



Desconexión y futuro: una juventud atrapada

Una radiografía de la juventud de Impulsa Empleo Joven

Informe elaborado por Ayuda en Acción

Coordinación: Marta Carretero, Responsable
del Área de Estudios

Programa Impulsa Empleo Joven
Madrid, Valencia, Extremadura, Andalucía
Asturias, Galicia, Castilla-La Mancha

Índice de contenidos

Resumen Ejecutivo	04
Juventud en España: Talento y Ganas sin Oportunidades	08
Metodología: combinar perspectivas para una imagen completa	10
El mapa de la desconexión: cómo leer este informe	11
La desigualdad empieza desde el principio	12
La juventud de Impulsa Empleo Joven	13
Bloque I: La Brecha Estructural: Trabajo y Formación	20
Empleo y educación: juventud formada para un mercado que no les reconoce	21
Vivienda y emancipación: cuando trabajar no alcanza para vivir	26
Bloque II: El Apagón Comunitario: Ocio, Vínculos y Salud Mental	30
La privatización del ocio: cuando socializar tiene precio	31
El ocio como espacio político: una oportunidad sin explotar	35
Salud mental: la emergencia (ya no tan) silenciosa	36
Bloque III: La Desconexión Política: ¿Por qué la Política no Llega?	42
El mito de la apatía juvenil: interés sin canales	43
La Ley de Juventud: un ejemplo revelador de la brecha informativa	47
Los canales que fallan	48
Lo que la juventud de Impulsa Empleo Joven propone	50
Conclusiones: De las Barreras a las Oportunidades	54
Recomendaciones: Seis Líneas de Acción Prioritarias	64
Comentario final: Miriam Jiménez Lastra	68

Resumen Ejecutivo



Existe un relato extendido sobre la relación entre la juventud y la política hoy en día que este informe desmiente con datos: la juventud más vulnerable no sufre de **desafección política**. Lo que sufre es de exclusión. Una exclusión que no comienza en las urnas ni en las instituciones, sino mucho antes: en el mercado laboral, en el acceso a la vivienda, en el ocio, en la salud mental. El **Estudio Desconexión y Futuro: una juventud atrapada** llevado a cabo por Ayuda en Acción en 2025 y 2026, analiza esta realidad a través de la experiencia de la juventud de entre 16 y 30 años participantes en el programa **Impulsa Empleo Joven (IEJ)**, que opera en siete comunidades autónomas acompañando a jóvenes en situación de vulnerabilidad. La metodología combina cinco grupos de discusión en A Coruña, Madrid, Valencia, Málaga y Mérida; una encuesta a 200 jóvenes; y entrevistas en profundidad a dos expertos en política, sociología y comunicación. El informe culmina con un análisis de cierre de la juventud por parte de la comunicadora Miriam Jiménez.

El primer hallazgo relevante del estudio es que esta juventud está excluida de los espacios que históricamente han actuado como lugares de fricción social: aquellos en los que se construyen identidades colectivas, se debate, se genera comunidad y, en última instancia, se participa. El **mercado laboral** es el primero de ellos. **El 37% lleva entre 5 y 10 meses sin trabajar, seguido de un 18,7% que lleva más de un año.** Con relación a experiencias laborales vividas, **trabajar sin contrato es una situación muy frecuente que se repite en el 74% de las personas encuestadas y también se observa una acumulación del 64% en realizar prácticas no remuneradas.**

La precariedad laboral de la juventud no es una fase: es la condición desde la que tienen que construir todo lo demás

Respecto a los estudios, el 31% de la juventud con estudios de Formación Profesional (FP) en Impulsa Empleo Joven (IEJ) no continúa sus estudios por motivos económicos familiares, siete puntos más de los que tienen estudios universitarios. Esta **falta de continuidad en el sistema educativo** no es opcional, es derivada de una condición estructural que dificulta en muchos casos la plena y satisfactoria inserción en el mercado laboral. Demuestra que la precariedad laboral no es una fase: es la condición desde la que tienen que construir su vida y futuro.

A esto se suma **la crisis de acceso a la vivienda**. El 46% no espera poder emanciparse en los próximos dos años. Esta imposibilidad no es solo una cuestión residencial: retrasa la construcción de un proyecto de vida propio y prolonga una sensación de bloqueo que agota la energía disponible para cualquier otra actividad.

La exclusión del mercado laboral y la precariedad económica tienen una consecuencia en la desconexión entre la juventud y la participación que las políticas públicas rara vez recogen: **el empobrecimiento del ocio y el**



aislamiento social. En muchas ciudades, los espacios públicos de encuentro se han vistos reducidos o se han encarecido, empujando a la juventud hacia un ocio cada vez más digitalizado, individual y solitario. **Casi tres de cada diez jóvenes expresan insatisfacción con su ocio actual.** El 48% señala la falta de dinero como causa principal, y el 22% apunta a

pasar demasiado tiempo sola o solo. Esta soledad no deseada no es un dato menor: los espacios comunitarios de encuentro son precisamente donde emerge de forma natural la conversación política, la implicación cívica, el sentido de pertenencia colectiva. Sin ellos, la participación sostenida se vuelve casi imposible. El impacto sobre la salud mental es la consecuencia acumulada

de todo lo anterior. **El 42% describe su estado de salud mental en los últimos doce meses como “regular”,** y solo el 9% lo califica de “muy bueno”. Las causas son concretas y medibles: dificultad para acceder a un empleo estable (21%), preocupaciones económicas (15%) e inseguridad sobre el futuro (12%). El malestar emocional no es el origen del problema: es su resultado. Y cuando el día a día ya es asfixiante, implicarse en procesos públicos se convierte en un esfuerzo que muchas personas jóvenes no pueden permitirse.

Frente al relato de la apatía juvenil, los datos del estudio ofrecen una imagen radicalmente distinta. Solo el 13% de la juventud encuestada afirma que no le interesa la política. En cambio, **el 80% defiende que la juventud debería participar activamente en el diseño de las políticas públicas que le afectan,** y el 70% cree que debería tener más espacios de participación. Las ganas existen. Lo que falla es el sistema de participación.

El estudio utiliza como ejemplo ilustrativo el desconocimiento sobre el proyecto de la futura Ley de Juventud Estatal: el 74,5% de la juventud encuestada nunca ha oído hablar de ella, y casi la mitad no sabe con seguridad si el Ministerio de Infancia y Juventud existe. No se trae este dato para centrar el análisis en una ley concreta, sino como evidencia de algo más amplio y grave: **la información institucional sobre los asuntos que más afectan a esta juventud no les llega.** Circula por canales que no consumen, en formatos que no les resultan accesibles, y sin personas intermediarias que la amplíen en sus entornos cotidianos. El 38% señala que no se difunde suficiente información sobre los temas que les

afectan; el 25% indica que los canales utilizados para hacer política no están donde está la juventud.

La desconexión que documenta este estudio no es irreversible. Pero resolverla exige partir de un diagnóstico honesto: el problema no está en la juventud, sino en un sistema que no está sabiendo adaptar sus canales, sus formatos y sus espacios a quienes más necesita escuchar. Hacer que la **política** llegue a la **juventud más vulnerable** pasa por estar presente donde ella ya está: por recuperar los espacios comunitarios que se han perdido, por compensar las barreras materiales que convierten la participación en un privilegio, y por entender que el interés político no siempre adopta formas institucionales. Con frecuencia vive en una conversación entre amigas y amigos, en un grupo de WhatsApp, en una plaza. Ahí también está la política. Y ahí también hay que ir a buscarla.

Desde **Ayuda en Acción**, estos resultados nos interpelan directamente. Llevamos años acompañando a una juventud que quiere cambiar su situación y que, pese a ello, sigue encontrando cerradas las puertas que el sistema les prometió abrir. Que exista una brecha de información y de participación tan profunda entre las medidas políticas y la población más vulnerable no es un dato técnico: es una injusticia con consecuencias reales. Por eso este estudio no pretende quedarse en un mero diagnóstico sobre la juventud de Impulsa Empleo Joven, sino que es también un compromiso: el de seguir poniendo la voz de esta juventud en el centro del debate, y trabajar para que **ninguna política pública se escriba sin quienes más la necesitan.**

Juventud en España: talento y ganas sin oportunidades



A la juventud en España no le falta talento ni ganas: le faltan oportunidades. Esta frase, que en *Ayuda en Acción* resume años de trabajo con la juventud, condensa algo que los datos confirman: las generaciones más jóvenes se enfrentan a un **problema estructural** relacionado con desigualdades educativas, de patrimonio, de vivienda y de territorio.

En un contexto de alta inflación¹ y enorme tensión geopolítica, encarecimiento récord de la vivienda² y transformaciones económicas y sociales profundas, la juventud se enfrenta a dificultades crecientes para acceder a un **empleo estable, emanciparse y proyectar su futuro**. Sus trayectorias laborales son inestables, marcadas por contratos temporales, rotación constante y salarios insuficientes para garantizar autonomía³. El acceso a la **vivienda** sigue siendo uno de los principales obstáculos para la emancipación, prolongando la dependencia familiar y generando una sensación de bloqueo en la transición a la vida adulta y retrasando la construcción de proyectos de vida propios⁴. Y la **salud mental** se ha convertido en un desafío central: el estrés o la ansiedad asociada a la inseguridad económica⁵, la falta de expectativas y la precariedad afectan gravemente al bienestar emocional

y a la percepción de futuro de las nuevas generaciones.

A esto se suman las formas de **participación política** y en el **ocio**, dos dimensiones que influyen en cómo la juventud se relaciona con su entorno y con las instituciones⁶. La pérdida progresiva de espacios públicos de encuentro, la digitalización del tiempo libre y la desconexión con los canales formales de participación⁷ configuran un escenario en el que buena parte de la juventud siente que las decisiones que la afectan se toman sin contar con ella.

Esto cobra una dimensión especialmente grave cuando ponemos el foco en quienes están más lejos del sistema: **la juventud que no estudia ni trabaja, la que carga con trayectorias marcadas por la precariedad, la que tuvo que dejar los estudios antes de tiempo, la que trabaja sin protección, la que ha vuelto a casa de su familia con treinta años sin haberlo elegido, la que creció en un barrio donde las oportunidades no llegaban**. Este grupo enfrenta barreras adicionales: menor capital social, menor acceso a información institucional y menor presencia en los espacios donde se toman las decisiones que definen sus vidas.

Las investigaciones que abordan específicamente esta realidad siguen siendo escasas. La mayoría de los estudios sobre juventud en España trabajan con muestras

1.

2. INJUVE (2023). Exclusión residencial entre las personas jóvenes: desafíos y propuestas para una sociedad más inclusiva. *Revista de Estudios de Juventud*, 127

3. Ministerio de Trabajo y Economía Social (2025). Informe sobre jóvenes y mercado laboral, vol. 46. Madrid: MTES.

4. Vázquez, M. A., & Serrano, J. (2024). La juventud española: empleo precario y vivienda inaccesible. *Cuadernos de Información económica*, (299), 21-28.

5. Álvarez Alonso, D., Artazcoz, L., Cabanas, E., González Callado, B., Matilla-Santander, N., Muntané, F., ... & Alonso, F. (2025). Precarios, inestables y estresados. *Precariedad laboral y salud mental*. Informe PRESME

6. Benedicto, J., & López, A. (2008). Jóvenes y participación política: investigaciones europeas. *Revista de estudios de juventud*, 81, 13-28.

7. García-Albacete, G. M. (2008). ¿Apatía política?: evolución de la implicación de la juventud española desde los años 80. *Revista de Estudios de Juventud*, (81), 133-159.

generales que invisibilizan a quienes están en situación de mayor vulnerabilidad. Este informe trata de llenar ese vacío: poner la voz de la juventud más vulnerable en el centro del debate, con datos y con sus propias palabras.⁸

Por eso este informe pregunta directamente a quienes más necesitan oportunidades. Su objetivo es analizar y comprender la percepción de la **juventud de entre 16 y 30** años participantes en el programa Impulsa Empleo Joven sobre sus trayectorias laborales y educativas, su bienestar, sus condiciones materiales de vida y su relación con el ocio, con la política y con propuestas legislativas que les atañen directamente.

Metodología: combinar perspectivas para una imagen completa

El presente estudio adopta un enfoque metodológico mixto que combina técnicas cualitativas y cuantitativas:

5

Grupos de discusión
A Coruña · Madrid · Valencia ·
Málaga · Mérida

200

Encuestas respondidas
16-30 años ·
7 comunidades autónomas

2

Entrevistas a expertos
Pablo Simón ·
Ignacio Urquizu

Grupos de discusión con jóvenes

Se realizaron cinco grupos de discusión en diferentes ciudades del Estado: A Coruña, Madrid, Valencia, Málaga y Mérida. La selección respondió a la voluntad de incorporar diversidad geográfica y contextual, incluyendo realidades urbanas y semiurbanas, capitales y ciudades medias. Los grupos contaron con la participación de jóvenes de entre 18 y 29 años vinculados al programa Impulsa Empleo Joven, con perfiles diversos en términos de trayectoria educativa, situación laboral y contexto socioeconómico.

Cada sesión se desarrolló a partir de un guion semiestructurado que abordaba tres grandes bloques: trayectorias educativas y laborales; bienestar, ocio y vida comunitaria; y participación política y conocimiento de la Ley de Juventud. Esta estructura garantizó la comparabilidad entre grupos, manteniendo al mismo tiempo la flexibilidad necesaria para recoger aportaciones espontáneas. Las sesiones generaron un espacio de diálogo colectivo donde las y los jóvenes pudieron compartir experiencias y percepciones en condiciones de relativa confianza.

Entrevistas en profundidad a personas expertas

Complementariamente, se realizaron entrevistas en profundidad a dos personas expertas en comunicación política, participación juvenil y desigualdad: **Pablo Simón** (politólogo) e Ignacio Urquizu (sociólogo). Estas entrevistas aportaron un marco interpretativo más amplio que permite contextualizar los discursos juveniles en debates académicos y analíticos actuales. A lo largo de este informe, sus

8. Llano, J. C. (2023). El estado de la pobreza. Seguimiento de los indicadores de la Agenda UE2030 (2015-2022)[The state of poverty. Monitoring the EU2030 Agenda indicators (2015-2022)]. European Anti-Poverty Network (EAPN).

análisis no se presentan como un anexo sino como una capa adicional de comprensión que dialoga directamente con lo que la propia juventud expresa.

Encuesta estructurada a participantes de Impulsa Empleo Joven

La dimensión cuantitativa se desarrolló mediante una encuesta online dirigida a participantes del programa Impulsa Empleo Joven en Madrid, Valencia, Extremadura, Andalucía, Asturias, Galicia y Castilla-La Mancha. Respondieron 200 jóvenes de entre 16 y 30 años. El cuestionario recogió información estructurada sobre situación laboral, educativa y residencial, percepción de bienestar, relación con la participación política y nivel de conocimiento sobre la futura Ley de Juventud. Los resultados se presentan a lo largo de este informe integrados con los hallazgos cualitativos, no como un apartado separado.

El mapa de la desconexión: cómo leer este informe

Este informe se estructura siguiendo la lógica de la propia desconexión con el panorama político o de actualidad, entendida no como un fenómeno aislado sino como una cadena de rupturas que se acumulan. La lectura propuesta parte de lo más estructural y material (las condiciones de trabajo, educación y vivienda para avanzar hacia lo más social y comunitario) el ocio, las relaciones, la salud mental y desembocar finalmente en lo político: la participación, la información, la ley.

Esta secuencia no es aleatoria, ya que responde a la lógica que la propia juventud del programa Impulsa Empleo Joven lo

describe no es que no quieran participar en el debate público sobre su futuro, es que **cuando el presente ya es demasiado exigente, el futuro se hace inasequible**. La desconexión política es el resultado visible de una serie de desconexiones previas que el sistema tampoco ha resuelto.

BLOQUE I

La Brecha Estructural
Trabajo · Formación · Vivienda

BLOQUE II

El Apagón Comunitario
Ocio · Vínculos · Salud Mental

BLOQUE III

La Desconexión Política
Participación · Información · Ley

Cada bloque puede leerse de forma autónoma, pero la lectura secuencial permite entender la lógica causal que los conecta: **la brecha estructural genera el apagón comunitario, y el apagón comunitario alimenta la desconexión política**. Resolver solo uno de estos factores sin atender los demás es insuficiente. Las recomendaciones del estudio parten de esta lógica de sistema: solo una respuesta que actúe sobre cada uno de los eslabones de la cadena puede revertir la desconexión de forma sostenida.

La desigualdad empieza desde el principio



La juventud de Impulsa Empleo Joven

Impulsa Empleo Joven (IEJ) es el **programa de inserción sociolaboral de Ayuda en Acción** dirigido a juventud en situación de vulnerabilidad inscrita en el Sistema Nacional de Garantía Juvenil (SNGJ). Es decir, jóvenes de entre 16 y 30 años que se encuentran actualmente fuera del sistema educativo y fuera del mercado laboral ordinario. Opera en siete comunidades autónomas: Madrid, Valencia, Extremadura, Andalucía, Asturias, Galicia y Castilla-La Mancha, y combina orientación laboral, formación y acompañamiento personalizado para la **juventud que acumula múltiples barreras de acceso al empleo**. Es un espacio de acompañamiento para jóvenes que quieren trabajar, que buscan activamente una salida, pero que necesitan apoyo al que no podrían acceder de otro modo.

En este sentido, el programa Impulsa Empleo Joven les brinda ayuda profesional para dotarles de herramientas socioemocionales, competencias digitales y recursos prácticos que les permitan transitar con éxito hacia nuevas etapas formativas o el mercado laboral.

El programa refuerza la **continuidad educativa** y las **posibilidades de inserción laboral** mediante orientación vocacional y profesional, actividades con empresas y apoyo socioemocional. Impulsa Empleo Joven pertenece a la estrategia de Ayuda en Acción para mejorar la empleabilidad y la inclusión sociolaboral de la juventud, ofreciéndoles herramientas reales para tomar decisiones informadas sobre su futuro.

Impulsa Empleo Joven les ayuda a descubrir sus talentos y definir objetivos realistas.

El proyecto ha demostrado que cuando se generan espacios seguros, se fortalecen competencias clave y se vincula a quienes participan con su entorno educativo y laboral, mejorando el acceso y continuidad en dicho mercado. Además, se prioriza la participación de aquellas personas jóvenes que presenten alguno de los siguientes factores de vulnerabilidad: origen migrante, discapacidad reconocida, pertenecer a un hogar monoparental o monomarental, tener una situación de inestabilidad en cuanto al acceso a vivienda, entre otros. **Queremos que ninguna persona joven se quede atrás**. Impulsa Empleo Joven les ayuda a descubrir sus talentos, definir objetivos realistas y tomar decisiones informadas para su futuro.

54% de la encuesta son mujeres

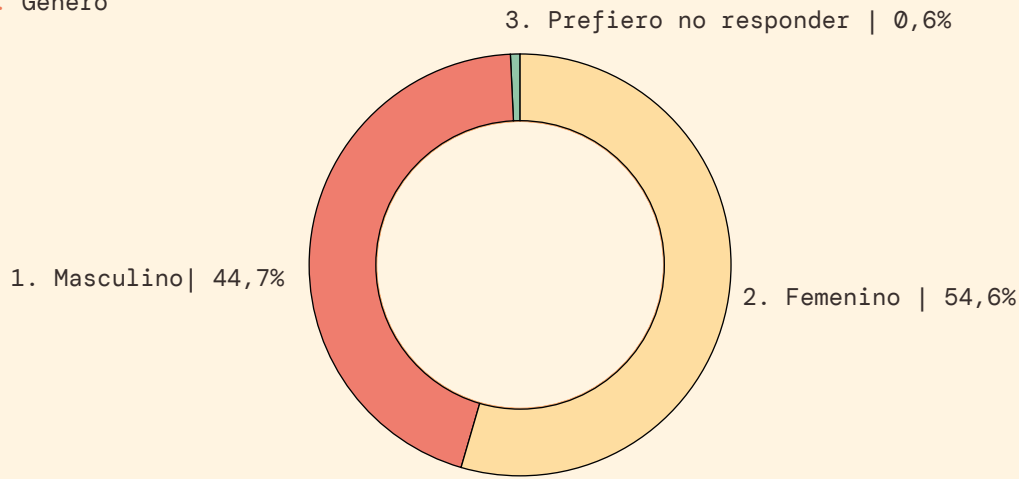
33% son de origen extranjero

50% se encuentra entre los 19 y los 25 años

Distribución por género y edad

La muestra presenta una ligera mayoría femenina (54,6%), con una presencia masculina del 44,7% y un 0,6% que prefirió no responder.

Gráfica 1. Género

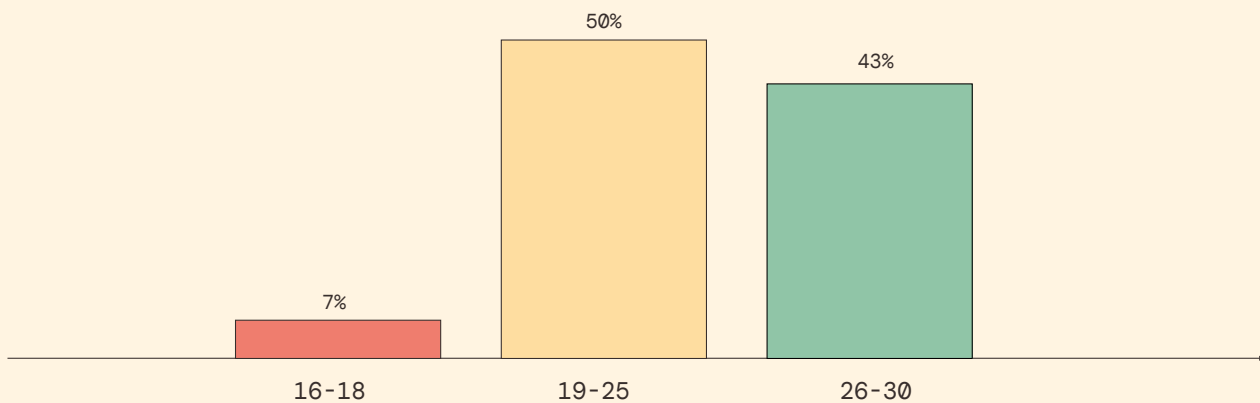


Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Distribución de la muestra por género.

En cuanto a la edad, el grueso de las personas participantes se concentra en el tramo de 19 a 25 años (50%) y en el de 26 a 30 años (43%). Solo el 7% corresponde al grupo de 16 a 18 años, lo que refleja el perfil

predominante del programa: juventud adulta que ya ha pasado por alguna experiencia en el mercado laboral, no necesariamente adolescentes en su primera toma de contacto con el sistema.

Gráfica 2. Edad

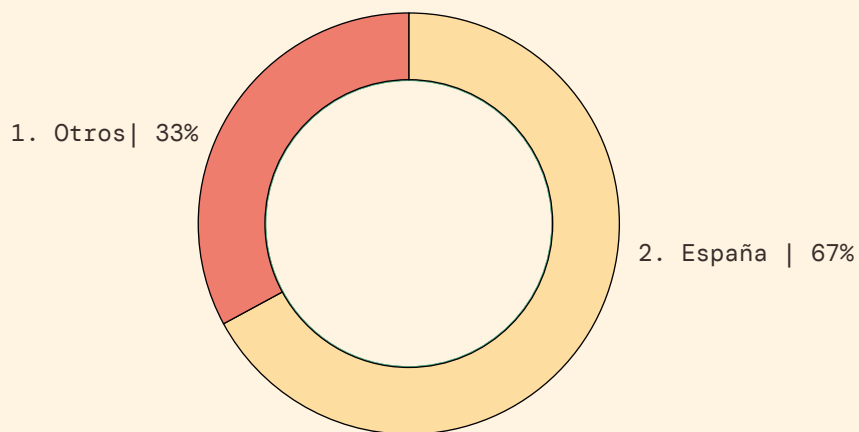


Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Distribución por tramos de edad.

Un dato especialmente relevante es que **el 33% de las personas participantes ha nacido fuera de España**. Esta presencia significativa de juventud de origen extranjero en el programa refleja la mayor exposición de este colectivo a situaciones de exclusión

en el mercado laboral y el sistema educativo. Al mismo tiempo, supone una barrera adicional de acceso a la información institucional: familiaridad con el idioma, conocimiento del sistema normativo, redes de apoyo...

Gráfica 3. País de Nacimiento

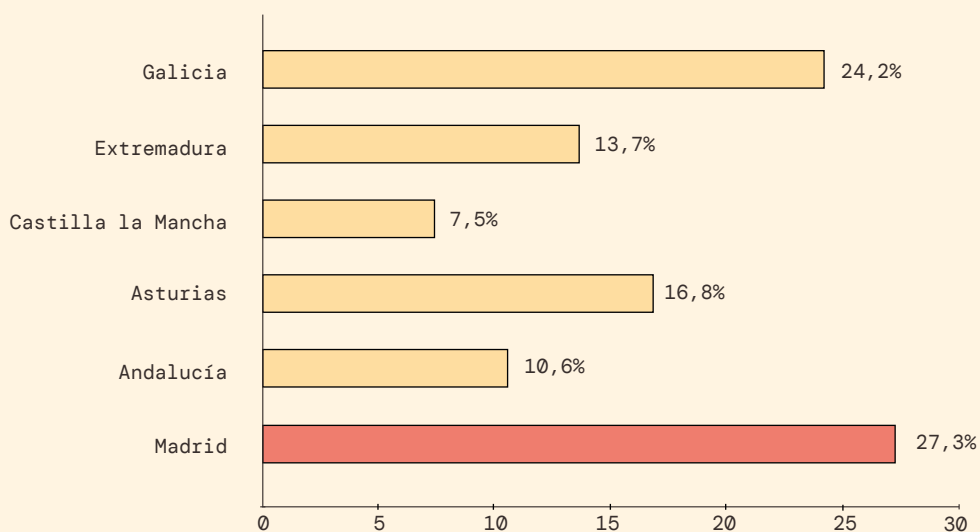


Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Distribución por país de nacimiento.

La diversidad territorial de la muestra de participantes que han contestado a la encuesta es también relevante. Madrid (27,3%) y Galicia (24,2%) concentran la mayor proporción de participantes, seguidas de Asturias (16,8%) y Extremadura (13,5%).

Andalucía (10,6%) y Castilla-La Mancha (7,5%) presentan una representación menor, aunque sus particularidades territoriales, desempleo estructural, dificultades de movilidad o menor densidad de oferta de ocio aparecen de forma nítida en el análisis cualitativo.

Gráfica 4. Distribución de la muestra por Comunidad Autónoma

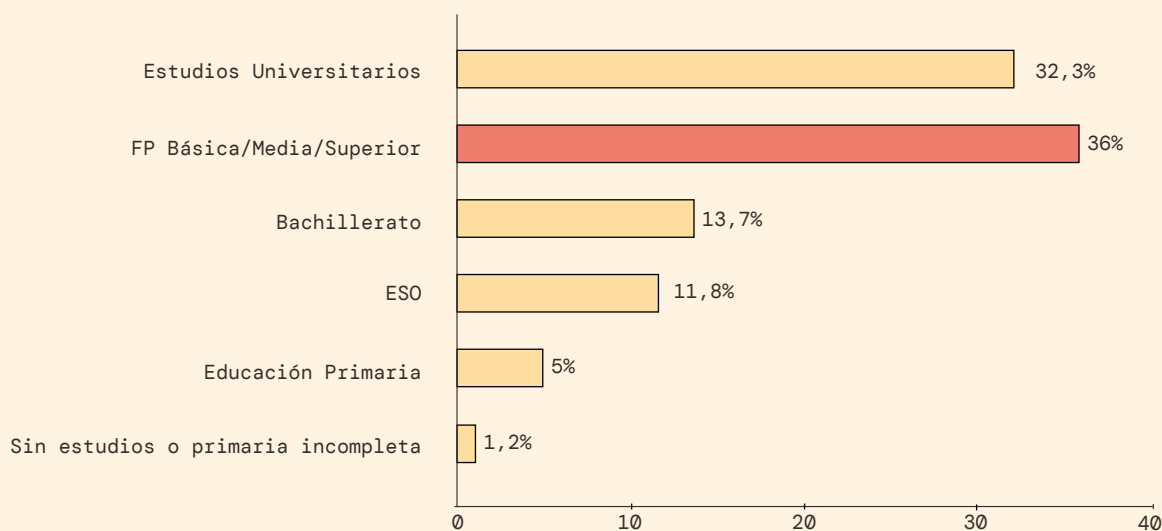


Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Distribución de la muestra por comunidad autónoma.

Nivel educativo: juventud formada pero no bloqueada Uno de los resultados más relevantes del perfil de la muestra es que la mayoría cuenta con niveles educativos medios y superiores. Predominan la

Formación Profesional (36%) y los estudios universitarios (32,3%), seguidos de Bachillerato (13,7%) y ESO (11,8%). Solo el 6,2% tiene estudios de primaria o sin estudios.

Gráfica 5. Nivel de estudios máximos alcanzado



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Nivel de estudios máximo alcanzado por participantes.

Este dato, como indicábamos en el inicio, es fundamental para desmontar uno de los prejuicios más extendidos sobre la juventud en programas de inserción laboral: el que asocia vulnerabilidad con bajo nivel formativo. Esta juventud tiene estudios; lo que no tiene es un mercado de trabajo que reconozca y retribuya adecuadamente esa formación. Como expresaba un participante en los grupos:

"A mí se me prometió que, si tenías estudios universitarios, si tenías experiencia, si tenías idioma, ibas a tener un trabajo, tener una estabilidad... y ahora ser joven implica injusticia."

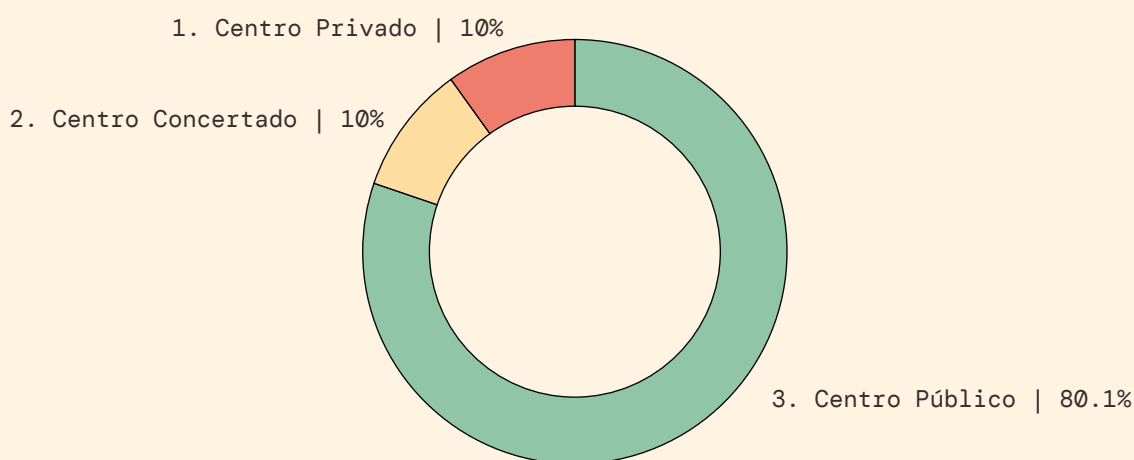
Participante en Malaga

Hay que tener en cuenta que el hecho de que la mayoría de jóvenes provengan de itinerarios de Formación Profesional

responde a una pauta estructural bien documentada. Históricamente, la FP en España concentra de manera mayor a estudiantes procedentes de hogares con rentas medias y bajas, lo que refleja una segmentación del sistema educativo en la que **el origen socioeconómico continúa condicionando las trayectorias formativas** que, como se verá más adelante, son quienes más declaran que no han continuado sus estudios por razones económicas o familiares.

Este patrón se refuerza al observar el tipo de centro educativo en el que se han formado las participantes del programa. Casi la totalidad provienen de centros públicos (80%), frente a un 10% procedente de centros concertados y privados. La titularidad del centro no es un dato menor: estudiar en la escuela pública, al igual que pasa con la FP, está estrechamente vinculado al origen socioeconómico del alumnado, lo que refuerza la lectura de que Impulsa Empleo Joven atiende fundamentalmente a los y las jóvenes que acumulan diversas desventajas de partida.

Gráfica 6. Tipo de Centro Educativo en el que se han formado



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Tipo de centro educativo en el que las participantes se han formado.

El siguiente gráfico muestra que los motivos por los que la juventud no ha continuado estudiando varían según el nivel formativo, reflejando distintas barreras a lo largo de la trayectoria. En los niveles más bajos, entre quienes no tienen estudios o tienen primaria incompleta, el abandono se explica por igual por la dificultad con los estudios (50%) y la

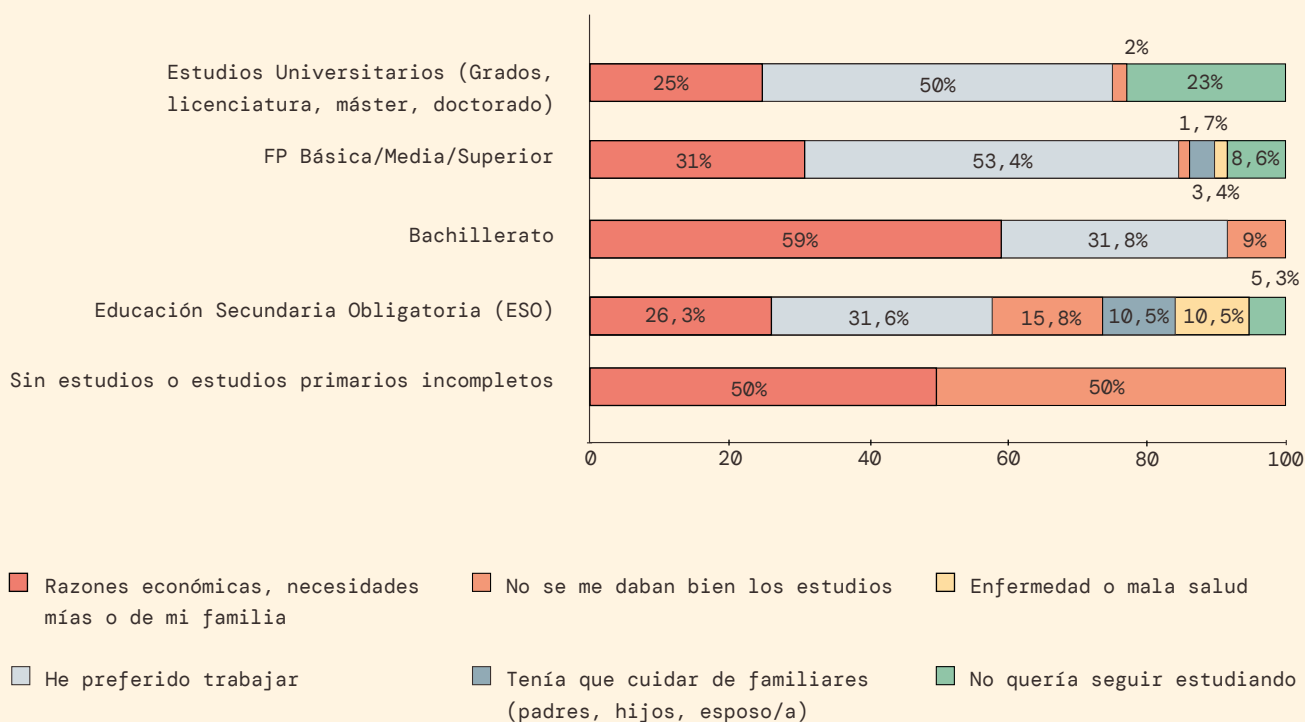
incorporación al trabajo (50%). En la ESO, los motivos se diversifican: destacan la preferencia por trabajar (31,6%), las razones económicas (26,3%), junto con factores como las dificultades académicas (15,8%), el cuidado de familiares (10,5%) o problemas de salud (10,5%). En Bachillerato, el principal motivo es claramente la dificultad académica

(59%), seguido por la preferencia por trabajar (31,8%).

En niveles más altos, el patrón cambia hacia factores más estructurales. En Formación Profesional, predomina la preferencia por la incorporación al trabajo (53,4%) y las

razones económicas (31%), mientras que en los estudios universitarios el principal motivo es también la preferencia por trabajar (50%), seguido de las razones económicas (25%) y, en menor medida, el no querer continuar estudiando, un porcentaje más bajo que en formación profesional.

Gráfica 7. Motivo de no seguir con los estudios/nivel educativo más alto alcanzado



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Motivos de no continuidad con los estudios por tipo de estudios máximos alcanzados.

Además, como se complementaba en los grupos de discusión, la precariedad laboral adopta formas distintas según el nivel educativo. Entre jóvenes con menor formación, el empleo se vive

fundamentalmente como estrategia de supervivencia, donde prima la urgencia económica sobre cualquier expectativa de desarrollo profesional. En estos casos, el mercado laboral se percibe como un

sistema excluyente desde el principio, que exige experiencia a quienes aún no han tenido oportunidad de adquirirla.

"Las empresas piden que seas joven, pero con mucha experiencia."

Participante en A Coruña

Entre la juventud con mayor nivel educativo (especialmente en Málaga y Madrid) la precariedad adquiere una dimensión distinta, aunque no menos real.

"Para mí fue el no tener trabajo y el ver que, para encontrar trabajo, las cosas de estudios que tenía no eran suficiente. Y era como obtener una herramienta u otras personas que me ayudasen a mejorar, incluso la apariencia, para el empresario que me fuese a contratar."
Participante en Málaga

Participante en Málaga

No se trata únicamente de bajos ingresos, sino del desajuste entre la formación alcanzada y las condiciones laborales obtenidas: empleos que no reconocen la cualificación, salarios que no compensan el esfuerzo invertido en formarse, y la **creciente percepción de que el acceso a un empleo digno ya no depende del mérito ni del itinerario educativo**. Esta doble forma de precariedad (material en los niveles formativos más bajos, de reconocimiento en los más altos) confirma que el problema no es

individual ni coyuntural, sino estructural. Como se verá en el siguiente apartado, estas trayectorias educativas dispares no son neutras: condicionan de manera significativa cómo y en qué condiciones la juventud de Impulsa Empleo Joven logra, o no, acceder al mercado laboral.

"En términos materiales y socioeconómicos, esta generación tiene un alto potencial de desigualdad respecto a otras. No estamos ante una fase transitoria, sino ante un problema estructural que tiene que ver con desigualdades educativas, de patrimonio, de vivienda y de territorio."

Pablo Simón, politólogo



Bloque I: La brecha estructural: trabajo y formación



Las condiciones laborales y residenciales no son simplemente una dimensión del bienestar de la juventud: son la arquitectura sobre la que se construye (o se impide construir) todo lo demás. **La precariedad laboral** y el **bloqueo habitacional** condicionan el tiempo libre, la salud mental, la capacidad de proyectar el futuro y la energía disponible para participar en política. Analizar estas trayectorias en profundidad es, por tanto, el primer paso para comprender la desconexión en el panorama político que construye este informe.

Comprender esta brecha estructural es el punto de partida necesario para entender por qué la **desconexión política** que documenta este informe no es un antojo ni un resultado de la apatía, sino la consecuencia lógica de **un sistema que no está ofreciendo a la juventud los cimientos desde los cuales participar.**

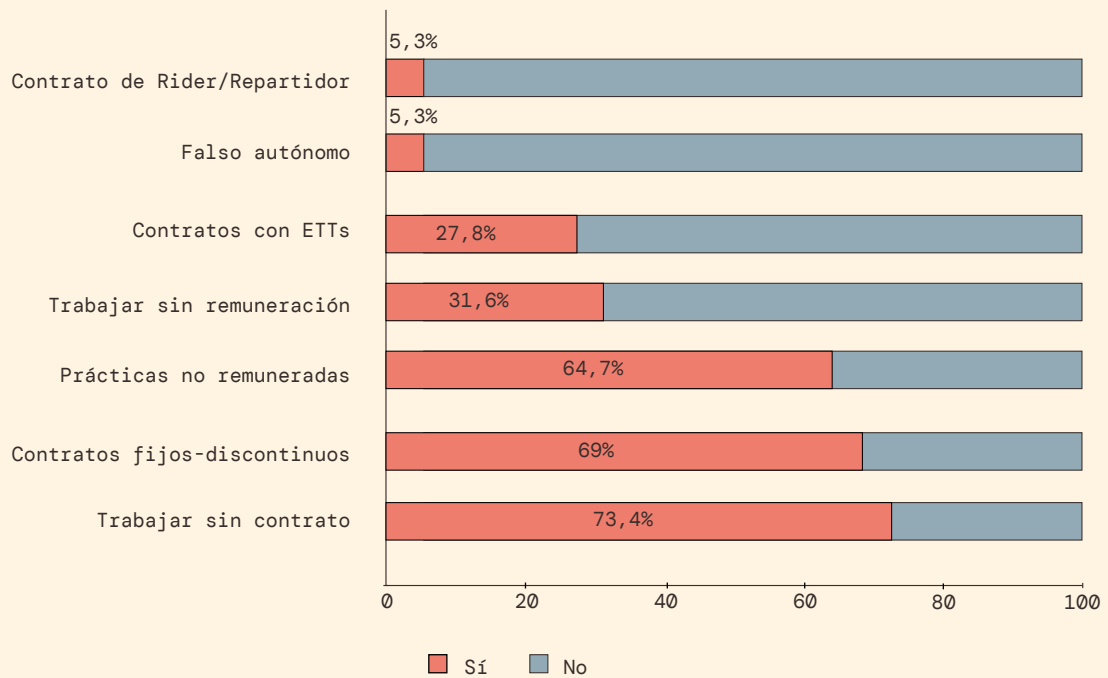
Cuando la juventud está excluida del mercado laboral o atrapada en su periferia informal, se produce algo que va más allá del impacto económico: se apaga la fricción social. Los espacios de trabajo, de formación y de relación profesional son lugares donde se construye identidad colectiva, donde se debate, donde se genera comunidad. Sin esa fricción, la participación política sostenida pierde uno de sus anclajes más importantes.

Empleo: juventud formada para un mercado que no le reconoce

El 21,3% de la juventud participante en Impulsa Empleo Joven trabaja actualmente, pero lo hace de manera informal y discontinua: sin contrato, sin cotización a la Seguridad Social, sin protección ante el despido y, en muchos casos, con un salario por debajo del mínimo interprofesional. No son personas en paro que buscan empleo. **Son personas que trabajan y aun así están fuera del sistema.** La economía sumergida no es marginal en este colectivo: es una realidad cotidiana que atrapa a quienes la viven en un círculo del que es muy difícil salir.



Gráfica 8. Situaciones de precariedad laboral experimentadas



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Situaciones de precariedad laboral vividas por los participantes de Impulsa Empleo Joven (respuesta múltiple)

No es el único dato que retrata la situación. Los resultados evidencian una alta acumulación de experiencias de precariedad laboral entre la juventud participante. Destaca especialmente el **haber trabajado sin contrato (73,4%), seguido de los contratos fijos-discontinuos (69%) y la realización de prácticas no remuneradas (64,7%)**. También aparecen otras situaciones relevantes como trabajar sin remuneración (31,6%) o a través de ETTs (27,8%), mientras que figuras como el falso autónomo o el trabajo como rider tienen una menor incidencia (6,3%).

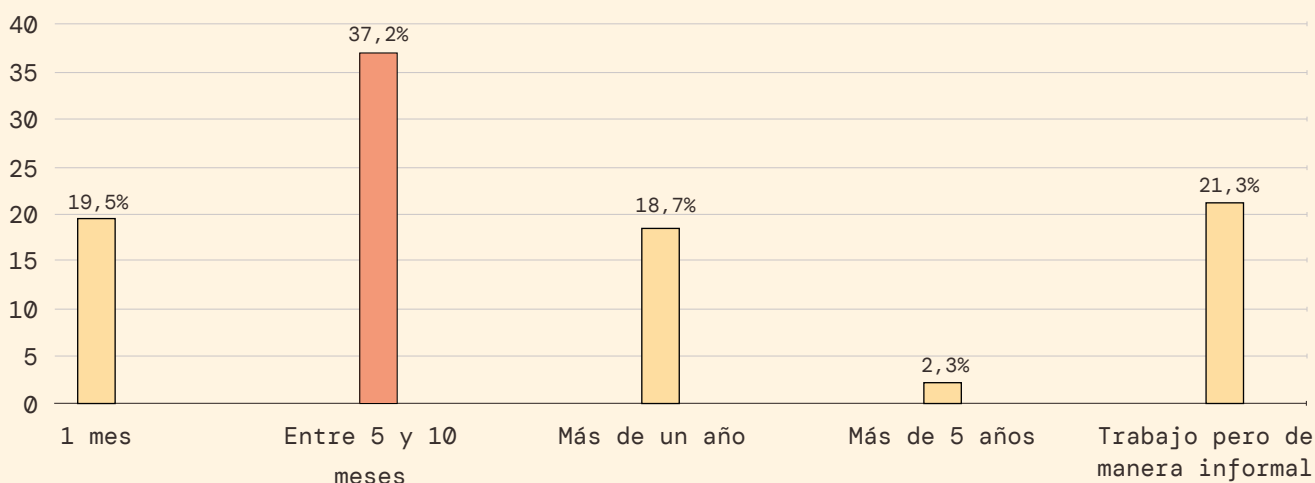
“Es como que tienes que empezar de cero todo el rato, un curro tras otro... no puedes terminar de hacerte a la idea sobre lo que quieres, sobre quién eres.”

Participante en Valencia

La paradoja que relata una joven de

La economía sumergida no es marginal en este colectivo: es una realidad cotidiana

Valencia aparece en todos los grupos de discusión. Independientemente del nivel formativo, la juventud de Impulsa Empleo Joven comparte la experiencia de trayectorias fragmentadas: **abandonos educativos seguidos de empleos temporales, seguidos a su vez de retornos a la formación, seguidos de nuevos contratos precarios**. Esta dinámica produce lo que la propia juventud describe como una sensación de reinicio permanente, de tener que volver a empezar de cero con una frecuencia que agota física y emocionalmente, que se suma a la incertidumbre de estar



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Tiempo transcurrido desde el último empleo formal entre los participantes desempleados.

desempleado o desempleada.

El dato que vertebra este gráfico es el de en medio: el **37,2% de las personas encuestadas lleva entre cinco y diez meses desempleada**. No es el extremo más dramático en términos de duración, pero sí el más revelador en términos de experiencia vivida. Es el tramo del desánimo instalado: ya ha pasado suficiente tiempo para que la búsqueda de empleo haya dejado de sentirse urgente y haya empezado a sentirse inútil, pero **no el suficiente para que el sistema active mecanismos de protección específicos**. Es, en muchos sentidos, el limbo de la exclusión laboral.

A su alrededor, el gráfico dibuja trayectorias que se refuerzan mutuamente. El 19,5% lleva apenas un mes sin empleo: probablemente vienen de contratos temporales que acaban de vencer, e Impulsa Empleo Joven es su primer intento de salir del circuito de la rotación precaria. **El 18,7% lleva más de un**

El 37% lleva entre cinco y diez meses sin empleo: es el tramo del desánimo instalado

año, lo que habla ya de una desconexión estructural del mercado de trabajo, con todo lo que eso implica en términos de pérdida de hábitos laborales, deterioro de la red de contactos y erosión de la autoestima. Y el 2,3% supera los cinco años: son, en la práctica, los y las jóvenes que nunca han tenido un empleo formal estable.

El trabajo informal, con un 21,3%, aparece aquí en su justa proporción: significativo, pero no dominante. Suficiente para recordar que **una parte relevante de esta juventud no está del todo parada, sino moviéndose**

en los márgenes del sistema, sin contrato ni derechos.

“Mi padre perdió su empleo y yo no he podido acceder a estudios superiores. Vi que la única solución tanto para mí como para mi familia, era ayudar en el negocio familiar. Lo que pasa es que una vez aquí dentro es muy difícil poder salir a intentar otros trabajos”

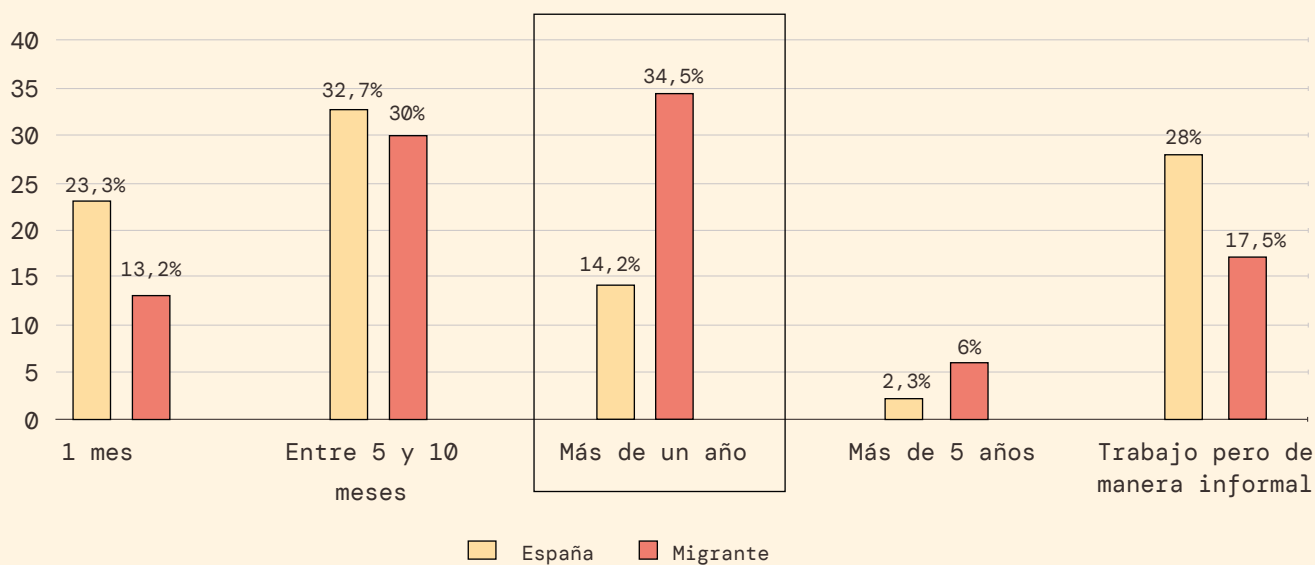
Participante en Mérida

En los grupos de discusión, esta juventud

relata que venían de encadenar contratos temporales que acababan de vencer, y que recurrían a Impulsa Empleo Joven como último recurso para saltar del circuito de la precariedad hacia algo más estable. No buscan un primer empleo: buscan salir de una rotación que no para...pero tampoco avanza.

“El contrato de trabajo más largo que he tenido ha sido de 6 meses y me pagaba 900 euros al mes...te falta rutina después de esto, te falta el

Gráfica 10. Situación de empleo y desempleo por origen del participante



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Tiempo transcurrido desde el último empleo formal entre las participantes por situación de origen.

sentir que perteneces a este sitio “

Participante en Madrid

Cuando se desagrega este mismo gráfico por origen del participante, el retrato se vuelve más complejo. La economía informal

no afecta por igual a todas las personas: **el 28% de jóvenes de origen español trabaja sin contrato, frente al 17,5% de jóvenes migrantes.** La distancia es llamativa, pero tiene una explicación estructural. El trabajo informal del que hablaba la juventud en los grupos de discusión, el bar del primo,

el negocio familiar, el favor remunerado, no está al alcance de quien acaba de llegar o no tiene una red social de apoyo tejida en el país de destino. Para la juventud de Impulsa Empleo Joven, la informalidad es, paradójicamente, un recurso de quienes más redes de apoyo y arraigo tienen.

Donde la situación de los y las jóvenes migrantes se agrava con mayor nitidez es en el desempleo de larga duración. **Más de uno de cada tres (34,5%) lleva más de un año sin empleo formal, más del doble que sus pares de origen español (14,2%).** La diferencia es contundente y retrata barreras estructurales persistentes en la inclusión de la migración en España: el reconocimiento de títulos, la homologación, la burocracia administrativa en muchos casos. Obstáculos que se acumulan y que convierten la búsqueda de empleo en un recorrido que los y las jóvenes autóctonas, simplemente, no tienen que atravesar del mismo modo.

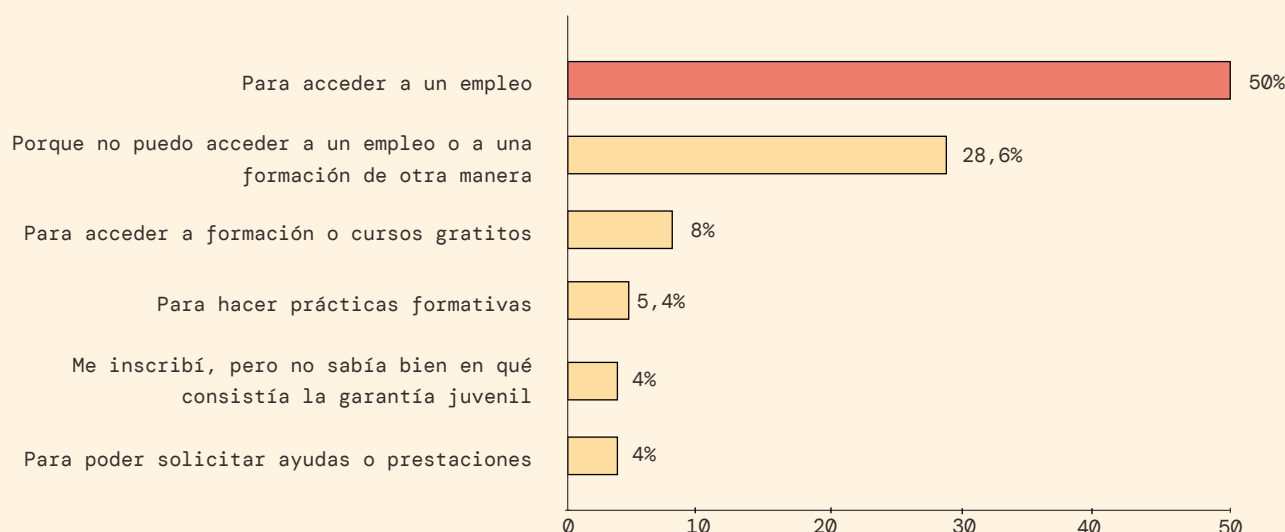
El desempleo de larga duración entre la juventud migrante no es un problema de actitud ni de cualificación: es el resultado visible de un sistema que todavía no ha resuelto cómo incorporarles en condiciones de igualdad

“Yo cuando vine se me hacía casi imposible encontrar empleo, estuve 5 años con mi hija de dos años trabajando como limpiadora en casas sin contrato. Pero tuve problemas con uno de los señores y eso luego me dio dificultad para encontrar trabajo en Mérida”.

Participante en Madrid

Como se mencionaba, el motivo principal de inscripción en Impulsa Empleo Joven es, con mucha diferencia, el acceso al empleo (50%), seguido de un dato revelador, ya que **casi el 30% de la juventud de Impulsa reconoce haber inscrito en el programa porque**

Gráfica 11. Motivo de Inscripción en Impulsa Empleo Joven



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Motivos por los que los participantes se inscribieron en Impulsa Empleo Joven.

no puede acceder a un empleo de otra manera. Estos datos no solo confirman la urgencia laboral de este colectivo: también revelan que estas personas jóvenes son agentes activas que buscan recursos para mejorar su situación, no sujetos pasivos de la asistencia institucional.

Esta radiografía de la situación laboral tiene, sin embargo, una lectura que rara vez aparece en los análisis convencionales del mercado de trabajo, pero que este estudio sí recoge con claridad: **cuando los y las jóvenes están excluidas del trabajo formal, o atrapadas en su periferia informal, pierden también los espacios de socialización que el trabajo proporciona.** La conversación con compañeras, la identidad profesional, el sentido de pertenencia a un colectivo, las redes de contacto que después activan oportunidades. Todo eso desaparece.

Sin trabajo formal, sin formación activa, sin los espacios comunitarios que se analizarán en el siguiente bloque, esta juventud queda en un estado que los propios participantes describen con una imagen elocuente: se apagan. No en el sentido del desinterés, sino en el del aislamiento. Sin fricción con lo social, sin ese roce cotidiano con el mundo, la participación política se convierte en algo abstracto y lejano.

“La precariedad laboral no es solo una cuestión económica. Es una cuestión política: cuando el trabajo no ofrece ni seguridad ni identidad ni comunidad, uno de los canales históricos de participación colectiva se cierra.”

Ignacio Urquizu, sociólogo

Vivienda y emancipación: cuando trabajar no alcanza para vivir

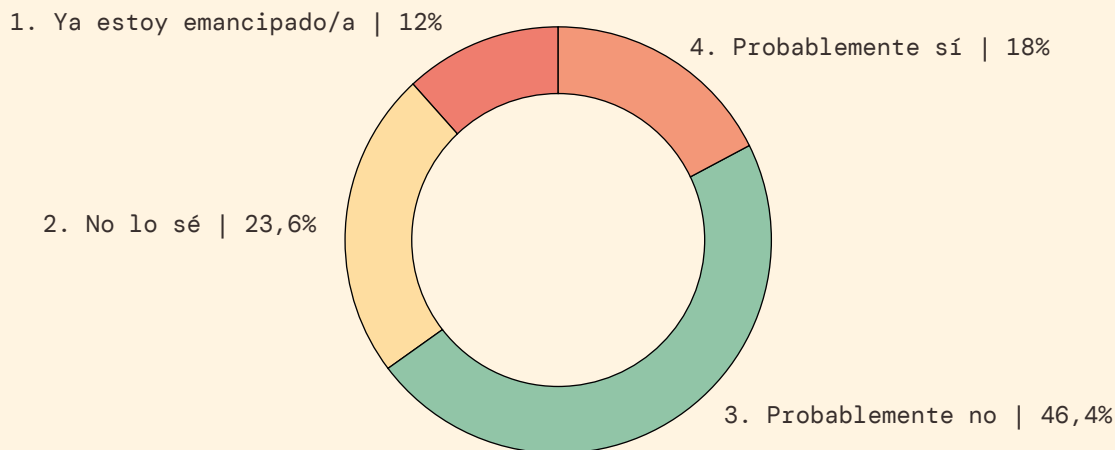
Si la precariedad laboral es el punto de partida, la crisis de acceso a la vivienda es el muro que también impide avanzar en la formación de identidades colectivas y de participación. En todos los grupos de discusión, la vivienda emerge como uno de los principales factores de bloqueo vital. No se habla de ella como un problema futuro o hipotético: se habla de ella en términos de una ecuación que no cuadra. El trabajo no llega. Los ingresos no alcanzan. Los alquileres son desproporcionados. Las alternativas asequibles para las participantes de Impulsa no existen.

El **46%** de las personas encuestadas cree que probablemente no podrá emanciparse en los próximos dos años

En Valencia, la precariedad habitacional se describe como una trampa: se trabaja, se encadenan empleos, pero no se logra salir del hogar familiar. En Madrid, la vivienda aparece como la única causa capaz de movilizar políticamente a los y las jóvenes de forma masiva. En Málaga, el problema tiene también una dimensión de identidad territorial: la juventud que ha crecido en la ciudad no puede permitirse vivir en ella, desplazados por la presión turística y el encarecimiento de los alquileres.

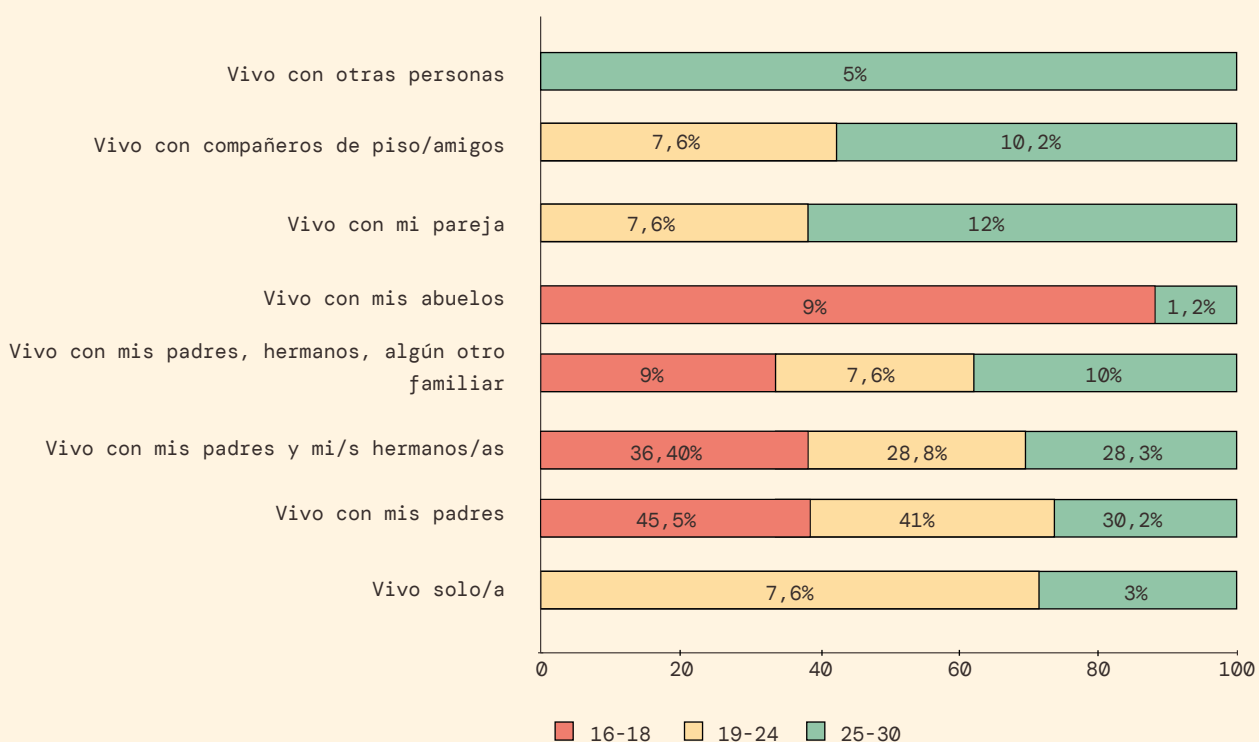
“ Todo está pensado para quien viene de fuera, no para quien vive aquí.”

Participante en Málaga



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Posibilidad de Emanciparte en los próximos dos años.

Gráfica 13. Situación residencial por tramos de edad



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Situación actual de residencia cruzado por tramos de edad.

Los datos de convivencia por tramos de edad revelan que el problema de la vivienda no deja mucho espacio para la interpretación optimista. Lo que muestran es una transición a la vida adulta que, para

la mayoría de esta juventud, sencillamente no ha ocurrido. O que, cuando ocurre, lo hace de forma parcial, compartida y forzada por las circunstancias económicas más que elegida como proyecto vital.

En el tramo de 16 a 18 años, el 100% reside en el hogar familiar. Es lo esperable. Pero la tabla se vuelve más elocuente, y más inquietante, a medida que avanza la edad. **En el tramo de 19 a 24 años, más de tres cuartas partes siguen viviendo con su familia de origen en alguna de sus formas.** Y en el de 25 a 30 años, el dato que debería haberse transformado radicalmente apenas se ha movido: **cerca del 70% continúa bajo el techo familiar.**

El número que más habla es el más pequeño: **solo el 3% de la juventud de Impulsa Empleo Joven de entre 25 y 30 años vive solo.** Cabe señalar que la dificultad para emanciparse es un fenómeno extendido en España: según el Observatorio de las Condiciones de Vida (elaborado a partir de la Encuesta de Condiciones de Vida del INE y datos de Eurostat) aproximadamente el 48-54% de la juventud en España de entre 25 y 34 años sigue residiendo en el hogar familiar para el año 2025¹. Pero ese contexto, lejos de relativizar el dato de esta muestra, lo hace más grave.

1. Instituto Nacional de Estadística. (2025). Encuesta de Condiciones de Vida (ECV). Año 2024. Resultados definitivos. INE.

Que en la población general la mitad de los y las jóvenes de entre 25 y 30 años no haya podido emanciparse ya es preocupante; que entre la juventud de Impulsa Empleo Joven ese porcentaje ascienda hasta el 70% revela algo más profundo y de urgencia: **la permanencia en el hogar familiar no es aquí únicamente una dificultad compartida, sino el síntoma de una exclusión prolongada añadida.** Juventud que acumulan precariedad y exclusión laboral, habiendo parado en muchos casos sus estudios por cargas económicas y familiares ven bloqueado no solo el acceso a una vivienda, sino también la posibilidad de construir un proyecto de vida propio. La emancipación (que no hay que entender como un privilegio sino como un derecho básico que promueve la autonomía individual y la creación de un proyecto de vida) les resulta, sencillamente, inalcanzable².

2. Palomera, J. (2025). El secuestro de la vivienda: Por qué es tan difícil tener casa y cómo esto puede romper la sociedad. Ediciones Península.



Las formas de emancipación que sí aparecen en el tramo de 25 a 30 años son reveladoras de esa misma lógica: el 12% convive con su pareja y el 10,2% con compañeros de piso, fórmulas ambas que permiten repartir el coste de lo que individualmente resulta inasumible. No son necesariamente las formas de vida que estas jóvenes habrían elegido en otras condiciones según dicen en los grupos. Son las que el contexto les deja.

“Vivo con cuatro compañeros de piso, e increíblemente todos somos de Madrid. Eres incapaz de sentirte como tu casa algo que es de 50 metros cuadrados con cuatro desconocidos”

Participante en Madrid

Esta imposibilidad de emancipación tiene consecuencias que van mucho más allá de lo residencial. Retrasa la constitución de proyectos de vida propios. Prolonga la dependencia familiar y, con ella, una sensación de adolescencia extendida que no responde a elecciones sino a restricciones.

“La revalorización del patrimonio inmobiliario ha beneficiado de forma desproporcionada a las generaciones mayores, mientras los jóvenes se enfrentan a un mercado de vivienda prácticamente inaccesible. Se trata de una generación con un alto potencial de desigualdad intergeneracional, donde la vivienda se convierte en un factor clave de estratificación social.”

Pablo Simón, politólogo

Como mencionaba Pablo Simón, esto tiene un efecto político directo: **la imposibilidad de emanciparse mantiene a la juventud**

en un estado de dependencia material que reduce su autonomía para tomar decisiones, para moverse, para participar.

La emancipación no es solo un hito vital: es también una condición de posibilidad para la implicación cívica. Sin ella, la participación política incorporada al día a día resulta más difícil de sostener.

El círculo de la precariedad: cómo se retroalimentan las vulnerabilidades

Lo que este bloque evidencia es que la precariedad no es un estado estático: es un sistema dinámico en el que las vulnerabilidades se retroalimentan. La inestabilidad laboral dificulta el acceso a la vivienda; el bloqueo residencial prolonga la dependencia familiar; la dependencia familiar limita la movilidad y las oportunidades de empleo; la falta de empleo estable agrava la precariedad económica; y esta **precariedad económica agota los recursos, tiempo, energía, autoestima necesarios para cualquier forma de participación, incluida la política.**

Este círculo no se rompe con medidas puntuales. Requiere intervenciones sistémicas que actúen simultáneamente sobre varios puntos de la cadena. Es lo que desde Ayuda en Acción llevamos años proponiendo con Impulsa Empleo Joven: un acompañamiento que no se limita al empleo, sino que atiende la situación vital en su globalidad.

Pero la responsabilidad no puede recaer solo en los programas de inserción. Las políticas públicas (empleo, vivienda, educación, salud mental) deben coordinarse para desactivar los mecanismos que producen y reproducen esta cadena de vulnerabilidades.

Bloque II: El Apagón Comunitario: Ocio, Vínculos y Salud Mental.



La precariedad laboral y el bloqueo residencial no son los únicos mecanismos que alimentan la desconexión de la juventud vulnerable. Hay una segunda capa, menos visible pero igualmente determinante: **el empobrecimiento de la vida comunitaria**, la pérdida de los espacios donde históricamente se construía el tejido social y se generaba, de forma natural e informal, participación e implicación cívica.

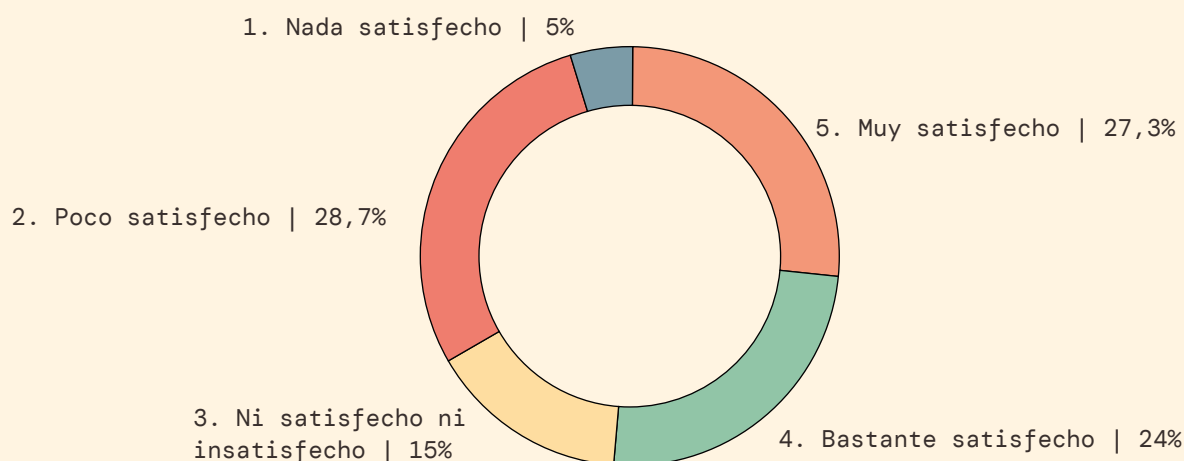
Este bloque analiza cómo **la precariedad económica moldea también el tiempo libre**, los espacios de encuentro y la salud emocional de esta juventud. Y cómo la pérdida de esos espacios (el ocio público, la vida en común, las redes de apoyo) no solo empobrece la experiencia vital, sino que también clausura uno de los canales por los que la participación política podría activarse de forma natural.

La juventud describe la pérdida de espacios públicos de encuentro.

La privatización del ocio: cuando estar juntas tiene precio

En los grupos de discusión, la transformación del ocio juvenil en los últimos años aparece de forma recurrente. La juventud describe la pérdida de espacios públicos de encuentro: ya no hay conciertos gratuitos, competiciones accesibles, centros juveniles abiertos. **La oferta se ha reducido a un binomio empobrecido: o estás en casa, o estás en el bar.**

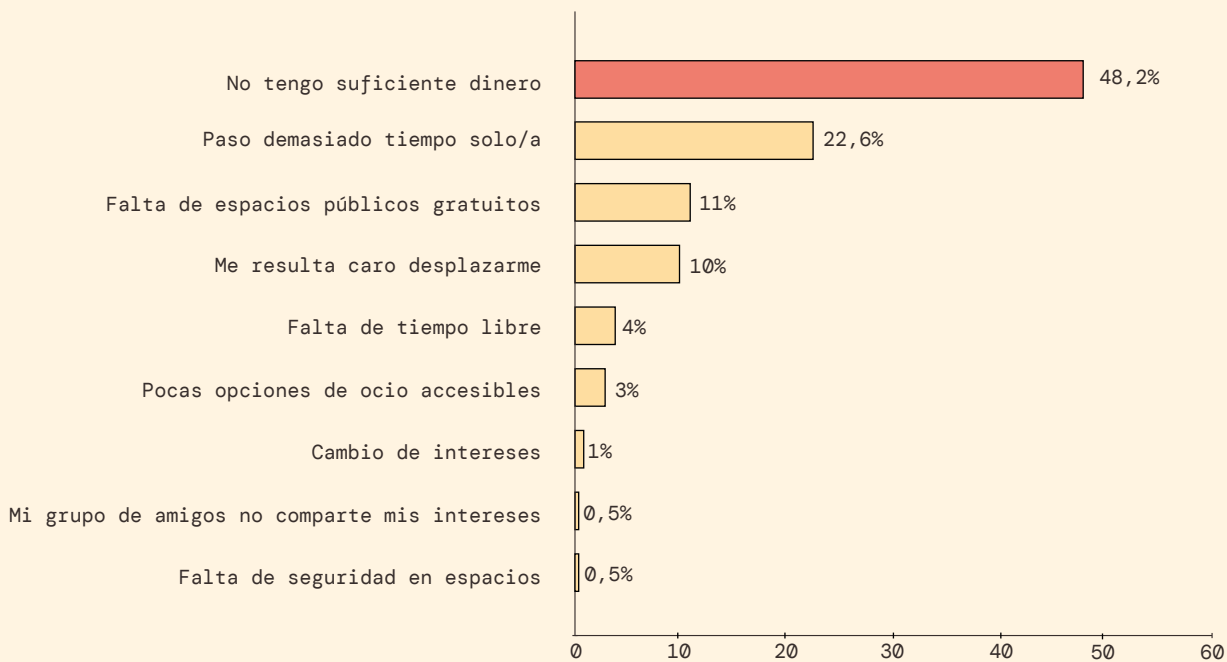
Gráfico 14. Nivel de Satisfacción actual con su ocio



Los datos reflejan esta realidad. Aunque el 51,3% declara estar bastante o muy satisfecho con su ocio, **casi cuatro de cada diez jóvenes (37,5%) expresan**

insatisfacción, y el 15% se sitúa en una posición de indiferencia. Cuando se pregunta a quienes no están satisfechas por las razones, el diagnóstico es claro:

Gráfica 15. Motivos de Insatisfacción con el ocio actual



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Motivos de insatisfacción con el ocio actual. Solo respondieron quienes expresaron insatisfacción.

La barrera principal es económica: **casi la mitad de las personas encuestadas señala que no tiene suficiente dinero para las actividades que le gustaría.** Pero el segundo motivo “paso demasiado tiempo solo/a o sin compañía” (22,6%) introduce una dimensión que va más allá de los recursos económicos y apunta a un problema de **tejido social**. El ocio no es solo lo que se hace: es con quién se hace. Y buena parte de esta juventud siente que no tiene ese “con quién”.

48% No tiene dinero para el ocio que le gustaría

22% Pasa demasiado tiempo solo/a sin compañía

11% Le faltan espacios públicos gratuitos

Las diferencias por género en estas barreras son significativas. El aislamiento social es especialmente pronunciado entre los hombres: el 52% afirma pasar demasiado tiempo solo, frente al 30,3% de las mujeres. **Las mujeres, en cambio, señalan más la falta de tiempo libre (27,3% frente al 14,8% de los hombres),** lo que puede estar vinculado a una mayor carga de responsabilidades domésticas o de cuidado. Las diferencias territoriales también son notables: **en Asturias, el 75% de quienes están insatisfechos señala el aislamiento como factor principal; en Madrid, el factor económico alcanza el 90%.**

“Durante la COVID destruimos muchos espacios de socialización offline para los jóvenes. No hay espacios públicos en los que se junten, y si los hay, son de pago. Los dispositivos electrónicos y las redes sociales se han convertido en los principales proveedores de dopamina, desplazando a la escuela, la familia y los espacios colectivos

Pablo Simón, politólogo



Ante la ausencia de espacios gratuitos de encuentro, la pantalla se convierte en la única alternativa accesible. Este ocio individualizado no sustituye la función de los espacios comunitarios, pero sí colma el tiempo. Y al hacerlo, refuerza dinámicas de aislamiento que tienen consecuencias directas sobre la participación política y la estabilidad mental de las participantes.

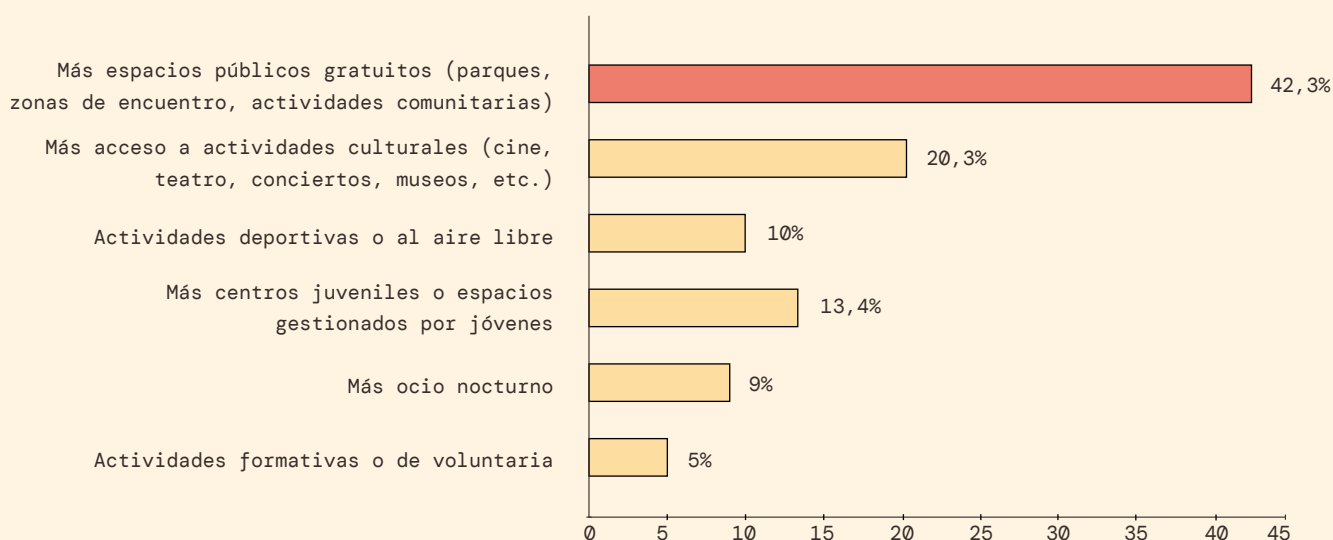
“ Yo llevo 10 años saliendo, porque hace 30 años Mérida era la hostia. Estaba la calle John Lennon, 20 bares de ocio nocturnos distinto, con música diferente... más independiente, más flamenco... Te ponían de todo tipo de música y gente por todos los lados. Ahora, a las cinco menos cuarto estás ya yéndote para casa. Que veo a la gente que viene de fuera y me dice “¿ahora a dónde se va?” y yo “a casa, porque como no tengas otro sitio para irte...”.

El ocio nocturno en Mérida es irnos a las casas...y ya eso ha descendido porque la gente no tiene casas propias. Ya me estoy planteando mi puretismo porque hace mucho que no acabo en casa de nadie la verdad.”

Participante en Mérida

Lo que pide la juventud de Impulsa Empleo Joven no es ocio institucionalizado ni vinculado a lógicas de productividad: el 42,3% demanda espacios públicos gratuitos y el 20,3% actividades culturales accesibles, seguido de mayor creación de espacios autogestionados por los y las jóvenes (13,4%). Piden espacios donde estar en común sin tener que consumir para ello.

Gráfica 16. ¿Qué ocio te gustaría tener con más frecuencia?



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Tipo de ocio que las y los jóvenes desearían tener con más frecuencia.

“Yo he notado un cambio muy claro en los últimos años: ya no hay jóvenes en los espacios comunes, en las cafeterías, en la facultad. Todo está más atomizado, más individualizado. Y cuando desaparecen esos espacios compartidos, es mucho más difícil que se construya comunidad, y sin comunidad es muy complicado sostener una participación política continuada”

Ignacio Urquizu, sociólogo

Y a su vez, la juventud complementa esta narrativa:

“El problema es que antes podrías tirarte en el parque tres horas con tus amigas tomándote unas pipas y hablando sobre lo que pasaba en el mundo sin ninguna intención más que pensar, hablar, compartir ideas. Y eso estaba bien, no hacías nada más que estar. Ahora, entre que cada vez hay menos parques, entre que no te dejan

beber en los parques y tienes que irte a un ocio de full consumo en donde no tengo dinero para gastármelo... ¿qué nos queda?"

Participante en Madrid

parte. Solo el 5,6% niega esta relación. Esta percepción está presente tanto entre las encuestadas que están satisfechas con su ocio como entre quienes no lo están, aunque las primeras expresan una confianza algo mayor en ese potencial.

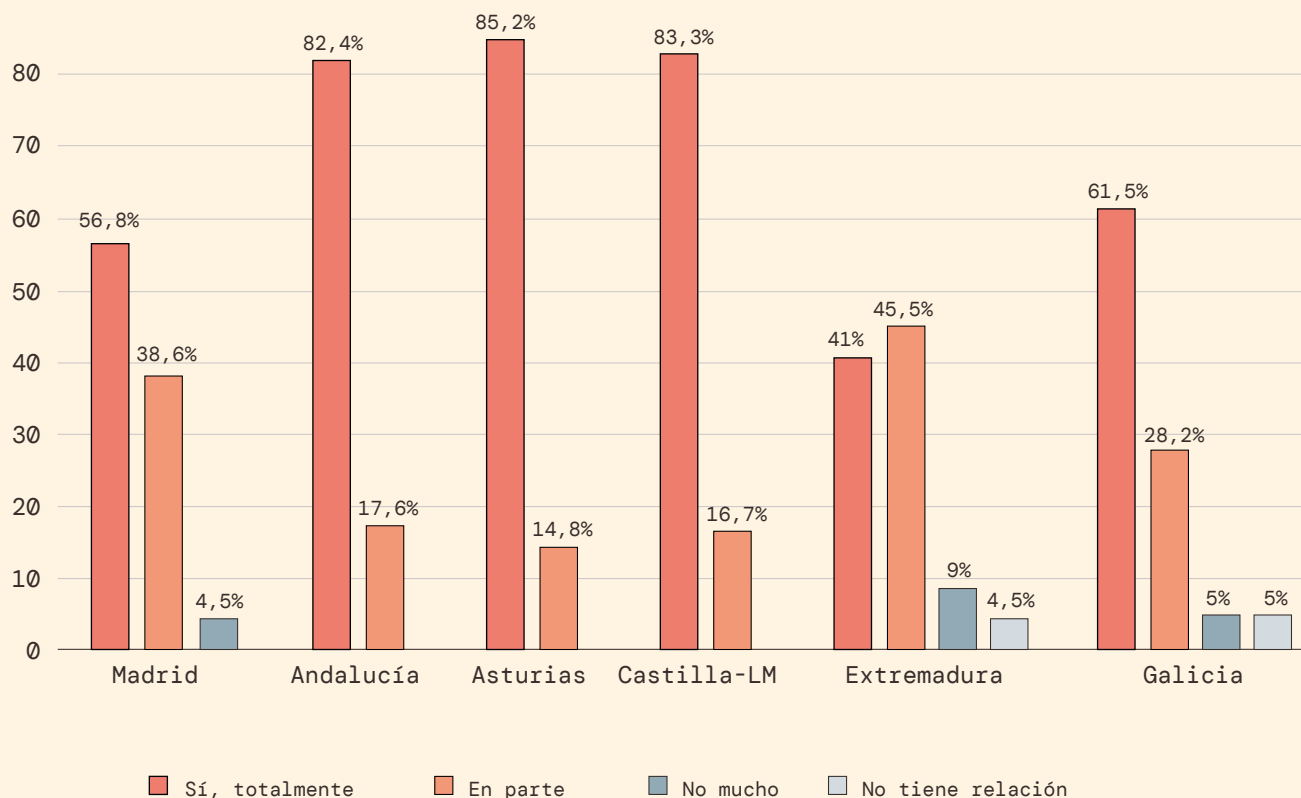
El ocio como espacio político: una oportunidad sin explotar

Un hallazgo llamativo de la encuesta es que **la gran mayoría de la juventud percibe el ocio como un espacio potencial de participación social y política**. El 65,2% considera que sí, totalmente, y el 29,2% en

El
94,5%

de la juventud de Impulsa Empleo Joven considera que el ocio puede ser un espacio de participación social y política. El potencial existe; lo que falta es la infraestructura que lo active.

Gráfica 17. ¿Puede el ocio ser un espacio de participación política? (por territorio)



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción ¿Puede el ocio ser un espacio de participación política? Resultados por comunidad autónoma.

Las diferencias territoriales en esta percepción son relevantes. En Asturias (85,2%), Castilla-La Mancha (83,3%) y Andalucía (82,4%), la visión del ocio como espacio político es prácticamente consensual. En Madrid (56,8%) y especialmente Extremadura (41%), la percepción es más matizada. Estas diferencias pueden reflejar distintas experiencias previas con espacios de asociacionismo y cultura comunitaria, pero también las distintas estructuras de oferta de ocio accesible en cada territorio.

“Los espacios de ocio informal, la calle, la plaza, la facultad, los centros juveniles, han cumplido históricamente una función clave en la construcción de identidades colectivas y en la generación de implicación cívica. No se trata únicamente de lugares de entretenimiento, sino de entornos donde se produce el ‘roce social’, el encuentro con la diferencia”

Pablo Simón, politólogo

Este es uno de los hallazgos más importantes del estudio: **la puerta de entrada a la participación política para esta juventud no pasa necesariamente por lo institucional. Pasa por lo cotidiano.**

Por el encuentro, la conversación informal, el sentido de comunidad. Y esos espacios se están perdiendo. Invertir en ellos no es una cuestión de entretenimiento: es una condición para que la democracia llegue a quienes más la necesitan.

“Pero si es que, antes estábamos en la plaza, en la calle, era casi raro que te quedases en casa todo el día. Estar ahí era la forma de hacer comunidad. Qué

hay más político que estar jugando al fútbol con tus amigos, amigos diferentes de todos los lados, y mientras jugáis el a fútbol estáis convergiendo diferentes opciones, críticas...pero ¿qué se hace ahora? Estar tú con tu móvil, en tu casa... cómo vas a participar en algo que es para todos si te sientes fuera de ese todo. Y aquí en Galicia creo que seguimos haciendo cosas al aire libre pero en Madrid o en Barcelona me cuenta mi primo que están quitando los parques, las canchas... todo está carísimo.

Participante en A Coruña

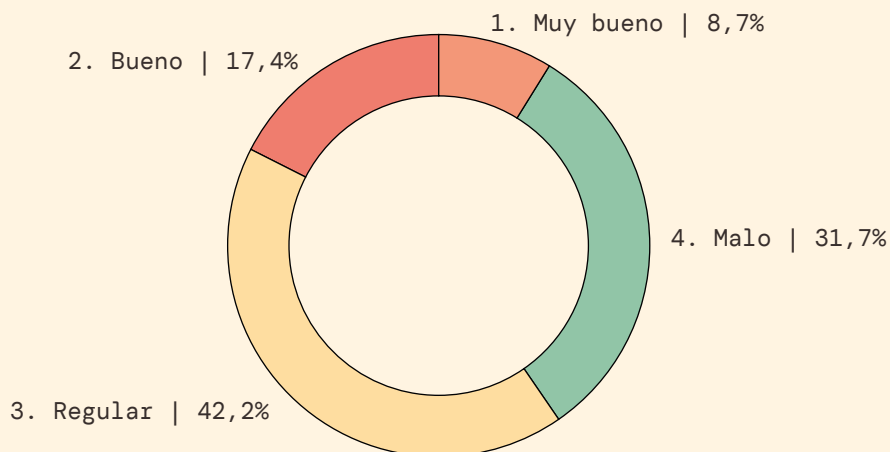
Salud mental: la emergencia (ya no tan) silenciosa

La salud mental emerge de forma transversal en todos los grupos de discusión como una de las principales preocupaciones de esta juventud en relación con el mercado laboral y con su participación en lo colectivo. No aparece como un tema específico o puntual: aparece entrelazada con cada uno de los otros temas, como el correlato emocional inevitable de la precariedad laboral, la inseguridad habitacional y la dificultad de proyectar el futuro.

“Hay gente que está en bachiller que ya se quiere morir porque no encuentra sentido al mundo. Porque está pensando en “vale, estoy haciendo esto, pero para qué”, o que no saben que quieren hacer y luego pues explota cuando ve que para lo que ha estudiado no se puede ver reflejado. Pueden empezar con depresión.”

Participante en Valencia

Gráfico 18. En los últimos doce meses, ¿dirías que tu estado de salud mental ha sido muy bueno, bueno, regular, malo, o muy malo?



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Percepción sobre el estado de salud mental en los últimos 12 meses.

Los datos de la encuesta recalcan este mensaje de la participante en Valencia.

El 42,2% de esta juventud describe su estado de salud mental en los últimos doce meses como “regular”.

Es la categoría mayoritaria, la que define mejor que ninguna otra cómo se siente emocionalmente este colectivo: no bien, no mal, en ese territorio gris de quien aguanta sin estar bien, de quien funciona sin estar a gusto, de quien ha normalizado un malestar que debería ser la excepción y se ha convertido en el fondo constante de su vida cotidiana.

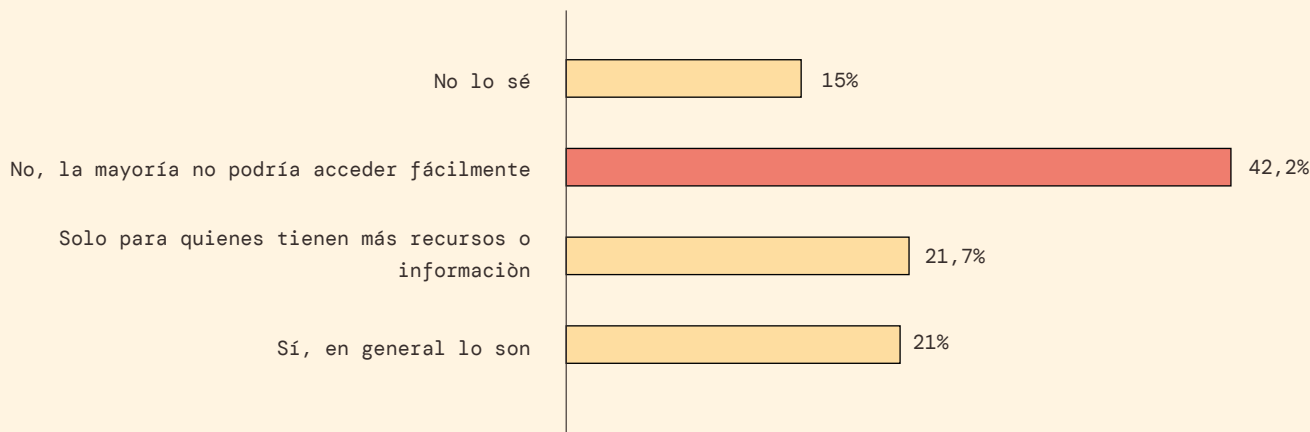
Si a ese 42,2% se le suma el 17,4% que directamente califica su salud mental de “mala”, el resultado es que casi seis de cada diez personas jóvenes de Impulsa Empleo Joven arrastran un estado emocional

que ellos mismos reconocen como insatisfactorio. Solo el 8,7% lo califica de “muy bueno”. Uno de cada once.

Y es importante no leer este gráfico de forma aislada. La salud mental no aparece en los grupos de discusión como un problema autónomo, caído del cielo: aparece como la acumulación de todo lo anterior. De los meses encadenando contratos que no conducen a ningún sitio. De los años viviendo en casa de los padres sin poder proyectar la salida. Del agotamiento de reiniciar constantemente desde cero.



Gráfica 19. ¿Crees que los recursos públicos de salud mental (psicólogos, centros, talleres, etc.) son accesibles para todas las personas jóvenes, sin importar su situación económica o social?



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Percepción sobre el acceso a recursos de salud mental independientemente de la situación económica.

Si el gráfico anterior mostraba el estado, esta muestra la trampa. Porque no basta con que casi seis de cada diez personas jóvenes reconozcan un estado de salud mental insatisfactorio: lo verdaderamente grave es lo que ocurre cuando intentan hacer algo al respecto.

El **42,2%** de las personas encuestadas, exactamente el mismo porcentaje que describía su salud mental como “regular”, afirma que la mayoría de las personas jóvenes **no podría acceder fácilmente a los recursos públicos de salud mental**. Un 21,7% adicional considera que esos recursos existen, pero solo para quienes tienen más recursos económicos o más información. Sumados, **casi dos de cada tres personas jóvenes perciben el sistema de atención psicológica pública como algo que, en la práctica, no está a su alcance**.

Las barreras de acceso a la atención psicológica son múltiples y se acumulan: el sector privado es inaccesible económicamente, las listas de espera del sistema público son largas, y el estigma asociado a buscar apoyo

Casi dos de cada tres personas jóvenes perciben el sistema de atención psicológica pública como algo no está a su alcance

emocional sigue existiendo. La juventud sabe lo que necesita y no puede acceder a ello. Esa distancia tiene un coste que va mucho más allá de lo individual.

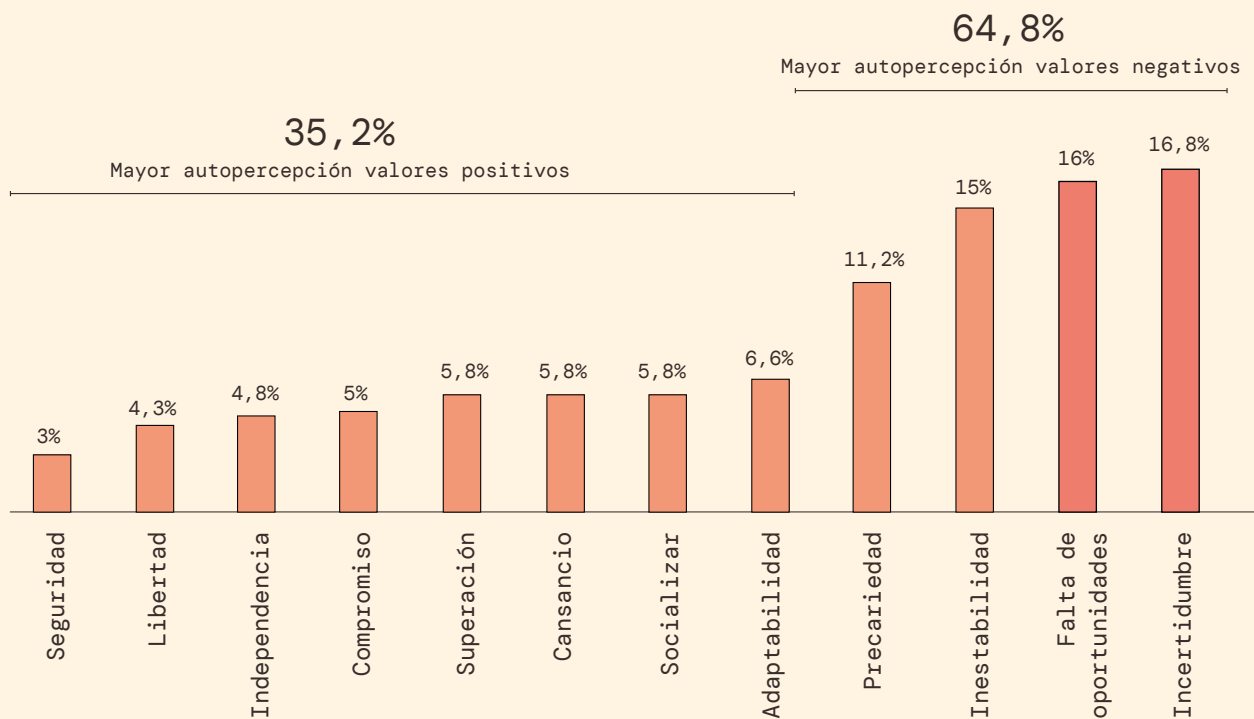
“Necesitas un psicólogo y no te puedes pagar un psicólogo”

Participante en Málaga

“No tienes cita hasta dentro de tres meses, y en tres meses ya no estás.”

Participante en Valencia

La forma en que se percibe ser joven hoy en día, lo dice todo.



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción. Multirrespuesta en la Autopercepción de la juventud hoy en día.

Las respuestas a este gráfico constituyen un retrato generacional de alarma. Porque la juventud de Impulsa Empleo Joven, aunque asocia la etapa de la juventud a valores positivos como el tener adaptabilidad (6,6%), la superación (5,8%), la independencia (4,8%), la libertad (4,3%), esos valores optimistas quedan prácticamente sepultados bajo el peso de una narrativa que los supera con creces.

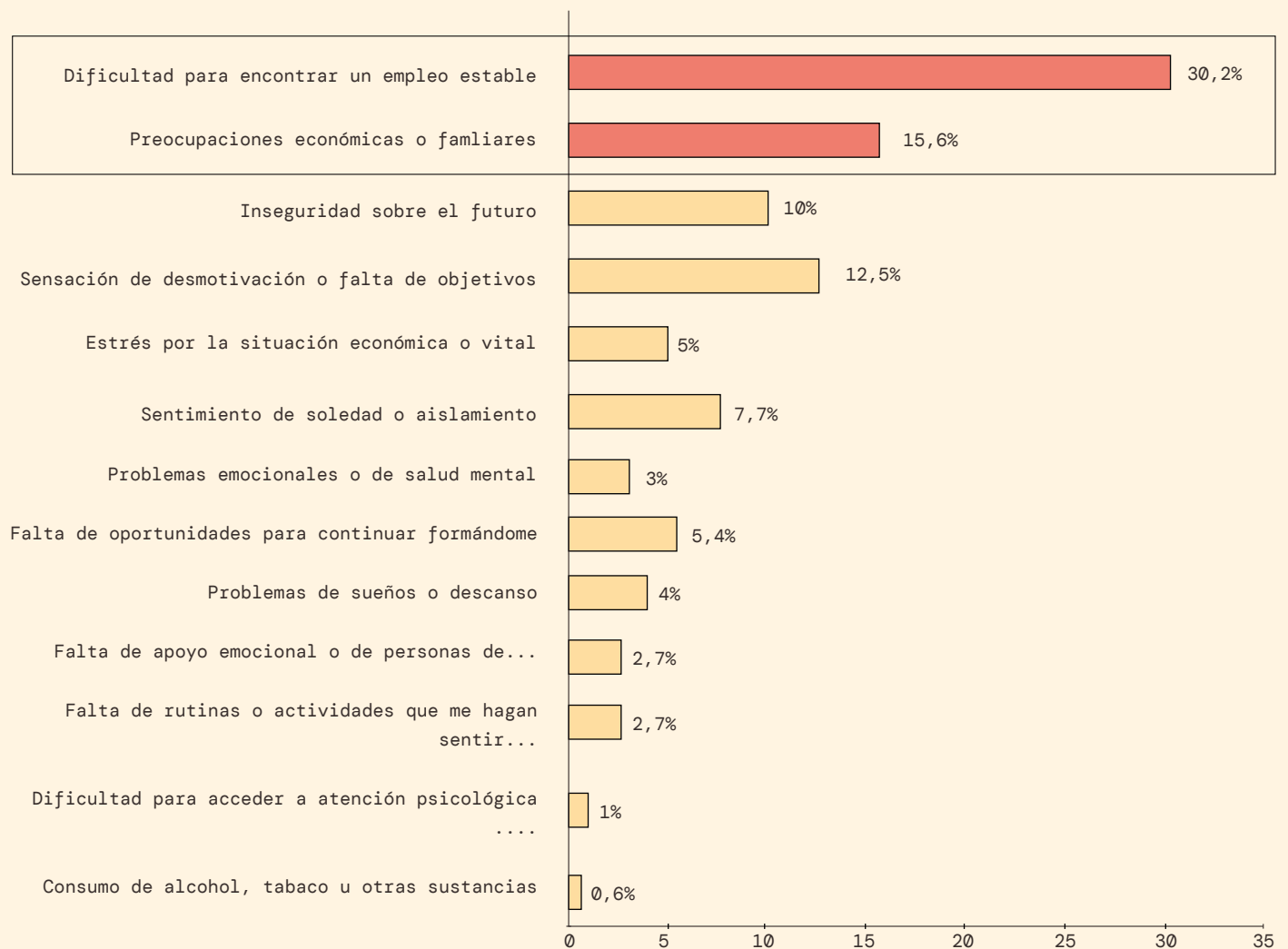
La incertidumbre (16,8%), la falta de oportunidades (16%), la inestabilidad (15%) y la precariedad (11,2%) son los cuatro adjetivos más autopercebidos con lo que es ser joven hoy en día. Y los cuatro describen un contexto, no un estado de ánimo:

no hablan de cómo se siente esta juventud, sino de las condiciones en las que les ha tocado serlo.

Pero este malestar tiene diversos motivos.



Gráfica 21. ¿Dirías que el mal estado de salud se debe a alguno de los siguientes motivos?



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción. ¿Dirías que el mal estado se debe a alguno de estos motivos?.

La dificultad para encontrar empleo estable (30,2%) aparece como la causa más determinante en su estado de salud mental. Seguido de las preocupaciones económicas o familiares (15,6%) y la inseguridad sobre el futuro (10%), la desmotivación o falta de objetivos (12,5%), el estrés vital y la soledad (5% y 7,7%). Pero cuando esta juventud busca apoyo para gestionarlo, encuentra más muros: el sector privado es inaccesible económicamente, las listas de espera del sistema público se alargan durante meses, y el estigma asociado a pedir ayuda psicológica todavía existe y pesa.

Hay un dato en este gráfico que merece detenerse: los problemas emocionales o de salud mental propiamente dichos aparecen citados por el 3% como causa del malestar. Es el porcentaje más bajo de todos. Lo que significa que la salud mental no es, para esta juventud, el origen del problema: es su destino. El punto de llegada de una acumulación de presiones estructurales laborales, habitacionales, económicas, relacionales que el cuerpo y la mente terminan registrando cuando ya no hay más donde ponerlas.

“Yo creo que la juventud como nosotros hoy en día está perdida, no tiene una hoja de ruta porque se le van cayendo todos los pilares. Te comparas todo el rato, si no tienes empleo sientes que no vas al ritmo que otra gente, que te estás quedando atrás en la vida, que no tienes dinero para hacer las cosas que te gustan...y te sientes extremadamente triste”

Participante en Madrid

Hay que concluir recalcando por ende que el empleo, el mercado laboral y todo lo que converge ahí no es solo una fuente de ingresos: es uno de los principales espacios donde históricamente se ha construido la identidad, tanto individual como colectiva. El trabajo proporciona identidad, rutina compartida, conversación, redes, un lugar desde el que relacionarse con el mundo y con los demás. Cuando eso falta (cuando se trabaja en negro, cuando se encadenan contratos que no conducen a ningún sitio en donde no te puedes desarrollar, donde no puedes saber a lo que quieres dedicarte, para lo que vales, cuando se lleva meses fuera del mercado formal incluso cuando estás prácticamente accediendo por primera vez a él), no solo se pierde un salario. Se pierde el anclaje social desde el que, con el tiempo, emerge la implicación política.

Cuando el estado emocional es frágil, cuando la ansiedad y el agotamiento son la norma, **la energía disponible para involucrarse en procesos colectivos es mínima**. No se trata de voluntarismo individual: se trata de que **la participación requiere capacidades que el bienestar emocional sostiene y que el malestar**

Ya no puedo más con lo mío como para ponerme a pensar en lo de los demás": así describe esta juventud la desconexión política. No es apatía: es agotamiento.

erosiona. Este es uno de los mecanismos más invisibles de la desconexión política. No aparece en los estudios de comportamiento electoral. No genera titulares. Pero está ahí, en cada conversación de estos grupos de discusión, cuando los y las jóvenes describen la sensación de que «ya no puedo más con lo mío como para ponerme a pensar en lo de los demás».

Para la juventud de Impulsa Empleo Joven, la exclusión del mercado de trabajo no es solo exclusión económica ni exclusión residencial ni exclusión emocional: es exclusión en todos los sentidos a la vez, y cada una de esas dimensiones alimenta a las demás. Son personas jóvenes que quieren participar (como se confirmará en los datos del siguiente bloque), pero que llevan sobre los hombros un peso acumulado que el sistema ni ha resuelto ni ha sabido nombrar. Comprender eso es el punto de partida imprescindible para entender por qué la política, tal y como se comunica y se organiza hoy, sencillamente no les llega.

Bloque III: La desconexión política: ¿por qué la política no llega?



Los bloques anteriores han descrito el terreno sobre el que se asienta la desconexión política: la precariedad laboral que clausura espacios de fricción social, la pérdida de los espacios comunitarios de ocio que históricamente generaban participación de forma natural, y el impacto de la salud mental como barrera adicional. En este contexto, la pregunta no es por qué las personas jóvenes no participan: es por qué el sistema sigue esperando que participen sin haber resuelto ninguna de esas condiciones previas.

Este bloque analiza **la relación entre la juventud vulnerable con la política**, sus formas reales de implicación y las razones concretas por las que la información institucional, representada aquí, no llega a quienes más la necesitarían.

El mito de la apatía juvenil: interés sin canales

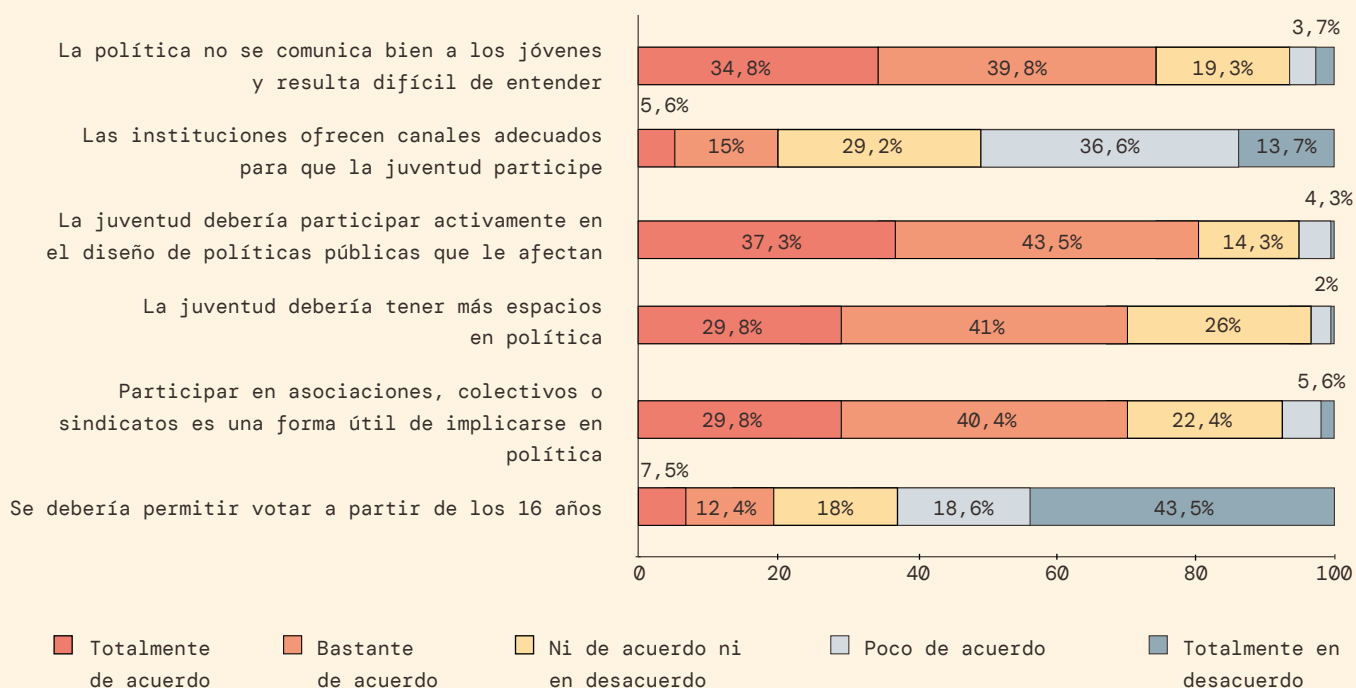
El relato dominante sobre la juventud vulnerable y la política afirma que la juventud está desapegada, desinteresada, que no participa porque no le importa. Este estudio desmiente ese relato con datos concretos.

81% está de acuerdo en que las y los jóvenes participen en el diseño de políticas que le afectan

75% está de acuerdo en que la política no les llega ni se comunica bien

50% está de acuerdo con que las instituciones NO ofrecen canales adecuados

Gráfica 22. Actitudes frente a la participación política de la juventud



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción. ¿En qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes afirmaciones?

La tensión central que muestra el gráfico no es entre las personas jóvenes interesadas y desinteresadas por la política, sino entre una alta disposición a participar y una profunda desconfianza hacia los canales institucionales disponibles. Entre la juventud encuestada de Impulsa Empleo Joven, se observa que **casi tres de cada cuatro consideran que la política no se comunica bien a la juventud** y resulta difícil de entender: un 34,8% está totalmente de acuerdo y un 39,8% bastante de acuerdo. Este dato es especialmente relevante porque desplaza el foco del supuesto “desinterés juvenil” hacia un problema previo: la política no siempre llega en formatos, lenguajes o espacios comprensibles para quienes deberían poder participar en ella, como se veía en el anterior gráfico de la demanda del cambio en que la política se trasmite.

Esta tensión aumenta cuando se pone el foco sobre las instituciones. Solo un 20,5% considera que las instituciones ofrecen canales adecuados para que la juventud en riesgo de exclusión participe, mientras que un 50,3% está en desacuerdo con esta afirmación. **Es decir, la mitad de**



la muestra percibe que los mecanismos institucionales existentes no son suficientes, accesibles o útiles para canalizar la participación juvenil. Este es uno de los resultados más relevantes: la juventud no rechaza la participación política como idea, sino que cuestiona las formas concretas en las que actualmente se le permite participar.

De hecho, cuando la participación se formula en términos de incidencia real, el acuerdo es muy elevado. **Un 80,8% considera que la juventud debería participar activamente en el diseño de las políticas públicas que le afectan, y un 70,8% cree que debería tener más espacios para participar en política.** A esto se suma que un 70,2% ve en asociaciones, colectivos o sindicatos una forma útil de implicarse como se mencionaba en los grupos de discusión también. Por tanto, el gráfico muestra una juventud con voluntad de estar presente, opinar e influir, pero que parece no encontrar suficientes vías reconocibles, cercanas o los espacios inclusivos para hacerlo.

“El discurso de que los jóvenes están muy desapegados de la política es un discurso emitido por generaciones mayores. Los jóvenes



no participan menos: participan de otra manera. Lo hacen de forma más digital, más individualizada y más expresiva, pero eso no significa ausencia de interés político”

Pablo Simón, politólogo

Otro de los resultados más llamativos que se quiso preguntar es sobre la medida que se ha hablado que quiere implantar el futuro proyecto de Ley de Juventud estatal, que es **ampliar la edad del voto a partir de los 16 años**. Esta medida se ha planteado en el debate público y en el marco de la futura Ley de Juventud como una posible vía para fomentar la participación política juvenil. Sin embargo, entre las personas jóvenes encuestadas en situación de exclusión, la medida no genera un apoyo mayoritario: **solo un 20% se muestra de acuerdo, frente a un 62% que está poco o totalmente en desacuerdo**.

Solo el 20% apoya el voto a los 16

Este dato obliga a matizar mucho el diagnóstico. Ampliar formalmente derechos de participación puede ser importante, pero no parece suficiente si no se acompaña de procesos previos de información, confianza, educación cívica, accesibilidad institucional y reconocimiento real de la voz juvenil. Como explicaba Pablo Simón:

“Pero la mayor de los datos que tenemos a nivel empírico qué nos dice sobre esto. Bueno, lo primero que sabemos es que la gente de 16 a

18 años no vota “mal” es decir, no se equivoca, no hace voto nulo, no hace voto errático etc... no podemos pensar que los de 16 años no están cognitivamente preparados para votar. Eso no, lo acredita ningún estudio. Segundo, en términos políticos lo que sabemos es que, siendo realmente en el caso de España que está en torno a 100.000 votantes los que estarían en la franja de 16 a 18 años, si el dato lo tengo bien que creo que sí, lo que encontramos es que votan casi casi lo mismo que los que están entre 18 y 20 años. La pauta de voto es casi igual. Y en ese sentido, en términos de socialización, están en edades muy cercanas con lo cual, e normal que no haya demasiado impacto. Hay gente que dice, bueno, ¿el voto de 16 va a traer el chaos? No. No lo va a traer.”

Pablo Simón, politólogo

El análisis conjunto de la encuesta y los grupos de discusión permite responder con claridad: la causa principal no es el desinterés, sino una combinación de fallos sistémicos de comunicación, pérdida de intermediarios y barreras materiales que convierten la participación en un lujo inaccesible para quienes más la necesitarían. Hay también una segunda barrera, menos visible: la desigualdad de recursos para participar. **Participar tiene un coste real: tiempo, desplazamientos, energía**. Y estas personas jóvenes tienen menos de todo eso.

“Yo participo menos porque si no me pongo mala. Estoy trabajando y cobro 700 brutos, estoy todos los días trabajando más los fines de

semana. Quiero un trabajo de lunes a viernes para tener mi libertad y poder informarme en lo que pasa en el mundo”

Participante en Valencia

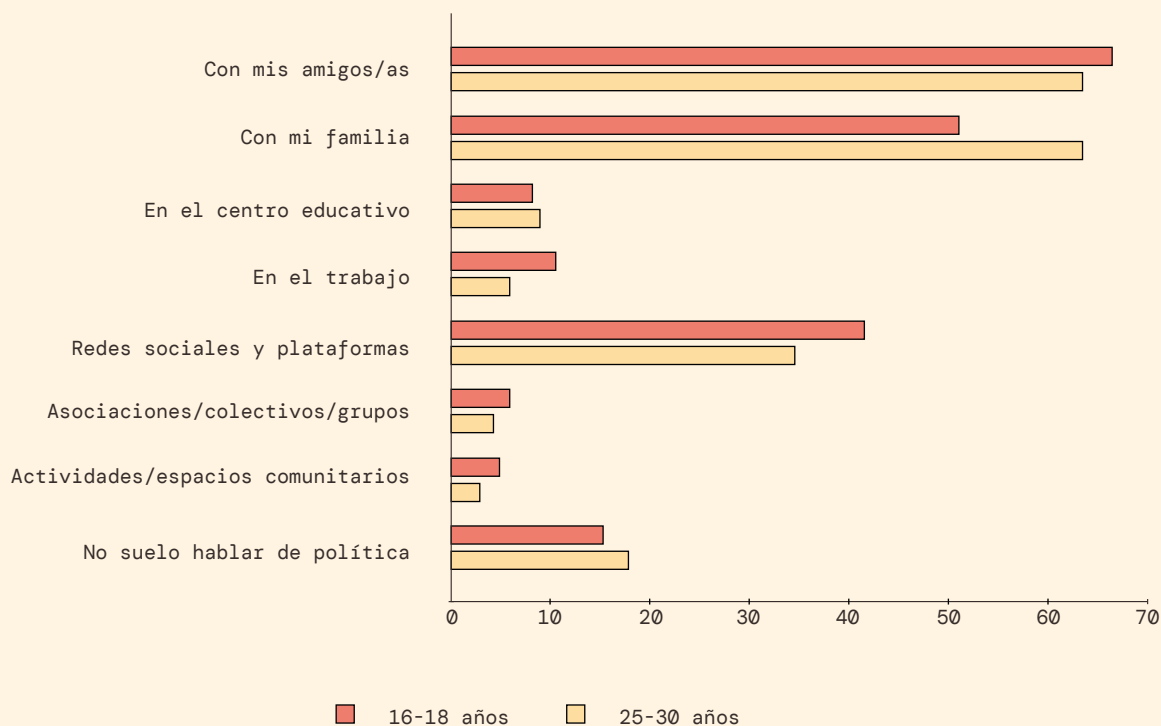
Esta desigualdad de recursos para la participación es estructural y sistemática: los espacios participativos tienden a ser capturados por perfiles con más recursos disponibles, mientras quienes más se beneficiarían de estar en esas mesas son quienes más dificultades tienen para llegar a ellas.

“¿Por qué soy yo la que me tengo que desplazar hacia ellos? Me parece una mirada desde el privilegio, debería invertirse”

Participante en Madrid

La encuesta preguntó en qué espacios habla la juventud de política y temas sociales. Los espacios predominantes son los cercanos y cotidianos: amistades y familia son los contextos donde más se habla de política, en todos los grupos de edad. Las redes sociales tienen un peso creciente con la edad (41,7% en el tramo de 25 a 30).

Gráfica 23. Espacios donde los jóvenes hablan de política o temas sociales (por tramo de edad)



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción - Espacios donde las y los jóvenes hablan de política o temas sociales, por tramo de edad.



Los espacios formalmente asociados a la participación como asociaciones, colectivos, espacios comunitarios tienen una incidencia muy reducida, inferior al 7% en todos los grupos. El mensaje es claro: la política vive, en la práctica, en espacios informales y relacionales. Cualquier estrategia que pretenda conectar con esta juventud debe partir de ese reconocimiento.

“A mi sí que me gustaría militar la verdad, pero como que nunca he sabido por donde hay que empezar o en donde tengo que buscar. Estaría bien que gente de asociaciones viniese a la universidades o institutos a informar por dónde hay que empezar”

Participante en Málaga

La Ley de Juventud: un ejemplo revelador de la brecha informativa

El hallazgo cuantitativo más contundente del estudio es la cifra anterior: **tres de cada cuatro personas jóvenes del programa no han oído hablar del proyecto de Ley de Juventud**. Esta baja notoriedad se extiende también a la propia existencia del Ministerio de Infancia y Juventud: casi la mitad (41,6%) no está segura de que exista, y el 28% directamente no lo conoce.

74% No ha oído hablar de la Ley de Juventud

41% No sabe si el Ministerio de Infancia y Juventud existe

Gráfico 24.1. ¿Has oído hablar sobre la futura Ley de Juventud Estatal?

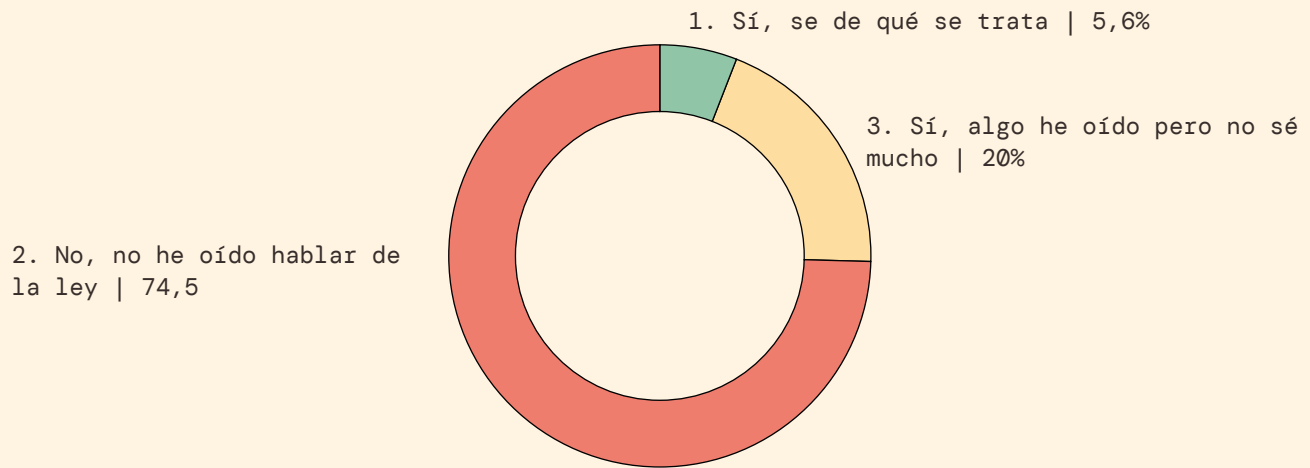
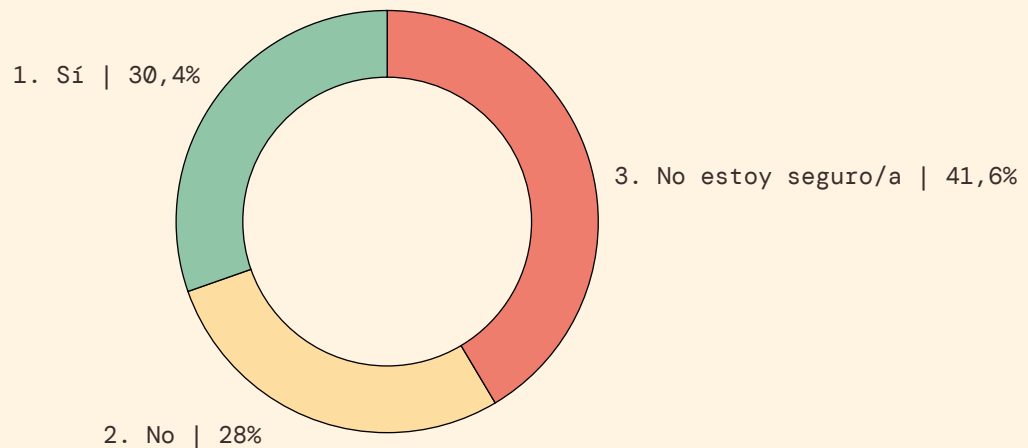


Gráfico 24.2. ¿Conoces el Ministerio de Infancia y Juventud?



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Nivel de conocimiento de las y los jóvenes sobre la futura Ley de Juventud Estatal y sobre el Ministerio de Infancia y Juventud.

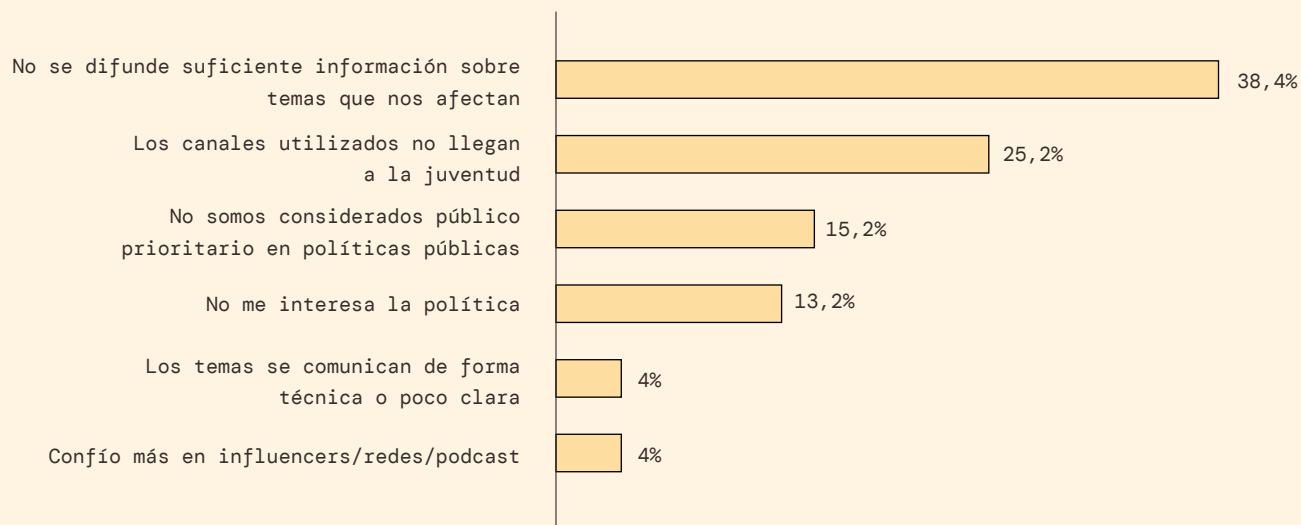
Pero este desconocimiento no se formula, en los grupos de discusión, como indiferencia. En Valencia, la respuesta colectiva es inmediata y unánime: “Todas: No”. En Mérida, se reconoce no haber oído hablar de la ley o asumir que, si existe, no ha llegado por ningún canal habitual. En Madrid, incluso se verbaliza que ninguna de las participantes que militan, sabían de la existencia de este proyecto de Ley.

Reforzando la idea de una invisibilidad no únicamente juvenil sino generalizada.

Y lo más significativo: el desconocimiento no se acompaña de indiferencia, sino de agravio.

“A mí no me han pedido opinión, y soy joven. Y se le han pedido a un señor de 55 años ”

Participante en Valencia



Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Razones percibidas por las y los jóvenes para el desconocimiento de la Ley de Juventud.

El problema que se percibe no es solo la falta de información: es una exclusión simbólica. Se legisla “para” la juventud sin contar “con” la juventud. Los datos confirman que esta distancia con las instituciones no es puntual: **el 74,6% de la juventud encuestada afirma que la política no se comunica bien a su generación.**

Los canales que fallan

Cuando la encuesta pregunta por qué las personas jóvenes no conocen el proyecto de Ley de Juventud, las respuestas apuntan con claridad a un fallo del sistema de comunicación institucional, no a una falta de motivación individual:

38%

Señala que no se difunde suficiente información sobre temas que afectan a la juventud

13% Afirma que no le interesa la política

Solo el 13,2% afirma que no le interesa la política. El desinterés no es el problema principal: es el diagnóstico más fácil y el menos útil. En cambio, el 38,4% apunta a la insuficiente difusión de información y el 25,2% a unos canales de comunicación que no llegan a la juventud. Otros señalan que no se sienten un público prioritario (15,2%) o que los temas se comunican de forma técnica y poco accesible (4%).

Ante esto, se despliegan cuatro motivos de desconexión:

Primero: el cambio de ecosistema informativo

La información política ya no entra por rituales compartidos el telediario familiar, la prensa en papel, sino por un consumo

fragmentado, intencional y algorítmico. En Mérida, una persona participante lo describió con una precisión que resume bien la situación:

“Dime dónde hay unos niños de 20 años escuchando la 1. Nuestros padres ponen la 1 a la hora de comer; nosotros ponemos series o YouTube, y si quiero ver noticias, me busco la noticia que quiero ver ”

Participante en Mérida

La información debe ir al encuentro de la juventud, no esperar a que ellos la busquen. Eso implica entender cómo funciona el ecosistema de la atención en la era de los algoritmos: si la información institucional no genera relevancia, no compete, no llega.

Segundo: Sentimiento de que la política no les interpela

La juventud de Impulsa Empleo Joven ha narrado una desconfianza hacia los modos tradicionales de hacer política. No solo por una desconfianza hacia si la información que les llega es veraz para informarse políticamente, sino que han quedado obsoletos. En los grupos surgían ideas potentes sobre abrir nuevos canales más fáciles y accesibles para los y las jóvenes como utilizar referentes del mundo digital para informarse, o promover canales de streaming (que era por donde más se enteraban quienes son más mayores).

Tercero: la falta de interpelación directa

La juventud no se sienten destinatarias del mensaje institucional. Las políticas

se comunican “a la opinión pública” en abstracto, no a las personas jóvenes en particular. La demanda es de comunicación personalizada: que el Estado les hable a ella, no en general.

“Lo que se etiqueta como desafección es muchas veces una ruptura en los canales en los que se transmite la política. El problema no es que no les interese: es que la política no les llega”

Ignacio Urquizu, sociólogo

Lo que la juventud de Impulsa Empleo Joven propone

La juventud es capaz de señalar con precisión qué funcionaría. Piden notificaciones, formatos breves, desplazamiento de las élites políticas a donde están.

“¿Cómo me enteré yo de este curso? Con un vídeo en Instagram. ¿Dónde pasamos la mayor parte del tiempo? Pues en Instagram “ Por qué el Ministerio de Juventud no difunde tanto por Instagram”

Participante en A Coruña

En A Coruña, proponen directamente usar personas influyentes jóvenes y redes sociales como canal prioritario. En Mérida emerge incluso una idea que bien podría considerarse audaz: crear un registro por edad y enviar correos automatizados con información y sondeos a la juventud en el rango de edad afectado. No es una exigencia tecnológica sofisticada: es una demanda de que las instituciones se adapten a las pautas

de comunicación de la actualidad. En Madrid van un paso más allá y declaran que los representantes políticos deberían estar en espacios de ocio más frecuentemente:

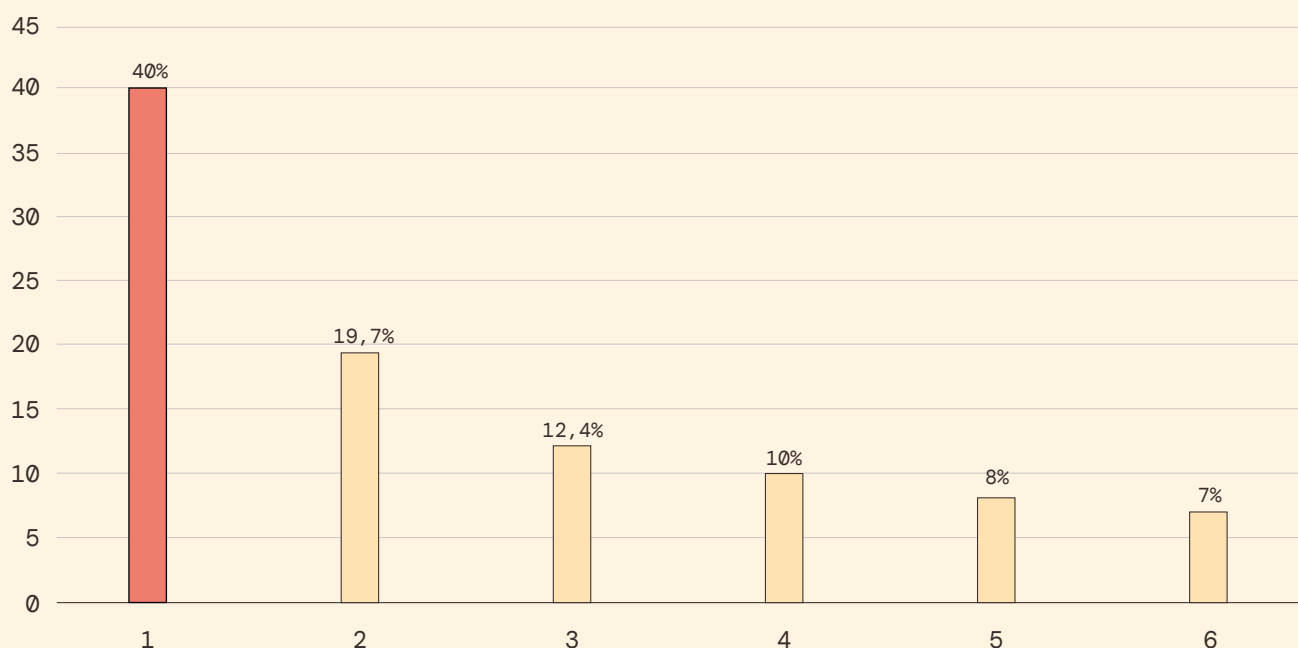
“¿Cuándo has visto que un político ha ido a un bar de Carabanchel o de Vallecas para dar una charla? Nunca. ¿Cuándo ha venido un ministro al

parque Aluche en las fiestas para decir lo que está haciendo? Nunca. Pues que vengan a donde nosotros estamos.

Participante en A Coruña

La encuesta también preguntó qué incentivaría la participación política de estas personas jóvenes.

Gráfica 26. ¿Qué haría que la juventud participase más en política?



1. Participar en actividades de ocio y cultura donde se fomente el sentido de comunidad y la implicación social
2. Que las personas jóvenes tengan más oportunidades de participar directamente en decisiones locales (presupuestos participativos, consejos de juventud, etc)
3. Crear más espacios de encuentro y participación accesible para todos los jóvenes, independientemente de su situación social o económica
4. Sentir que su voto realmente influye y que los partidos representan sus intereses
5. Que existan canales digitales sencillos y atractivos para opinar o proponer ideas (plataformas, apps, consultas online)
6. Que los representantes se acerquen a los espacios donde están los jóvenes (centros educativos, redes, eventos, etc)

Fuente: Encuesta Impulsa Empleo Joven, Ayuda en Acción Factores que, según las y los jóvenes, incentivarían su participación política.

La opción más señalada (40%) no es una medida institucional abstracta: **es la participación en actividades de ocio, cultura o deporte que refuercen el sentido de comunidad y la implicación social**. Es decir, la entrada a la participación política no se percibe desde lo institucional, sino desde lo cotidiano y relacional, desde la plaza y la conversación del día a día y teniendo espacios para esa deliberación política. Le sigue la demanda de que las personas jóvenes tengan más oportunidad de participar en las decisiones que les conciernen (19,7%), la creación de espacios públicos para participar (12,4%) y sentir que su voto realmente influye (10%).

La clave que señalan esta juventud es clara: el camino hacia la participación política pasa por recuperar los espacios comunitarios, no por crear más canales formales de participación que nadie va a utilizar si el tejido social no los sostiene.

La participación desigual: de privilegio a derecho

Una de las tensiones más importantes que emerge del estudio entre las narrativas de los grupos es la que existe entre el deseo de participar y opinar, que se complementa con los datos, y la capacidad real de hacerlo, que es profundamente desigual. Los procesos participativos formales como las consultas públicas, consejos de juventud, talleres de participación entre otros, tienden a ser capturados por perfiles con mayor capital social con más información sobre el contenido político. Juventud con más tiempo disponible, con más familiaridad con el lenguaje institucional, con redes que les informan de la existencia de esos procesos.

Mientras tanto, las personas jóvenes de Impulsa Empleo Joven, que, en teoría, deberían estar en el centro destinatario de un proyecto de ley como el de la Ley de Juventud, quedan sistemáticamente fuera de





esas mesas. No porque no quieran estar: porque el coste de estar es demasiado alto para quienes ya están pagando el coste de la precariedad en su vida cotidiana.

“La desafección política de los jóvenes más vulnerables no es un problema de cultura política: es un problema de distribución de recursos. Participar requiere tiempo, información y energía. Y esos recursos no están distribuidos de forma equitativa”

Ignacio Urquizu, sociólogo

Esta desigualdad en la participación tiene consecuencias directas sobre la calidad de las políticas públicas que se diseñan: si los procesos de consulta solo recogen la voz de quienes ya tienen voz, las políticas resultantes tenderán a responder a sus necesidades y a ignorar las de quienes no llegaron a la mesa. Es un mecanismo de reproducción de la exclusión que actúa

dentro del propio proceso de diseño de las políticas pensadas para combatirla.

Revertir esta dinámica no es imposible, pero requiere intervenciones activas y deliberadas: compensación económica de la participación, horarios accesibles, formatos que no requieran conocimiento previo del lenguaje institucional, mediadores comunitarios que hagan llegar la información y faciliten la implicación. En definitiva: **políticas de participación que traten la desigualdad de la participación como un problema que hay que resolver, no como un punto de partida que hay que aceptar.**

El análisis de este informe no concluye con una imagen simple de impotencia. Concluye con una imagen de un potencial desaprovechado: el de **una juventud excluida que quiere participar, que tiene perspectivas claras sobre lo que necesita cambiar, y que está dispuesta a implicarse si las condiciones lo permiten.**

Conclusiones: De las Barreras a las Oportunidades



Este informe ha buscado comprender las barreras laborales, vitales y emocionales que condicionan la participación política de la juventud de Impulsa Empleo Joven. El punto de partida no es que las personas jóvenes no quieran participar, sino que muchas veces no pueden hacerlo en las condiciones en las que les gustaría. **Los resultados desmienten, por tanto, la idea de que la juventud en situación de mayor vulnerabilidad esté simplemente atravesada por la desafección o el desinterés político.** Esta lectura, además de paternalista, corre el riesgo de seguir ampliando la distancia entre los espacios donde se toman las decisiones y las vidas de quienes más necesitan que esas decisiones les tengan en cuenta. Lo que muestra el informe es algo más profundo: **la baja participación no aparece como una actitud aislada, sino como el resultado de una cadena de vulnerabilidades que se acumulan, se alimentan entre sí y terminan limitando la capacidad real de implicación política.** La precariedad laboral, la falta de tiempo, la inestabilidad residencial, la incertidumbre vital, el malestar emocional y la desconfianza institucional no actúan por separado. Juntas configuran un escenario en el que participar políticamente se convierte, para muchas personas jóvenes, en una posibilidad lejana, secundaria o directamente inaccesible.

Cuando la precariedad no es una fase, sino el contexto

La primera conclusión realista es que, para esta juventud, **la precariedad no es una fase transitoria, sino el contexto desde el que intentan construir su proyecto de vida.** Esta desigualdad aparece ya en

la relación con los estudios: un porcentaje relevante del alumnado de formación profesional vinculado al programa ha tenido que interrumpir su trayectoria educativa por razones económicas o familiares, lo que evidencia una posición de partida desigual. A partir de ahí, el acceso al mercado laboral aparece marcado por numerosas barreras. Las participantes han experimentado en un 74,4% haber trabajado alguna vez sin contrato, también el haber realizado en un 64,7% prácticas no remuneradas, y casi cuatro de cada diez lleva entre cinco y diez meses en situación de desempleo.

Además, tanto entre la juventud nativa como entre la juventud migrante, el trabajo informal aparece como una estrategia de supervivencia para obtener unos ingresos mínimos. Sin embargo, esta vía no solo no resuelve la precariedad, sino que la reproduce: reduce el tiempo disponible para buscar un empleo de mayor calidad, dificulta el acceso a derechos laborales y mantiene a muchas personas jóvenes en una situación de fragilidad permanente. En esta línea, resulta significativo que cerca de la mitad de las personas participantes señale que el principal motivo para incorporarse a Impulsa Empleo Joven fue encontrar un empleo. Más revelador aún es que un 20,3% indique que acudió al programa porque no podía acceder a un empleo por otra vía. Estas cifras son preocupantes por sí mismas, pero lo son aún más cuando se relacionan con las posibilidades de emancipación. El 46,6% de las personas encuestadas considera imposible emanciparse en los próximos dos años. Incluso entre la juventud de 25 a 30 años, etapa en la que socialmente se presupone una mayor autonomía, el 70% continúa viviendo en el hogar familiar. Esto muestra hasta qué punto la precariedad

laboral no se limita al ámbito del empleo, sino que condiciona directamente la autonomía, la estabilidad emocional y la posibilidad de imaginar un futuro propio.

Este primer eslabón de exclusión es clave. El empleo sigue siendo, para muchas personas jóvenes, una vía central para construir identidad, adquirir autonomía, definir intereses, proyectar expectativas y organizar una vida cotidiana con cierta estabilidad. Sin embargo, cuando el acceso al mercado laboral se produce a través de contratos temporales, rotativos, informales o directamente inexistentes, esa función integradora del trabajo se rompe. En los grupos de discusión, muchas personas jóvenes describían cómo la exclusión laboral sistemática y la inestabilidad permanente les alejaban de rutinas claras, de

socialmente la idea de que la juventud debe atravesar una etapa prolongada de crisis antes de alcanzar la estabilidad. Sin embargo, los datos obligan a cuestionar esa normalización. Como señalaba Pablo Simón, esta generación se enfrenta a unas condiciones estructurales especialmente adversas: menor capacidad de acumulación patrimonial, menor posibilidad de ahorro y mayores dificultades para construir seguridad material en comparación con generaciones anteriores. Por tanto, no se trata únicamente de una juventud que “tarda más” en estabilizarse, sino de una juventud que se enfrenta a un contexto en el que la estabilidad se ha vuelto mucho menos accesible.

Esta acumulación de desigualdades tiene consecuencias directas sobre la participación política y colectiva.

Participar requiere tiempo, recursos, información, confianza y cierta disponibilidad emocional. Para una parte



importante de esta juventud, esas condiciones no están garantizadas. La participación política se vuelve prácticamente imposible no por falta de interés, sino porque las condiciones materiales de vida no dejan margen suficiente para implicarse en los canales institucionales o colectivos existentes. Cuando la prioridad cotidiana es encontrar empleo, sostener ingresos mínimos, ayudar en casa o gestionar la incertidumbre, la participación política queda desplazada, aunque exista interés, conciencia crítica o deseo de influir. El problema se agrava porque las decisiones públicas que afectan a esta juventud se siguen tomando, muchas veces, sin incorporar de forma efectiva sus voces y experiencias. Así se genera un círculo vicioso: quienes viven situaciones de mayor exclusión tienen menos posibilidades reales de participar; al participar menos, sus demandas quedan menos representadas; y, como consecuencia, las políticas públicas pueden alejarse aún más de sus necesidades reales. La exclusión material termina produciendo exclusión política, y la exclusión política contribuye a reproducir la desigualdad material. La juventud de Impulsa Empleo Joven no está fuera de la política porque no le importe, sino porque demasiadas veces la política se sitúa lejos de sus tiempos, de sus lenguajes, de sus urgencias y de sus condiciones reales de vida.

Sin la fricción social, no hay participación real

Otro de los hallazgos más relevantes del estudio es la fuerza con la que el ocio aparece, de manera espontánea, como una cuestión urgente a reconsiderar. El ocio no emerge en los relatos juveniles como un tema secundario o meramente recreativo,

sino como un espacio profundamente vinculado a la participación, la información, la sociabilidad y la forma de comprender el mundo. Históricamente, determinados espacios públicos de ocio han funcionado como lugares de encuentro, conversación, fricción de ideas y construcción de vínculos comunitarios. Sin embargo, estos espacios han sido sustituidos progresivamente, como mencionaba Pablo Simón, la pandemia ha sido un catalizador de estos procesos de forma silenciosa, por espacios de consumo cada vez más caros, más regulados y menos accesibles para una juventud como la de Impulsa Empleo Joven.

Este desplazamiento es especialmente importante porque el ocio rara vez aparece en las políticas públicas como una arena relevante para la participación democrática o como un espacio que deba ser protegido. Sin embargo, los datos del estudio muestran que existe una relación directa entre las condiciones de ocio disponibles y las posibilidades reales de participar, informarse, conversar y construir comunidad. La juventud en situación de mayor vulnerabilidad no solo tiene más dificultades para acceder al empleo o a la emancipación; también tiene menos acceso a un ocio significativo, accesible y elegido.

Aunque cerca de la mitad de las personas encuestadas declara estar satisfecha o muy satisfecha con su ocio, el reverso del dato es igualmente revelador: un 37,7% se sitúa en posiciones de insatisfacción y un 15% expresa una posición intermedia que puede leerse más como distancia o resignación que como satisfacción real. Es decir, una parte muy importante de la juventud encuestada no está accediendo al tipo de ocio que desea o necesita. Esta insatisfacción no responde

únicamente a preferencias personales, sino que está atravesada por condiciones materiales muy concretas. Los motivos de insatisfacción refuerzan esta lectura. El 48,2% de quienes no están satisfechos con su ocio señala que no tiene dinero para hacer las actividades que le gustaría. Este dato conecta directamente con la exclusión laboral y económica descrita en el informe: la precariedad no solo limita la capacidad de emanciparse o construir un proyecto de vida, sino también la posibilidad de disfrutar, descansar, encontrarse con otras personas y ocupar el espacio público. A ello se suma que un 22,6% afirma pasar demasiado tiempo solo o sola, lo que introduce una dimensión relacional y emocional clave: la falta de ocio accesible también puede convertirse en aislamiento.

A esta falta de recursos económicos se añade una tercera barrera: la ausencia de espacios públicos gratuitos donde poder estar sin necesidad de consumir, producir o justificar la propia presencia. Esta idea apareció con especial fuerza en los grupos de discusión, sobre todo en contextos urbanos. Las personas jóvenes señalaban la pérdida progresiva de lugares de encuentro en los barrios: parques que desaparecen o se transforman, plazas cada vez más controladas, menos bancos, menos espacios donde reunirse sin pagar y una creciente sensación de expulsión del espacio público. En este sentido, el problema no es solo que el ocio sea caro, sino que cada vez hay menos lugares donde simplemente estar. Las preferencias expresadas por la juventud encuestada confirman esta demanda. Cuando se les pregunta qué tipo de ocio querrían tener con mayor frecuencia, la respuesta no apunta principalmente hacia un ocio institucionalizado, individualizado

o vinculado a lógicas de productividad. Al contrario, el 42,3% demanda espacios públicos gratuitos, el 20,3% actividades culturales accesibles y el 13,4% una mayor creación de espacios autogestionados por personas jóvenes. Lo que se pide, en el fondo, son lugares donde encontrarse, construir vínculos y formar parte de algo común sin que el consumo sea la condición de entrada.

Y es que este hallazgo tiene una dimensión política muy clara. La juventud sabe que estos espacios de encuentro cotidiano son también espacios donde se conversa, se contrasta información, se forman opiniones y se construye conciencia colectiva. Como señalaba Ignacio Urquizu, la deliberación



política no ocurre únicamente en partidos, asociaciones o instituciones formales.

Muchas veces ocurre en conversaciones informales, con amistades, familiares, compañeras de clase o trabajo, y también en redes sociales. De hecho, la mayoría de personas jóvenes declara que habla de política principalmente en estos entornos cercanos, no necesariamente en espacios institucionalizados.

Por eso resulta especialmente relevante que el 94,5% de las personas jóvenes de Impulsa Empleo Joven esté muy de acuerdo en que el ocio puede ser un espacio de participación social y política. Este dato condensa una de las conclusiones más importantes del estudio: para esta juventud, la puerta de entrada a la participación política no pasa primariamente por lo institucional. Pasa porque lo cotidiano para ellos, se vuelva institucional. Por el encuentro, por la conversación informal, por el barrio, por la cultura accesible, por los espacios donde se puede estar, informarte y ser.

El sistema de comunicación que falla

La afirmación “lo personal es político”, asociada al texto de Carol Hanisch (1970), cobra aquí un sentido especialmente relevante. En el caso de la juventud de Impulsa Empleo Joven, esta idea permite entender que la participación política no empieza necesariamente en los espacios institucionales formales, sino en las condiciones concretas de la vida cotidiana: en el tiempo disponible, en el acceso al ocio, en la posibilidad de encontrarse con otras personas, en la conversación informal y en el sentimiento de pertenencia a una comunidad.

Cuando el informe identifica el ocio como uno de los espacios más demandados por la juventud, no lo hace para plantear que la política en el ocio deba desligarse de lo institucional. Al contrario, lo que muestran los datos es que el ocio libre, accesible y comunitario puede funcionar como una primera vía de acceso a la participación. Es en esos espacios donde muchas personas jóvenes en exclusión respecto a otros espacios pueden empezar a sentirse parte de algo común, conversar sobre lo que les ocurre, compartir preocupaciones y construir una mirada colectiva sobre su realidad. En este sentido, el ocio no debe entenderse como un ámbito menor o ajeno a la política, sino como una condición material para que la participación sea posible.

Uno de los principales hallazgos del informe es, precisamente, que el mito de la desafección política juvenil no se sostiene cuando se analizan los datos. Presentar a la juventud en situación de mayor vulnerabilidad como desinteresada o apática no solo simplifica el problema, sino que desplaza la responsabilidad hacia la propia juventud y evita cuestionar el papel de las instituciones. Se trata de una lectura paternalista que termina funcionando como una barrera añadida, si se asume que la juventud no participa porque no quiere, las instituciones no se ven obligadas a revisar por qué sus canales, lenguajes y espacios no están llegando a quienes más deberían llegar.

Los datos del estudio contradicen claramente esa idea de desinterés. Solo el 13,2% de las personas jóvenes declara que no le importa la política, mientras que el 80,8% está de muy de acuerdo con que

la juventud debería participar activamente en el diseño de las políticas públicas que le afectan. Esto muestra una disposición clara a estar presente, a opinar y a tener voz en los asuntos institucionales. La juventud de Impulsa Empleo Joven no rechaza lo político ni lo institucional, lo que cuestiona es la distancia existente entre esos espacios y sus propias condiciones de vida. Por tanto, el desplazamiento debe invertirse. No puede esperarse que la juventud en situación de exclusión llegue por sí sola a los canales tradicionales donde se produce la participación política. Son las instituciones las que deben acercarse activamente a los lugares donde ya están las personas jóvenes: los barrios, los centros formativos, los espacios de ocio, las redes comunitarias, los programas de empleo, los entornos digitales y los espacios informales de conversación. Esta cuestión es central porque el 50,3% de las personas encuestadas considera que las instituciones no ofrecen canales adecuados de participación juvenil, y el 70,4% afirma que la política no se comunica bien a las personas jóvenes o resulta difícil de entender.

Aquí se configura una línea invisible de exclusión política. Como apareció tanto en los grupos de discusión como en las entrevistas a expertos, los espacios participativos tienden a ser ocupados por perfiles con más recursos disponibles: juventud con más tiempo, mayor capital cultural, más experiencia asociativa, más confianza institucional o mayor capacidad para moverse en entornos formales. En cambio, quienes más podrían beneficiarse de estar presentes en esos espacios son, muchas veces, quienes tienen más dificultades materiales, laborales, económicas y emocionales para acceder a ellos. De este modo, la desigualdad

social se traduce también en desigualdad participativa.

Por eso resulta tan relevante la demanda de ocio comunitario, gratuito y accesible. La juventud encuestada identifica estos espacios como lugares necesarios para estar en común, construir vínculos y hablar de lo que les preocupa. No es casualidad que muchas personas jóvenes declaren que hablan de política principalmente con amistades, familiares o en redes sociales, y no necesariamente en colectivos, partidos o espacios institucionalizados. Para una parte importante de esta juventud, la política se entiende y se procesa primero en lo cercano: en la conversación cotidiana, en el grupo de iguales, en el barrio, en el ocio compartido. Si esos espacios desaparecen o quedan mediados por el consumo, también se debilitan las condiciones básicas para la deliberación política. Un ejemplo especialmente claro de estos fallos en los canales de comunicación y participación aparece en el conocimiento de la futura Ley de Juventud estatal, impulsada por el Ministerio de Juventud e Infancia. Esta ley representa una oportunidad importante para fortalecer los derechos juveniles y promover procesos participativos con personas jóvenes en su formulación. Sin embargo, entre la juventud de Impulsa Empleo Joven es prácticamente desconocida: el 74,5% afirma no haber oído hablar de la Ley de Juventud. El dato es aún más revelador si se observa que el 41,6% no conoce el Ministerio de Juventud e Infancia y un 20% no está seguro de saber qué es.

Este desconocimiento no puede interpretarse como falta de interés individual. Más bien evidencia que las iniciativas públicas dirigidas a la juventud no

La entrada a la participación política se percibe desde lo cotidiano y relacional: desde la plaza, la conversación, el centro juvenil, el deporte, la cultura accesible

siempre logran llegar a las personas jóvenes en situación de mayor vulnerabilidad. Y esto plantea una pregunta política de fondo: ¿cómo pueden participar esta juventud en procesos de consulta, diseño o decisión si ni siquiera reciben la información básica sobre las políticas e instituciones que dicen representarles? ¿Cómo se garantiza que estén presentes en las mesas, consultas y espacios donde se definen las medidas que van a afectar directamente a sus vidas?

Cuando se pregunta por los motivos de esta desconexión, las respuestas apuntan de nuevo a un problema institucional y comunicativo. El 38,4% señala la insuficiente difusión de información y el 25,2% considera que los canales de comunicación utilizados no llegan a la juventud. Otras personas jóvenes indican que no se sienten un público prioritario para las instituciones, con un 15,2%, o que los temas se comunican de forma demasiado técnica y poco accesible, con un 4%. Estos datos muestran que la desconexión no se explica por una ausencia de interés, sino por una combinación de baja difusión, lenguajes poco cercanos, canales ineficaces e inaccesibles para todo tipo de juventudes y realidades.

Frente a este diagnóstico, las soluciones que plantea la propia juventud son especialmente significativas. La opción más señalada, con un 40%, no es una medida institucional abstracta, sino la participación en actividades

de ocio, cultura o deporte que refuercen el sentido de comunidad y la implicación social. Es decir, la entrada a la participación política se percibe desde lo cotidiano y relacional: desde la plaza, la conversación, el centro juvenil, el deporte, la cultura accesible y los espacios donde se construye confianza. A continuación, aparece la demanda de que las personas jóvenes tengan más oportunidades de participar en las decisiones que les afectan, con un 19,7%, la creación de espacios públicos para participar, con un 12,4%, y la necesidad de sentir que su voto realmente influye con un 10%.

La salud mental como consecuencia de la exclusión sistémica

En consecuencia, de estas cadenas de las que hemos ido mencionado (mercado laboral, educación, vivienda, ocio, soledad...), el estudio muestra una situación preocupante en términos de salud mental. Un 42,2% de las personas jóvenes de Impulsa Empleo Joven califica su estado de salud mental como “regular”, mientras que un 17,4% lo define como “malo”. En conjunto, casi seis de cada diez personas jóvenes arrastran un estado emocional que ellos mismos reconocen como insatisfactorio. Frente a ello, solo el 8,7% describe su salud mental como “muy buena”. Tan sólo una de cada once personas jóvenes encuestados.

Esta situación no puede entenderse como un fenómeno aislado ni exclusivamente individual. Al contrario, aparece como una consecuencia directa de la cadena de exclusiones que atraviesa la vida de esta juventud. Cuando se pregunta a quienes declaran un malestar emocional por los motivos que lo explican, la respuesta es clara: la dificultad para encontrar un empleo estable aparece como la causa más determinante, señalada por el 30,2% de las personas jóvenes. Las causas del malestar son, por tanto, concretas y medibles. No se trata de una sensación abstracta, sino de una respuesta emocional ante condiciones materiales de precariedad. A esta dificultad para acceder a un empleo estable se suman otras preocupaciones estrechamente vinculadas a la inseguridad vital, como las preocupaciones económicas o familiares, mencionadas por el 15,6%; la desmotivación o falta de objetivos, con un 12,5%; la inseguridad sobre el futuro, con un 10%; la soledad, con un 7,7%; y el estrés vital, con un 5%. En conjunto, estos datos muestran que el malestar psicológico de esta juventud está profundamente conectado con la exclusión del mercado laboral, la falta de ingresos, la imposibilidad de proyectar un futuro propio y la presión cotidiana de sostenerse en contextos de incertidumbre.

La paradoja que mencionábamos se hace cada vez más palpable: muchas personas jóvenes necesitan apoyo psicológico para gestionar el impacto emocional de esta acumulación de precariedades, pero no pueden acceder a él en condiciones adecuadas. Cuando buscan recursos para afrontar su malestar como mencionaban en los grupos de discusión, encuentran nuevas barreras. La atención psicológica privada resulta económicamente

inaccesible para buena parte de ellos, el sistema público presenta listas de espera prolongadas; y el estigma asociado a pedir ayuda psicológica sigue existiendo, especialmente en determinados entornos sociales y familiares.

Esta percepción aparece con claridad en los datos. El 42,2% de las personas encuestadas considera que la mayoría de personas jóvenes no podría acceder fácilmente a los recursos públicos de salud mental. A ello se suma un 21,7% que afirma que estos recursos existen, pero que en la práctica solo están al alcance de quienes tienen más recursos económicos, más información o mayor capacidad para moverse dentro del sistema. Sumados, casi dos de cada tres personas jóvenes perciben la atención psicológica pública como algo que, aunque formalmente exista, no está realmente disponible para ellos.

Sin embargo, uno de los resultados más reveladores aparece cuando se pregunta a las personas jóvenes cómo perciben su propia etapa vital. Frente al relato adultocéntrico que presenta la juventud como “la mejor etapa de la vida”, los datos obligan a hacer una pregunta incómoda: ¿de qué juventud se está hablando cuando se sostiene esa afirmación? Para la juventud de Impulsa Empleo Joven, ser joven hoy no se asocia principalmente con libertad, disfrute o posibilidad, sino con incertidumbre, inestabilidad y falta de oportunidades. Es cierto que algunas personas encuestadas vinculan la juventud con valores positivos como la adaptabilidad, señalada por el 6,6%; la superación, con un 5,8%; la independencia, con un 4,8%; o la libertad, con un 4,3%. Sin embargo, estos significados quedan claramente desplazados por una

narrativa mucho más dura. Los cuatro términos más asociados a lo que significa ser joven hoy son la incertidumbre, con un 16,8%; la falta de oportunidades, con un 16%; la inestabilidad, con un 15%; y la precariedad, con un 11,2%.

Estos cuatro términos no describen únicamente un estado de ánimo. Describen un contexto. No hablan solo de cómo se sienten las personas jóvenes, sino de las condiciones en las que les ha tocado serlo. La juventud aparece, así, no como una etapa de transición hacia la estabilidad, sino como un periodo prolongado de exposición a la inseguridad laboral, económica, residencial y emocional. Todo ello permite entender la cadena de exclusión que atraviesa el informe. La precariedad laboral y residencial genera incertidumbre y aislamiento social. El aislamiento erosiona la salud mental. El malestar emocional reduce la disponibilidad para participar en espacios colectivos. Y la baja participación de quienes viven mayor exclusión contribuye a que las políticas públicas no siempre respondan a sus necesidades reales. El resultado es un círculo que se retroalimenta: la precariedad limita la participación, y la falta de participación contribuye a reproducir políticas alejadas de la realidad de quienes más las necesitan.

Romper esta cadena exige intervenir en todos sus eslabones y reconocer la diversidad de situaciones que atraviesan las juventudes. Una política de empleo que no dialogue con la salud mental, el ocio comunitario, la vivienda, la participación efectiva y el bienestar emocional será necesariamente insuficiente. Del mismo modo, una política de comunicación institucional que no tenga en cuenta las condiciones materiales de vida de las

personas jóvenes tampoco logrará llegar a quienes se encuentran en mayor situación de vulnerabilidad. La desconexión es sistémica; la respuesta también debe serlo.

Desde Ayuda en Acción, este estudio no es solo un diagnóstico externo. Es también el reflejo de una realidad que vemos y acompañamos cada día a través del programa Impulsa Empleo Joven. Conocemos esta brecha porque trabajamos directamente con quienes están dentro de ella: juventud que quiere construir un proyecto de vida, acceder a un empleo digno, participar, ser escuchados y formar parte de las decisiones que les afectan.

El programa no puede resolver por sí solo las condiciones estructurales que este informe describe. Pero sí puede y es nuestra responsabilidad social señalarlas con claridad, hacerlas visibles ante quienes tienen la responsabilidad de transformarlas y situar la voz de estas personas jóvenes en el centro del debate público.

Por eso este informe se presenta en un momento especialmente relevante: mientras se está elaborando la futura Ley de Juventud. No se trata de influir en una dirección política concreta, sino de aportar evidencia para que quienes diseñan esta ley conozcan mejor la realidad de la juventud en situación de mayor vulnerabilidad. Si la norma aspira a representar a las juventudes, debe escuchar también a quienes tienen más dificultades para llegar a los espacios donde se decide.

Recomendaciones: Una implementación que llegue a quienes más la necesitan



A partir de los hallazgos del estudio cualitativos y cuantitativos, de los grupos de discusión y de las entrevistas a personas expertas, se identifican seis líneas de acción que, combinadas, podrían hacer de la Ley de Juventud una herramienta real para las personas jóvenes en mayor situación de vulnerabilidad.

1. Reconocer el ocio como una política pública de participación juvenil

Las políticas de juventud deben dejar de entender el ocio como un ámbito secundario, recreativo o ajeno a la participación democrática. Para la juventud en situación de vulnerabilidad, el ocio accesible, gratuito y comunitario es una de las principales puertas de entrada a la vida social, al vínculo colectivo y a la conversación política. Por ello, se recomienda incorporar explícitamente el ocio en las políticas públicas de juventud como un eje estratégico de participación, cohesión social y prevención de la exclusión.

Esto implica impulsar espacios públicos gratuitos, seguros y no mediados por el consumo, especialmente en barrios y territorios donde la juventud tiene menos recursos para acceder a alternativas privadas. Estos espacios deberían permitir estar, conversar, organizarse, crear cultura, practicar deporte y participar sin necesidad de pagar o producir. La demanda expresada por las personas jóvenes de Impulsa Empleo Joven muestra que el ocio comunitario no es una cuestión de entretenimiento, sino una condición material para generar pertenencia, confianza y participación.

Además, estos espacios deberían diseñarse con la propia juventud, no solo para la juventud. La creación de centros juveniles, espacios autogestionados, actividades culturales accesibles o programas comunitarios de ocio debería incorporar procesos de consulta reales con personas jóvenes en situación de exclusión, evitando que la participación quede limitada a perfiles con más recursos, tiempo o experiencia asociativa.

2. Acercar las instituciones a los espacios donde ya están los y las jóvenes

Una de las principales conclusiones del estudio es que no basta con abrir canales institucionales de participación si estos no son accesibles, comprensibles o cercanos para la juventud en situación de vulnerabilidad. Por ello, se recomienda que las instituciones públicas adopten una lógica de proximidad: no esperar a que las personas jóvenes lleguen a los espacios donde se toman las decisiones, sino desplazar activamente esos espacios hacia los lugares donde juventud ya está.

Esto supone desarrollar mecanismos de participación en centros educativos, programas de empleo, centros juveniles, asociaciones de barrio, espacios deportivos, plazas, parques y entornos digitales. Las consultas sobre leyes, estrategias o planes de juventud no deberían celebrarse únicamente en sedes institucionales o mediante formularios digitales poco difundidos, sino también a través de encuentros presenciales, dinámicas participativas accesibles y formatos adaptados al lenguaje y los tiempos de la juventud.

En este sentido, sería especialmente relevante crear figuras, equipos o unidades de mediación institucional juvenil que tengan como función traducir, comunicar y acercar los procesos normativos a personas jóvenes en situación de exclusión. Estas estructuras podrían explicar de forma sencilla qué leyes o políticas se están elaborando, cómo afectan a la juventud y de qué manera pueden participar en ellas. La futura Ley de Juventud ofrece una oportunidad clara para avanzar en este tipo de mecanismos.

3. Garantizar recursos de salud mental accesibles desde los espacios educativos y comunitarios

La salud mental debe incorporarse como una dimensión central de las políticas de juventud, especialmente cuando afecta a personas jóvenes atravesados por precariedad laboral, dificultades económicas, incertidumbre vital y soledad no deseada. El estudio muestra que una parte significativa de la juventud de Impulsa Empleo Joven declara un estado de salud mental regular o malo, pero también percibe que los recursos públicos de atención psicológica no están realmente a su alcance.

Por ello, se recomienda reforzar los recursos de salud mental accesibles desde los espacios donde la juventud ya tiene contacto con el sistema: centros educativos, formación profesional, programas de empleo joven, servicios sociales, centros juveniles y entidades comunitarias. No se trata únicamente de derivar a las personas jóvenes al sistema sanitario cuando el malestar ya está cronificado, sino de crear dispositivos tempranos de escucha, acompañamiento y detección.

Esta recomendación puede conectarse con algunas de las líneas que ya se plantean en el debate sobre la futura Ley de Juventud, como la necesidad de abordar la soledad no deseada, el bienestar emocional y la prevención del malestar psicológico. Para que sea efectiva, esta política debe combinar atención profesional, acompañamiento comunitario, reducción del estigma y recursos suficientes para evitar que la ayuda psicológica siga siendo un privilegio de quienes pueden pagarla o saben cómo moverse dentro del sistema.

4. Crear canales de información política adaptados a los lenguajes, espacios y hábitos de la juventud

El estudio muestra que buena parte de la desconexión política no se debe al desinterés juvenil, sino a fallos en la forma en que la información institucional llega, o no llega, a las personas jóvenes. Por ello, se recomienda crear canales de comunicación política específicos para juventud en situación de vulnerabilidad, con formatos claros, breves, accesibles y adaptados a sus hábitos reales de información.

Esto implica reforzar la comunicación en redes sociales, podcasts, vídeos cortos, boletines juveniles, mensajería instantánea, materiales visuales y formatos explicativos que traduzcan las leyes, políticas y procesos participativos a un lenguaje comprensible. Sin embargo, la respuesta no puede ser únicamente digital. Los canales de difusión también deben desplazarse físicamente hacia los espacios donde están las personas



jóvenes: centros de formación, programas de empleo, barrios, parques, centros culturales, entidades sociales y espacios de ocio.

La comunicación institucional debe dejar de funcionar como una comunicación pasiva, “la información está disponible para quien la busque” y pasar a una lógica activa de alcance. Para personas jóvenes que ya viven situaciones de precariedad, falta de tiempo e incertidumbre, acceder a información política requiere que esta sea cercana, clara y útil. Comunicar mejor no es solo una cuestión técnica: es una condición de inclusión democrática.

5. Compensar y facilitar la participación de la juventud en situación de vulnerabilidad

Para que la participación juvenil sea realmente inclusiva, es necesario reconocer que participar tiene costes. Requiere tiempo, transporte, disponibilidad emocional, conocimientos previos y, muchas veces, dejar de hacer otras tareas urgentes vinculadas al empleo, la formación o los cuidados. Por ello, se recomienda que los

procesos participativos dirigidos a personas jóvenes en situación de vulnerabilidad incorporen medidas concretas de accesibilidad y compensación.

Esto puede incluir ayudas para transporte, horarios compatibles con estudios o trabajo, compensaciones económicas simbólicas por participar en consultas o grupos de trabajo, certificados de participación, alimentación durante las sesiones, apoyo para cuidados cuando sea necesario y metodologías que no exijan experiencia previa en participación institucional. Si estos elementos no se contemplan, los espacios participativos seguirán siendo ocupados principalmente por personas jóvenes con más recursos y mayor capital social.

Además, las instituciones deberían garantizar que la participación juvenil tenga retorno. Es decir, que las personas jóvenes sepan qué se ha hecho con sus aportaciones, qué propuestas han sido incorporadas y cuáles no, y por qué. Sin esta devolución, la participación puede percibirse como simbólica o instrumental. La juventud no solo necesita ser escuchada; necesita comprobar que su voz tiene efectos reales en las decisiones públicas.



SOCIÓLOGA, POLITÓLOGA Y DIVULGADORA EN REDES SOCIALES

Miriam Jiménez Lastra

“Es que los jóvenes de ahora”... ¿Te suena esta frase? No es de hoy, ni de este mes, ni de este año. De hecho, esta frase ha perdido su originalidad por la cantidad de veces que se ha enunciado a lo largo de la historia. En 1925 el Periódico *Hull Daily Mail* publicó un artículo en el que sentenciaba: "Desafiamos a cualquiera que vaya con los ojos abiertos a negar que existe, como nunca antes, una actitud por parte de los jóvenes que se describe mejor como groseramente desconsiderada, maleducada y completamente egoísta". En 1951 el Periódico *Falkirk Herald* criticaba que muchos jóvenes "estaban tan mimados hoy en día que se habían olvidado de que existía algo llamado caminar, y se dirigían automáticamente a los autobuses".

Protestar con la boca llena de frases contra la juventud se ha convertido en una terrible experiencia sufrida por los más jóvenes y repetidas por los mismos cuando la sociedad adultocéntrica les absorbe. Y mientras esto ocurre, los problemas de la juventud no desaparecen.

Se critica a la juventud mientras la juventud sobrevive. Sobrevive a la pérdida de valores que se manifiesta en la impasibilidad ante el deterioro del sistema del bienestar que protege a quienes son más vulnerables. Sobrevive ante el problema de la vivienda que acaba sustrayendo una parte sustancial de su salario y por lo tanto de su capacidad de ahorro. Sobrevive a pesar de los discursos catastróficos respecto al medio ambiente que vienen acompañados de la inacción de los gobiernos en la implantación de soluciones. ¿Por qué clase de futuro queréis que luche una juventud a la que le estáis robando su presente?

Si algo debemos señalar del informe “Desconexión y Futuro: Una barrera invisible”, es el hecho de entender que existe una experiencia compartida por parte de la juventud precarizada. Una experiencia compartida que no es genuina sino estructural. Las personas más jóvenes son conscientes, tal y como hemos visto, de que las promesas frustradas de la meritocracia no son más que eso, de que no existen puntos de partida igualitarios que nos permitan competir en igualdad de oportunidades y de que dónde naces y con qué recursos siguen siendo factores fundamentales para tu futuro.

Se le pide mucho a la juventud para lo poco que se le está dispuesto a dar. Se le pide estudios superiores mientras no se le garantiza una seguridad laboral y económica reproduciendo la pobreza de quienes trabajan. Se le pide formar una familia mientras el acceso a la vivienda está truncado. Se le pide participar de la política institucional mientras la política institucional no hace por acercarse a ellos, dejando esta participación en manos de las condiciones materiales de cada joven.

Una sociedad que no cuida a su gente joven es una sociedad que condena su propio futuro. Por desgracia llegamos tarde, pero mejor tarde que nunca. ¿Qué podemos hacer? Esta es la pregunta que debemos plantearnos como sociedad. Desde la ciencia política se ha señalado en múltiples ocasiones la importancia de integrar las demandas de las personas más jóvenes a través de ejercicios de democracia participativa desde etapas escolares. Pensar que los niños y las niñas no tienen preocupaciones políticas es sobreinfantilizar a una parte de nuestra población que sí que las tiene. Lo mismo ocurre con la adolescencia, sus preocupaciones, consideraciones e intereses políticos deben de ser escuchados y recogidos para, entre otras cosas, no solo mejorar su vida sino luchar contra la exclusión política que se señala en este informe. Como hemos visto en él, la juventud tiene ganas de hablar y de aportar al panorama político actual. Esto podemos hacerlo a través de grupos de discusión organizados por edades, a través de dinámicas de democracia participativa y a través de la dotación de herramientas que supongan un altavoz para que su voz se escuche y para que las instituciones legitimen e integren sus demandas.

Según estudios recientes de Ayuda en Acción casi el 70% de las personas jóvenes han sentido soledad no deseada en algún momento de su vida y en los últimos años diversos informes han señalado como el suicidio es la primera causa de muerte no natural en la juventud. Estos datos no deben de observarse de manera aislada o inconexa respecto a la precariedad laboral, la individualización de nuestra sociedad y la presencia de la inestabilidad económica y financiera que genera una gran incertidumbre.

La juventud requiere una sociedad que esté a la altura, ¿a qué estamos esperando?

