitat per afrontar la independència en l'habitatge (9,7%), per satisfer les necessitats bàsiques (23,8%) o per viure una vida digna (4,5%). Altres la descriuen com viure per sota del mínim (5,3%) o patir inseguretat tant a la feina com a la vida en general (8,8%).

La manera de formular aquestes definicions s'acosta al que un debat acadèmic recent ha definit com a inseguretat econòmica (Cantó i Romaguera de la Cruz, 2023): la percepció subjectiva de no poder accedir als recursos suficients per a un nivell de vida digne. La inseguretat econòmica o financera és conceptualment diferent de la pobresa, ja que és més que senzillament no arribar a un llindar d'ingressos predeterminat. Se centra en la percepció d'inseguretat que senten els enquestats respecte als seus recursos.

Gràfic 3. **La precarietat és tenir una mala feina, però també ser incapaç de satisfer les necessitats bàsiques**
Anàlisi qualitativa de les respostes obertes a la pregunta «Què és per a tu la precarietat?» El gràfic només mostra les respostes donades per 50 entrevistats com a mínim



Font: enquesta VulnYouth, joves entre 20 i 34 anys residents a Espanya (2023).

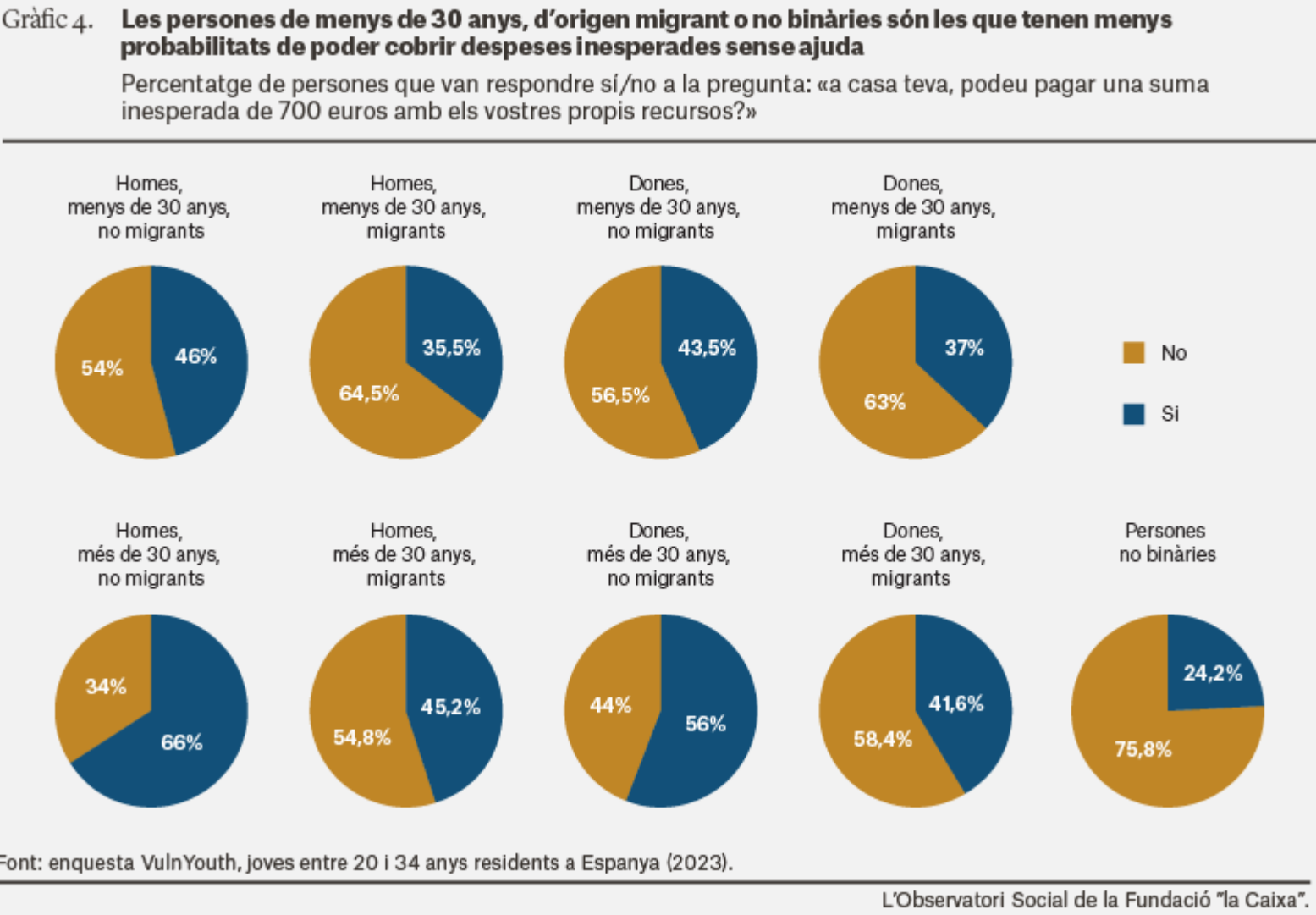
L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

4. La precarietat també és tenir inseguretat econòmica, i les llars segueixen oferint la millor protecció contra la inseguretat

«La precarietat és guanyar un sou mileurista amb el qual quasi no pots estalviar, ni pots accedir a la compra o al lloguer d'un habitatge sense l'ajuda de familiars» (Milagros, 34)

De la nostra mostra, el 63,6% dels adults joves ha viscut almenys una dimensió d'inseguretat econòmica en els darrers dos anys, i ha hagut de fer ajustos o demanar ajuda per cobrir les seves necessitats. La inseguretat econòmica a nivell individual és un fenomen que es distribueix desigualment entre grups socials, seguint les tendències que hem destacat abans per a la precarietat laboral. Per exemple, en comparació amb els espanyols, els homes d'origen migrant tenen més probabilitats d'haver rebut ajuda d'ONG (10%), d'estar obligats a canviar d'allotjament per motius econòmics (al voltant del 15%) i de ser ajudats per la seva família o amics (33%). Les dones migrants també són vulnerables a la inseguretat econòmica que es mostra, per exemple, reduint el consum de béns bàsics (16%), reduint el consum d'energia (27%) o retardant la visita al dentista (28%). Tot i que hi ha una tendència generalitzada de tots els grups a reduir el nivell de vida per raons econòmiques, aquesta tendència és més acusada en les dones migrants i les persones no binàries. A més, els menors de 30 anys, els migrants i les persones no binàries tenen menys possibilitats de fer un pagament inesperat de 700 euros sense ajuda. Entre els col·lectius més vulnerables, la inseguretat econòmica ha suposat tornar a viure amb els pares o no poder començar els estudis que volien. En la nostra mostra, el 40,6% dels joves entrevistats va declarar patir problemes de salut, com ara sentir-se ansiós o angosat, tenir dificultats per dormir o patir un problema de salut física per qüestions econòmiques. Els migrants i les persones no binàries són les més exposades a aquest fenomen.

Les famílies ofereixen protecció contra la inseguretat econòmica. Els que encara viuen amb la seva família o en parella estan menys exposats a fenòmens com no arribar a final de mes, endarreriments de factures o no poder pagar –com a llar– una despesa inesperada de 700 euros. Els costos de l'habitatge suposen una gran càrrega per al voltant de 4 de cada 10 adults joves de la nostra mostra, independentment de la composició de la seva llar.



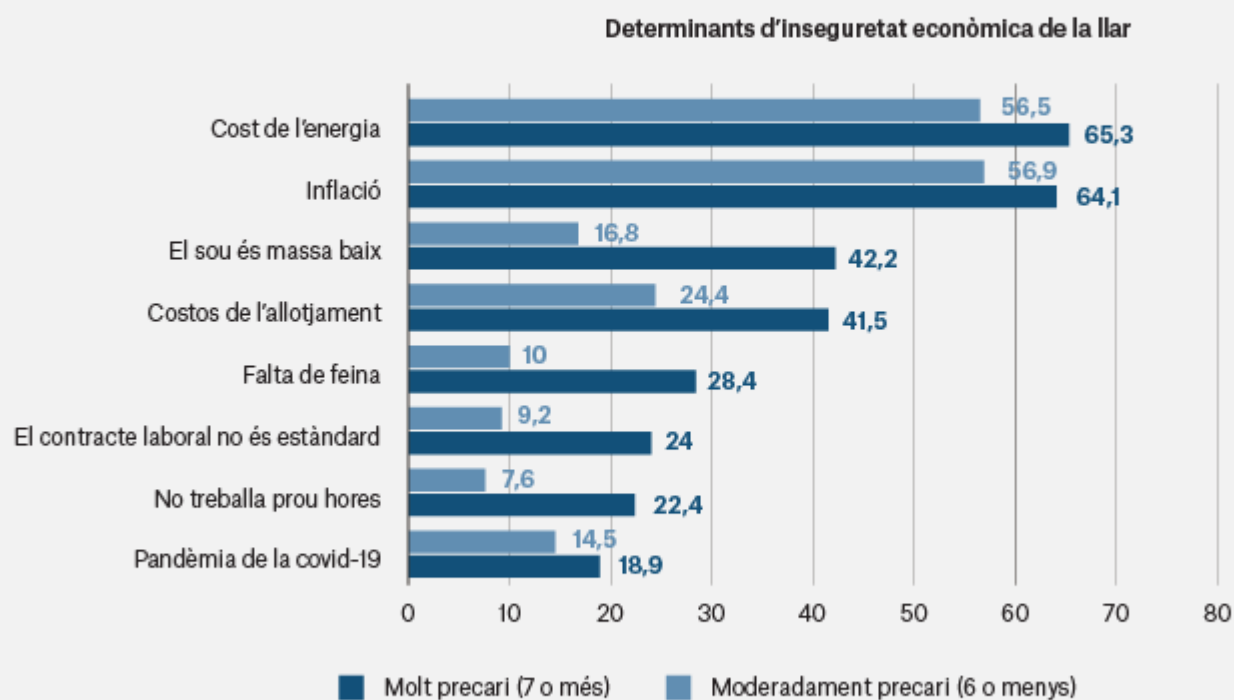
5. La seguretat econòmica ha suposat un autèntic repte per als joves els darrers anys

«Precarietat és sentir que la teva vida mai acaba d'arrencar» (Beatriz, 34)

Els darrers anys han plantejat un autèntic repte per a la seguretat econòmica dels joves. En primer lloc, les conseqüències socials i econòmiques de la pandèmia, després les dificultats derivades de la guerra entre Rússia i Ucraïna i, més endavant, l'increment de la inflació han augmentat l'exposició de les famílies a la inseguretat econòmica.

Els enquestats que se senten extremament precaris han patit més l'actual context macroeconòmic desfavorable que no els que se senten menys precaris. Per als qui se senten extremament precaris (puntuació de 7 o més en la nostra escala de precarietat subjectiva), la inflació (64,1%) i els costos energètics (65,3%) han representat un factor determinant important, que ha posat a prova la seguretat econòmica de les seves famílies més que per a aquells que declaren nivells més baixos de precarietat subjectiva (56,9% i 56,5% respectivament). Els costos de l'habitatge (41,5% contra 24,4%) i els baixos ingressos laborals (42,2% contra 16,8%) també suposen reptes importants per als que se senten més precaris en la nostra mostra. Tot i que pot ser que la pandèmia de la covid-19 formi part del passat, encara afecta el 18,9% de les llars on viuen les persones que se senten més precàries, enfront del 14,5% entre les que manifesten nivells de precarietat més baixos (puntuació de 6 o menys en la nostra escala de precarietat subjectiva).

Gràfic 5. **Costos energètics i inflació: els principals determinants de la inseguretat econòmica**
Percentatge de persones que afirmen que una dimensió concreta suposa un repte per a la seguretat econòmica de la seva llar, indicada per la puntuació que tenen en l'escala de precarietat subjectiva



Font: enquesta VulnYouth, joves entre 20 i 34 anys residents a Espanya (2023).
L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

6. Conclusions

Aquest article mostra la importància de centrar-se en la percepció subjectiva de la precarietat a l'hora d'estudiar la salut mental dels joves i la seva relació amb la feina. El que importa no és tenir una feina precària, sinó sentir-se precari en la feina i la vida. De fet, per als nostres enquestats la precarietat té un significat que va més enllà de tenir una mala feina. Es relaciona amb la seva capacitat per accedir a un nivell de vida digne i disposar de recursos suficients per cobrir els costos d'una vida independent (habitatge, alimentació, energia). Les crisis recents, com l'alt cost o l'augment del cost de l'energia i l'increment de la inflació, han impactat en la percepció que tenen els enquestats de la precarietat. Els nostres resultats també demostren que la precarietat laboral i la precarietat econòmica es distribueixen de manera desigual entre els grups socials, però sentir-se precari és una experiència compartida entre tots els joves d'Espanya.

L'estudi mostra la importància d'estudiar la precarietat i la inseguretat econòmica com a determinants de la mala salut mental dels joves a Espanya. També demana el desenvolupament de polítiques de suport dirigides als joves, que els permetin mantenir-se en el difícil procés d'emancipació de les seves famílies.

7. Limitacions de l'estudi

L'estudi s'ha realitzat majoritàriament en línia, amb només 210 entrevistes presencials a cinc zones de la província de Barcelona. La mostra està esbiaixada cap a enquestats amb un alt nivell educatiu, com sol passar amb les enquestes en línia. Com a tal, la recollida de dades en línia podria haver reduït la nostra capacitat de recopilar informació dels perfils més vulnerables. Com que no pretenem oferir dades representatives de tots els joves d'Espanya, sinó només descriure les tendències emergents entre ells, no hem ponderat els nostres resultats: això hauria implicat que alguns enquestats tinguessin més impacte en els resultats que altres.

Una segona limitació fa referència a la naturalesa transversal d'aquesta investigació. La precarietat és un procés que es produeix al llarg del temps, i que evoluciona a mesura que les persones adquireixen experiència en el mercat laboral. Per a futures investigacions, recomanem la realització d'estudis longitudinals, sobretot tenint en compte l'impacte de la recent reforma del mercat laboral que en principi ha millorat les condicions dels treballadors espanyols. Agraïm el suport de Carlos Delclós Gómez Morán i Tarik Bergese en el desenvolupament d'aquest estudi.

8. Referències

ACEBILLO-BAQUÉ, M., i L. MAESTRIPIERI (2023): «Intersectionality theory and its application in the COVID-19 pandemics», en P. Liamputtong (ed.): *Handbook of social sciences and global public health* (Springer Cham).

CANTÓ, O., i M. ROMAGUERA DE LA CRUZ (2023): «Economic insecurity and poverty», en J. Silber (ed.): *Research handbook on measuring poverty and deprivation* (Cheltenham: Edward Elgar).

GRAY, B., C. GREY, A. HOOKWAY, L. HOMOLOVA i A. DAVIES (2021): «Differences in the impact of precarious employment on health across population subgroups: a scoping review», *Perspectives in Public Health*, 141(1).

MAESTRIPIERI, L., LANAU, A., & ACEBILLO-BAQUÉ, M. Intertwined precariousness and precarity: Disentangling a phenomenon that characterises Spanish youth. *International Journal of Social Welfare*.

PATEL, V., A.J. FLISHER, S. HETRICK i P. MCGORRY (2007): «Mental health of young people: a global public-health challenge», *The Lancet*, 369(9569).

RODWELL, L., H. ROMANIUK, W. NILSEN, J.B. CARLIN, K.J. LEE i G.C. PATTON (2018): «Adolescent mental health and behavioural predictors of being NEET: a prospective study of young adults not in employment, education, or training», *Psychological Medicine*, 48(5).