



Informe investigación

SALUD MENTAL Y EMPLEABILIDAD JUVENIL EN CASTILLA Y LEÓN



Plataforma para la **salud mental**
y la **empleabilidad juvenil**



AGRADECIMIENTOS

La Fundación Santa María la Real transmite su más sincero agradecimiento a todas las personas jóvenes, profesionales y entidades sociales que generosamente dedicaron su tiempo, esfuerzo y experiencia mediante la encuesta, las entrevistas y los grupos focales, aportando así, información valiosa para la realización de este informe. Su compromiso y colaboración ha resultado ser fundamental para profundizar en la comprensión de la salud mental y la empleabilidad juvenil en Castilla y León.

Este proyecto se enmarca en la Plataforma para la Salud Mental y la Empleabilidad Juvenil, impulsada por el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. Concretamente este estudio, se desarrolla en el marco del Programa Investigo de Castilla y León. Además, se ha contado con el patrocinio destacado del Consejo Económico y Social de Castilla y León y con el patrocinio estándar de Grupo Eulen.





Índice

1 Introducción	4
2 Objetivos	5
3 Metodología	7
3.1. Revisión bibliográfica y de fuentes secundarias	8
3.2. Aproximación cuantitativa: encuesta dirigida a población joven en Castilla y León	9
3.3. Aproximación cualitativa	10
4 Estado de la cuestión	11
4.1. Situación actual del empleo juvenil en Castilla y León	12
4.2. La salud mental de la población joven en Castilla y León y su marco de protección actual	15
4.3. Dos problemas en la vida adulta de los y las jóvenes en Castilla y León: emancipación y sobrecualificación	17
4.4. Desempleo, precariedad laboral y su relación con problemas de salud mental	18
5 Resultados	22
5.1. La salud mental de la población joven de Castilla y León en situación de desempleo o precariedad laboral	23
5.2. Otros factores de riesgo que influyen en la salud mental de las personas jóvenes en Castilla y León	31
5.3. Importancia de la salud mental y el bienestar emocional dentro de los programas de empleo juvenil	37
6 Conclusiones	41
7 Recomendaciones	44
8 Bibliografía	48
Anexos	51



1 | Introducción

La **Fundación Santa María la Real**, en adelante FSMLR, ha puesto en marcha desde 2022 una serie de investigaciones sociales y recursos a través de una plataforma online y gratuita, financiada por el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030; que busca, a nivel nacional, prevenir, intervenir y sensibilizar ante la aparición de problemas de salud mental entre el colectivo joven (16-35 años), especialmente por la vinculación de éstos con el desempleo y la precariedad laboral. La Plataforma por la salud mental y la empleabilidad juvenil atendió en el último año a más de 760 jóvenes a través de sesiones individuales, grupales y charlas de sensibilización.

En 2024, FSMLR pone el foco en el análisis de la situación laboral de la población joven de Castilla y León y su relación con la salud mental y el bienestar emocional. Para ello, se ha llevado a cabo una investigación social en el marco del “Programa Investigo”, de contratación de personas jóvenes demandantes de empleo en la realización de iniciativas de investigación e innovación, en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resilien-

cia en la Comunidad de Castilla y León con el propósito de conocer la relación entre las diferentes situaciones laborales y el estado de salud mental de los/as jóvenes de 16 a 35 años residentes en esta comunidad autónoma.

La necesidad de este estudio se vincula, por un lado, a los resultados de la Encuesta Europea de Salud 2020, realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INE), donde se revelan datos alarmantes sobre la prevalencia de la depresión en Castilla y León. **Esta comunidad autónoma resulta tener la mayor tasa de cuadros depresivos en población mayor de 15 años, con un 10%.** Según, los datos proporcionados por el Ministerio de Sanidad en 2022, **se estima que el 17,9% de los/as jóvenes mayores de 15 años en Castilla y León podrían enfrentar en general problemas de salud mental. Desde lo laboral, cabe añadir que la tasa de desempleo juvenil asciende a 29,7% entre los/as jóvenes de 20 a 24 años de esta comunidad.**

Dadas las condiciones que anteceden, este proyecto pretende **ofrecer conocimiento relevante sobre la relación entre la salud men-**

tal y la empleabilidad juvenil en la comunidad autónoma de Castilla y León, presentando a lo largo del documento datos cuantitativos y cualitativos extraídos a partir de una encuesta realizada a jóvenes así como de entrevistas y grupos focales que se han llevado a cabo con jóvenes en situación de desempleo o trabajando, y personas expertas en temas de salud mental y empleo; lo cual brinda una visión holística de la problemática que se aborda.

A modo de resumen, el presente informe se estructura de la siguiente manera: los apartados 1, 2 y 3 están dedicados a la introducción al tema objeto de estudio, el planteamiento de objetivos de la investigación y la presentación de la metodología utilizada, respectivamente. En el apartado 4, se sitúa el estado de la cuestión del fenómeno de estudio (salud mental, desempleo y precariedad laboral); en el apartado 5, se exponen los principales resultados de la investigación y, finalmente, en las secciones 6 y 7 se plasman las conclusiones y las recomendaciones propuestas para mejorar la salud mental y el bienestar emocional desde los programas de empleo juvenil en Castilla y León.

2 | Objetivos





2 | Objetivos

El presente proyecto de investigación “Salud Mental y la Empleabilidad Juvenil en Castilla y León” tiene como objetivo general, **identificar la relación existente entre la situación de desempleo o precariedad laboral en los/as jóvenes entre 16 a 35 años de Castilla y León y su estado de salud mental y bienestar emocional.**

En ese mismo sentido, y con la finalidad de alcanzar el objetivo general, se opta por llevar a cabo una **investigación social aplicada** que plantea los siguientes **objetivos específicos:**

- **OE1.** Determinar la relación entre diferentes situaciones laborales de las personas jóvenes residentes en la comunidad autónoma de Castilla y León y su estado de salud mental y bienestar emocional.

- **OE2.** Detectar otros factores de riesgo que influyen en la salud mental de la juventud en desempleo y/o precariedad laboral que reside en Castilla y León.

- **OE3.** Establecer recomendaciones generales para mejorar la salud mental y el bienestar emocional desde los programas de empleo juvenil.

3 | Metodología

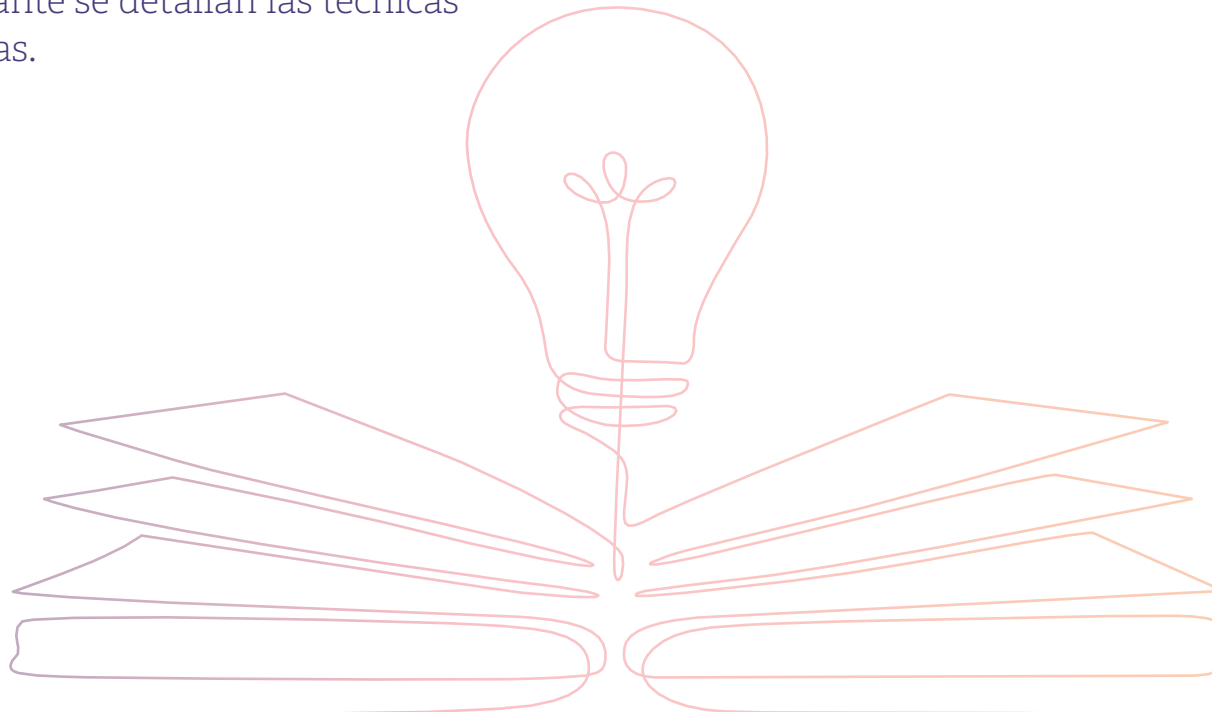




3 | Metodología

Con el propósito de garantizar el cumplimiento de los objetivos propuestos, la metodología aplicada ha sido mixta, incorporando de esta manera un **enfoque tanto cuantitativo como cualitativo**.

En adelante se detallan las técnicas utilizadas.



3.1. Revisión bibliográfica y de fuentes secundarias

Como punto de partida para la elaboración de un estado de la cuestión estructurado, se revisaron fuentes secundarias estadísticas con el propósito de situar al lector frente a la realidad que vive la población joven residente en Castilla y León, en cuanto a empleo y salud mental. Ha sido posible extraer información cuantitativa relevante de la **Encuesta de Población Activa (EPA)** por medio del **Instituto Nacional de Estadística, en adelante INE**, del propio **Portal Estadístico de Castilla y León**, entre otros. Del mismo modo, se realiza una revisión bibliográfica, donde se incluyen los principales **artículos y documentos, nacionales y autonómicos en materia de juventud, empleabilidad y salud mental**.



3.2. Aproximación cuantitativa: encuesta dirigida a población joven en Castilla y León

Respondiendo al objetivo OE1 y OE2, **se elaboró una encuesta en formato online, dirigida a jóvenes de Castilla y León con edades entre los 16 y 35 años.** Se puede visualizar en la Tabla 1, el tamaño muestra (n=216) y su respectiva distribución sociodemográfica. La media de edad de la muestra es de 28,91 años (SD=4,16). Para esta investigación, el muestreo ha sido no probabilístico, alcanzado a través de un proceso de divulgación mediante canales online y el alcance social de la Fundación Santa María la Real.

Para el análisis cuantitativo de la influencia que tienen las diferentes situaciones laborales sobre la salud mental y el bienestar emocional de jóvenes, **se incorporaron seis escalas psicométricas validadas con población española.** En materia de precariedad laboral se utilizaron la **Escala de Incertidumbre Laboral (Job Insecurity JIS-8) y los Indicadores de Precariedad Asalariada Multidimensional**

Tabla 1. Distribución sociodemográfica de la muestra

	n	%		n	%
Género			Edad		
Masculino	46	21,3	16 a 24 años	35	16,2
Femenino	168	77,8	25 a 29 años	81	37,5
Otro	2	0,9	30 a 35 años	100	46,3
Nivel educativo			Clase social¹		
Alto	77	35,6	Alta	6	2,8
Medio	91	42,1	Media	94	43,5
Bajo	48	22,2	Baja	116	53,7
Nacionalidad			Nivel de urbanización²		
Española	164	75,9	Urbano	135	62,5
Extranjera	43	19,9	Semiurbano	63	29,2
Española y otra	9	4,2	Rural	18	8,3

Nota. Elaboración propia.

¹ En este estudio la clase social es una dimensión auto-percibida a través de la encuesta.

² Se ha tomado en consideración esta variable según el grado de urbanización (Degree of Urbanisation - DEGURBA), nivel 1: urbano, nivel 2: semiurbano y nivel 3: rural.



adaptada (IPAM); con respecto a salud mental, las escalas incluidas han sido el **Cuestionario de Salud General-28 (GHQ-28)**, la **Escala de Desesperanza (BHS)** y la **Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)**; asimismo, de cara al apoyo social percibido, la escala implementada fue el **Cuestionario de Apoyo Social (SSQ-6)**. Las propiedades psicométricas de cada escala pueden verse en detalle consultando el Anexo I.

La información obtenida se trató mediante el software estadístico IBM SPSS Statistics 26. Antes de comenzar con los análisis, para su mejor operatividad algunas variables fueron objeto de recodificación. Finalizadas las tareas de preparación y limpieza de la base de datos, se comenzó por la descripción de la muestra mediante estadística descriptiva univariante (tablas de frecuencia). Para mostrar la asociación entre dos variables se realizaron tablas de contingencia y Pruebas de Chi Cuadrado. También se ha hecho uso del análisis de correlación (para detectar la asociación, dirección e intensidad de la relación lineal entre dos variables) y de contraste de medias mediante la Prueba de Kruskal-Wallis.

3.3. Aproximación cualitativa

→ Entrevistas semiestructuradas a personas expertas en la temática

Con el fin de conocer en detalle el objeto de estudio desde diversas perspectivas, **se diseñaron guiones de entrevistas semiestructuradas según los siguientes perfiles de las personas expertas** en: intervención en salud mental con jóvenes, intervención sociolaboral para la búsqueda y mejora del empleo con jóvenes (coordinadores/as de programas de empleo juvenil, técnicos/as de empleo, orientadores/as laborales, trabajadores/as sociales o formadores/as); e informantes con responsabilidades en incidencia política. En total, se llevaron a cabo tres entrevistas con expertos en Castilla y León (en el Anexo II se muestran las entidades participantes).

→ Grupos focales con profesionales y jóvenes

Con el propósito de establecer recomendaciones acordes a las necesidades de la juventud

y de los/as profesionales en materia de salud mental e intervención sociolaboral, **se efectuaron dos grupos focales: uno con jóvenes y otro con profesionales de entidades sociales.** Para el grupo focal con jóvenes, se contó con la participación de dos jóvenes de Castilla y León; mujer de 30 años, residente en zona rural y mujer de 28 años, cabeza de familia monoparental, durante el grupo focal la situación laboral era de desempleo en ambos casos, sin embargo, con diferentes experiencias previas relativas al empleo. Por otra parte, el grupo con profesionales contó con la participación de dos representantes de entidades castellano-leonesas que incluyen a la población joven en sus colectivos diana y adicionalmente, ofrecen servicios relacionados con salud mental y/o intervención sociolaboral (ver Anexo III).



4 | Estado de la cuestión





4 | Estado de la cuestión

El presente estado de la cuestión aborda un análisis integral sobre la realidad de la juventud en Castilla y León frente al desempleo, la precariedad laboral y su impacto sobre la salud mental y el bienestar emocional; que incluye conceptos fundamentales, datos cuantitativos relevantes y el marco legal pertinente de esta comunidad autónoma, que ilustran la magnitud y la tendencia de la problemática; ofreciendo un marco objetivo de referencia.

4.1. Situación actual del empleo juvenil en Castilla y León

Con la finalidad de comprender mejor la situación actual de empleo juvenil en dicha comunidad autónoma, se debe tener en cuenta los últimos datos publicados en el portal de Estadística de Castilla y León (2023), donde indican que, **en el año 2022 estaban empadronadas 2.372.640 personas en Castilla y León**, 1.167.883 hombres y 1.204.757 mujeres; **de dicha población, 427.471 (18,02%) era población joven con edades comprendidas entre los 15 y 34 años.**

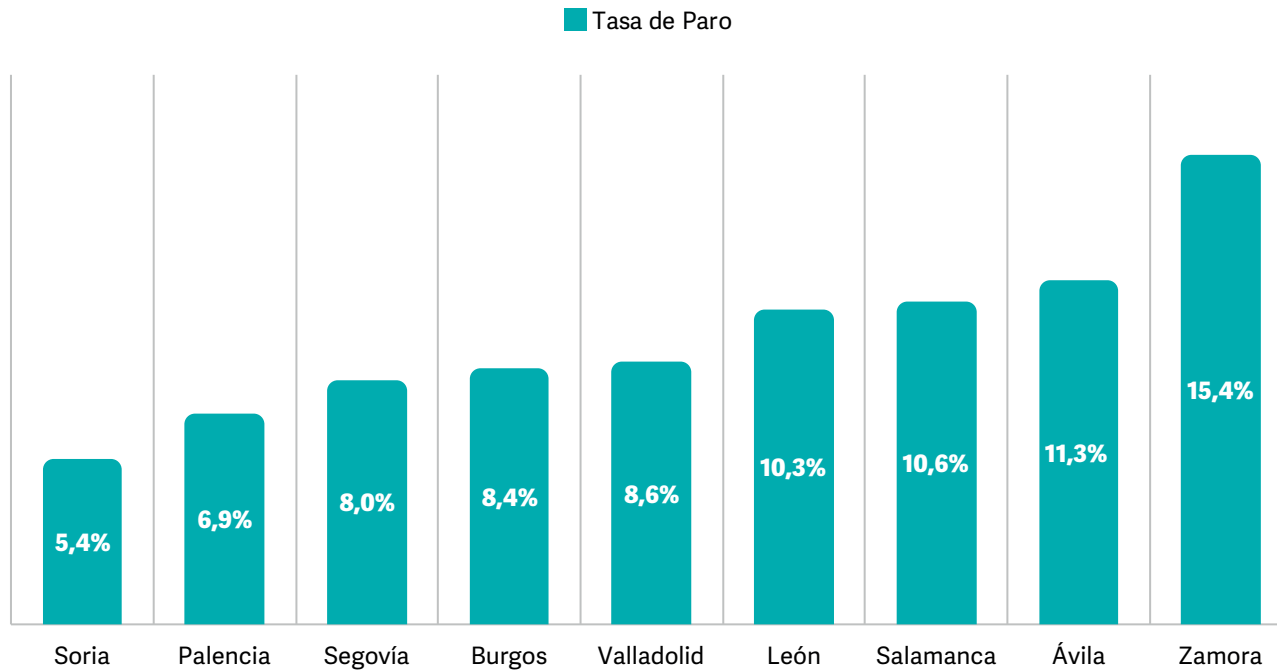
Según el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (2022), **Castilla y León se posiciona como una de las comunidades autónomas con un mayor porcentaje de población en municipios rurales.** Para el 2021, un total de 791.469 personas se encontraban habitando en municipios de menos de 5.000 habitantes y 564.927 en municipios de más de 5.000 habitantes, sin tener en cuenta la capital (INE, 2021a). Dada la cantidad de personas que residen en dichas zonas, Castilla y León

se enfrenta al desafío de brindarle a la población de áreas rurales, en la que se incluyen las personas jóvenes, ofertas formativas y de empleo, con el propósito de luchar contra la despoblación.

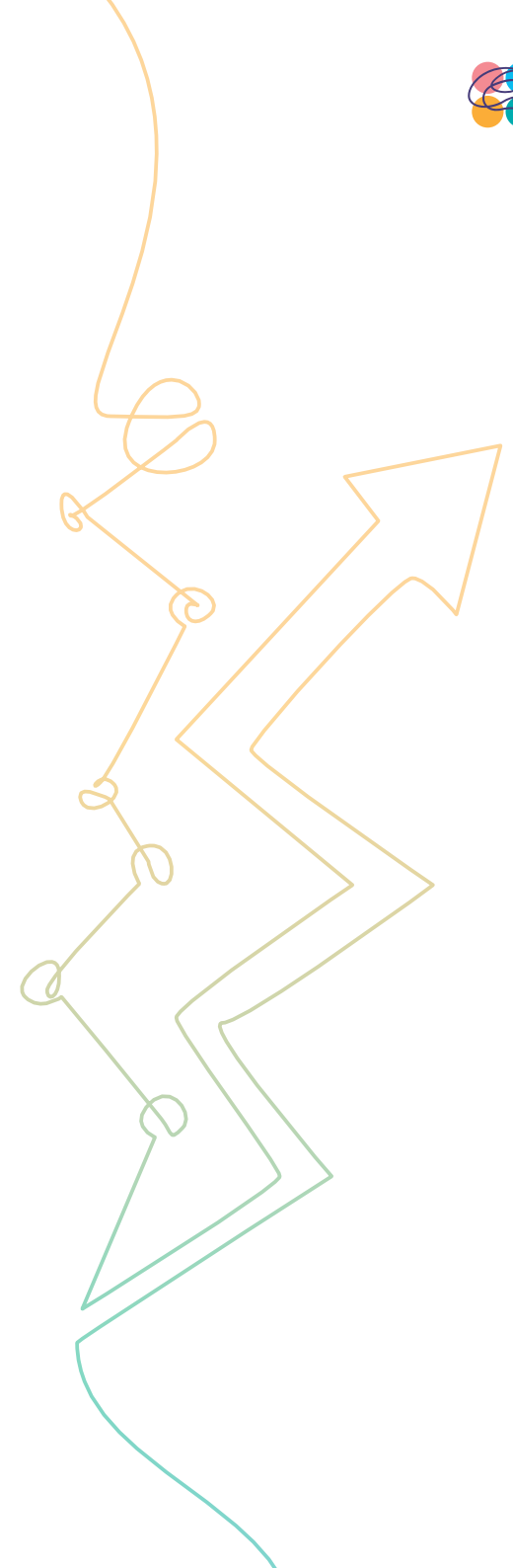
En este contexto, según la Encuesta de Población Activa, en adelante, EPA (4T, 2023), Castilla y León era la séptima comunidad autónoma con la tasa más baja de paro (9,5%) permaneciendo por debajo de la media española (11,8%). Con respecto a los datos por provincia en población general (Gráfico 1), **Zamora presentó la tasa más alta de paro (15,4%) y Soria (5,4%) la más baja** (INE, 2024a). En relación **con la tasa de empleo de esta comunidad autónoma, la población de 16 a 19 años representó el 5,1% y las personas de 20 a 24 años el 32,9%** (INE, 2024b).



Gráfico 1. Distribución porcentual provincial de las tasas de paro en Castilla y León, cuarto trimestre 2023



Nota. Elaboración propia a partir de los datos de la EPA en Castilla y León correspondientes al cuarto trimestre de 2023 (INE, 2024).





En un análisis por sexos, de **acuerdo con los datos más recientes publicados por el Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones (2023), la distribución de tipos de contrato según sexo en Castilla y León durante diciembre de 2023 sí refleja diferencias de género.** Como es posible observar en la Tabla 2, las mujeres tienen mayor riesgo a trabajar con peores condiciones laborales como jornadas parciales y contratos de tipo temporal.

En términos de empleo joven, los datos empeoran. Según la EPA en Castilla y León para el cuarto trimestre de 2023, **la tasa de paro en personas entre los 16 y 19 años corresponde al 28% y sube en edades comprendidas de 20 a 24 años a un 29,7%** (INE, 2024b).

Desde una perspectiva de género, el sexo de las personas implica diferencias en las tasas de paro registradas durante ese mismo trimestre

en Castilla y León, **mientras que la tasa de paro registrada por hombres de 16 a 19 años fue de un 22%, las mujeres de la misma edad alcanzan una de tasa del 37,3%.** En la franja de 20 a 24 años se presenta una dinámica similar, los hombres de esta edad alcanzan una tasa del 25,4% y las mujeres del 34,9%, casi diez puntos porcentuales más (INE, 2024c).

La literatura agrega al respecto que **la juventud con bajo nivel educativo puede encontrar mayores obstáculos para acceder al mercado laboral**, de manera que, aquellos con niveles altos dentro del sistema educativo tendrían más posibilidades laborales (Rahona, 2008). Para el cuarto trimestre de 2023 (INE, 2024d) la población en desempleo de Castilla y León se distribuía de la siguiente manera según el nivel educativo: estudios primarios incompletos 2,1%, educación primaria 9,4%, primera etapa de educación secundaria y similar 29,1%, segunda etapa de educación secundaria con orientación general 13,6%, segunda etapa de educación secundaria con orientación profesional 13,3% y educación superior 32,5%.

Tabla 2. Afiliados medios de la Seguridad Social por sexo, tipo de contrato y jornada laboral

Tipo de contrato	Temporal		Indefinido		Fijo Discontinuo
Tipo de jornada	Completa	Parcial	Completa	Parcial	
Mujeres	50.824	23.141	153.658	86.378	16.732
Hombres	34.894	13.807	259.533	29.275	11.826

Nota. Elaboración propia, a partir de los datos de afiliados medios totales al régimen general de la Seguridad Social (Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, 2023).



Tal como se ha expuesto a lo largo del documento, **los/as jóvenes son un colectivo vulnerable, con mayor riesgo a caer en desempleo o trabajar bajo condiciones de precariedad laboral**³, lo que les impide tener una estabilidad económica y vital, y les expone a situaciones de pobreza y exclusión social.

4.2. La salud mental de la población joven en Castilla y León y su marco de protección actual

En cuanto a la salud mental juvenil, la Confederación Salud Mental España (2023) afirma que las personas jóvenes entre los 16 y 24 años residentes en España no suelen asistir a servicios de psicología o similares debido al coste económico que esto conlleva; por consiguiente, perciben tener una peor salud

³ Así como en anteriores investigaciones realizadas por la FSMLR, la precariedad laboral es estudiada desde una visión multidimensional (Rodgers, 1989; Vosko, 2011; Vives et al., 2015; Llosa, et al., 2017 y Benach et al. 2023); tomando en consideración factores económicos (percibir un salario inferior al SMI y horas extras no pagas) laborales (contratos de tipo temporal, jornada parcial involuntaria y sobrecualificación) y psicológicos (inestabilidad e incertidumbre laboral).

mental. Asimismo, de acuerdo con el informe de sobre *La Situación de la Salud Mental en España*, **cerca de 5 a 6 de cada 10 jóvenes en edades entre los 18 y 34 años, manifiestan haber experimentado en alguna etapa de su vida malestares con respecto a su salud mental, como la ansiedad o la depresión** (Confederación Salud Mental España, 2023).

La Encuesta Europea de Salud 2020 (INE, 2021b) deja en evidencia **datos preocupantes en relación con las cifras de depresión en Castilla y León, siendo la comunidad autónoma con mayor incidencia de cuadros depresivos (10%)** en personas mayores de 15 años; cuadro depresivo mayor (4%) y otros cuadros depresivos (6%). La información publicada por el Ministerio de Sanidad (2022) indica que, en **Castilla y León, un total de 17,9% de los/as jóvenes mayores de 15 años pueden desarrollar problemas de salud mental.**

Debido a esto, la Gerencia Regional de Salud, SACYL, (s.f.) desarrolla guías específicas para los procesos de atención y prevención dirigidos a mejorar la calidad de vida de la población joven, dado al aumento en la tasa de suicidio en

las edades de 15 a 24 años, siendo este el motivo por el cual mueren más jóvenes en Castilla y León. De acuerdo con los datos de defunciones, **en Castilla y León fallecieron más jóvenes entre 15 y 39 años a causa del suicidio (34 jóvenes) que por cualquier otra causa externa de mortalidad**⁴ (INE, 2022a).

Por lo anterior, resulta oportuno **brindarle a la juventud alternativas para acceder a primeros auxilios psicológicos y/o atención psicológica general de manera gratuita.** A continuación, (Tabla 3) se presentan algunos de los recursos disponibles dirigidos a los y las jóvenes de Castilla y León para la atención en salud mental y bienestar emocional; cabe mencionar que, la siguiente Tabla no incluye una revisión completa de los recursos de atención psicológica a nivel autonómico, se presentan únicamente algunos que han podido ser identificados durante la revisión de fuentes secundarias y que pertenecen (aunque no en todos los casos) a la Plataforma de Salud mental y Empleabilidad Juvenil de FSMLR.

⁴ Según el Instituto de Estadística Nacional (INE, 2022a), se entiende por causa externa de mortalidad aquellas muertes ocasionadas por accidentes, caídas, agresiones, suicidios y homicidios.



Tabla 3. Algunas alternativas para la atención psicológica juvenil

Alcance territorial	Entidad	Servicio	Contacto
Autonómico (Castilla y León)	Centro de Acción Social CYL	Servicio de apoyo preventivo a la infancia y a la adolescencia en situación de riesgo	012
	Federación Salud Mental, Castilla y León	Salud y bienestar mental	983 30 15 09
	Centro de Atención Psicológica	Servicio de ayuda psicológica	923 26 44 43
	Consejo de la Juventud CYL	Formación en educación emocional	979 16 59 73
	Espacio Joven	Servicio de asesorías: orientación psicológica	983 42 60 40
	Fundación Juan Soñador	Intervención psicológica	983 20 89 54
	Asociación Amanecer	Servicio de apoyo a personas con problemas de salud mental	921 43 16 08 921 42 95 64
	Asociación PAVIA	Atención directa psicológica y social	722 43 84 90
Nacional y autonómico	Teléfono de la Esperanza	Intervención en crisis y promoción de la salud emocional	717 00 37 17 914 59 00 55 983 30 70 77
Nacional	Cruz Roja	Cruz Roja te escucha	900 107 917
Nacional	Ministerio de Sanidad	Línea de atención a conducta suicida	024

Nota. Elaboración propia.



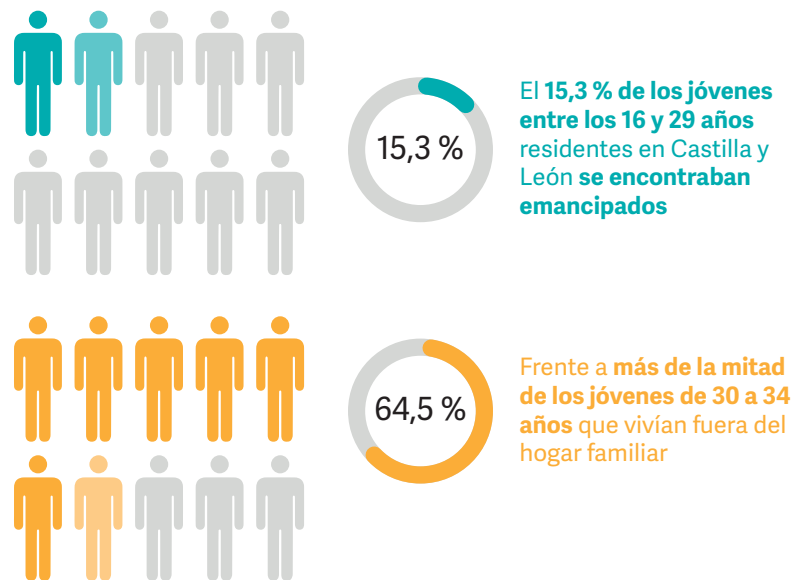
4.3. Dos problemas en la vida adulta de los y las jóvenes en Castilla y León: emancipación y sobrecualificación

El Observatorio de Emancipación de Castilla y León (Consejo de la Juventud de Castilla y León, CJCyL, 2023), indica que, **para el segundo semestre del 2022⁵** (Gráfico 2) **según rango de edades, la población de 16 a 29 años que estaba residiendo fuera del hogar familiar era de tan solo 15,3% y, con respecto a los y las jóvenes de 30 a 34 años, el porcentaje de emancipación ascendía a 64,5%.**

De acuerdo con el CJCyL (2023) el porcentaje de mujeres entre los 16 y 29 años instaladas en una vivienda independiente fue del 18,3%, mayor que el 12,4% de los hombres en el mismo rango de edad. Lo cual, **es crítico para la salud mental de los/as jóvenes residentes en Castilla y León, ya que, según López (2021)**

esta es la etapa en la que se desarrolla principalmente la identidad y se generan los recursos para poder hacer frente de manera eficaz y eficiente en las interacciones con el entorno, sociedad y contexto.

Gráfico 2. Porcentaje de emancipación según rango de edades durante el segundo semestre de 2022



Nota. Elaboración propia a partir de los datos publicados por El Observatorio de Emancipación de Castilla y León (Consejo de la Juventud de Castilla y León, CJCyL, 2023).

⁵ Datos más recientes a enero de 2024, respecto a la emancipación juvenil en Castilla y León publicados por el Observatorio de Emancipación en septiembre de 2023.



Entendiendo lo determinante que es para una persona no poder desarrollarse de manera óptima en su etapa de juventud, a esto, es oportuno añadir el dato de jóvenes sobrecualificados en su empleo. **El 48,6% de los y las jóvenes entre los 16 y 29 años que han cursado estudios superiores y están ocupados, realizan labores para las cuales están sobrecualificados;** ahora bien, respecto al género, **los hombres se encuentran en mayor medida sobrecualificados para sus puestos de trabajo (55,2%) frente a las mujeres jóvenes (40,3%)** (Consejo de la Juventud de Castilla y León., 2023).

4.4. Desempleo, precariedad laboral y su relación con problemas de salud mental

El desempleo y la precariedad laboral han sido considerados importantes determinantes sociales sobre la salud de los/as trabajadores/as, que a su vez repercute en el bienestar de sus familias y de la comunidad en general (Benach et al., 2014). De acuerdo con Agulló (1998) esto se debe al componente so-

cial que representa el trabajo en las vidas de las personas, concretamente en la población joven, debido a la etapa fundamental en la que se encuentran estableciendo su identidad.

“La inestabilidad, inseguridad e insatisfacción laborales y, este estado de vulnerabilidad constante lleva a un deterioro no sólo del autoconcepto y la autoestima personal, sino que ven disminuida o imposibilitada... la oportunidad para el desarrollo y la materialización de aspiraciones, planes y expectativas laborales y sociales” (Agulló, 1998, p. 163).

El informe sobre precariedad laboral y salud mental de Benach et al. (2023) destaca que, **en España, la ansiedad (5,8%) y la depresión (5,3%) son los diagnósticos más frecuentes en personas con problemas de salud mental** y se hace énfasis en la **relación existente entre el empleo precario y una mala salud mental**, la cual se vincula a tipos de contratos que generan inseguridad, horarios, carga laboral y los efectos que estos tienen a nivel personal y social. Los hallazgos publicados por la Plataforma para la Salud Mental y la Empleabilidad

juvenil (FSMLR, 2023) apuntan que, **el 68,0% de los/las jóvenes relacionan tener un empleo que ofrezca condiciones dignas al trabajador con una buena salud mental.**

Estos datos son apoyados por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (2023) en el informe *Salud mental y trabajo: diagnóstico de situación*, donde evidencian un **deterioro significativo en la salud mental en personas con empleos a tiempo parcial;** en esta misma línea de condiciones laborales precarias, la presión de tiempo o sobrecarga de trabajo afecta negativamente la salud mental del 31,9% de los y las trabajadores/as mayores de 16 años en España.

Según la Federación Salud Mental Castilla y León (2021) **para mejorar y mantener el bienestar del empleado/a, el empleador y la sociedad en general, es primordial la identificación y prevención de riesgos psicosociales como lo pueden ser el estigma frente a los problemas de salud mental** debido a la poca información y sensibilización. Por su parte, el Informe sobre Exclusión y Desarrollo Social en



Castilla y León, resalta el **deterioro en la salud mental de aquellas personas con mayor exclusión social**; respecto a la población general en esta comunidad autónoma “entre las personas sin enfermedad o trastorno mental diagnosticado, la exclusión severa representa el 52% de todas las situaciones de exclusión, una cifra que asciende al 59% para las personas que sí tienen una enfermedad o trastorno de este tipo” (FOESSA, 2022, p. 119).

En este contexto, cabe mencionar el marco legal vigente en esta comunidad autónoma, la **Junta de Castilla y León ha venido trabajando con planes y estrategias dirigidos a atender la problemática que representan para la juventud el desempleo, la precariedad laboral y la relación que existe con la salud mental**. A continuación (Tabla 4), se presentan las principales estrategias/planes que se encuentran vigentes e incluyen dentro de sus metas y objetivos el abordaje de la salud mental, el bienestar emocional y el empleo juvenil.

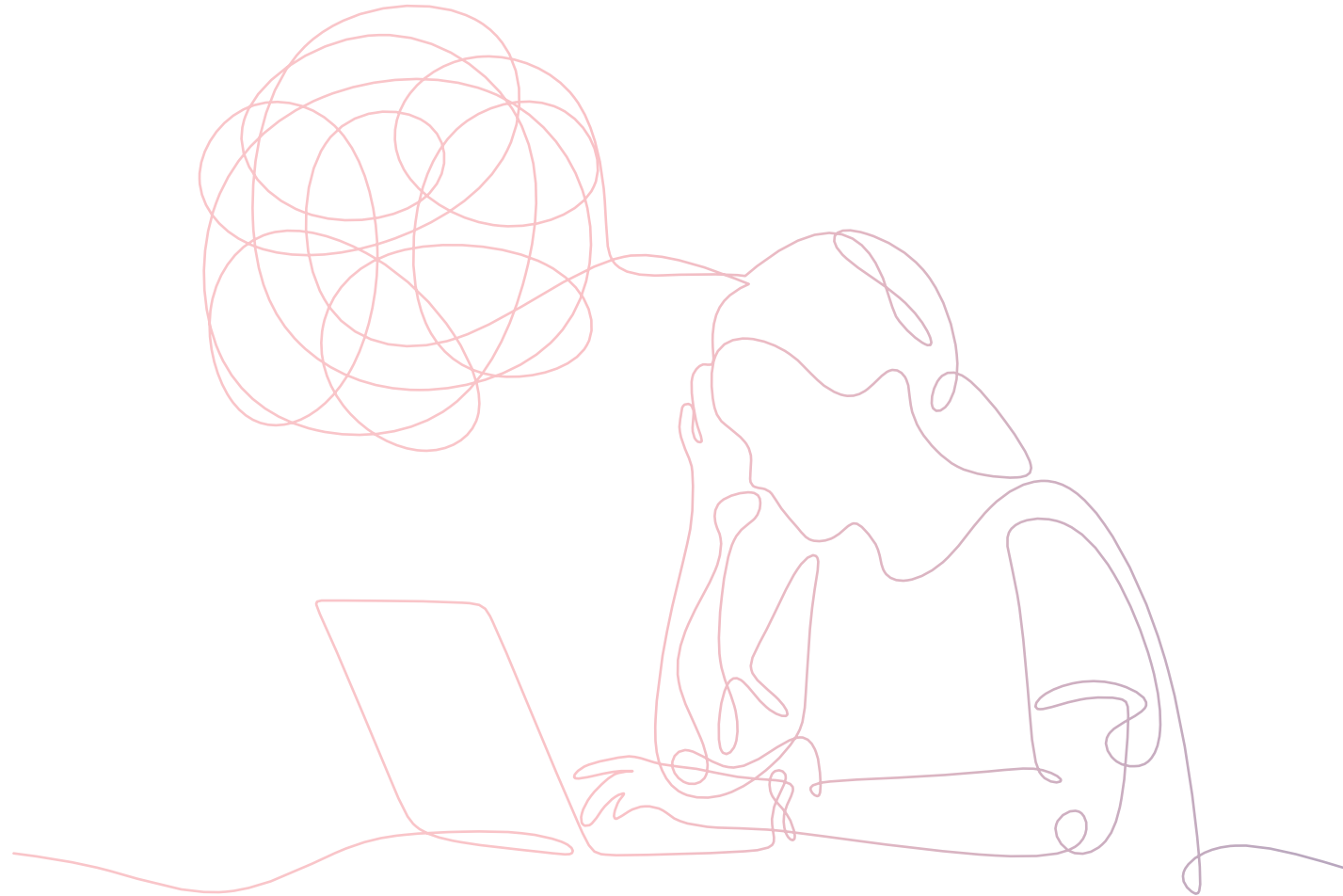




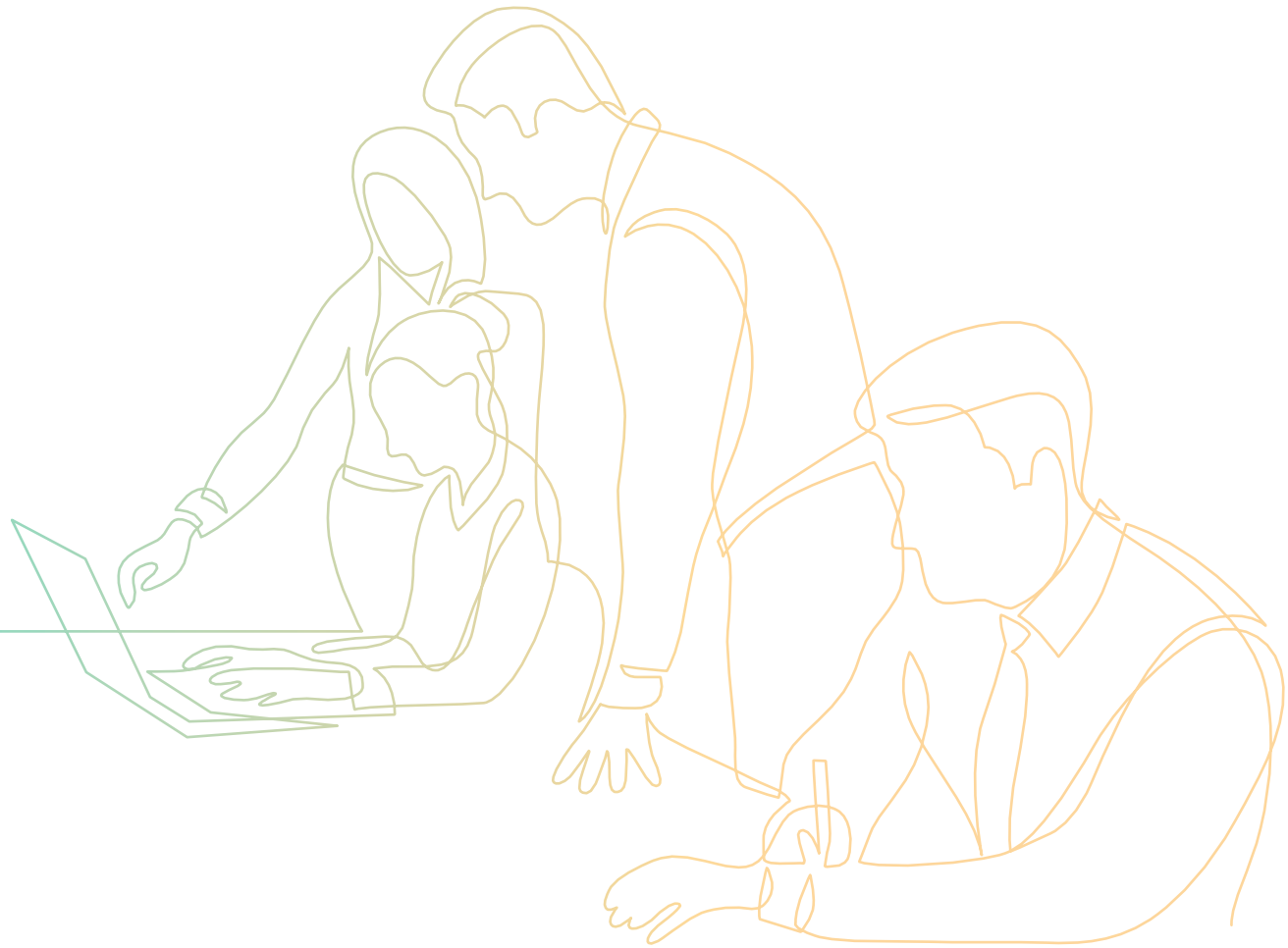
Tabla 4. Principales planes y estrategias en materia de empleo juvenil y salud mental en Castilla y León

Plan / Estrategia	Abordaje salud mental y bienestar emocional	Abordaje empleo juvenil
V Plan Estratégico de Juventud 2022-2025	<p>Área 4: Vida saludable/calidad de vida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Objetivo general: Promover el mantenimiento y la mejora del bienestar físico, mental y emocional de la población joven. • Objetivo operativo 1: Incentivar y apoyar la promoción e información de la salud de la población joven, así como hábitos de vida saludable y bienestar psicosocial. 	<p>Área 1: empleo, atracción/retención de talento y espíritu empresarial.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Objetivo operativo 1: Desarrollo de actuaciones que favorezcan el acceso al mercado laboral de la juventud. • Objetivo operativo 2: Garantizar la no discriminación en el acceso al mercado de trabajo y la igualdad de oportunidades fomentando el acceso al empleo digno.
Plan de empleo de Castilla y León, 2021-2024		<p>Colectivo prioritario: jóvenes desempleados menores de 35 años</p> <p>Prioridad 3 - Activación del mercado laboral: Facilitar el ejercicio por todas las personas de su derecho a trabajar.</p> <p>Eje 3 - Oportunidades de empleo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Objetivo: Incentivar la contratación, la creación de empleo o el mantenimiento de los puestos de trabajo, especialmente para aquellos colectivos que tienen mayor dificultad en el acceso o permanencia en el empleo.
Estrategia de Seguridad, Salud y Bienestar Laboral 2023/2025: Ruta hacia el Bienestar Laboral en Castilla y León 2023-2025	<p>Línea de actuación 1 - Calidad de vida: Actuaciones dirigidas a la mejora de la alimentación y nutrición, la actividad física y deporte, la gestión de las emociones, los trastornos del sueño, la vigilancia de la salud individual y colectiva.</p>	

Nota. Elaboración propia.



La anterior tabla no representa una revisión completa de los planes y/o estrategias de Castilla y León; no obstante, se ha podido evidenciar durante la exploración de estas, una carencia en políticas concretas dirigidas a contrarrestar la problemática que supone la desigualdad laboral juvenil y sus efectos negativos en la salud mental.



5 | Resultados





5 | Resultados

En esta sección de resultados, se presentan los hallazgos obtenidos tras llevar a cabo un análisis cuantitativo y cualitativo. En primer lugar, es expuesta la relación entre la situación laboral de los y las jóvenes y su salud mental donde se determina los efectos de las situaciones de desempleo, precariedad laboral severa (PLS) y no precariedad laboral severa (N-PLS) con respecto al bienestar psicológico, emocional y social de la juventud; seguidamente, se brinda una aproximación a los factores de riesgo que convierten a determinados colectivos jóvenes más vulnerables y la noción que tienen estos del apoyo social que perciben. Finalmente, se brinda una visión general de la participación de programas de empleo y las necesidades que se evidencian para una mejor intervención sociolaboral juvenil.

5.1. La salud mental de la población joven de Castilla y León en situación de desempleo o precariedad laboral

Con el propósito de determinar la relación entre diferentes situaciones laborales de las personas jóvenes residentes en la comunidad autónoma de Castilla y León y su salud mental, bienestar emocional; a continuación, se presentan los resultados de los cruces estadísticos realizados entre diferentes situaciones laborales y las puntuaciones totales de cada escala administrada que da cuenta de la salud mental de los y las jóvenes.

5.1.1. Situación laboral y su relación con un peor estado de la salud mental juvenil

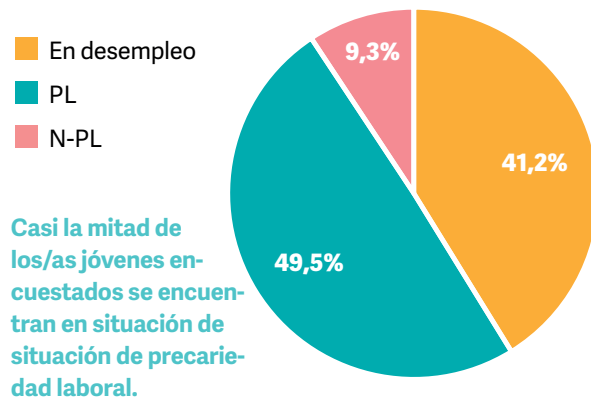
A fin de conocer la situación en materia de empleo de la juventud en Castilla y León, a lo largo del documento se divide la muestra en personas en situación de desempleo, trabajadoras bajo condiciones de precariedad laboral (PL), no precariedad laboral (N-PL), e igualmen-

te se hace hincapié en aquellos que se ubican en rangos de precariedad laboral severa (PLS) y no precariedad laboral severa (N-PLS). Esta distinción se realiza en base de los resultados obtenidos tras la recodificación categórica del IPAM⁶ (M=4,60; SD=2,33). **De manera que, a nivel general, el total de la población estudiada se distribuye en desempleo 41,2%, PL 49,5% y N-PL 9,3%**; más concretamente considerando la severidad o no de la precariedad dentro de la población empleada, la población se divide en PLS 44,9% y N-PLS 13,9%.

⁶ La puntuación total del IPAM se categoriza así: 0 – 1 no precariedad laboral, 2 – 3 precariedad intensa, 4 – 5 precariedad severa y >=6 precariedad extrema. De esta manera se contempla PLS= precariedad severa y extrema; N-PLS=precariedad intensa y no precariedad.



Gráfico 3. Distribución de la muestra según situación laboral



Nota. Elaboración propia.

Con respecto al GHQ-28⁷, la puntuación media de la muestra se encuentra en 7,09 (SD=7,56); el 45,4% de los y las jóvenes encuestados presentan puntuaciones iguales o superiores a 6, es decir, **1 de cada 2 jóvenes residentes en**

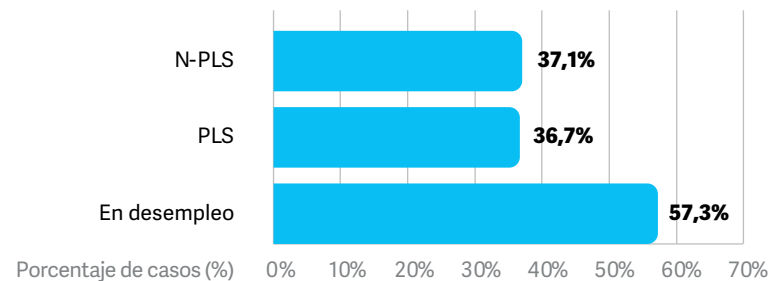
⁷ Se ha recodificado la escala GHQ-28 asignando los valores 0, 0, 1, 1 a las respuestas de los ítems y situando el punto de corte de la puntuación total en: <5 sin riesgo a sufrir problemas de salud mental y >6 casos probables de sufrir problemas de salud mental.

la comunidad autónoma de Castilla y León son casos probables de padecer problemas de salud mental.

Al analizar los casos probables de sufrir problemas de salud mental (en adelante, PSM) según la situación laboral, es posible observar (Gráfico 4) que **las personas jóvenes en Castilla y León que se encuentran en situación de desempleo son quienes están en mayor riesgo de padecer problemas de salud mental (57,3%)** mientras que en la juventud en PLS y N-PLS, aunque también se evidencia riesgo

(cerca del 37% de jóvenes trabajadores/as podrán experimentar malestares psicológicos) su incidencia es mucho menor. Del mismo modo, a nivel nacional, los/as jóvenes en desempleo son quienes obtienen peores puntuaciones en salud mental; con la diferencia que la brecha en el riesgo de padecer problemas de salud mental entre jóvenes desempleados y empleados de forma más precaria es casi imperceptible (FSMLR, 2023). Por tanto, se concluye que es la situación de desempleo la que expone a un mayor riesgo de mala salud mental a los/las jóvenes de Castilla y León.

Gráfico 4. Casos probables de padecer problemas de salud mental según su situación laboral



Las personas jóvenes en situación de desempleo son quienes tienen mayor tendencia a padecer problemas de salud mental.

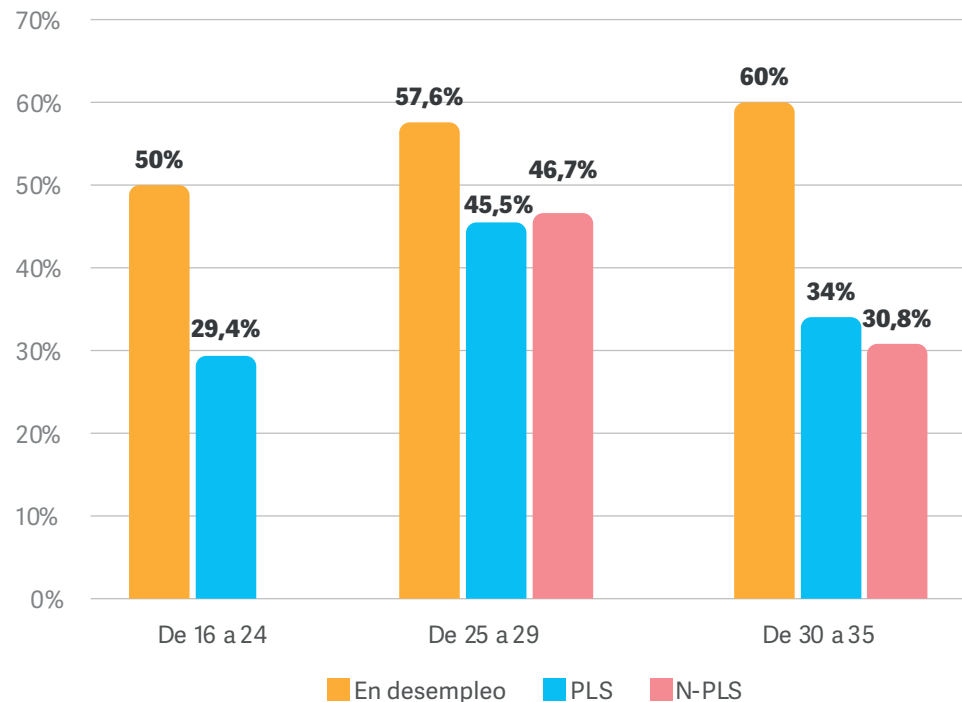
Nota. Elaboración propia. Se hallan diferencias estadísticamente significativas ($\chi^2=8,69$; $p<0,05$).



Al analizar la salud mental de la juventud dependiendo de su edad y situación laboral; de acuerdo con la muestra estudiada se detecta **entre la juventud desempleada** que, **a mayor edad, la situación laboral afecta en mayor medida la salud mental**. Son notorias las diferencias del porcentaje de casos en riesgo de PSM (ver Gráfico 5) entre las personas sin empleo de 30 a 35 años (60%), quienes registran 2,5 puntos porcentuales por encima de casos en riesgo que los/as jóvenes de 25 a 29 años (57,6%) y 10 puntos porcentuales más frente al grupo de jóvenes entre 16 a 24 años (50%). No obstante, **en cuanto a la salud mental de las personas en precariedad laboral severa son los/as jóvenes de 25 a 29 años quienes presentan mayoría de casos en riesgo de PSM (45,5%)** frente al 34% de los casos en edades entre 30 y 35 años, y el 29,4% de 16 a 24 años.

En este contexto, los perfiles expertos entrevistados coinciden en que **el desempleo representa un quiebre significativo en las aspiraciones profesionales y laborales de jóvenes**, dando lugar a emociones que reflejan una pérdida de confianza en el futuro tales como frustración, desesperación y desilusión; y dejando

Gráfico 5. Casos en riesgo de problemas de salud mental según situación laboral y grupos de edad



En la juventud desempleada el riesgo de padecer problemas de salud mental se incrementa según aumenta su edad.

Nota. Elaboración propia. Este gráfico permite observar diferencias significativas en las edades que oscilan entre 30 y 35 años ($\chi^2=6,97$; $p<0,05$).



abierta la posibilidad de desencadenar trastornos más graves como depresión, ansiedad o sensación de falta de control sobre sus vidas.

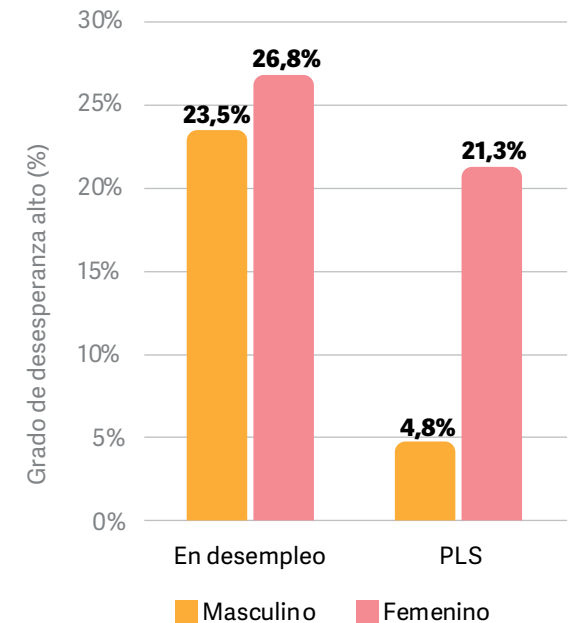
“Están desinformados, desorientados, perdidos y tienen esa sensación de impotencia que da enfrentarse a un mercado laboral que desconocen completamente, para el que nadie les ha preparado antes. Y, todo eso, a su vez, se convierte en un círculo vicioso que afecta a la falta de confianza en sí mismos, a la falta de herramientas, a la baja autoestima, a no saber cómo gestionar todo eso emocionalmente. Y todo esto va derivando, si no se trabaja, si no se gestiona, en problemas de ansiedad, depresión, desmotivación” (Técnica de empleo, YMCA).

Ahora bien, respecto a la desesperanza mencionada anteriormente, de acuerdo con los resultados de la escala BHS⁸ la puntuación media de los y las jóvenes residentes en Castilla y León es de 4,69 (SD=4,11); el 22,2% de las perso-

nas que han participado en la encuesta han obtenido puntajes iguales o superiores a 8, lo que indica que **1 de cada 5 jóvenes tiene un grado de desesperanza alto**, es decir, mayor pesimismo y actitudes negativas hacia el futuro.

Al cruzar esta información para conocer la prevalencia del grado alto de desesperanza según la situación laboral y el género (Gráfico 6) se halla que **las mujeres son quienes experimentan en mayor medida desesperanza alta independientemente de la situación laboral, el porcentaje de mujeres que se enfrenta a este sentimiento disminuye 5,5 puntos cuando se trata de mujeres que trabajan en condiciones precarias severas (21,3%) en comparación con las que están en situación de desempleo (26,8%)**. Del mismo modo sucede en el género masculino, no obstante, el porcentaje de hombres que sufren desesperanza alta disminuye más considerablemente, concretamente se reduce en 18,7 puntos porcentuales al pasar de estar desempleo (23,5%) a situación de PLS (4,8%).

Gráfico 6. Grado de desesperanza alto según situación laboral y género



El grado de desesperanza alto disminuye cuando hay un empleo, aunque este sea precario. Sin embargo, este sentimiento se reduce más entre los hombres.

Nota. Elaboración propia.

⁸ Para la recodificación de la escala BHS se contaron las respuestas verdaderas de 11 ítems (2, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18 y 20) y las falsas de 9 (1, 3, 5, 6, 8, 10, 13, 15 y 19); punto de corte ≥ 8 indica grado alto de desesperanza.



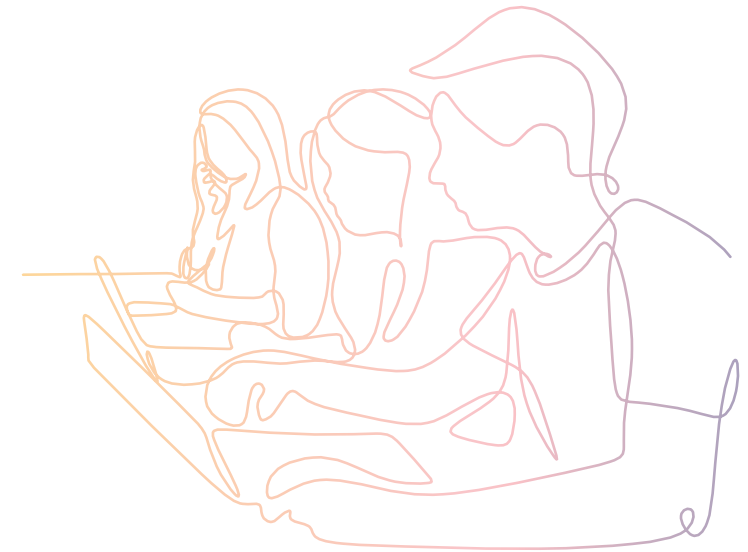
Asimismo, los y las profesionales entrevistados/as hacen mención respecto a cómo la situación de precariedad laboral provoca un deterioro en el bienestar emocional y la salud mental, llevando a la juventud a sentir una mayor decepción o desesperanza en cuanto a mejorar las condiciones de trabajo y alcanzar condiciones dignas que les faciliten la independencia económica. Consecuentemente, **la carencia de empleos de calidad al alcance de los y las jóvenes en sus ciudades, municipios o provincias cercanas a sus familias y amigos, se traduce en la necesidad de movilizarse** a grandes ciudades u otros países, donde tanto la demanda como la oferta de empleos es más amplia.

“Es el gran problema de la salida de la juventud. O sea, los jóvenes, para conseguir vivir o para conseguir trabajar tienen (...) que irse fuera. Si su proyecto de vida lo pudieran desarrollar en el sitio donde han nacido, donde tienen su familia, sus amigos o su grupo social más habitual, pues estarían encantados. Lo que pasa es que esa oportunidad no se les brinda” (Jefe de sección, ECYL).

En este mismo orden de ideas y para conocer el nivel de satisfacción con la vida de la juventud de Castilla y León, se ha utilizado la escala SWLS⁹, en la que los y las jóvenes participantes puntuaron de media 23,20 (SD=6,66). **Si se considera la situación laboral, a medida que esta empeora se detecta un descenso en las puntuaciones**, de modo que se obtienen las siguientes medias de satisfacción: N-PLS M=24,94, PLS M=23,91 y en desempleo M=21,85.

Con respecto a los resultados de la encuesta nacional (FSMLR, 2023) se halla la misma tendencia, pero con diferencias relevantes de comentar. Así, la juventud con mejores empleos obtuvo mejores puntuaciones en la escala SWLS (M=23,5) disminuyendo la satisfacción con la vida notablemente cuando se encuentran en situación de PLS (M=18,5) y en desempleo (M=15,7) mostrándose unas puntuaciones notablemente más bajas que las

presentadas por los y las jóvenes de Castilla y León. En el contexto de esta comunidad, **el 49,1% del total de jóvenes indica encontrarse entre poco satisfechos/as y muy insatisfechos/as**, mientras que el 50,9% señalan estar muy y bastante satisfechos/as con su vida. Sin embargo, es posible notar en el Gráfico 7 que **según mejoran las condiciones laborales de estos/as jóvenes, el nivel de satisfacción con la vida aumenta**.

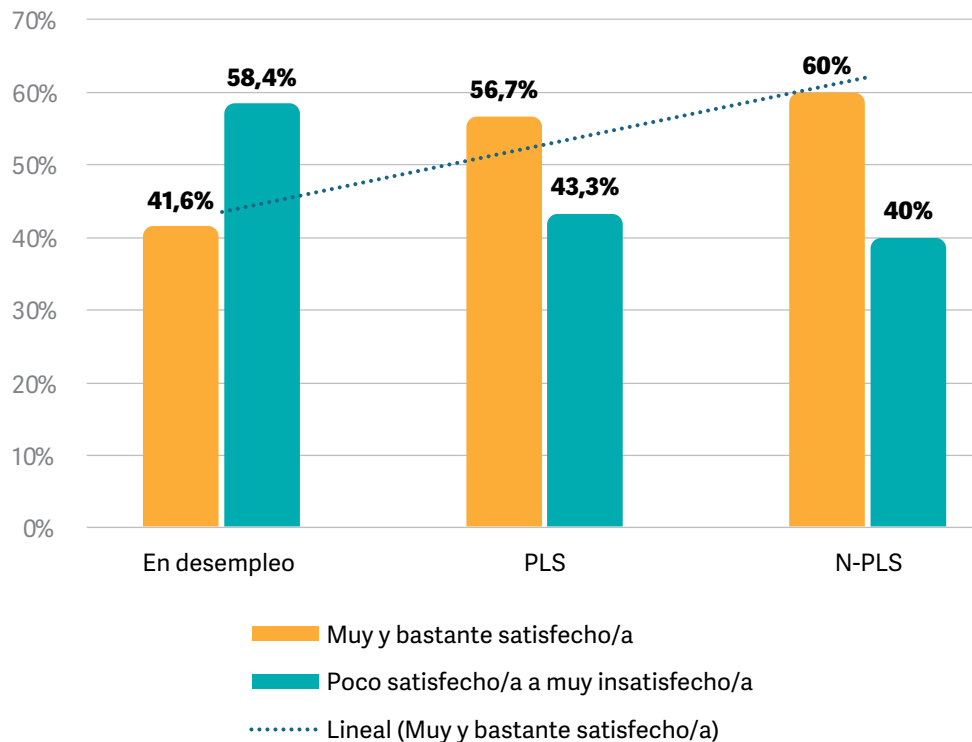


⁹ La escala SWLS se ha interpretado sumando todas las respuestas, según el total a mayor puntuación mayor satisfacción con la vida: de 30 a 35 muy satisfecho, 25 a 29 bastante satisfecho, 20 a 24 poco satisfecho, 15 a 19 un poco insatisfecho, 10 a 14 bastante insatisfecho y 5 a 9 muy insatisfecho.



Gráfico 7. Nivel de satisfacción con la vida en relación con la situación laboral

El nivel de satisfacción con la vida aumenta si las condiciones laborales son favorables.



Nota. Elaboración propia.

Tras los resultados expuestos, se ha evidenciado que, **en efecto, el desempleo y las condiciones de trabajo precarias severas son factores que influyen significativamente en la salud mental y el bienestar emocional de los/as jóvenes** en la Comunidad Autónoma de Castilla y León. Por tanto, de acuerdo con los razonamientos que se han venido realizando es correcto afirmar que el estado de salud mental se deteriora según se agrava la situación laboral.

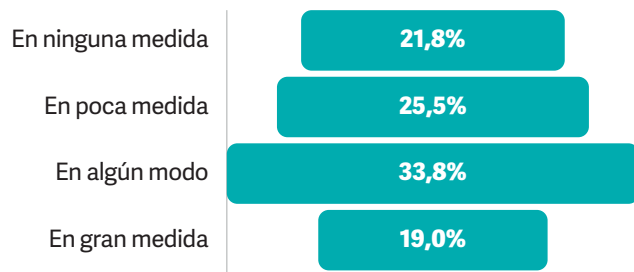
5.1.2. Percepción de las personas jóvenes respecto a la influencia de su situación laboral en la salud mental

De acuerdo con los datos extraídos de la encuesta con respecto a la autopercepción de la incidencia que tiene la situación laboral de los y las jóvenes en su salud mental y bienestar emocional, **5 de cada 10 personas entre 16 y 35 años indican que en algún modo o en gran medida su situación laboral les causa malestar emocional.**



Gráfico 8. Autopercepción de la influencia negativa de la situación laboral en el bienestar emocional

¿En qué medida consideras que tu situación laboral está determinando negativamente tu bienestar emocional?



La mitad de los/as jóvenes de Castilla y León encuestados/as siente que su situación laboral influye en su bienestar emocional.

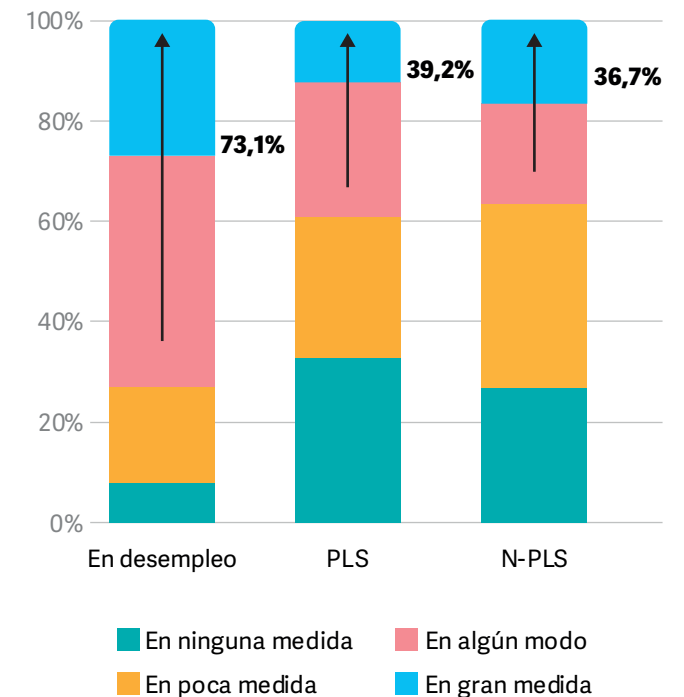
Nota. Elaboración propia.

Ahora bien, según se encuentren en desempleo o trabajando bajo condiciones de precariedad laboral severa o no, los y las jóvenes perciben en distinto grado que existe influen-

cia negativa de su situación laboral en su bienestar emocional. Es posible observar en el Gráfico 9 que **más del 70% de la juventud en situación de desempleo de la muestra percibe que de algún modo o en gran medida su situación laboral afecta su estado de bienestar emocional**. Adicionalmente, según la situación laboral de la juventud mejore, la influencia negativa que esta ejerce en el bienestar emocional disminuye; el porcentaje de jóvenes en N-PLS (36,7%) que indican influencia en algún modo o en gran medida es 2,5 puntos porcentuales menos que quienes se encuentran en PLS (39,2%).

Por su parte, si se comparan estos datos con los hallazgos de la encuesta nacional de salud mental y empleabilidad juvenil (FSMLR, 2023), se puede concluir que los/as jóvenes de Castilla y León ven menos afectado su bienestar emocional a causa de su situación laboral. En el caso estatal, los porcentajes de afectación suben notoriamente de forma que el 82,6% de jóvenes sin empleo y el 68,1% de quienes se sitúan en PLS ven afectado su bienestar emocional a causa de su situación laboral.

Gráfico 9. Percepción de la influencia negativa de la situación laboral en el bienestar emocional



Nota. Elaboración propia. Las diferencias observadas en el gráfico son estadísticamente significativas ($X^2=29,32$; $p<0,01$).



Es evidente entonces que existe una relación entre una situación laboral precaria y un malestar emocional o mala salud mental; atendiendo a esta preocupación, ha resultado oportuno preguntarle a la población joven de Castilla y León, de acuerdo con las diferentes situaciones laborales por las que han atravesado o en las que se encuentran actualmente, *¿cómo está les afecta o influye psicológica y emocionalmente?* **Los y las jóvenes concuerdan al mencionar que la precariedad laboral o el desempleo les impide gozar del ocio, causando un declive de su salud mental** y pudiendo ocasionar anhedonia¹⁰.

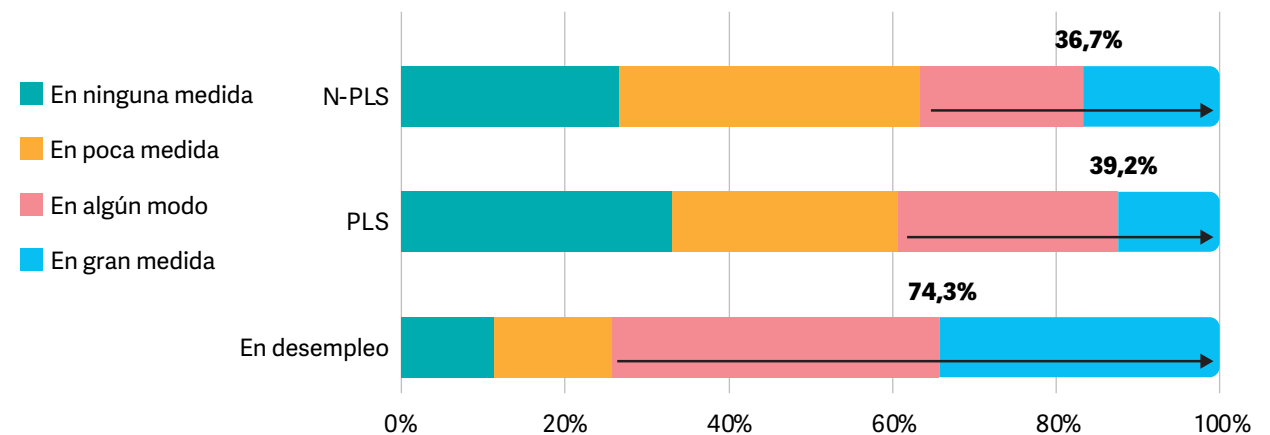
“Al estar tan agobiada con ese tema, pues no te puedes casi distraer como otras cosas, porque estás pensando en tener que encontrar trabajo o no me va a llegar el dinero o lo que sea. Entonces ya no disfrutas tanto de otras cosas” (Mujer, 28 años, cabeza de familia, en desempleo).

¹⁰ DSM-5 (2014): Anhedonia es la falta de disfrute, de participación o de energía para las experiencias de la vida; déficit en la capacidad de sentir placer y tener interés en las cosas.

En esta línea, **las personas jóvenes perciben diferencias en cómo influye la situación laboral en su salud mental según la ubicación geográfica** en la cual se encuentren. Ejemplo de ello es el efecto del desempleo en la salud mental dentro del ámbito rural, tal como se puede visualizar en el Gráfico 10, **el 74,3% de la juventud sin empleo en zonas rurales e intermedias in-**

dica que su situación laboral le afecta en algún modo o en gran medida a nivel emocional. De igual modo, así lo manifiesta una de las participantes del grupo realizado con perfiles jóvenes, señalando que existe mayor desesperanza en entornos rurales, la cual se podría vincular al sentimiento de soledad que puede experimentar la juventud en zonas menos pobladas.

Gráfico 10. Percepción de la influencia en el bienestar emocional según la situación laboral de la juventud residente en zonas rurales e intermedias de Castilla y León



Nota. Elaboración propia. Los datos expuestos representan diferencias estadísticamente significativas ($X^2=13,96$; $p<0,05$).



“Sí que ha supuesto un impacto grande porque, claro, había desesperanza, pero bueno, no a todo el mundo le ha impactado de igual manera (haciendo referencia al estado de ánimo a razón del desempleo) en el entorno rural y las ciudades hay una brecha gigante” (Mujer, 30 años, residente de zona rural, en desempleo).

El impacto del desempleo y/o la precariedad laboral sobre la salud mental, puede acentuarse si a la incertidumbre que esta situación genera se añade las preocupaciones por el cuidado de otros (hijos, familiares, personas mayores, etc.). **El afán de percibir ingresos económicos para suplir necesidades puede llevar a la juventud a aceptar ofertas de empleo con condiciones precarias;** una mujer cabeza de familia, ha transmitido lo siguiente durante el grupo focal dirigido a jóvenes:

“Yo creo que estar en desempleo, lo peor es la incertidumbre, de no saber qué (...) depende mucho de las oportunidades que hay, adaptarse a lo que hay en el mercado de trabajo” (Mujer, 28 años, cabeza de familia, en desempleo).

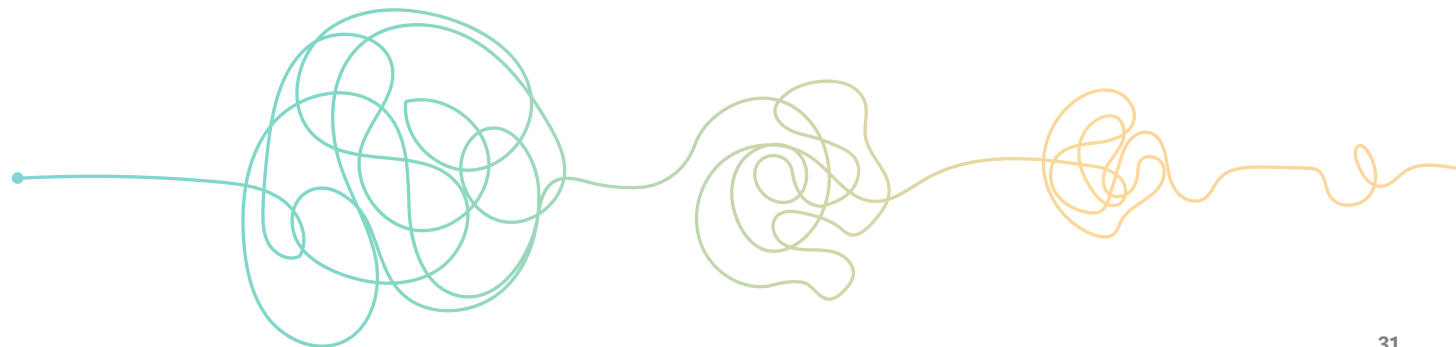
5.2. Otros factores de riesgo que influyen en la salud mental de las personas jóvenes en Castilla y León

La salud mental de las personas jóvenes en Castilla y León está influenciada por una variedad de factores de vulnerabilidad que van más allá de la situación laboral. En esta región, diversos elementos sociales como el género, el nivel educativo, la clase social y la ruralidad desempeñan un papel crucial en el bienestar psicológico y emocional de esta población; igualmente ha sido importante conocer la satisfacción con el apoyo social percibido por los/as jóvenes y la amplitud de sus redes. De esta manera, el examinar detenidamente es-

tos otros aspectos de vulnerabilidad, permite comprender integralmente las dinámicas que influyen en la salud mental de las personas jóvenes en esta comunidad autónoma según sus situaciones laborales.

5.2.1. Población joven en situación de desempleo o precariedad laboral con mayor riesgo de sufrir problemas mentales

A lo largo de este apartado, se sitúan las diferencias entre desempleo, precariedad laboral (PL) y no precariedad laboral (N-PL), con el propósito de hallar los factores de riesgo más ajustados posibles en materia de salud mental según aspectos sociales como género, nivel educativo, clase social y grado de urbanización.





5.2.1.1. Género

Principalmente, destacan las diferencias según género en la medición del riesgo de problemas de salud mental. Tras el análisis de la escala GHQ-28 se ha detectado, coincidiendo con la literatura expuesta, que las mujeres son quienes tienen mayor riesgo de sufrir problemas de salud mental, y este riesgo a su vez se incrementa según la situación laboral empeore (ver Gráfico 11). **El 60,6% de las mujeres encuestadas que se encuentran en desempleo son casos en riesgo de PSM frente al 41,2% de los hombres en la misma situación;** sin embargo, las diferencias son aún más notorias en materia de precariedad laboral, el 43,4% de las mujeres de la muestra que trabajan bajo condiciones precarias padecen malestares psicológicos, en comparación con el 17,4% de los hombres.

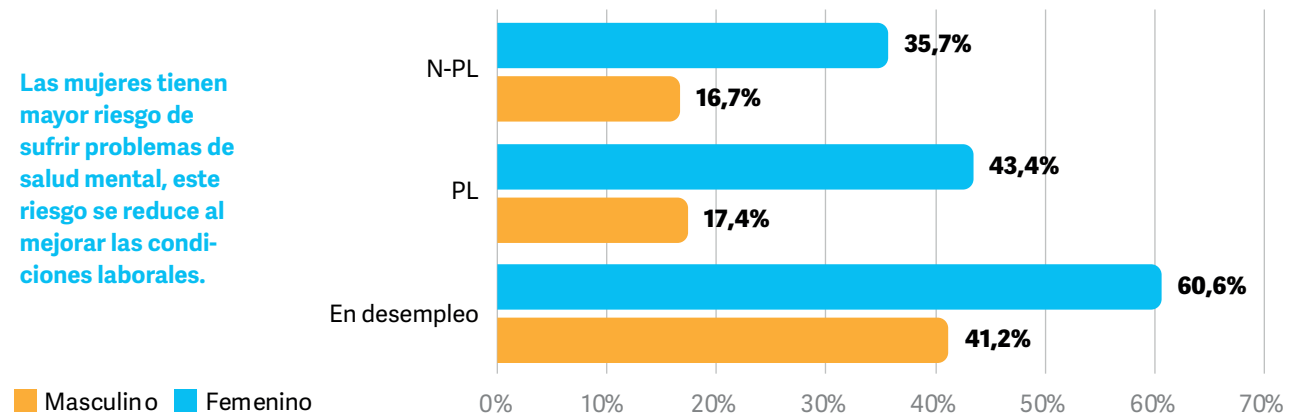
Estos resultados permiten evidenciar una brecha de género¹¹ importante en materia

¹¹ Las brechas de género se han calculado extrayendo la diferencia entre porcentaje de mujeres y porcentaje hombres.

de riesgo de mala salud mental que alcanza los 19,4 puntos porcentuales en el caso de la juventud en desempleo, 26 puntos entre los y las jóvenes precarios/as, y de 19 puntos entre la juventud no precaria. A nivel nacional, se han observado también esta mayor afectación sobre las mujeres (FSMLR, 2023, p. 44), aunque con diferencias en lo que a brechas se refiere. **En el caso nacional,** se indica que

en iguales condiciones precarias de empleo son las mujeres quienes presentan peor salud mental al igual que ocurre en Castilla y León; mientras que **en situaciones de desempleo apenas hay brecha, algo que no ocurre en Castilla y León donde se percibe una brecha de género más amplia lo que situaría a las mujeres desempleadas de esta comunidad en una situación de mayor riesgo.**

Gráfico 11. Porcentaje de jóvenes en riesgo de problemas de salud mental en función de su situación laboral y género



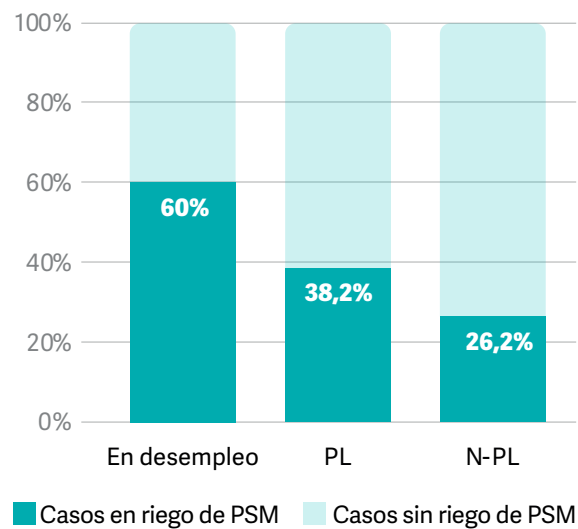
Nota. Elaboración propia. Se hallan diferencias estadísticamente significativas ($X^2=8,34$; $p<0,01$).



5.2.1.2. Nivel educativo

El nivel educativo medio y bajo de la muestra ejerce una influencia significativa en la salud mental de los/as jóvenes en situación de desempleo (ver Gráfico 12). La posible falta de oportunidades laborales acordes con su formación puede generar sentimientos de malestar en materia de salud mental. De acuerdo con los resultados totales de la escala GHQ-28, **el 60% de los y las jóvenes de Castilla y León sin empleo y con estudios medios o bajos tiene mayor riesgo de sufrir problemas de salud mental**, que quienes se encuentran en situación de precariedad (38,2%). Asimismo, es oportuno mencionar la **diferencia observada de 11,9 puntos porcentuales entre los casos en riesgo de PSM que se contabilizan entre la juventud en situación de precariedad laboral y quienes tienen mejores condiciones de trabajo (26,3%)**.

Gráfico 12. Salud mental de jóvenes con niveles educativos medios y bajos según la situación laboral en la que se encuentran



6 de cada 10 jóvenes de Castilla y León sin empleo y con estudios medios o bajos tiene mayor riesgo a sufrir problemas de salud mental.

Nota. Se encuentran diferencias estadísticamente significativas ($X^2=9,80$; $p<0,01$). Elaboración propia.

5.2.1.3. Clase social

Los hallazgos en materia de la clase social indican que el **64,4% de las personas jóvenes en situación de desempleo que pertenecen a la clase social baja tienen riesgo a padecer problemas de salud mental**, frente al 50% de quienes señalan ser de las clases sociales media y alta. Las diferencias más evidentes se perciben mayoritariamente entre el grupo de jóvenes de clase social baja que trabajan en empleos con condiciones precarias y quienes se encuentran en la misma situación laboral, pero pertenecen a clases sociales media o alta, existiendo una brecha de 34,2 puntos tal como se puede observar en el gráfico 13 presentado a continuación.

Por ello, es posible afirmar que **la clase social es un factor de riesgo determinante sobre la salud mental, siendo los/as jóvenes de clase social baja quienes se ven mayormente afectados**. No obstante, el riesgo de sufrir PSM disminuye cuando las condiciones laborales mejoran, tanto en la clase social baja como en las clases sociales media y alta. De la mis-



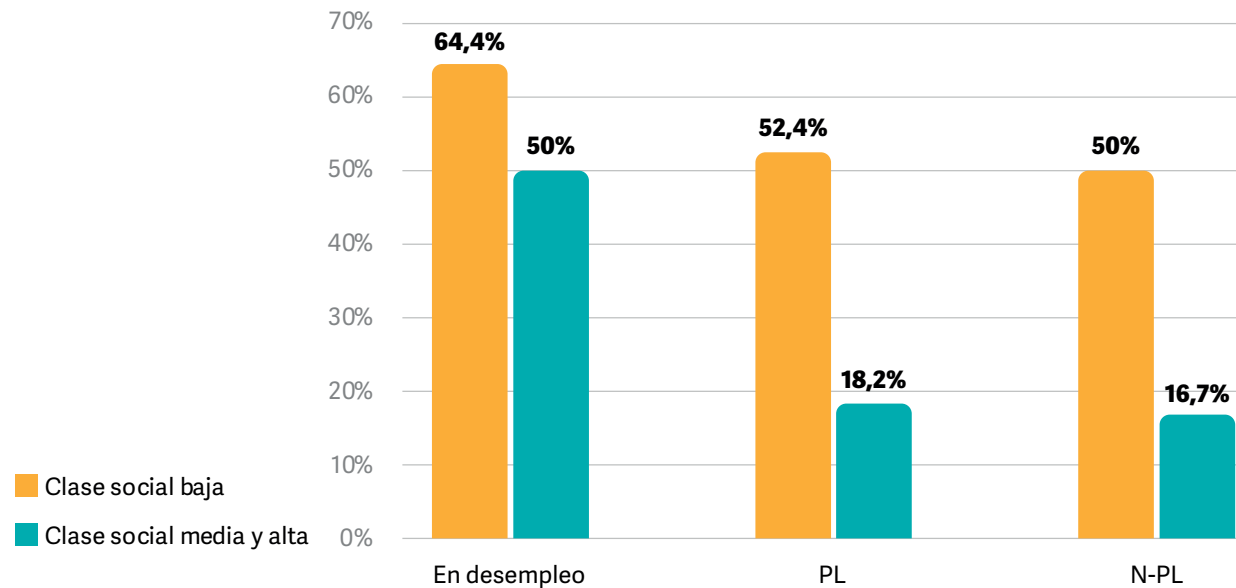
ma forma, a nivel nacional, la Plataforma para la Salud Mental y la Empleabilidad Juvenil ha identificado que la juventud de clase social baja presenta peores resultados en cuanto a salud mental (FSMLR, 2023).

5.2.1.4. Grado de urbanización

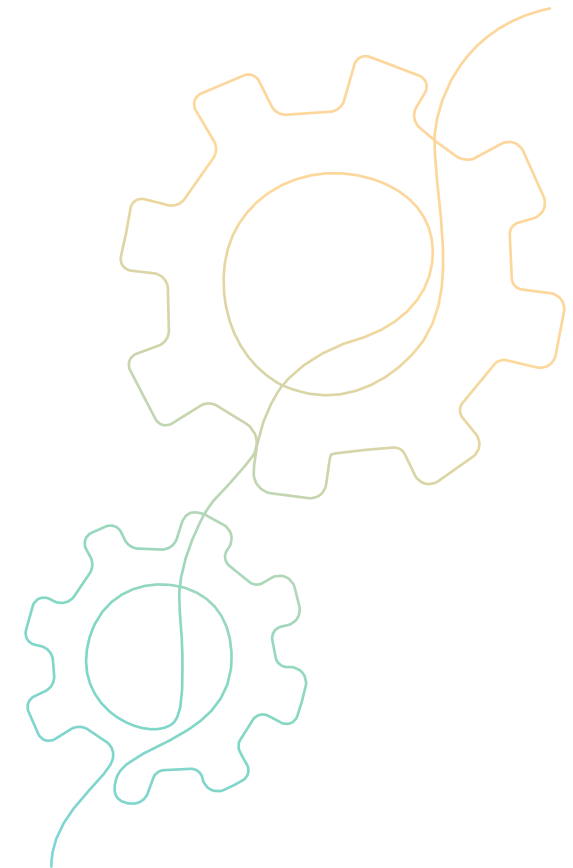
Con respecto al grado de urbanización de la juventud encuestada, el contexto rural en Castilla y León añade una capa adicional de

complejidad a la experiencia de desempleo, influyendo negativamente en la salud mental de quienes residen en zonas rurales e intermedias. Es posible observar en el siguiente gráfico que **un 62,9% los y las jóvenes sin empleo re-**

Gráfico 13. Porcentaje de jóvenes con problemas de salud mental según situación laboral y clase social



Nota. Elaboración propia. Las diferencias expresadas en el gráfico son estadísticamente significativas ($X^2=13,43$; $p<0,01$).

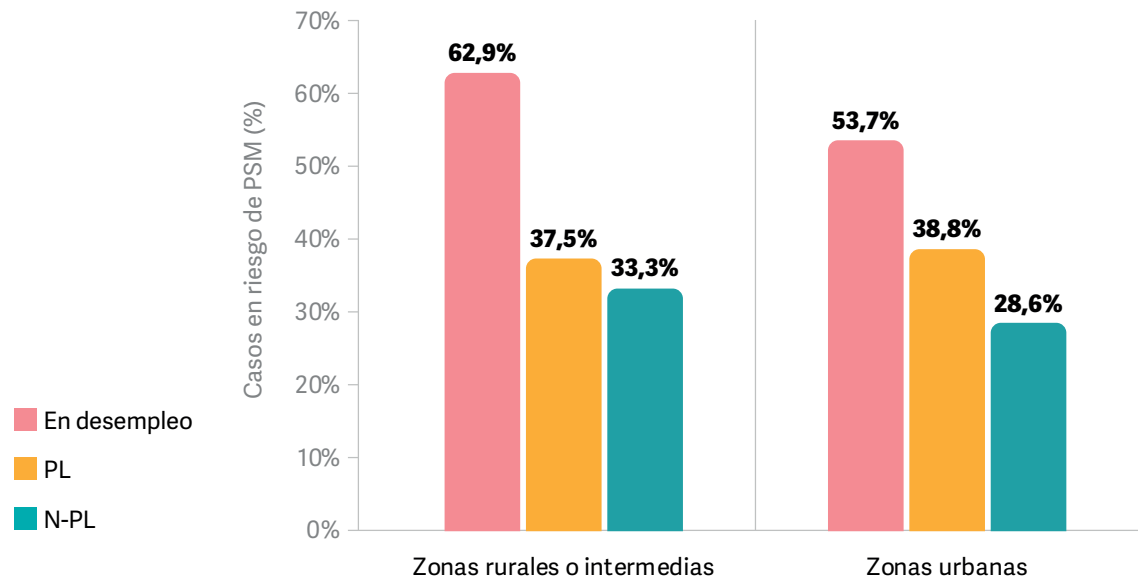




identes en áreas catalogadas como nivel 2 y 3 DEGURBA son casos con riesgo de problemas de salud mental, 9,2% más que aquellas personas que viven en zonas urbanas (53,7%). Sin embargo, no se detectan diferencias en

salud mental con respecto a la ruralidad en trabajadores precarios; **la salud mental de las personas jóvenes en precariedad laboral se ve similarmente afectada en zonas urbanas (38,8%), rurales e intermedias (37,5%).**

Gráfico 14. Porcentaje de jóvenes en zonas rurales, intermedias y urbanas con mayor tendencia a padecer problemas de salud mental según su situación laboral



Nota. Elaboración propia.

5.2.2. Apoyo social y redes de apoyo de los y las jóvenes en Castilla y León

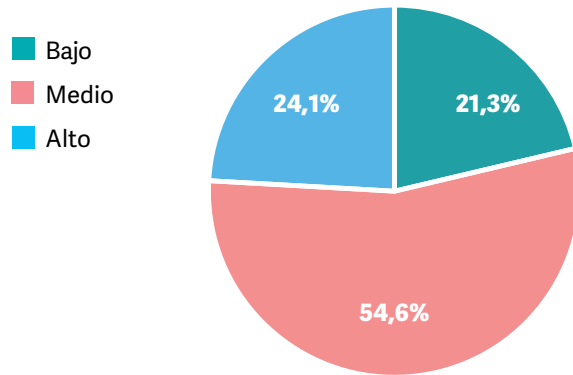
A partir de los resultados obtenidos en la escala SSQ6¹² de satisfacción con el apoyo social percibido, ha sido posible evidenciar que en general, **el 54,6% de la juventud en la comunidad autónoma de Castilla y León está medianamente satisfecha con el apoyo que reciben**, 24,1% puntuaron un nivel alto de satisfacción y 21,3% han indicado nivel bajo (ver Gráfico 15).

¹² La puntuación mínima obtenida en esta escala ha sido 6 y la máxima 36, el punto de corte establecido ha sido <26 nivel bajo de satisfacción, puntuaciones de 27 a 30 nivel medio y > 31 nivel alto.





Gráfico 15. Nivel de satisfacción con el apoyo social percibido de la muestra



1 de cada 5 jóvenes en Castilla y León esta insatisfecho con el apoyo social que percibe.

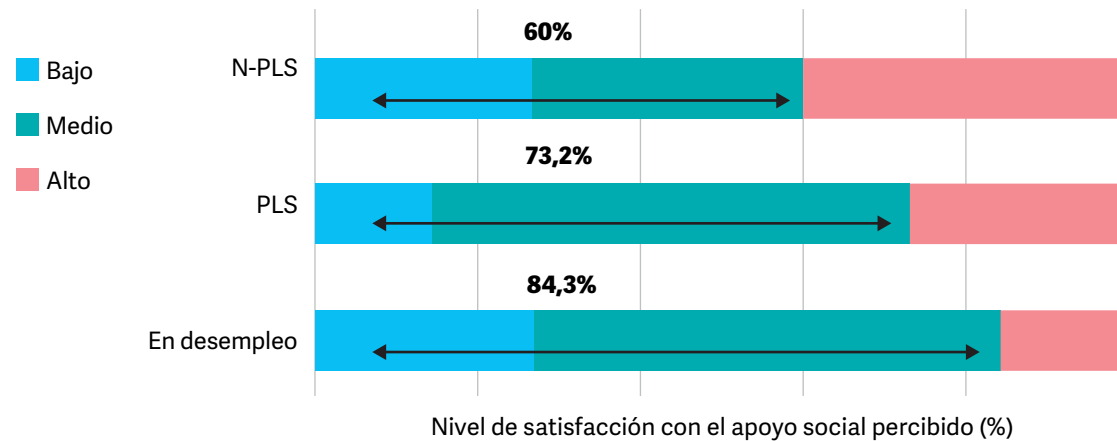
Nota. Elaboración propia.

Por su parte, la satisfacción con el apoyo presenta diferencias en cuanto a la situación laboral; se puede visualizar en el Gráfico 16 que **las personas jóvenes de la muestra en situación de desempleo están menos satisfechas con el apoyo social percibido (84,3%) frente a quienes trabajan.** Ahora bien, los datos ex-

traídos de la encuesta permiten señalar los/as más insatisfechos/as son quienes peores condiciones tienen, **el 73,2% de los y las jóvenes en Castilla y León que se sitúan en PLS están medianamente o nada satisfechos/as con sus redes de apoyo,** frente al 60% de quienes tienen mejores condiciones en sus empleos.

Cabe agregar que, según los/as expertos/as, las mujeres a cargo del cuidado de otras personas, resultan ser un colectivo vulnerable tanto en materia de salud mental como en lo que se refiere al apoyo social. De acuerdo con las puntuaciones de la escala SSQ6, se corrobora lo anterior (ver Gráfico 17); **más del 70% de las**

Gráfico 16. Satisfacción con el apoyo social percibido según la situación laboral



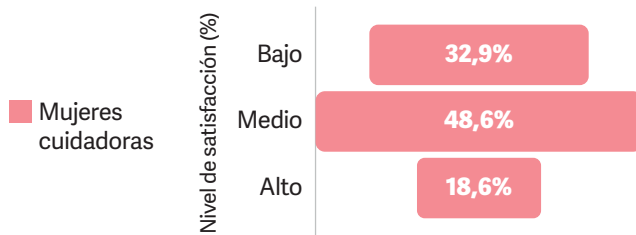
Nota. Elaboración propia. Las diferencias observadas en el gráfico son estadísticamente significativas ($X^2=12,84$; $p<0,05$).



jóvenes encuestadas que ejercen tareas de cuidados a terceros indican estar medianamente y nada satisfechas con el apoyo social que perciben.

“En mujeres que se hacen cargo de menores, todavía se acentúa mucho más esa desesperación, ansiedad, “no sólo no sé qué va a pasar conmigo, qué va a pasar con mis hijos”. Y ahí la falta de red es básica, para terminar una formación, para poder conciliar el trabajo” (Coordinadora de programa, Juan Soñador).

Gráfico 17. Nivel de satisfacción con el apoyo percibido de las mujeres cuidadoras



Nota. Elaboración propia según la muestra de mujeres cuidadoras participantes en la encuesta (n=70).

5.3. Importancia de la salud mental y el bienestar emocional dentro de los programas de empleo juvenil

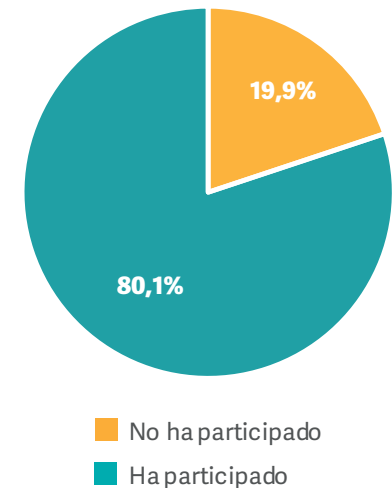
5.3.1. Participación juvenil en programas de empleo de Castilla y León

Respecto a la participación de la juventud de Castilla y León en programas de empleo, **8 de cada 10 jóvenes** (Gráfico 18) **están o han estado alguna vez inmersos/as en programas de inclusión laboral o para la mejora de empleo y/o empleabilidad.** Es posible ver que el riesgo de padecer problemas de salud mental entre la juventud va variando según la participación en programas de empleo les haya resultado útil o no para el acceso al mundo laboral (Gráfico 19); **son menos los casos con riesgo a padecer problemas de salud mental cuando la participación en programas de empleo les ha resultado útil y muy útil (40,3%),** frente a cuando les ha parecido poco o nada útil (54,5%).

En este sentido, es apropiado poner el foco en mejorar los programas de empleo para aumentar su sensación de utilidad. De esta

manera, es probable, que de forma paralela se evidencie mejoría en la salud mental de los y las jóvenes participantes de los mismos.

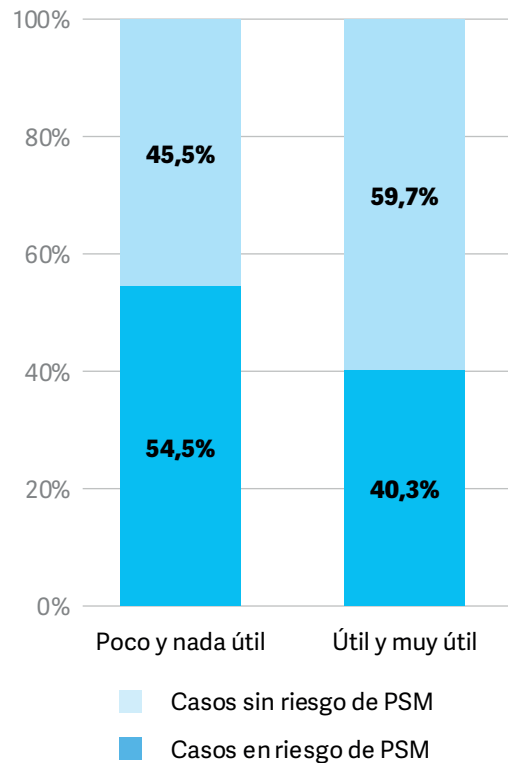
Gráfico 18. Participación en programas de empleo de la juventud en Castilla y León



Nota. Elaboración propia.



Gráfico 19. Percepción de utilidad de los programas según existe o no riesgo de problemas de salud mental



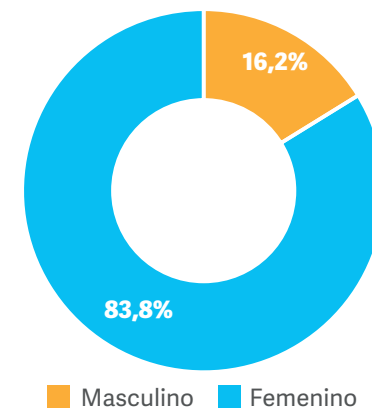
Nota. Elaboración propia.

En el marco de las observaciones anteriores, **es fundamental cuidar y seguir mejorando el dato de jóvenes participantes en programas de empleo y orientar esta actividad al cuidado de la salud mental**; ya que, según los y las expertos/as, cuando la juventud experimenta un deterioro en el estado de salud mental, las capacidades para participar activamente en programas orientados a mejorar la empleabilidad se ven considerablemente afectadas.

Por otra parte, durante las entrevistas a profesionales, se ha enfatizado en **la participación de manera activa de la población femenina en los programas de empleo**, mostrando un alto nivel de implicación y compromiso. Esta información es sustentada con los datos recolectados durante la encuesta (ver Gráfico 20), **más del 80% de las personas que participan en programas de empleo en Castilla y León son mujeres. Este fenómeno refleja una brecha de género que resalta la importancia de crear entornos inclusivos** que fomenten la participación igualitaria de todas las personas en este tipo de programas, independientemente de su género.

“También es verdad que hay un mayor porcentaje de chicas que toman la iniciativa de entrar en los programas de empleo, de participar activamente y con un nivel de implicación y compromiso en todo este tipo de iniciativas” (Técnica de empleo, YMCA).

Gráfico 20. Participación en programas de empleo según género



8 de cada 10 jóvenes que participan en programas de empleo son mujeres.

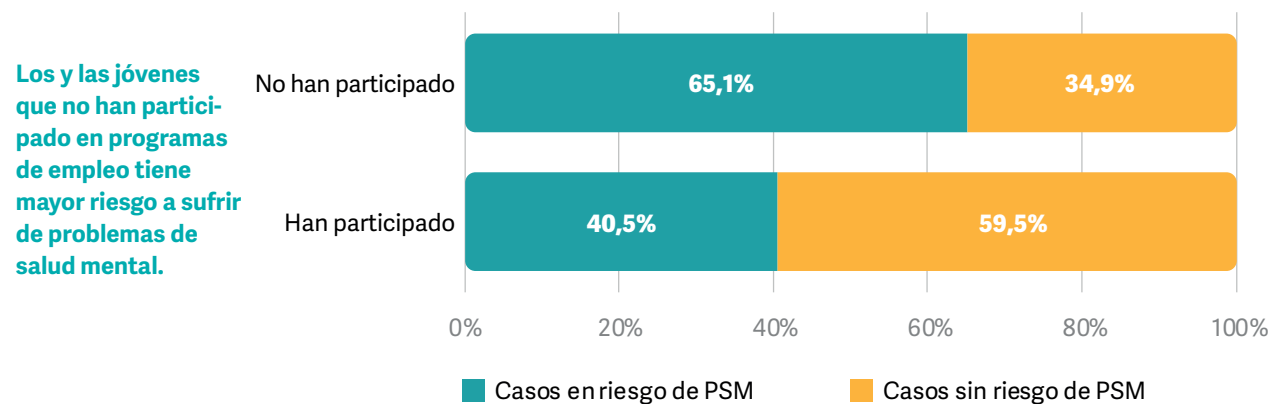
Nota. Elaboración propia. Se observan diferencias estadísticas significativas ($X^2=15,09$; $p<0,01$).



Es oportuno mencionar que, se han encontrado diferencias en la participación según edad. **A mayor edad, mayor es la participación de la juventud de Castilla y León en programas de empleo;** de acuerdo con la muestra, el 60% de los y las jóvenes entre 16 y 24 años han participado en estos programas, la implicación de las personas de 25 a 29 años asciende a 77,8% y nuevamente se incrementa en el grupo de edades entre 30 a 35 años, siendo quienes se implican mayormente en los programas de empleo. Estos datos reflejan diferencias estadísticamente significativas ($X^2=14,11$; $p<0,01$).

Adicionalmente, según se puede observar en el Gráfico 21 de acuerdo con la escala GHQ-28 para medición de la salud mental, **el 65,1% de las personas jóvenes que no han participado en programas de empleo son casos con riesgo de sufrir problemas de salud mental frente al 40,5% de las personas que participan o han participado siendo estas diferencias estadísticamente significativas.**

Gráfico 21. Casos probables de sufrir problemas de salud mental en relación con la participación en programas de empleo



Nota. Elaboración propia. Este gráfico refleja diferencias estadísticas significativas ($X^2=8,44$; $p<0,01$).

5.3.2. Necesidades de la juventud en torno a los programas de empleo de Castilla y León

En el marco de las observaciones anteriores, con respecto a la percepción de la juventud frente a la utilidad de los recursos para el empleo y la inclusión sociolaboral, ha resultado oportuno indagar en las necesidades que

pueden manifestarse desde los programas de empleo en relación con el cuidado de la salud mental y el bienestar emocional de la población joven. **Los/las profesionales reclaman, entre otras cuestiones, un protocolo para clarificar y unificar las acciones a tomar en casos de malestar emocional o problemas de salud mental asociados al empleo o la búsqueda de este.**



“Desde la entidad hemos tomado conciencia desde hace tiempo que hay que intervenir en esto. Nosotras, como orientadoras, a nivel particular, no tenemos ningún protocolo para poder intervenir. Viene más con el transcurso del trabajo que hacemos con ellos” (Técnica de empleo, YMCA).

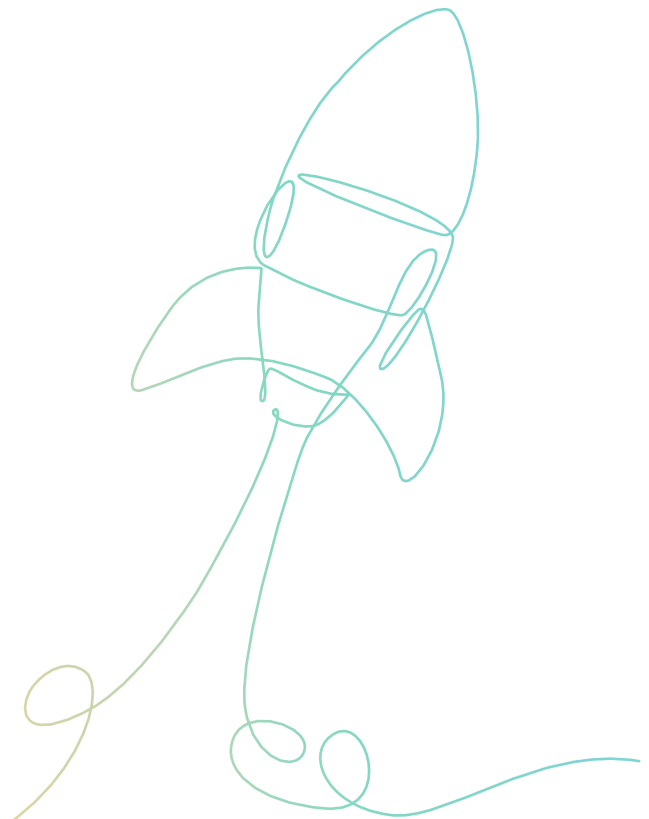
Si bien es cierto, en Castilla y León existen entidades dedicadas a la inserción sociolaboral y temas relacionados con salud mental; son cuestiones que se intervienen de manera independiente y a la espera de derivaciones. Esto significa entonces que, **es necesaria la formación y capacitación de técnicos/as, orientadores/as, prospectores/as laborales y todos/as aquellos/as profesionales involucrados/as a lo largo de los itinerarios sociolaborales, en materia de primeros auxilios psicológicos o detección de malestar emocional.** Principalmente, con el propósito de que estos puedan realizar derivaciones adecuadas en situaciones críticas de salud mental, y, que a su vez puedan transmitir a los y las participantes herramientas psicológicas y emocionales útiles para el mundo laboral.

“Dentro de la entidad tenemos compañeras psicólogas donde los jóvenes que participan en cualquiera de los proyectos pueden ser derivados a la compañera para hacer sesiones de terapia más individual” (Coordinadora de programa, Juan Soñador).

“Realmente sí que echamos de menos poder disponer de un servicio de orientación psicológica, bien en la propia entidad o bien alguno de referencia en las instituciones. No tenemos identificado ningún servicio gratuito en este sentido” (Técnica de empleo, YMCA).

En este sentido, **la capacitación brindará a los/as profesionales las habilidades necesarias para orientar a la juventud de manera eficaz y eficiente en la gestión y afrontamiento de dificultades relacionadas con la búsqueda activa de empleo o mejora de este, desde una perspectiva de salud mental y bienestar emocional.** Estas dificultades mencionadas pueden incluir aspectos como la incertidumbre, la autoestima, la falta de confianza en sí mismos/as, la ansiedad frente a los procesos laborales, el agotamiento

o el estrés, entre otros. Posteriormente, en el apartado de recomendaciones se ampliará esta necesidad a modo de propuesta para mejorar la labor de los y las profesionales del ámbito sociolaboral.



6 | Conclusiones





6 | Conclusiones

En este apartado de conclusiones, se presentan las reflexiones finales derivadas de los hallazgos obtenidos tras un exhaustivo análisis de los datos recopilados. La información expuesta se espera que **proporcione una comprensión más profunda de los desafíos que enfrentan la juventud** de esta región en materia de trabajo y salud mental.

En primer lugar, **se destaca que el desempleo es la situación laboral que afecta en mayor medida la salud mental, este colectivo de jóvenes presenta un elevado riesgo de problemas de salud mental (57,3%), grado de desesperanza alto (50%) y menor satisfacción con la vida (58,4%)**. Entre la juventud en situación de precariedad laboral severa el porcentaje de casos que tienen riesgo de padecer problemas de salud mental son similares a quienes no se encuentran en este tipo de situación laboral, 36,7% y 37,1%, respectivamente.

A continuación, se aglutinan algunos de los resultados más relevantes hallados durante la investigación:

→ **El contexto rural en Castilla y León añade una capa adicional de complejidad a la experiencia de desempleo**, influyendo negativamente en la salud mental de jóvenes en zonas rurales e intermedias (62,9%).

→ **La juventud en el rango de edad entre 30 y 35 años en desempleo presenta mayor riesgo a sufrir problemas de salud mental** (60%).

→ En lo que respecta a la salud mental de quienes soportan condiciones de precariedad laboral severa, las personas de 25 a 29 años son las más afectadas (45,5%). A nivel nacional, la brecha es casi imperceptible.



→ La brecha de género ha sido significativa, **el 60,6% de las mujeres desempleadas encuestadas tienen problemas de salud mental** frente al 41,2% de los hombres en la misma situación. A nivel nacional, la brecha es casi imperceptible.

→ **El nivel de satisfacción con la vida** (muy o bastante satisfecho/a) **aumenta si las condiciones laborales son favorables**. La satisfacción aumenta 15,1 puntos porcentuales entre los/as jóvenes en precariedad laboral severa (56,7%) respecto a quienes están en desempleo (41,6%). Una satisfacción que aumenta 3,3 puntos más entre los que no se encuentran en precariedad severa (60%).

→ Con relación al nivel educativo de la juventud, **tener estudios medios y bajos se convierte en un factor de riesgo en materia de salud mental**, la cual se deteriora según la situación laboral sea precaria o no (desempleo 60%, PL, 38,2% y N-PL 26,3%).

→ **La clase social baja es un factor de riesgo determinante sobre la salud mental**,

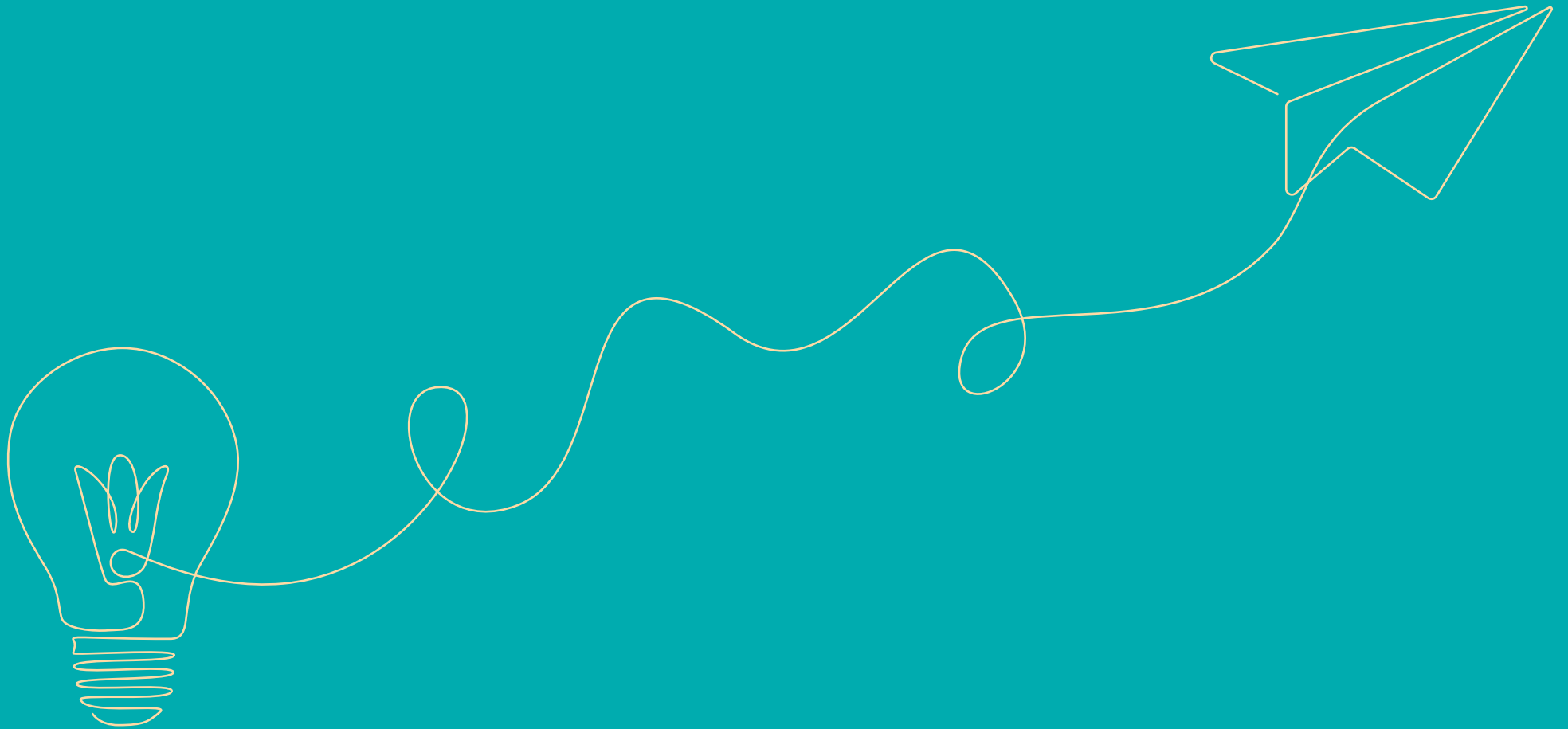
el riesgo en las clases sociales bajas disminuye según las condiciones laborales mejoran; en desempleo (64,4%), en condiciones de empleo precarias (52,4%) o no precarias (50%).

→ **En Castilla y León participan más jóvenes en programas de empleo que a nivel estatal. Esta participación se asocia con mejor salud mental**, el 65,1% de las personas que no participan tienen riesgo a sufrir de problemas de salud mental.

→ Se evidencia la **necesidad de implementar una perspectiva de salud mental desde la intervención sociolaboral**; así como, incrementar los recursos destinados a solventar esta problemática asegurando la plena inclusión de la juventud.

En el marco de las observaciones anteriores resulta oportuno concluir que, según la muestra encuestada, en efecto, la situación laboral de la juventud de Castilla y León influye en la salud mental y el bienestar emocional; **más del 70% de los/as jóvenes de esta comunidad autónoma en situación de desempleo de la muestra percibe que de algún modo o en gran medida su situación laboral afecta su salud mental**, en comparación con el 39,2% en PLS y el 36,7% N-PLS. Por tanto, el malestar psicológico se agudiza en condiciones de desempleo como se ha demostrado tanto en la autopercepción como en la medición objetiva.

7 | Recomendaciones





7 | Recomendaciones

Dadas las condiciones que anteceden en cuanto a salud mental y empleabilidad juvenil en Castilla y León, en esta sección, **la Fundación Santa María la Real plantea algunas recomendaciones generales basadas en los hallazgos tras la investigación, con el propósito de mejorar la intervención en materia salud mental y el bienestar emocional desde los programas de empleo** dirigidos a la población joven.



Impulsar los programas de empleo que incorporen la perspectiva de salud mental y bienestar emocional en Castilla y León.

Es fundamental que desde la administración se promueva e impulse activamente la incorporación de la salud mental y el bienestar emocional en los programas de empleo dirigidos a jóvenes; por tanto, **resulta clave asignar recursos financieros adecuados que respalden la implementación y expansión de estos programas** asegurando así su viabilidad y alcance.

Tanto a nivel nacional en el informe de la Plataforma de Salud Mental y Empleabilidad Juvenil, como en esta nueva investigación a nivel autonómico en Castilla y León, los/as expertos/as, profesionales y jóvenes participantes refieren la necesidad de servicios y recursos para la atención psicológica desde los itinerarios para el acceso y la mejora del empleo. Esto resulta apremiante dado que el 45,5% del total de jóvenes encuestados para este estudio son casos en riesgo de proble-

mas de salud mental y en cuanto a situación laboral, el 49,5% se encuentra trabajando bajo condiciones precarias de empleo.



Promover la perspectiva de género en los recursos juveniles de empleo, prestando especial atención en la salud mental de las mujeres.

Tal como se ha evidenciado en los resultados de esta investigación, la salud mental de las mujeres puede verse afectada en mayor medida frente a sus compañeros los hombres según su situación laboral, reflejando brechas de género en PL (26%) y desempleo (19,4%). En este sentido, se recomienda que los programas y servicios destinados a la inserción y mejora laboral de la juventud contemplen de manera específica las distintas realidades y desafíos que enfrentan las mujeres de Castilla y León en materia de salud mental.

Para materializar esta propuesta **es necesario realizar acciones de sensibilización y educa-**



ción en temáticas como el autocuidado, la autoestima y la resiliencia; con el objetivo de proporcionar a las jóvenes mecanismos psicológicos para tomar decisiones informadas sobre su situación laboral y bienestar emocional. Esta perspectiva de género no solo contribuirá a la igualdad en el empleo juvenil, sino que también fortalecerá la salud mental de las mujeres, promoviendo sociedades más justas e inclusivas.

Desarrollar módulos formativos dirigidos a profesionales de la intervención para mejorar la atención en materia de empleo juvenil y salud mental.

Con el fin de implementar una perspectiva en salud mental dentro de las actividades realizadas en los programas de empleo, los/las expertos/as han coincidido en la necesidad de **clarificar y unificar las acciones de deberían tomar en caso de malestar psicológico de los/as participantes. La incorporación de esta perspectiva requiere formar y capacitar a los/as profesio-**

nales que realizan intervención tanto dentro del sistema educativo como fuera de él; estas sesiones formativas podrían abordar temas como la detección temprana de problemas de salud mental y primeros auxilios psicológicos.

Este tipo de formación será útil para un acompañamiento eficaz y eficiente durante los itinerarios sociolaborales en momentos de frustración y desmotivación de los y las jóvenes; fomentando así el incremento de personas participantes, que tal como se ha visto aquellos/as que participan en programas de empleo tienen menor riesgo de sufrir problemas de salud (40,5%) frente a quienes no lo hacen (65,1%).

Brindar herramientas psicológicas a la juventud de Castilla y León para hacer frente a dificultades que puedan surgir dada la situación laboral.

En concordancia con la anterior recomendación, una vez capacitados/as los/as profesionales serán ellos/as mismos/as quienes

podrán **crear e implementar talleres de desarrollo personal, habilidades sociales y emocionales que se enfoquen a fortalecer la comunicación asertiva y el manejo del estrés.** Estos recursos psicológicos ayudarán a los/as jóvenes a afrontar desafíos en el ámbito laboral y salir de situaciones laborales que les cause malestar emocional como el desempleo (73,1%) y la precariedad laboral severa (39,2%).

Igualmente resulta oportuno, realizar sesiones de sensibilización dirigidas a la juventud con respecto a la precariedad laboral y campañas informativas dando a conocer ¿qué es? y las consecuencias psicológicas que conlleva esta situación laboral; esto les dará la capacidad de percibir si sus empleos son o no precarios y salvaguardar su salud mental.

Crear espacios para la ampliación de redes de apoyo entre jóvenes fomentando la salud psicosocial.

Dado el bajo nivel de satisfacción con el apoyo percibido por las personas en situación de desempleo (84,3%) y en precariedad laboral severa



(73,2%), se recomienda la creación de espacios dedicados específicamente a la formación de redes sociales entre jóvenes con el propósito de establecer vínculos de calidad que mejoren la satisfacción con el apoyo que perciben.

En estos espacios pueden llevarse a cabo actividades como grupos de discusión donde compartir experiencias y brindarse apoyo emocional y psicológico en relación con sus desafíos y metas laborales. Además, sería interesante que estos espacios los diseñen y organicen jóvenes asegurando así que reflejen sus intereses y necesidades. Adicionalmente, este tipo de actividades pueden fomentar el intercambio de recursos, conocimientos y oportunidades para mejorar la situación laboral.



8 | Bibliografía





8 | Bibliografía

Aguilar García-Iturraspe, E. J., Hidalgo Montesinos, M. D., Cano García, R., López Manzano, J. C., et al. (1995). Estudio prospectivo de la desesperanza en pacientes psicóticos de inicio: características psicométricas de la escala de desesperanza de Beck en este grupo. *Anales de Psiquiatría*, 11(4), 121–125. <https://psycnet.apa.org/record/1996-85167-001>

Agulló, E. (1998). La centralidad del trabajo en el proceso de construcción de la identidad de los jóvenes: una aproximación psicosocial. *Psicothema*, 10(1), 153-165. <https://www.psicothema.com/pdf/151.pdf>

Benach, J., Vives, A., Amable, M., Vanroelen, C., Tarafa, G., y Muntaner, C. (2014). Precarious Employment: Understanding an Emerging Social Determinant of Health. *Annual Review of Public Health*, 35(1), 229-253. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182500>

Benach, J., Alonso, F., Álvarez-Alonso, D., Artazcoz, L., Cabanas, E., González-Callado, B., Matilla-Santander, N., Muntaner, C., Quintero-Lima, M.G, Zafra, R. y Muntané, F. (2023). *Precariedad laboral y salud mental: conocimientos y políticas*. Ministerio de Trabajo y Economía Social. <https://prensa.mites.gob.es/WebPrensa/downloadFile.do?tipo=documento&id=4.200&idContenido=4.262>

CCOO. (2021). *La precariedad laboral en España: una doble perspectiva*. https://www.researchgate.net/publication/361053229_La_precariedad_laboral_en_Espana_Una_doble_perspectiva

Confederación Salud Mental España. (2023). *La situación de la Salud Mental en España*. Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Estudio-situacion-salud-mental-2023.pdf>

Consejo de la Juventud de Castilla y León. (2023). *Observatorio de Emancipación*. <https://www.cjcyl.es/wp-content/uploads/2023/11/2022-1SEM-DT10-Castilla-y-Le%C3%B3n-1.pdf>

Cruz Roja. (2020). *Cruz Roja Te Escucha*. <https://www2.cruzroja.es/-/cruz-roja-te-escucha-900-107-917>

EPA. (2024). *Tasa de paro por comunidad autónoma: cuarto trimestre 2023*. <https://www.ine.es/infografias/tasasepa/desktop/tasas.html?t=0&lang=es>

EPA. (2023). *Encuesta de Población Activa en Castilla y León: cuarto trimestre 2023*. <https://estadistica.jcyl.es/web/jcyl/Estadistica/es/Plantilla100Detalle/1284159001327/Noticia/1285327186739/Comunicacion>

Estadística de Castilla y León. (2023). *Estadística del Padrón Continuo a 1 de enero de 2022: Principales resultados*. <https://estadistica.jcyl.es/web/es/estadisticas-temas/padron-continuo-enero-2022.html>

Federación Salud Mental Castilla y León. (2021). *Guía de adaptaciones y buenas prácticas: salud mental y bienestar en el trabajo*. https://saludmentalcyll.org/wp-content/uploads/2022/06/FSMCYL_GuiaBuenasPracticas-SaludMentalBienestarTrabajo_AF-1.pdf

FOESSA. (2022). *Informe Sobre Exclusión y Desarrollo Social en Castilla y León: resultados de la encuesta sobre integración y necesidades sociales 2021*. https://www.foessa.es/main-files/uploads/sites/16/2022/03/Informes-Territoriales-2022_CastillaLeon.pdf

Fundación Santa María la Real. (2023). *Informe de resultados de la investigación de la Plataforma para la salud mental y la empleabilidad juvenil*. Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. https://areaempleofsmr.es/?sdm_process_download=1&download_id=18882

Gerencia Regional de Salud, SACYL. (s.f.). *Salud Mental*. <https://www.saludcastillayleon.es/profesionales/es/coordinacion-sociosanitaria/procesos-atencion/salud-mental>

Godoy-Izquierdo, D., Godoy, J., López-Torrecillas, F. y Sánchez-Barrera, M. (2002). Propiedades Psicométricas de la versión Española del Cuestionario De Salud General De Goldberg-28. *Revista de Psicología de la Salud*, 14(1), 49-71. <https://revistas.innovacionumh.es/index.php/psicologiasalud/article/view/755/1100>

INE. (2021a). *Población por comunidades y ciudades autónomas y tamaño de los municipios*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=2915>

INE. (2021b). Prevalencia de cuadros depresivos activos según sexo y comunidad autónoma. Población de 15 y más años. <https://www.ine.es/jaxi/Tabla.htm?tpx=47803&L=0> https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INECifrasINE_C&cid=1259953225445&p=1254735116567&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout



INE. (2022a). *Defunciones por causas (lista reducida) por sexo y grupos de edad*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=10803>

INE. (2022b). *Clasificación de programas en niveles educativos (CNED-P)*. https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736177034&menu=ultiDatos&idp=1254735976614

INE. (2024a). *Tasas de actividad, paro y empleo por provincia y sexo*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=3996&L=0>

INE. (2024b). *Tasas de empleo por distintos grupos de edad, sexo y comunidad autónoma*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=4213&L=0>

INE. (2024c). *Tasas de paro por distintos grupos de edad, sexo y comunidad autónoma*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=4247&L=0>

INE. (2024d). *Parados por nivel de formación alcanzado, sexo y comunidad autónoma. Porcentajes respecto del total de cada comunidad*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=6349&L=0>

Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. (2023). *Salud mental y trabajo: diagnóstico de situación*. Ministerio de trabajo y economía social. <https://www.insst.es/documents/94886/5326464/Salud+Mental+y+Trabajo+2023.pdf/9a0163c8-e840-0b47-ea05-dc4e46e866ab?t=1687776097872>

Junta de Castilla y León. (2021). *Plan de empleo de Castilla y León, 2021-2024*. http://www.ceoecepymeza.org/CEOCEPYMEZA/wp-content/uploads/2021/09/EIE_Plan-Empleo_cuadriptico.pdf

Junta de Castilla y León. (2022). *V Plan Estratégico de Juventud 2022-2025*. <https://juventud.jcyl.es/web/es/plan-estrategico-juventud-20222025.html>

Junta de Castilla y León. (2023). *Estrategia de Seguridad Salud y Bienestar Laboral 2023/2025: Ruta hacia el Bienestar Laboral en Castilla Y León 2023-2025*. <https://trabajoyprevencion.jcyl.es/web/es/prevencion-riesgos-laborales/bienestar-laboral.html>

La Moncloa (2022). *El teléfono 024 atendió cerca de 15.000 llamadas e identificó 290 suicidios en curso durante su primer mes en funcionamiento*. https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/sanidad14/Paginas/2022/100622-telefono_024_suicidio.aspx

Llosa, J., Menéndez, S., Agulló, E. Rodríguez, J. y Boada, J. (2017). Spanish validation of the Job Insecurity Scale JIS-8: Viability of the cognitive and affective model. *Psicothema*, 29(4), 577-583. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/16861/14060>

López, C. (2021). *La transición a la vida adulta: ¿es la juventud de hoy un colectivo "Peter Pan"?*. Instituto Cultura y Sociedad. Universidad de Navarra. <https://www.unav.edu/documents/2832169/32451080/transicion-vida-adulta.pdf/>

Martínez, Z., Páramo, M.F., Tinajero, C., Guisande, M.A., Castelo, A.M., Almeida, L.S., et al. (2010). Adaptación española de escalas de evaluación del soporte social percibido en estudiantes universitarios de primer año. *Ensino Superior em Mudança: Tensões e Possibilidades*, 451-462. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/11552>

Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. (2022). *Nichos de Negocio y Yacimientos de Empleo para Jóvenes del Medio Rural*. <https://redpac.es/sites/default/files/documents/Nichos%20negocio%20y%20empleo%20para%20j%C3%B3venes%20en%20el%20medio%20rural.pdf>

Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones. (2023). *Afiliados Medios Totales 2023*. <https://www.seg-social.es/wps/portal/wss/internet/EstadisticasPresupuestosEstudios/Estadisticas/EST8/EST10/EST290/EST291>

Ministerio de Sanidad. (2022). *Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud Período 2022-2026*. https://www.sanidad.gob.es/bibliotecaPub/repositorio/libros/29236_estrategia_de_salud_mental_del_Sistema_Nacional_de_Salud_2022-2026.pdf

Rahona, M. (2008). Fundamentos teóricos de la relación entre educación y empleo. *Injuve*. <https://www.injuve.es/sites/default/files/9321-03.pdf>

Vázquez, C., Duque, A., y Hervás, G. (2013). Satisfaction with Life Scale in a Representative Sample of Spanish Adults: Validation and Normative Data. *Spanish Journal of Psychology*, 16(82), 1-15. <https://doi.org/10.1017/sjp.2013.82>

Anexos



Anexos

Anexo I: propiedades psicométricas de las escalas utilizadas en la encuesta.

Bloque encuesta	Escala	Propiedades Psicométricas
Situación Laboral	Escala de Incertidumbre Laboral (Job Insecurity JIS-8)	Escala para la medición subjetiva de la incertidumbre laboral, entendida como pérdida de control en la continuidad de una situación laboral, a través de 8 ítems tipo Likert con 5 opciones de respuesta que van de muy en desacuerdo (1) a muy de acuerdo (5). La versión validada en España (Llosa et al., 2017) presenta un índice de consistencia interna de (a) 0,88.
	Indicadores de Precariedad Asalariada Multidimensional adaptada (IPAM)	La Confederación Sindical de Comisiones Obreras (CCOO, 2021) desarrolla 6 indicadores para analizar la precariedad laboral desde 3 dimensiones: empleo de bajos salarios (40%), inestabilidad en el empleo (20%) y otras carencias del empleo (40%); este último desglosado en jornada parcial involuntaria (10%), horas extras no pagadas (10%), jornada inestable (10%) y sobrecualificación (10%).
Salud mental y bienestar emocional	Cuestionario de Salud General-28 (GHQ-28)	Es una prueba que aporta una medida general de salud mental a través de 28 ítems Likert-4. Además de una puntuación total, el cuestionario se categoriza en cuatro subescalas (ansiedad-insomnio, depresión grave, síntomas somáticos y disfunción social). En su validación entre población española muestra un índice de fiabilidad por encima de 0,90 (a: 0,97) en todas las puntuaciones (Godoy-Izquierdo et al., 2002).
	Escala de Desesperanza (BHS)	Esta escala aporta una medida sobre las expectativas negativas hacia el futuro, siendo uno de los mejores predictores del riesgo de ideación de suicidio. Se utilizó la versión validada en población española por Aguilar García-Iturrospe et al. (1995). La versión validada presenta un índice de fiabilidad (a) de 0,82 a 0,84.
	Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)	Se trata de una prueba que aporta una medida de satisfacción con la vida a través de 5 ítems tipo Likert con siete opciones de respuesta que van desde totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (7). La versión validada en España (Vázquez et al., 2013) presenta un índice de fiabilidad (a) de 0,88.
Apoyo Social	Cuestionario de Apoyo Social (SSQ-6)	Este cuestionario ha sido validado con población joven en España, ofreciendo un buen índice de fiabilidad (a) de 0,96 (Martínez et al., 2010). En el presente estudio únicamente se utilizó la puntuación de satisfacción con el apoyo social percibido, medida a través de 6 ítems tipo Likert con seis opciones de respuesta que van desde muy insatisfecho (1) a muy satisfecho (6).



Anexo II: entidades participantes en las entrevistas semi-estructuradas.

Nº	Entidades
1	Fundación Juan Soñador
2	Servicio Público de Empleo de Castilla y León
3	YMCA España

Anexo III: entidades participantes en el grupo focales con profesionales.

Nº	Entidades
1	Asociación Amanecer
2	Entidad pública autonómica en defensa de los derechos de la juventud*

*La entidad desestima ser nombrada en el informe.



Informe investigación

SALUD MENTAL Y EMPLEABILIDAD JUVENIL EN CASTILLA Y LEÓN



empleo e
inclusión social



Patrocinio destacado



Patrocinador estándar

