

MARÍA URQUIJO RODRÍGUEZ

---

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS  
ENCUESTA RIESGOS PSICOSOCIALES *RIDERS*

*24 octubre 2025*

# ESTUDIO RIDERS CONDICIONES PSICOSOCIALES Y SALUD

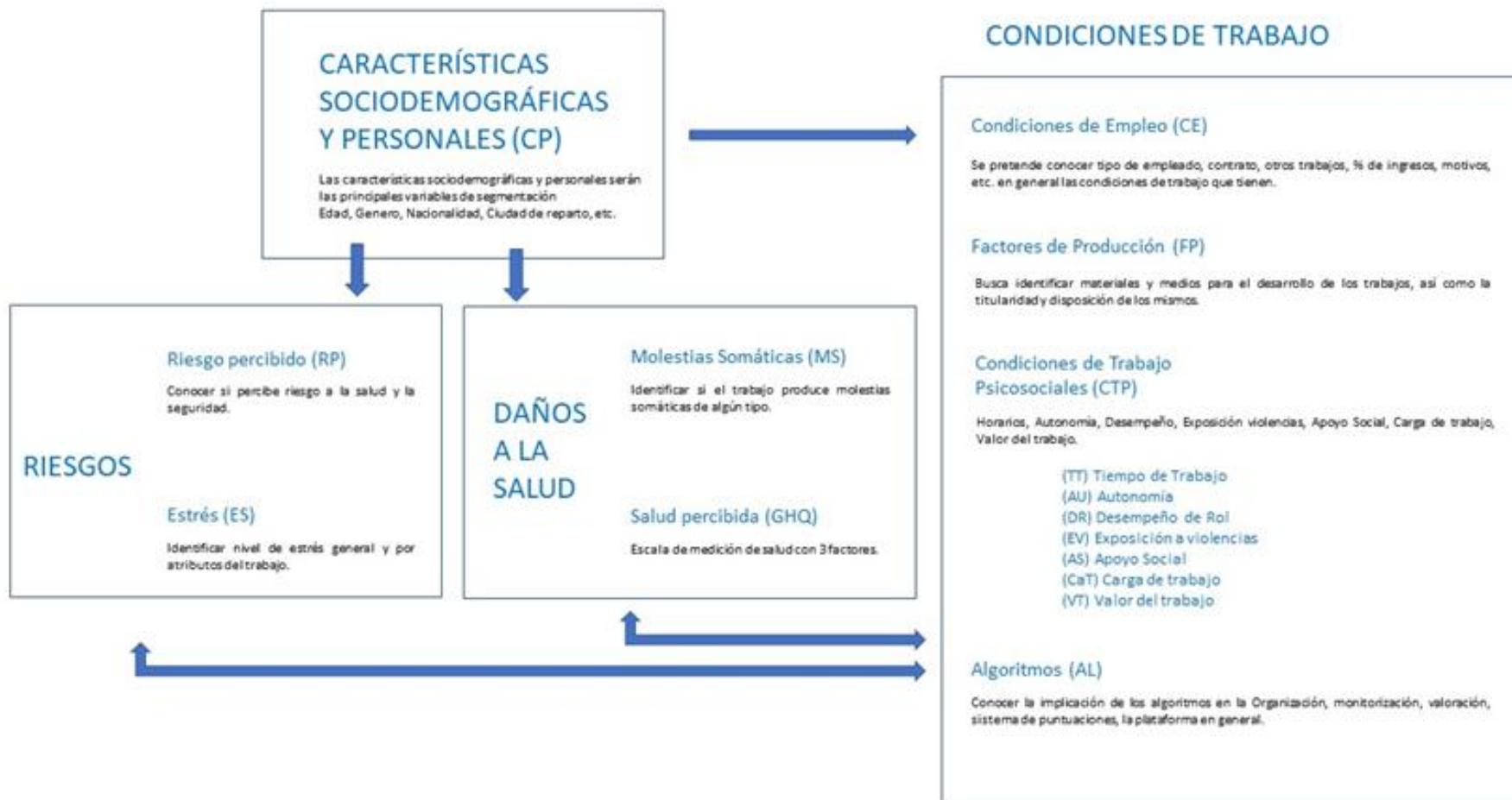
## Aproximación al colectivo y justificación

### PRIMERA FASE DE ESTUDIO

- Revisión bibliográfica de estudios publicados
- Revisión bibliográfica de recomendaciones metodológicas
- Revisión y análisis de encuestas de seguridad y salud

# ENCUESTA RIDERS MARCO CONCEPTUAL

## ESTUDIO RIDERS



## ELABORACIÓN DEL CUESTIONARIO

### Cuestionario inicial

60 preguntas

8 bloques

Características personales (CP)

Condiciones de empleo (CE):

Factores de producción (FP)

Condiciones trabajo psicosociales (CTP)

Algoritmos

Percepción riesgo

Estrés

Escala específica salud



Tiempo Trabajo (TT)  
Autonomía (AU),  
Desempeño de Rol (DR)  
Exposición violencias (EV)  
Apoyo social (AS)  
Carga trabajo (CaT)  
Valor del trabajo (VT)

### Cuestionario final

54 preguntas (tras pretest)

# ENCUESTA RIDERS EXTERNALIZACIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO

## DISEÑO DEL TRABAJO DE CAMPO. DIFICULTADES

Limitaciones para establecer la población objeto de estudio y selección muestral.

Dificultades:

- no hay un CNAE específico para el colectivo de repartidores
- trabajadores autónomos hasta la ley Rider

## EXTERNALIZACIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO

Base teórica. Transporte (2021). Digitalización y trabajo de plataformas digitales (2023).

Cuestionario prediseñado. 2022

Necesidad recursos externos para realizar el trabajo de campo.

# CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES

# ENCUESTA RIDERS

## CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



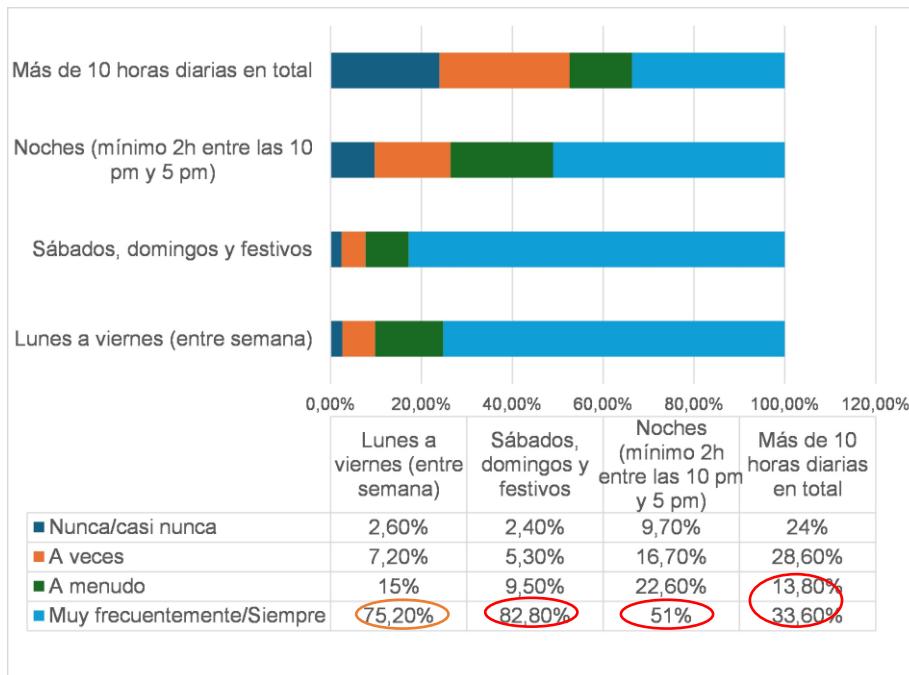
### CT PSICOSOCIALES: FACTOR TIEMPO DE TRABAJO

HORAS SEMANALES → DIFERENCIAS NACIONALIDAD Y SEXO

VARIABILIDAD HORARIOS

DISPONIBILIDAD CONTINUA

JORNADAS PROLONGADAS



#### DIFERENCIAS ESTADÍSTICAMENTE SIGNIFICATIVAS

##### Hombres:

Trabajan más por las noches.

Trabajan más horas diarias.

##### No nacionalidad española:

Realizan jornadas prolongadas con mayor frecuencia.

Trabajan más entre semana, fin de semana y festivos.

##### Autónomos y "otra relación laboral":

Trabajan más de noche.

Realizan jornadas prolongadas con mayor frecuencia.

Mayor autonomía temporal.

# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



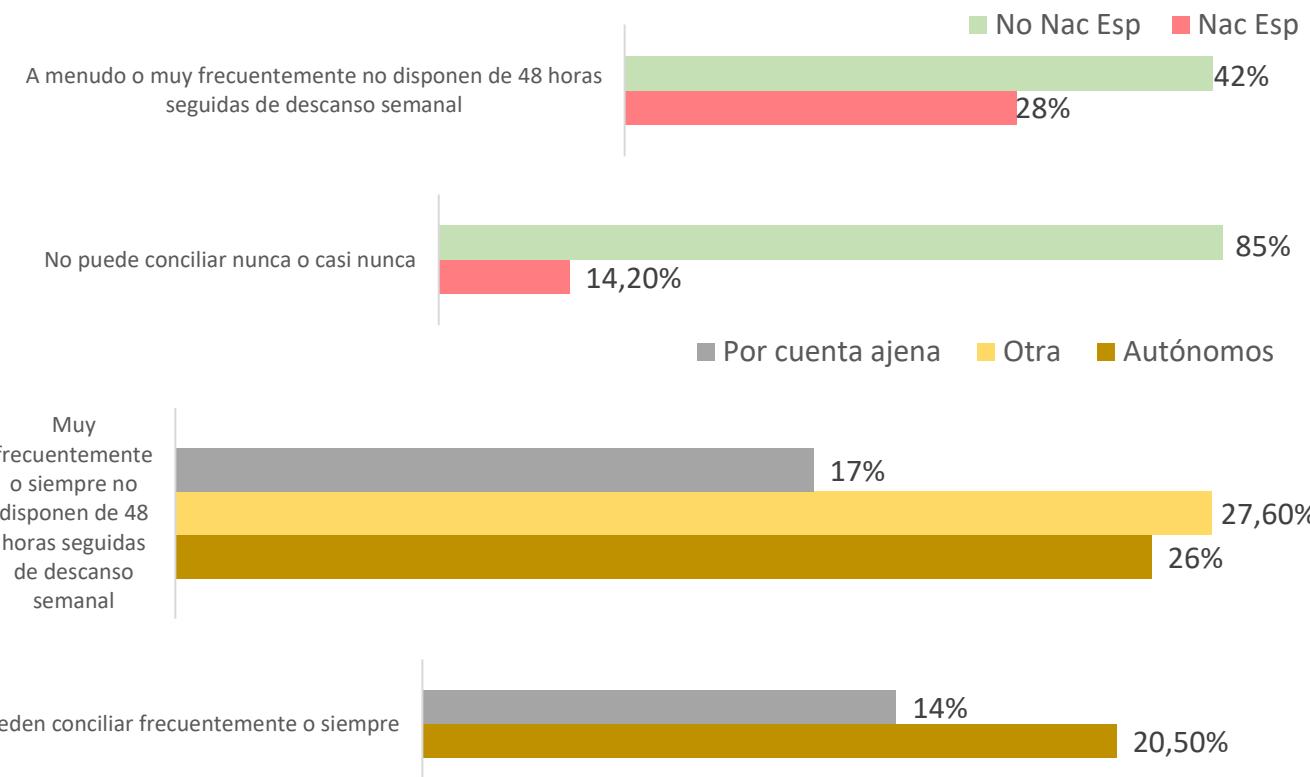
## CT PSICOSOCIALES: FACTOR TIEMPO DE TRABAJO

### DIFERENCIAS ESTADÍSTICAMENTE SIGNIFICATIVAS

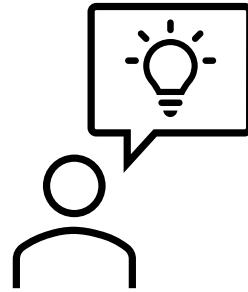
#### PROBLEMÁTICAS RECURRENTES

- Falta de horarios estables
- Carencia de descansos largos
- Dificultades para conciliar

	Puede conciliar vida laboral y familiar	Tener menos de 48 h. descanso/semana	Trabajar con horario estable
■ Nunca/casi nunca	21,90%	33,00%	18,50%
■ A veces	30,60%	25,50%	29,40%
■ A menudo	31%	14,30%	23,00%
■ Muy frecuentemente/Siempre	16,90%	23,30%	29%



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



**AUTONOMÍA a menudo/muy  
frecuentemente/siempre**

*Marcar el ritmo de trabajo: 78%*

*Cómo hacer el trabajo (itinerario, medio de  
transporte...): 68,6%*

*Cantidad de trabajo a realizar: 63 %*

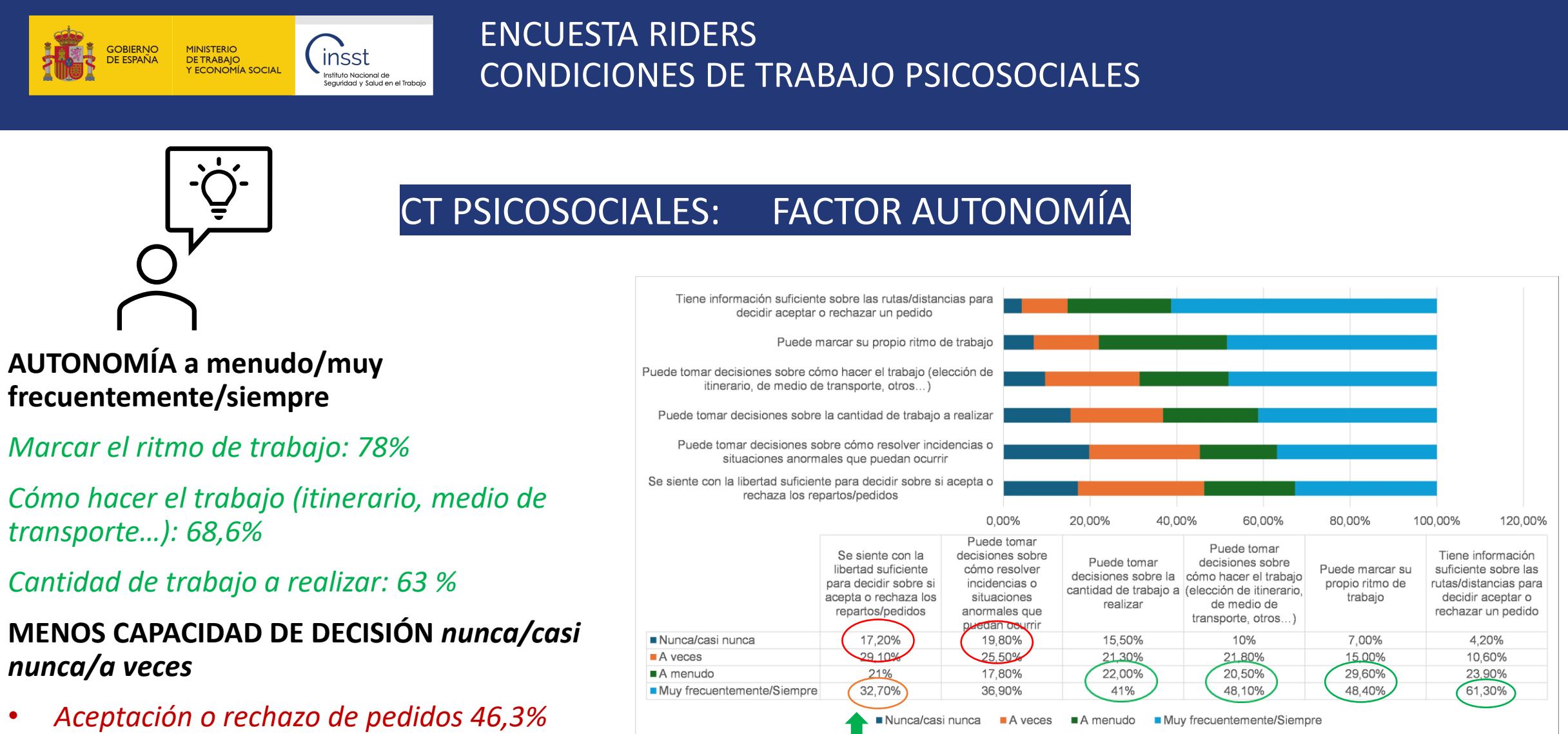
**MENOS CAPACIDAD DE DECISIÓN *nunca/casi  
nunca/a veces***

• *Aceptación o rechazo de pedidos 46,3%*

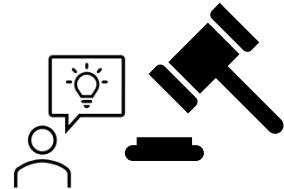
**PENALIZACIONES (algoritmos PDT)**

• *Resolución de incidencias 45,3%*

## CT PSICOSOCIALES: FACTOR AUTONOMÍA



*Solo 32,7% frecuentemente con la libertad suficiente para decidir si  
acepta o rechaza los repartos (61% conoce rutas y distancias antes)*



## CT PSICOSOCIALES: FACTOR AUTONOMÍA

### CAUSAS

HA SIDO PENALIZADO AL MENOS 1 VEZ

**81,9%** por rechazar repartos/pedidos

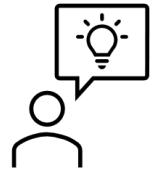
**73,1%** por retrasos en las entregas

### TIPOS DE PENALIZACIONES

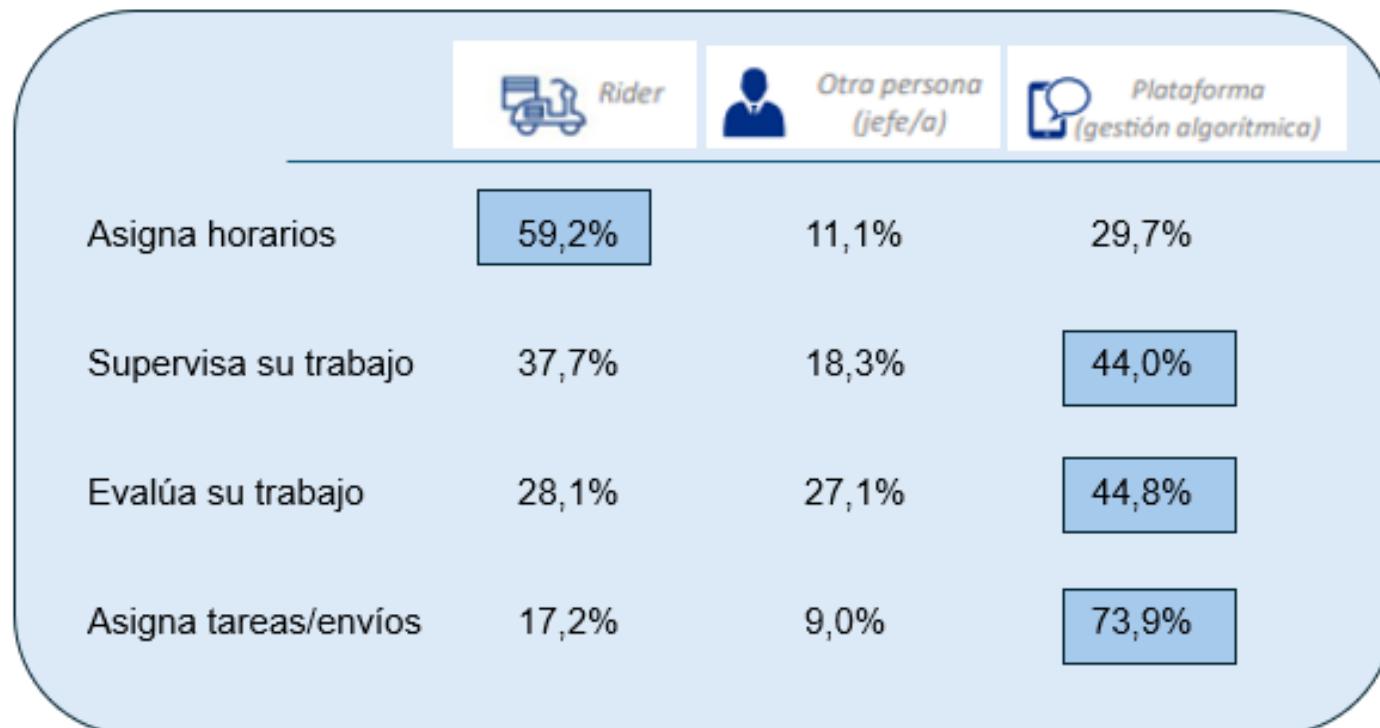
- Bloqueo de cuenta
- Penalizaciones económicas
- Trabajar en días concretos (mayor demanda)
- Restricciones en franjas horarias específicas
  - No recibir encargos en ciertas áreas geográficas

*PDT: Imposición de tiempos estrictos en las entregas, sin considerar factores externos como el tráfico, el clima o problemas logísticos.*

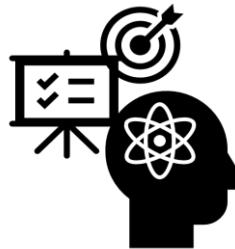
# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



## CT PSICOSOCIALES: FACTOR AUTONOMÍA



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



## CT PSICOSOCIALES: FACTOR DESEMPEÑO DE ROL

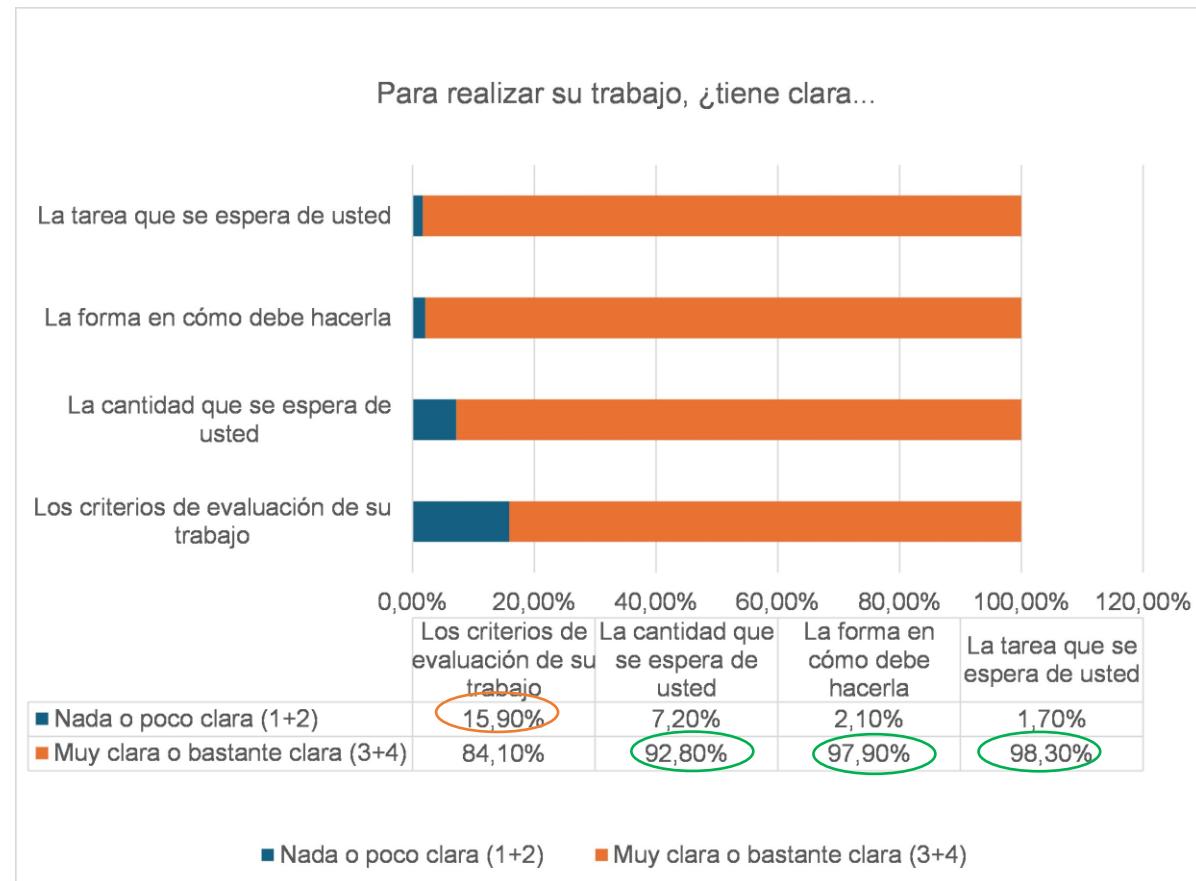
### CLARIDAD DE ROL

Tienen claras

- ✓ las tareas que se esperan de ellos.
- ✓ cómo deben llevarlas a cabo.
- ✓ la cantidad de trabajo a realizar.

INCERTIDUMBRE

- Criterios de evaluación de su desempeño



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



## CT PSICOSOCIALES: FACTOR DESEMPEÑO DE ROL

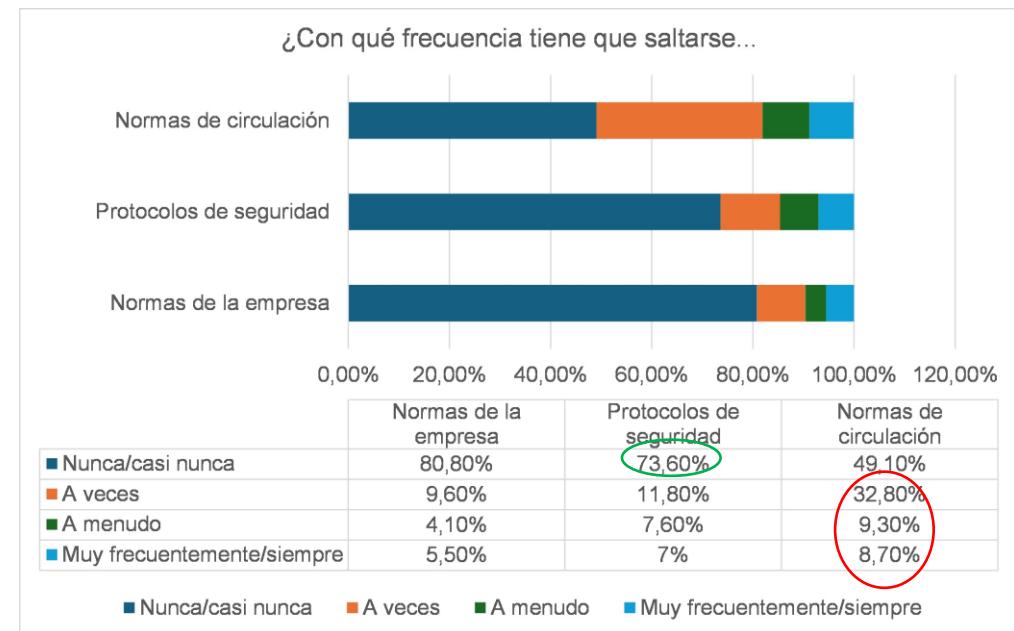
### CONFLICTO DE ROL

#### Incumplimiento de normas de circulación

Por cumplimiento de tareas (CT) en plazos asignados (TT). Gestión algorítmica

#### Protocolos seguridad

Responsabilidad elevada (26'4% incumple)



#### Cumplimiento de las normas de la empresa

19,2% incumple por dificultades adaptarse a PDT

#### NO uso elementos de protección

46% de los que NO cumplen normas trabajo

40'7% de los que NO cumplen normas circulación

# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES

## CT PSICOSOCIALES: FACTOR APOYO SOCIAL

FUENTE DE AFECTO CONTROL Y AYUDA

TENSIÓN Y ESTRÉS: RELACIONES CONFLICTIVAS O FALTA  
APOYO SOCIAL

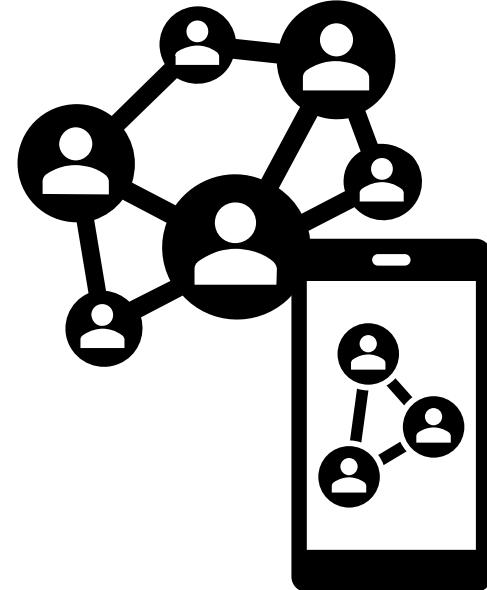
Percepción positiva relaciones entre *riders*

*82,1% considera que puede contar con el apoyo de  
compañeros/as*

Menor percepción apoyo de jefes/as, plataforma (empresa)

*40,2% percibe que puede contar con el apoyo de un jefe/a o  
encargado/a*

*50,1% considera que puede contar con el apoyo de la  
plataforma principal en la que trabaja*



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



## CT PSICOSOCIALES: FACTOR APOYO SOCIAL

### RELACIÓN ENTRE COMPAÑEROS

Mayoría buena (54,4%) o muy buena (33,2%)

7,8% no tiene relación

### NO NACIONALIDAD ESPAÑOLA

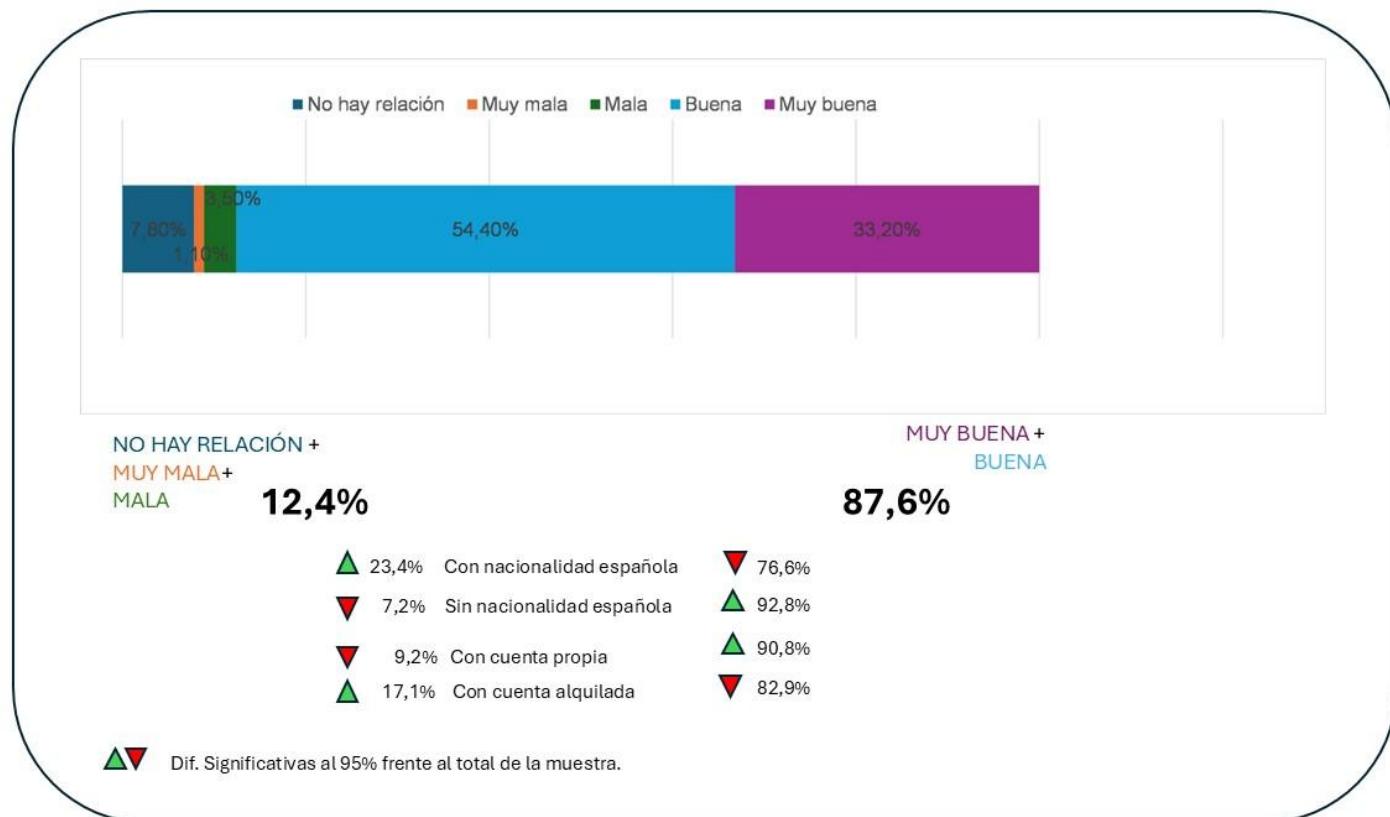
- Más apoyo de compañeros y menos de jefes/as
- Valoran más relación con otros *riders*

### NO TIENEN CUENTA PROPIA

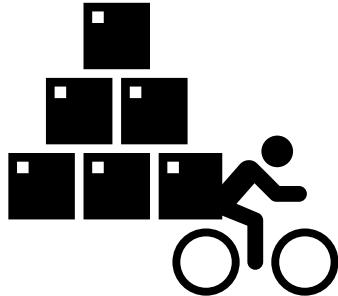
- Valoran menos relación con compañeros

### EDAD Y GÉNERO

- Mayores se apoyan menos en compañeros
- Mujeres se apoyan más en empresa y jefes/as



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



TRABAJAR CON RAPIDEZ Y/O PLAZOS  
AJUSTADOS

AUMENTAR EL RITMO DE TRABAJO

ATENDER A VARIAS TAREAS AL MISMO  
TIEMPO



60,7% SIMULTANEAEMENTE

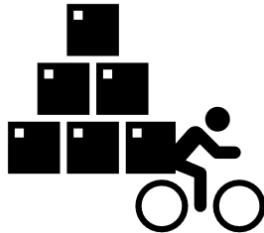
## CT PSICOSOCIALES: FACTOR CARGA DE TRABAJO



	Atender varias tareas al mismo tiempo	Ocultar emociones y sentimientos ante compañeros, clientes	Acelerar el ritmo de trabajo	Trabajar con rapidez y/o plazos ajustados
Nunca/casi nunca	18,20%	20,90%	2,10%	4,70%
A veces	17,30%	19%	10,80%	12,60%
A menudo	16,30%	12,80%	15,40%	11,10%
Casi siempre	17,70%	13,20%	25%	23,30%
Siempre	30,60%	34,10%	46,60%	48,40%

■ Nunca/casi nunca   ■ A veces   ■ A menudo   ■ Casi siempre   ■ Siempre

# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES

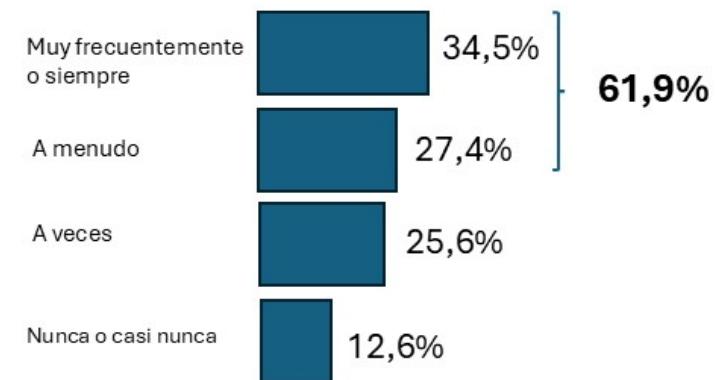


## CT PSICOSOCIALES: FACTOR CARGA DE TRABAJO

### CANTIDAD DE TRABAJO



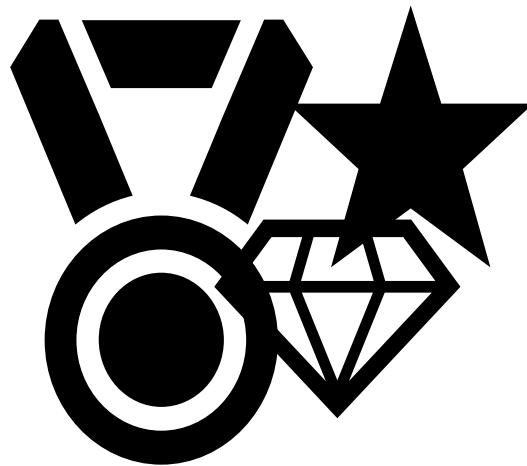
### CANTIDAD IRREGULAR O IMPREVISIBLE



▲ Dif. Significativas al 95% frente al total de la muestra.

# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES

## CT PSICOSOCIALES: FACTOR VALOR DEL TRABAJO



### APORTACIÓN DEL TRABAJO A LA PERSONA

Compensación económica  
Recompensas  
Reconocimiento social

*16% reconocimiento de todas las fuentes*

*46,20 % no percibe fuentes de reconocimiento del trabajo*

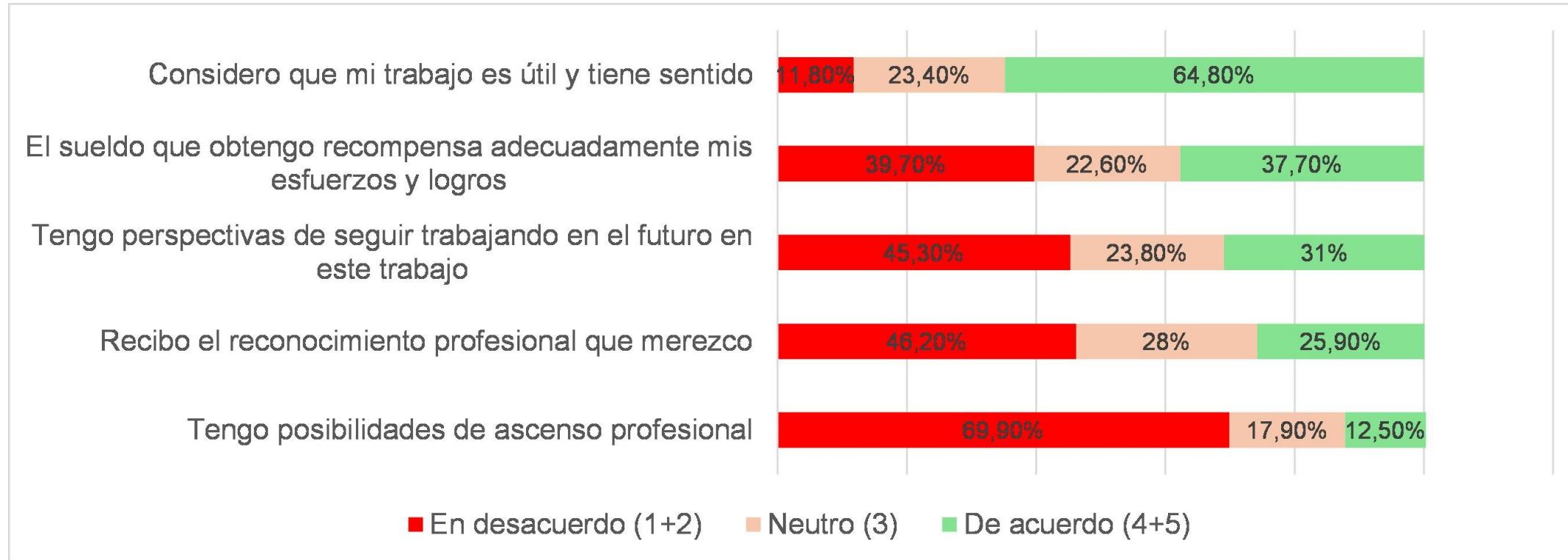
### FUENTES DE RECONOCIMIENTO



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



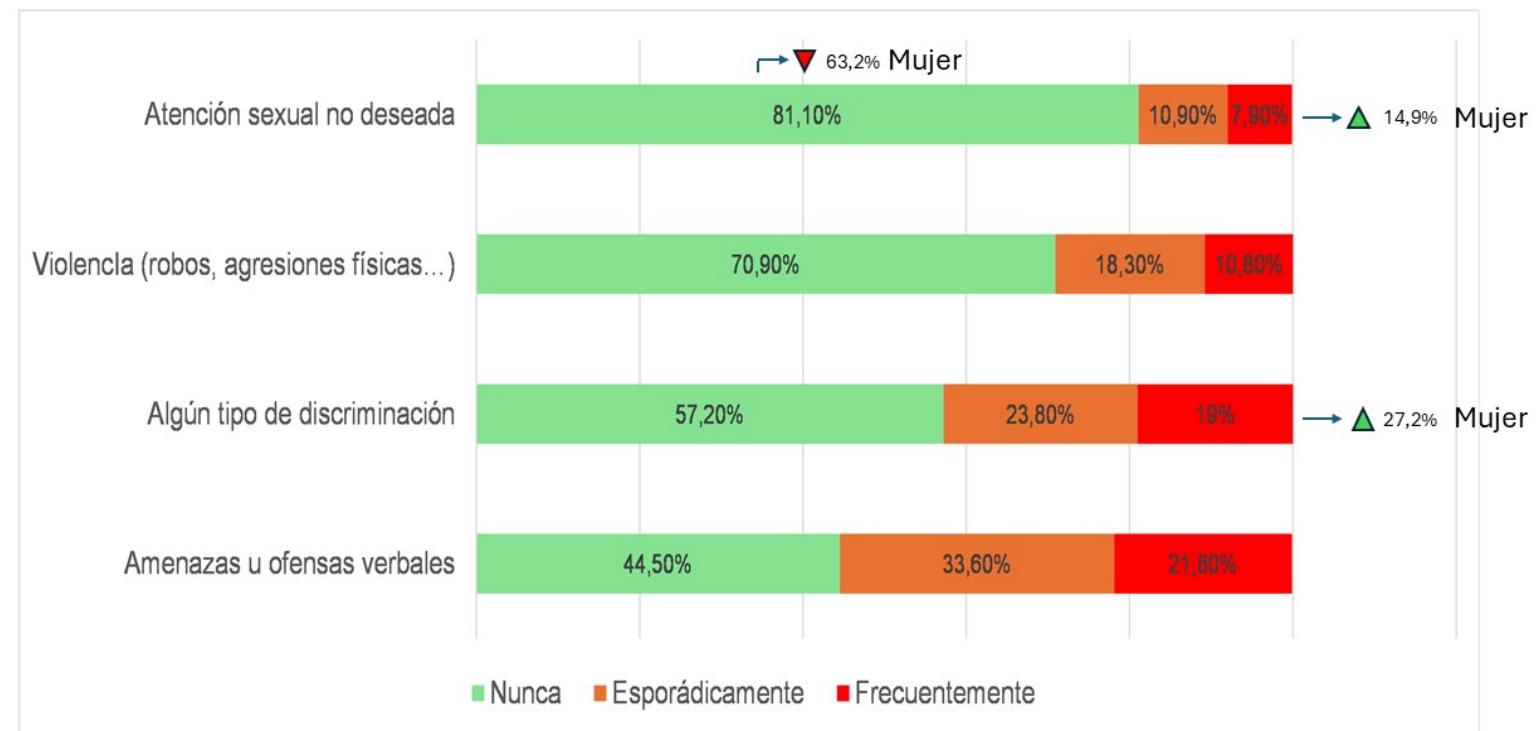
## CT PSICOSOCIALES: FACTOR VALOR DEL TRABAJO



# ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES

## CT PSICOSOCIALES: FACTOR EXPOSICIÓN A VIOLENCIAS

### PERCEPCIÓN DE EXPOSICIÓN A VIOLENCIA



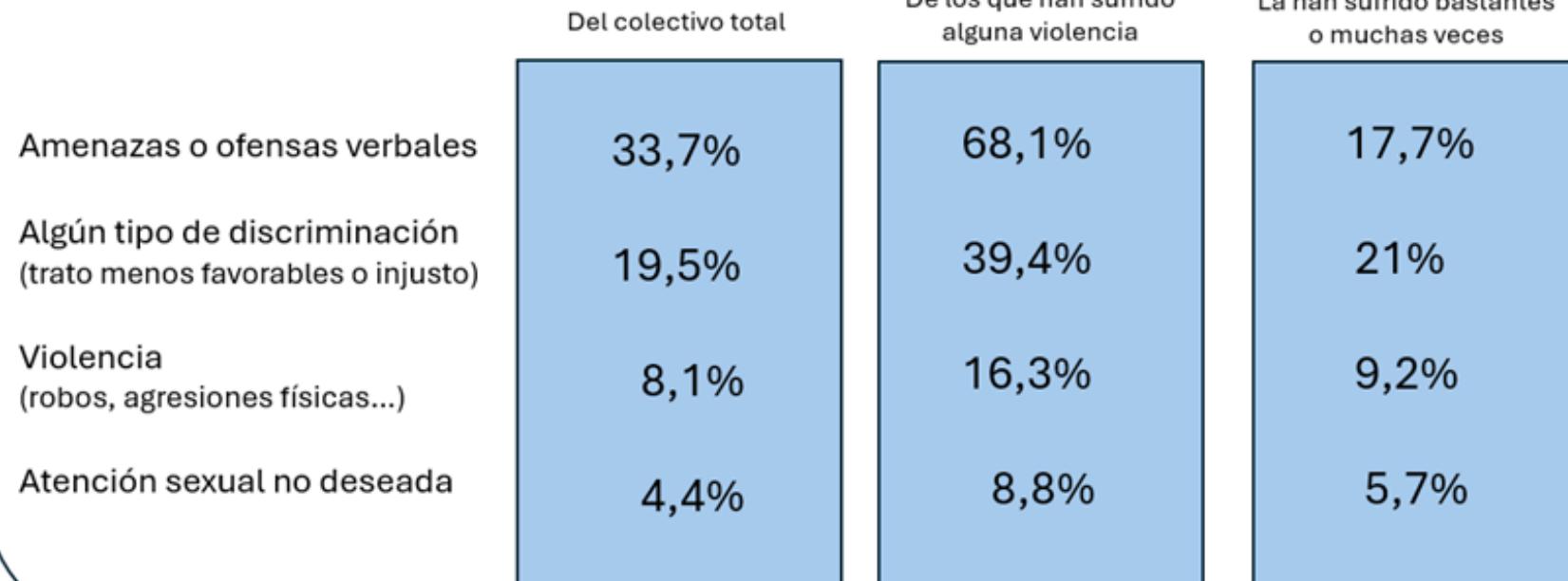
## PREVALENCIA ÚLTIMOS 6 MESES

*DIFERENCIAS POR  
SEXO, EDAD,  
NACIONALIDAD,  
ANTIGÜEDAD Y TIPO  
DE RELACIÓN LABORAL*

## CT PSICOSOCIALES: FACTOR EXPOSICIÓN A VIOLENCIAS

**49,5%**

Ha sufrido alguna violencia en los últimos 6 meses



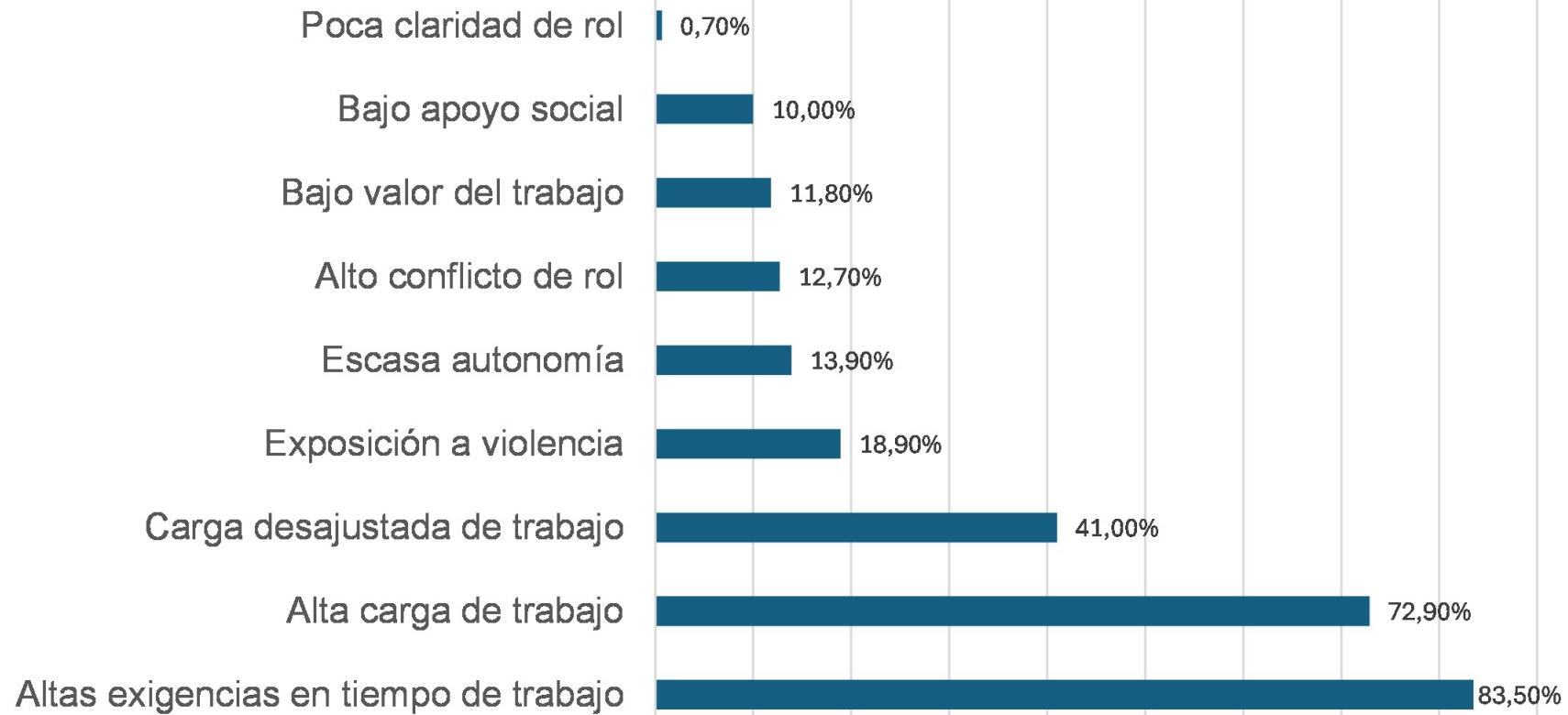
# EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN GENERAL

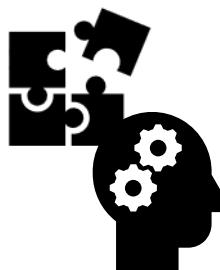


### Casos expuestos colectivo global

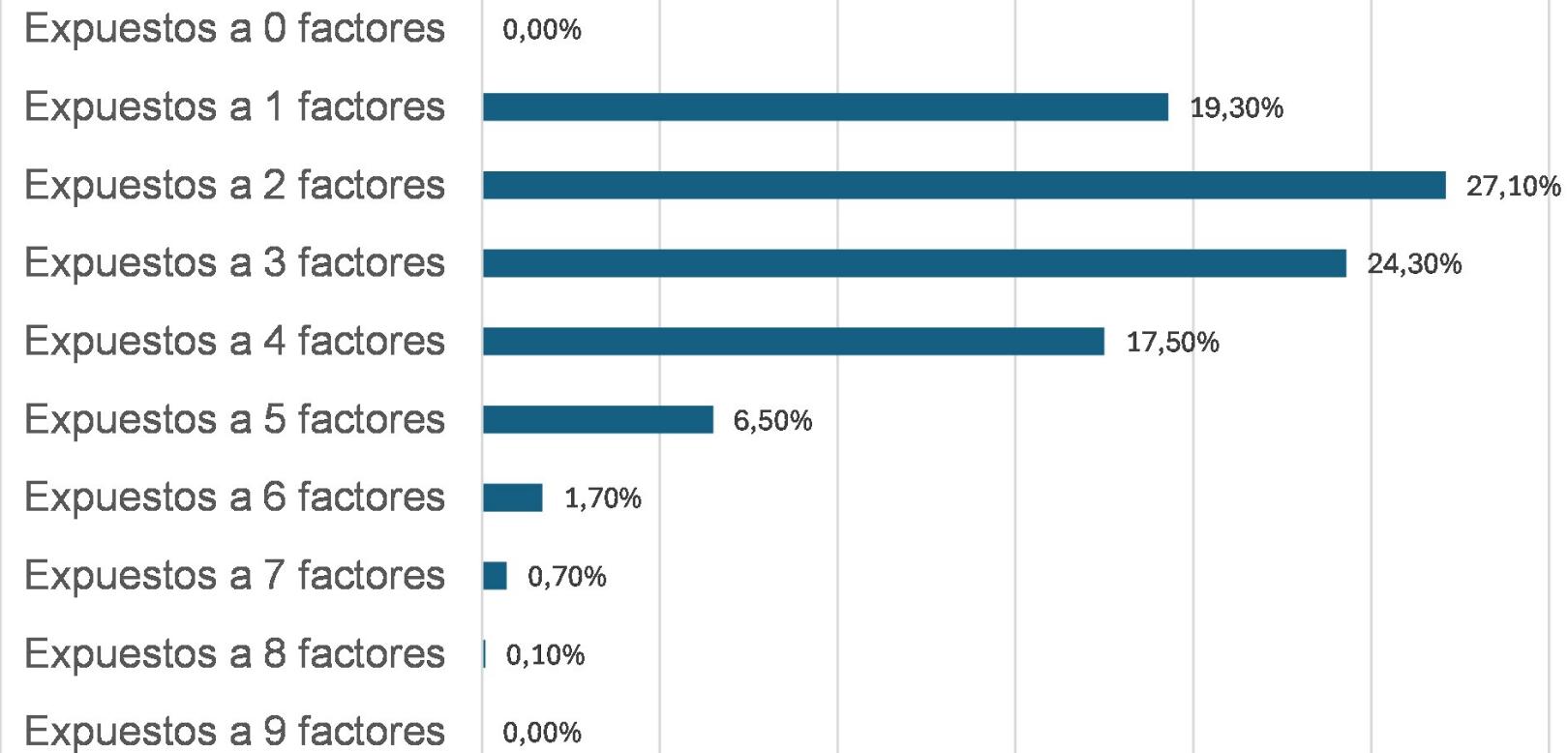


# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN MÚLTIPLE



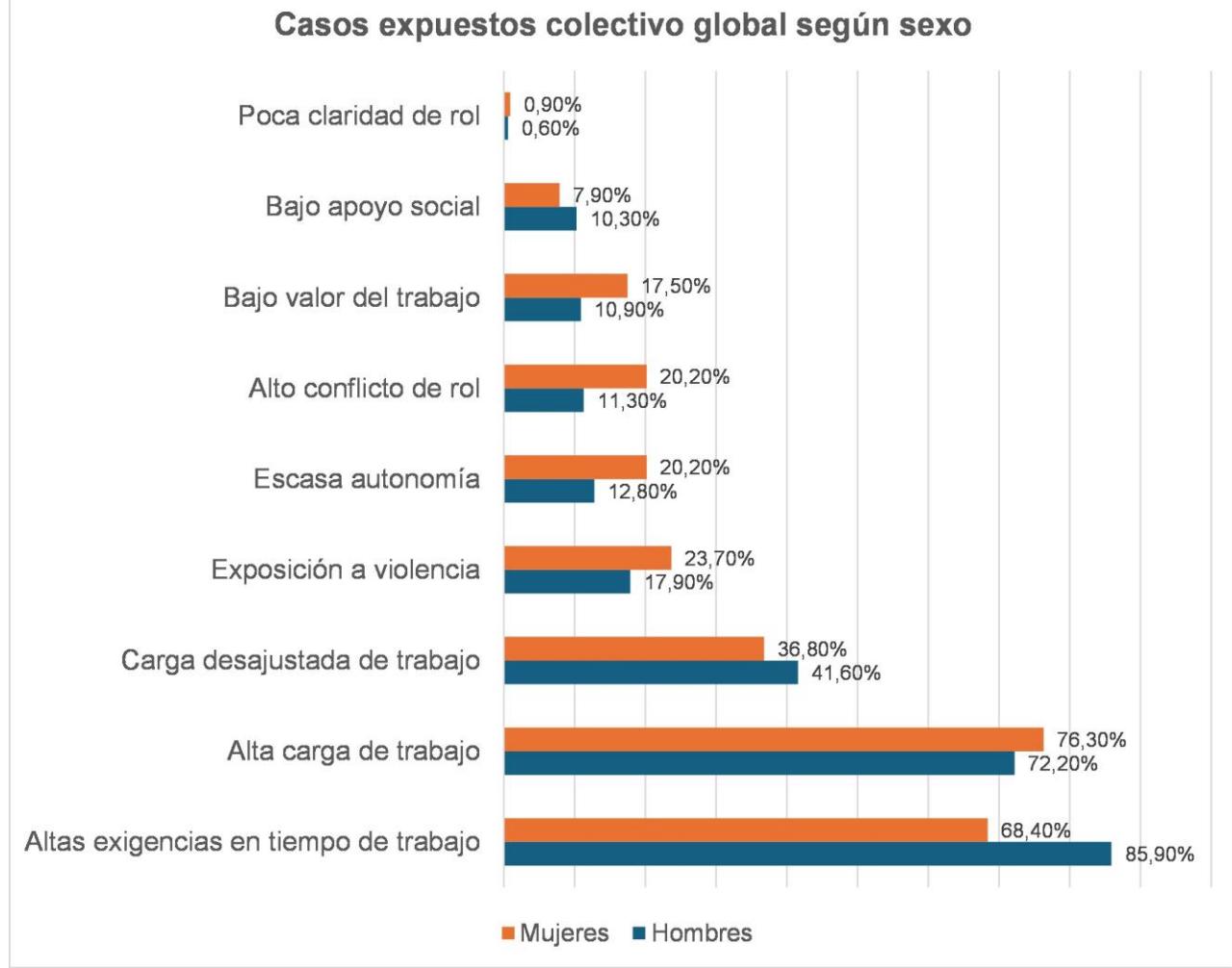
### Exposición múltiple colectivo global



# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN POR VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

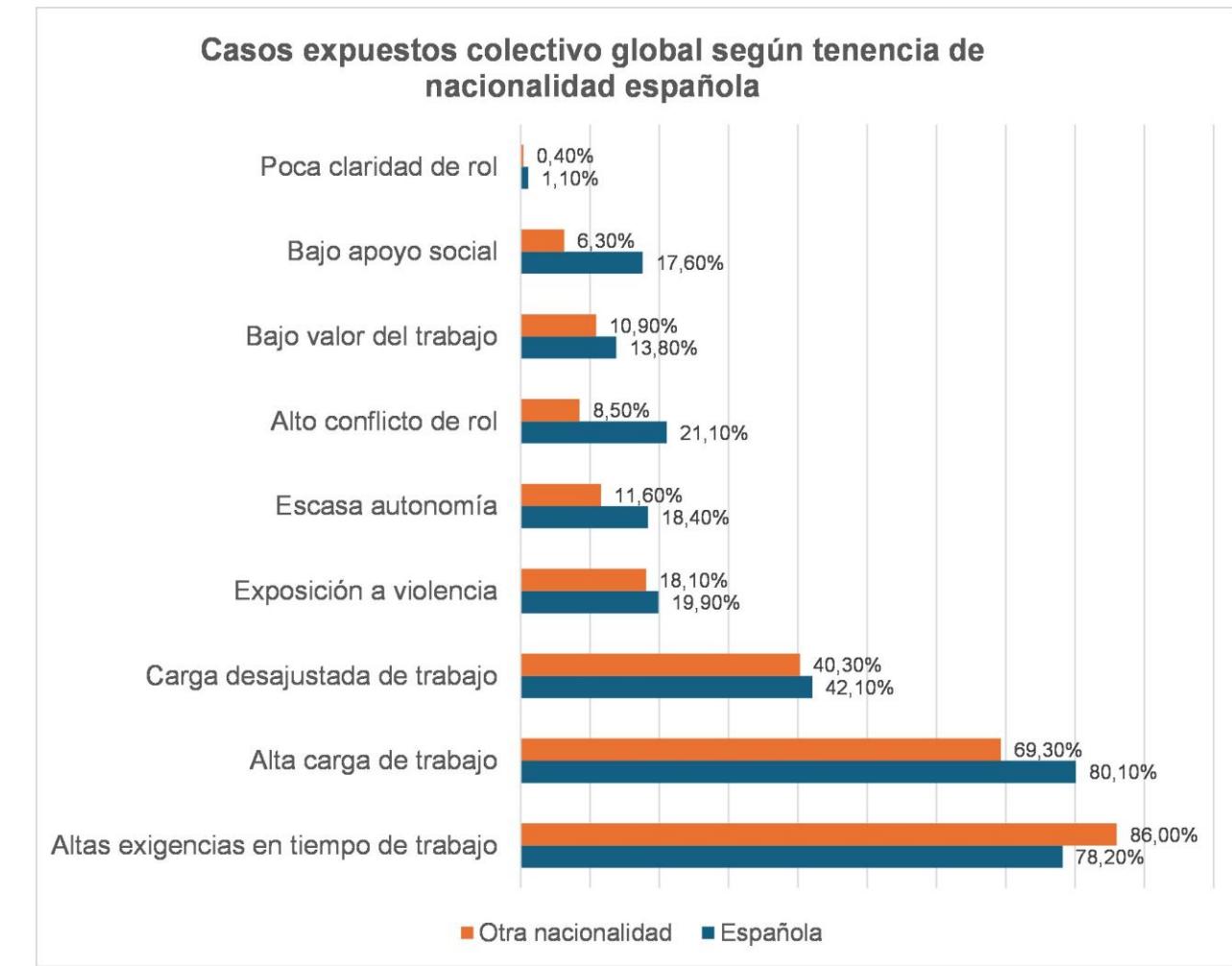
SEXO



# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN POR VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

NACIONALIDAD

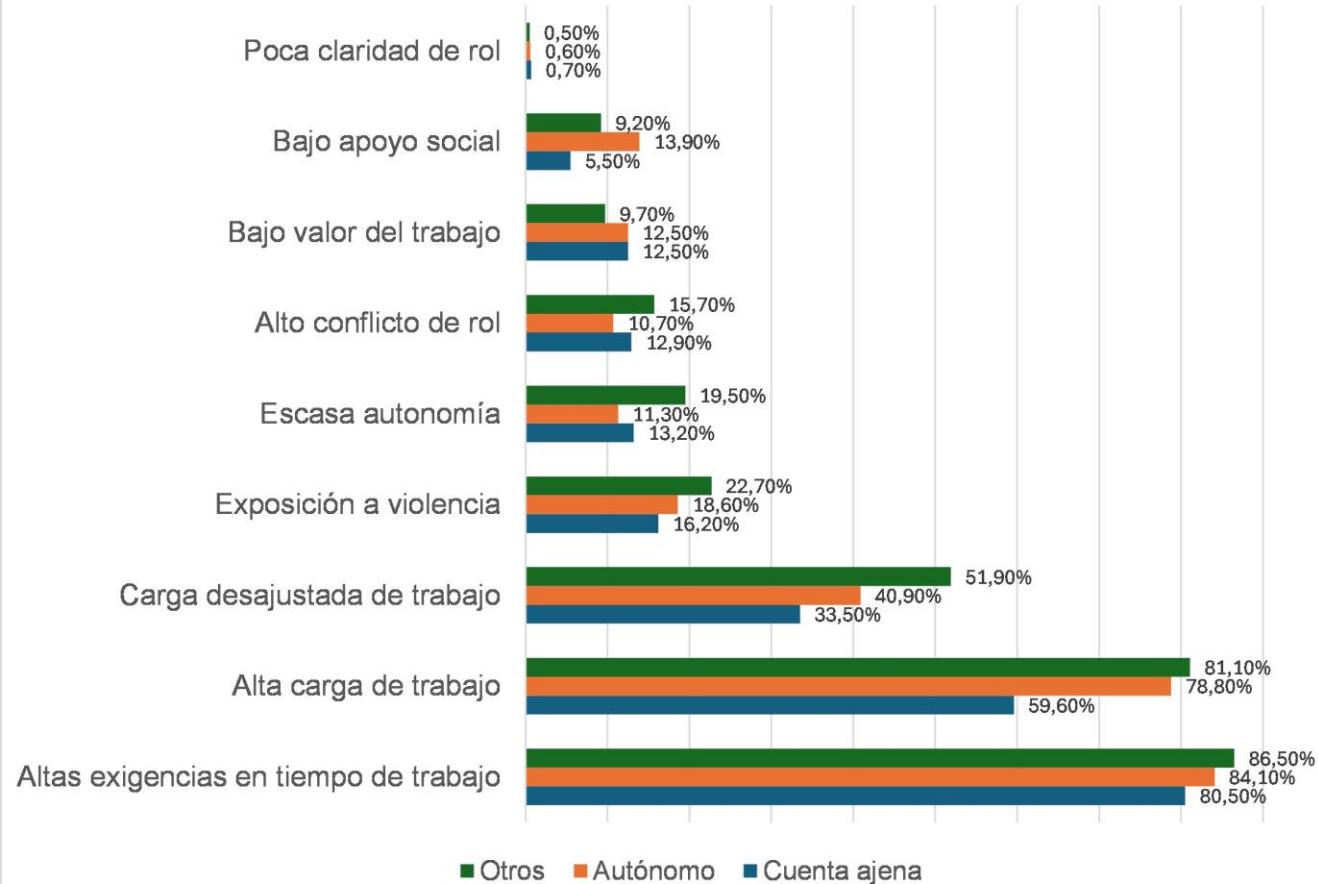


# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN POR VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

### RELACIÓN LABORAL

Casos expuestos colectivo global según la relación laboral

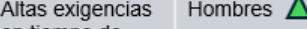
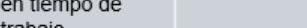
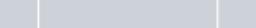
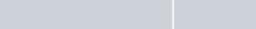
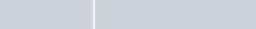
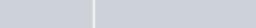
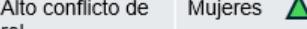
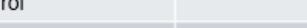
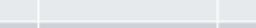
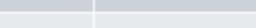
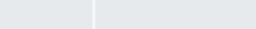
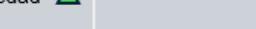
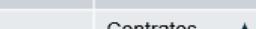
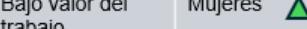
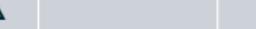


# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN POR VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Diferencias  
estadísticamente  
significativas

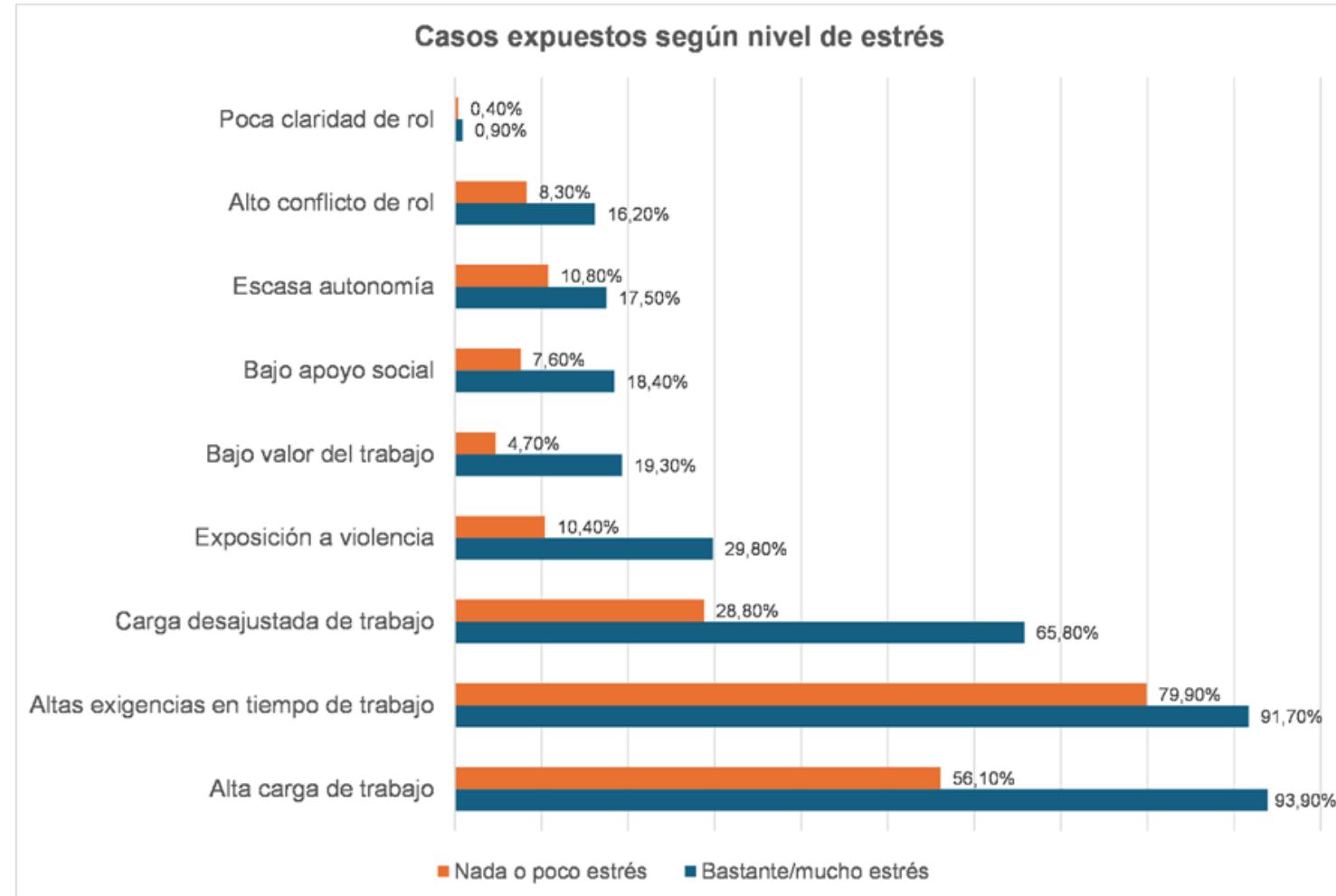
### Factores de riesgo y variables sociodemográficas Diferencias estadísticamente significativas.

Factor de riesgo	Sexo	Nacionalidad	Relación laboral	Edad	Tipo de contrato
Altas exigencias en tiempo de trabajo	Hombres  	No  			
Escasa autonomía	Mujeres 	Sí  	Otras 	Cuanto más joven 	
Poca claridad de rol					
Alto conflicto de rol	Mujeres  	Sí  			
Exposición a violencia					
Bajo apoyo social		Sí  	Autónomos  		
Alta carga de trabajo		Sí  	Otros Autónomos  	A más edad 	
Carga desajustada de trabajo			Otros Autónomos  		Contratos temporales  
Bajo valor del trabajo	Mujeres 				Contratos temporales 

 Dif. Significativas al 95%.  
 Dif. Significativas al 99%

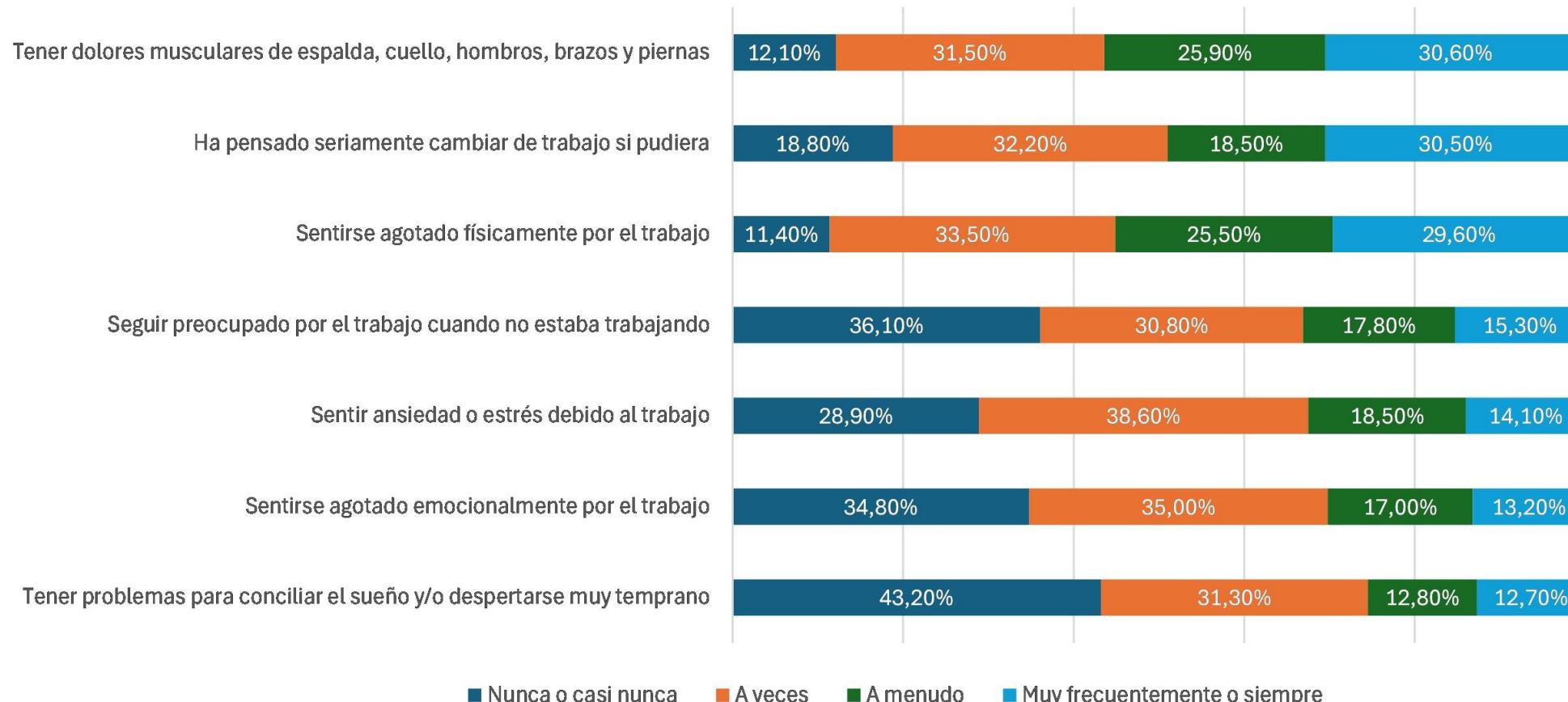
# ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

## EXPOSICIÓN Y NIVEL DE ESTRÉS



# DAÑOS A LA SALUD

## Sintomatología asociada a estrés en los últimos seis meses



## SEXO

### HOMBRES

55,4%	Dolores musculares
54,5%	Agotamiento físico
47,8%	Pensamiento cambiar de trabajo
32,5%	Preocupación tras el trabajo
31,5%	Ansiedad o estrés
29,1%	Agotamiento emocional
23,3%	Trastornos del sueño

### MUJERES

Dolores musculares	63,2%
Agotamiento físico	58,8%
Pensamiento cambiar de trabajo	56,1%
Ansiedad o estrés	39,5%
Trastornos del sueño	38,6%
Agotamiento emocional	36,8%
Preocupación tras el trabajo	36,0%

% de respuesta A menudo +Muy frecuentemente o siempre

## NACIONALIDAD

### DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS (mayor frecuencia)

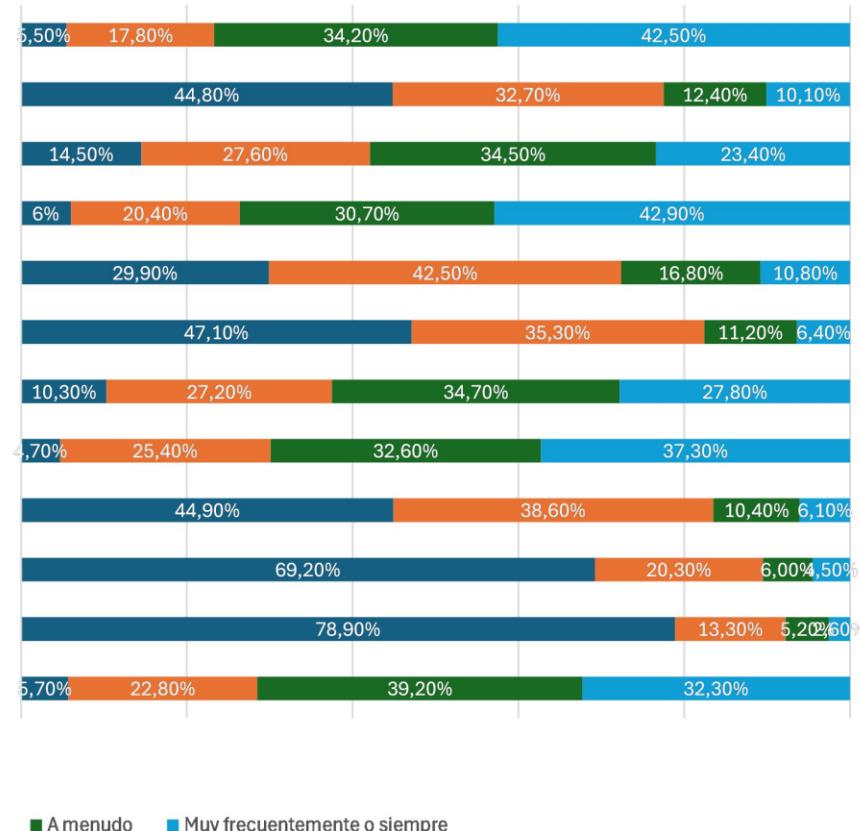
Nacionalidad española  
**AGOTAMIENTO EMOCIONAL,  
ESTRÉS Y ANSIEDAD**

NO Nacionalidad española  
**AGOTAMIENTO FÍSICO Y  
DOLORES MUSCULARES**

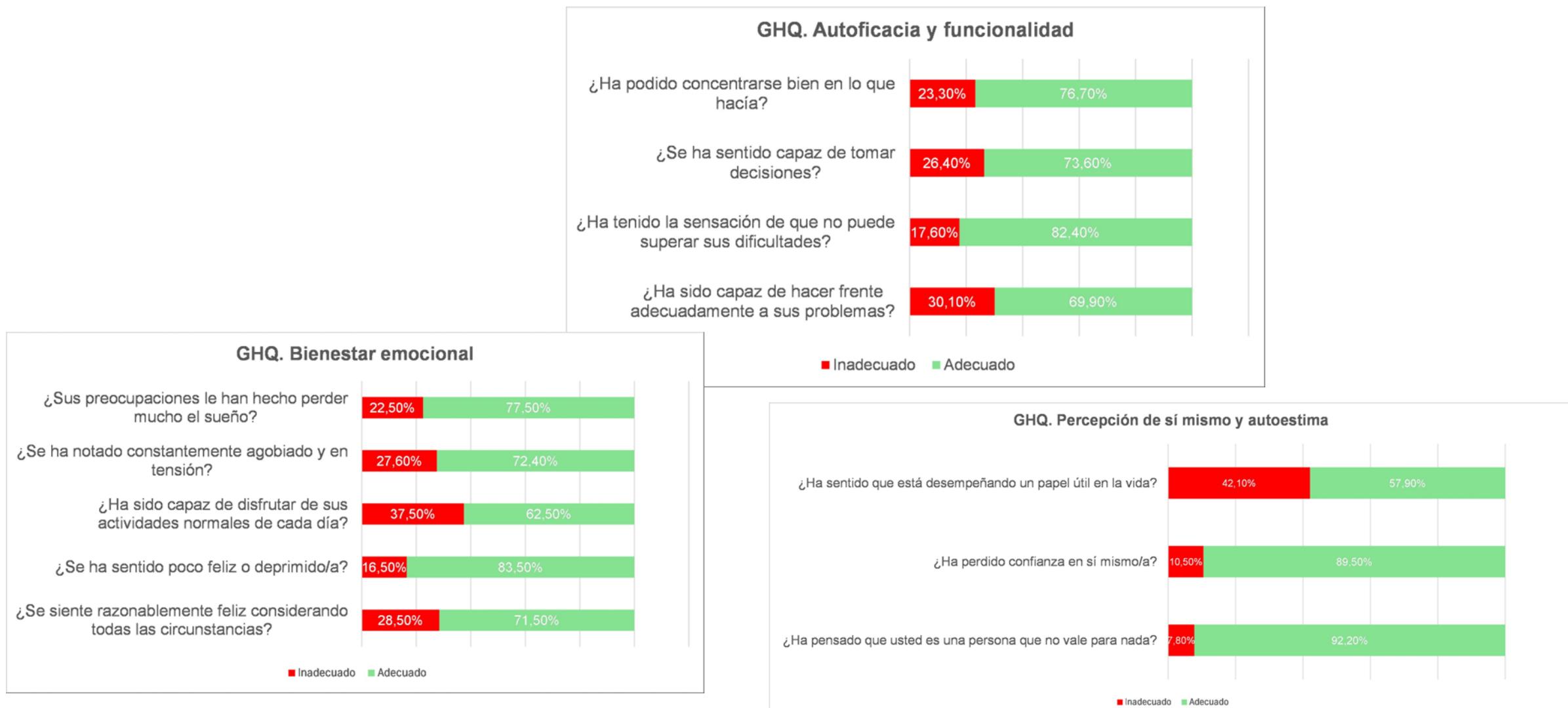
## Salud percibida. General Health Questionnaire (GHQ-12)

- ¿Ha podido concentrarse bien en lo que hacía?
- ¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho el sueño?
- ¿Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida?
- ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?
- ¿Se ha notado constantemente agobiado y en tensión?
- ¿Ha tenido la sensación de que no puede superar sus dificultades?
- ¿Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día?
- ¿Ha sido capaz de hacer frente adecuadamente a sus problemas?
- ¿Se ha sentido poco feliz o deprimido/a?
- ¿Ha perdido confianza en sí mismo/a?
- ¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?
- ¿Se siente razonablemente feliz considerando todas las circunstancias?

### GHQ. Frecuencia sentimientos últimas semanas

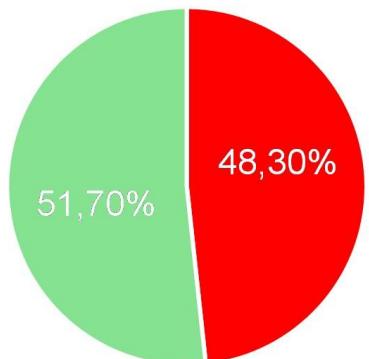


# ENCUESTA RIDERS DAÑOS A LA SALUD

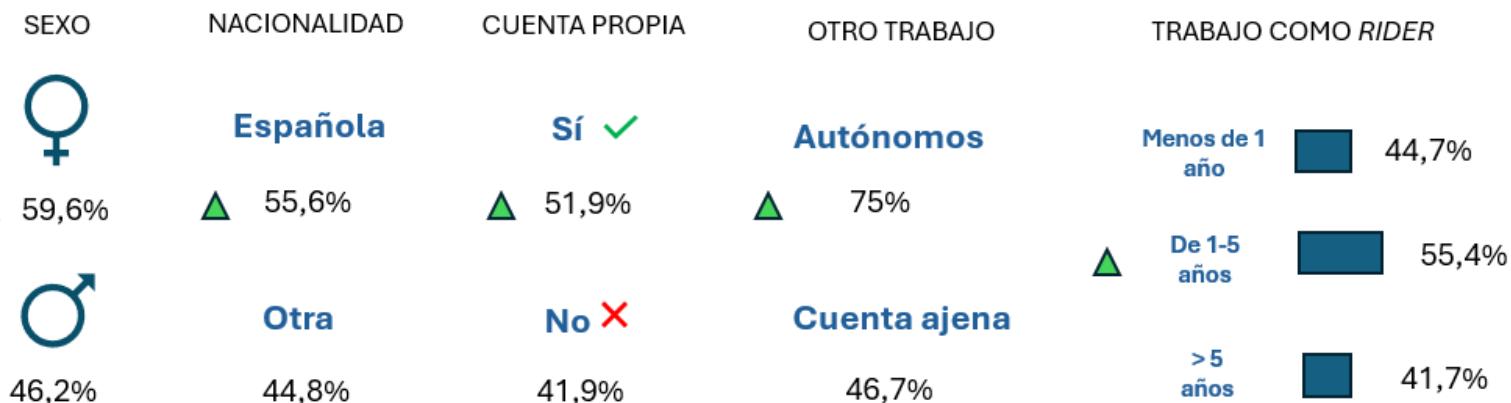


ENCUESTA RIDERS  
DAÑOS A LA SALUD

## GHQ. Caso/no caso

**48,3%**

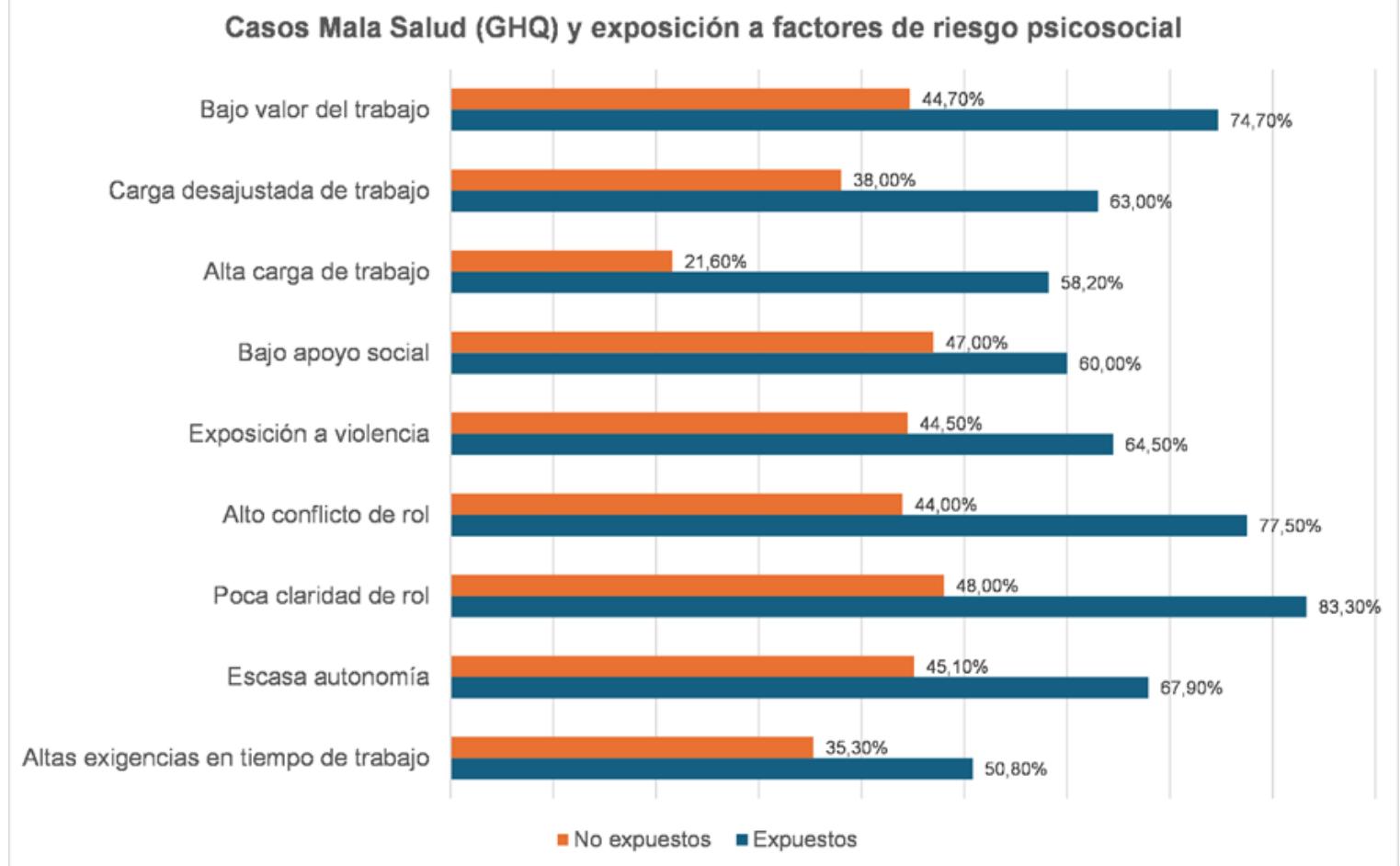
Mala salud (caso)



Dif. Significativas, como mínimo, al 95%.

## Mala salud y estrés

### Mala salud y exposición a FRP



# Muchas gracias