

MARÍA URQUIJO RODRÍGUEZ

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS ENCUESTA RIESGOS PSICOSOCIALES *RIDERS*

24 octubre 2025





ESTUDIO RIDERS CONDICIONES PSICOSOCIALES Y SALUD

Aproximación al colectivo y justificación

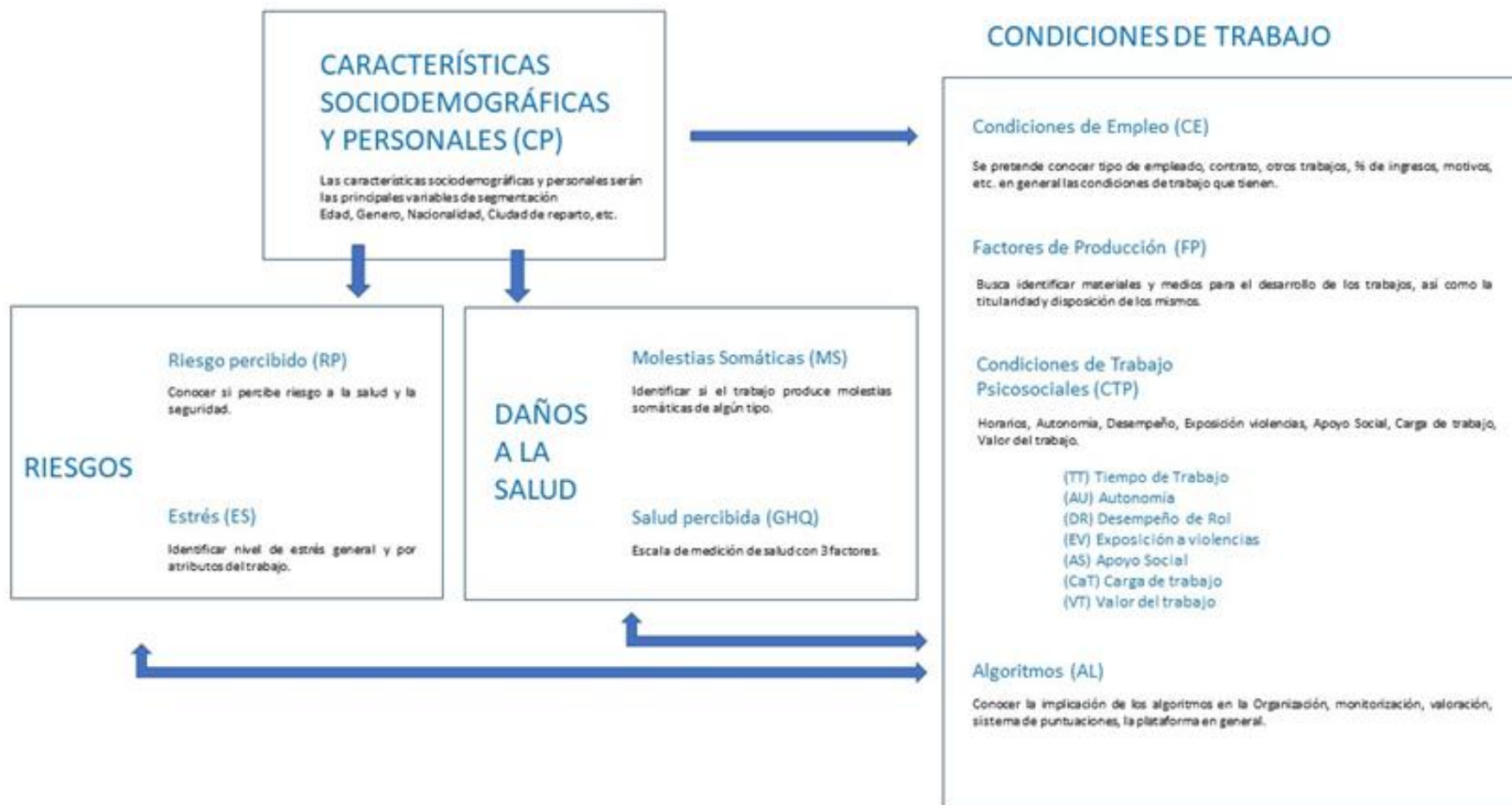
PRIMERA FASE DE ESTUDIO

- 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)

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



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



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.

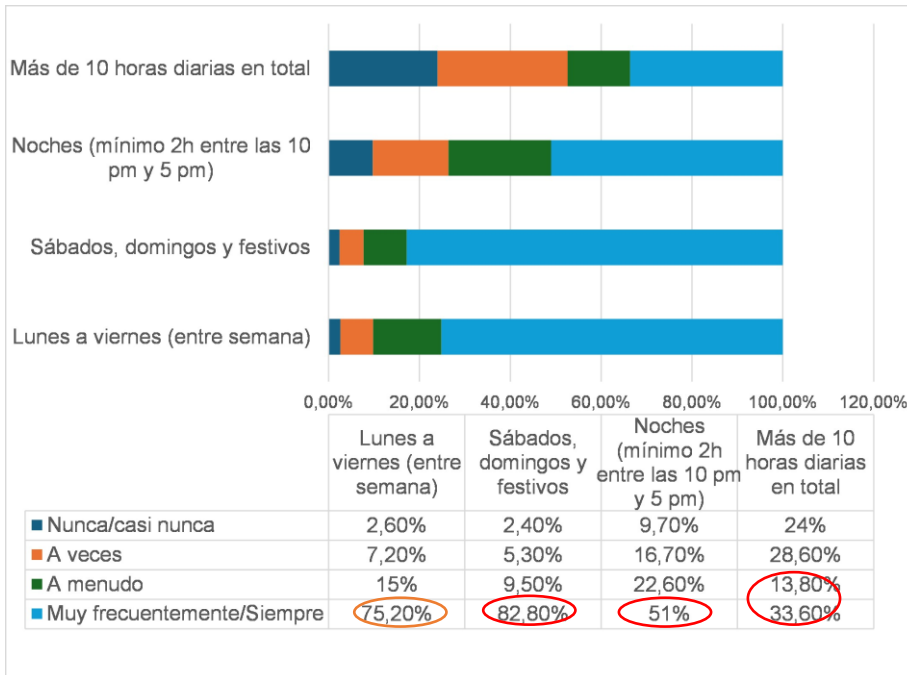
Trabajan más entre semana, fin de semana y festivos.

Autónomos y "otra relación laboral":

Trabajan más de noche.

Realizan jornadas prolongadas con mayor frecuencia.

Mayor autonomía temporal.





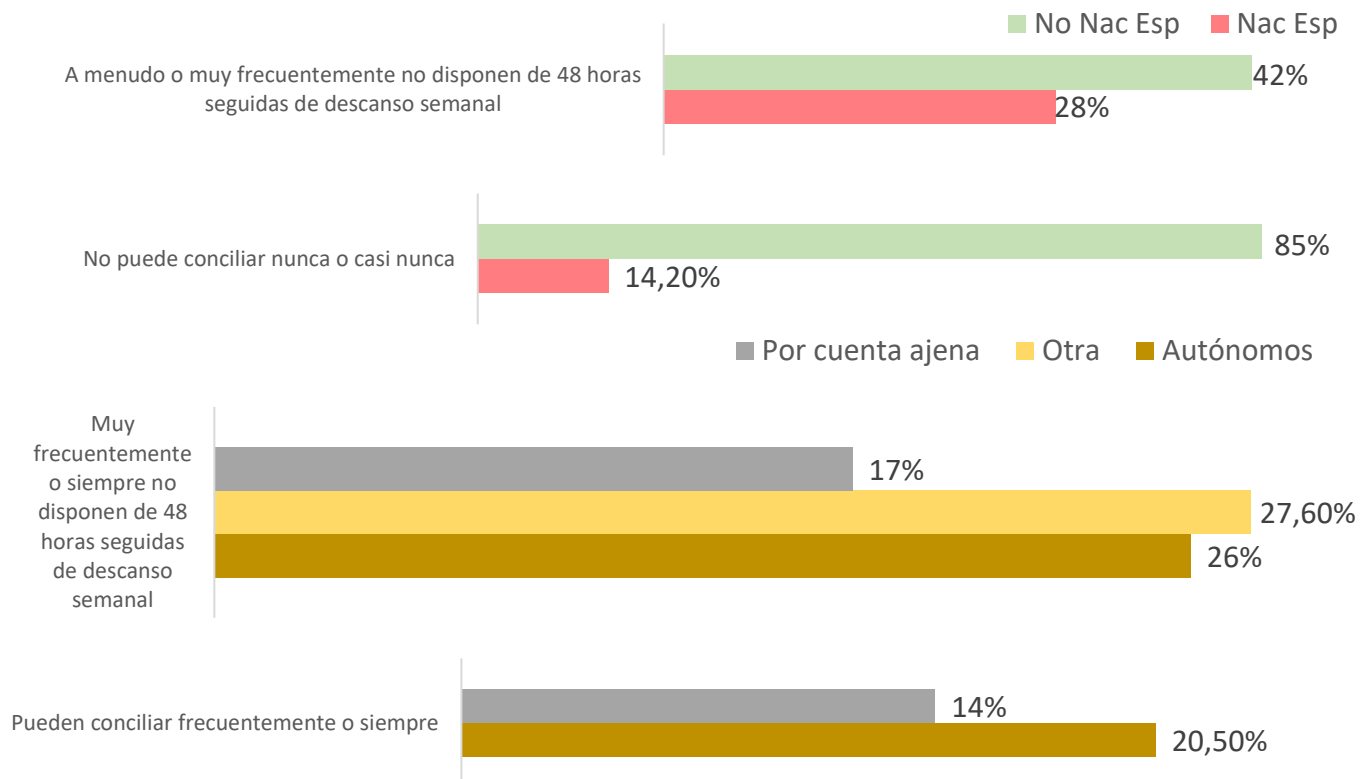
CT PSICOSOCIALES:
FACTOR TIEMPO DE TRABAJO

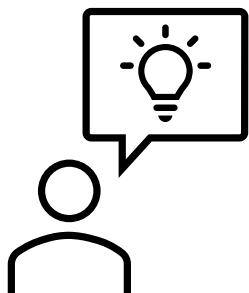
PROBLEMÁTICAS RECURRENTES

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%

DIFERENCIAS ESTADÍSTICAMENTE SIGNIFICATIVAS





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 %

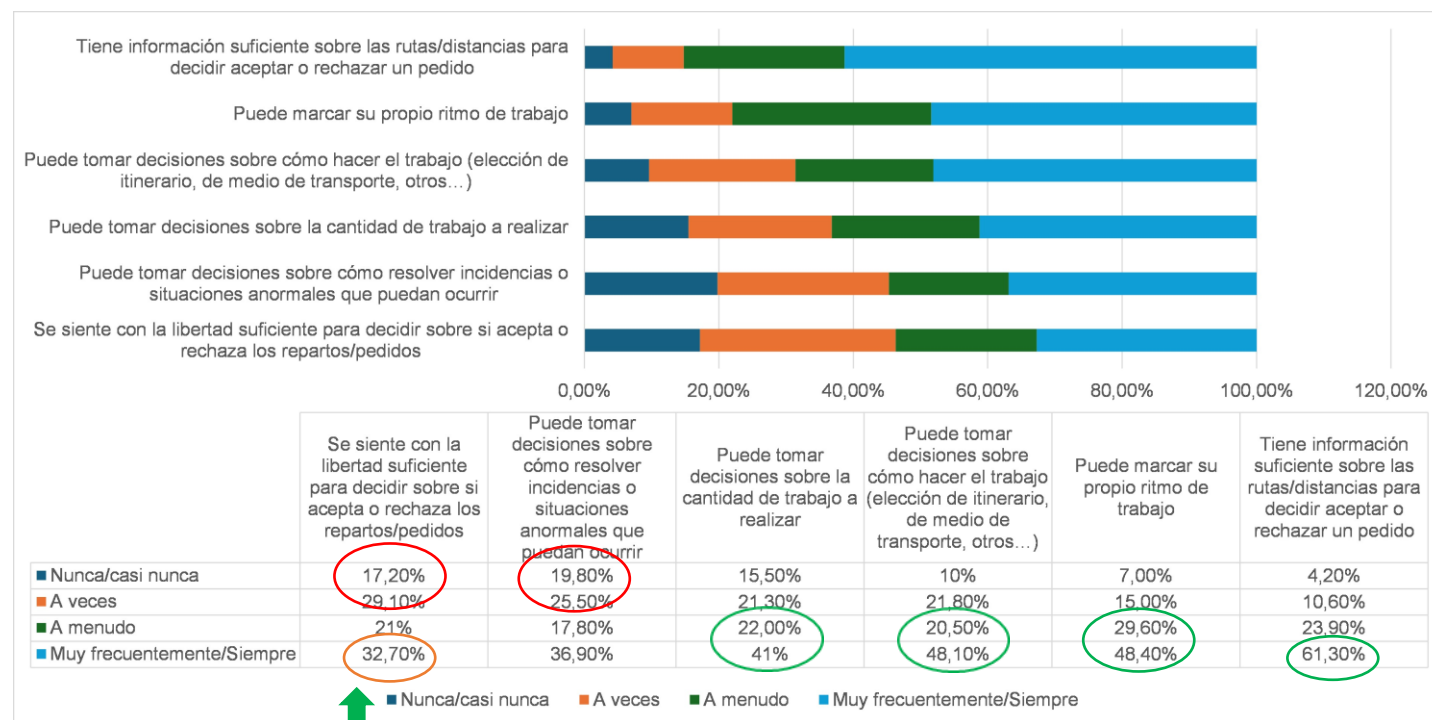
MENOS CAPACIDAD DE DECISIÓN *nunca/casi nunca/a veces*

- Aceptación o rechazo de pedidos 46,3%*

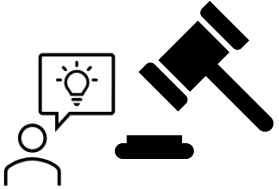
PENALIZACIONES (algoritmos PDT)

- 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

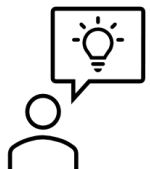
TIPOS DE PENALIZACIONES

- 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.

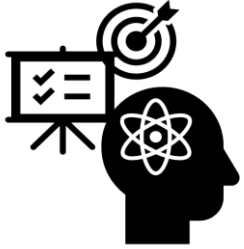


ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES



CT PSICOSOCIALES: FACTOR AUTONOMÍA

	 <i>Rider</i>	 <i>Otra persona (jefe/a)</i>	 <i>Plataforma (gestión algorítmica)</i>
Asigna horarios	59,2%	11,1%	29,7%
Supervisa su trabajo	37,7%	18,3%	44,0%
Evalúa su trabajo	28,1%	27,1%	44,8%
Asigna tareas/envíos	17,2%	9,0%	73,9%



CT PSICOSOCIALES: FACTOR DESEMPEÑO DE ROL

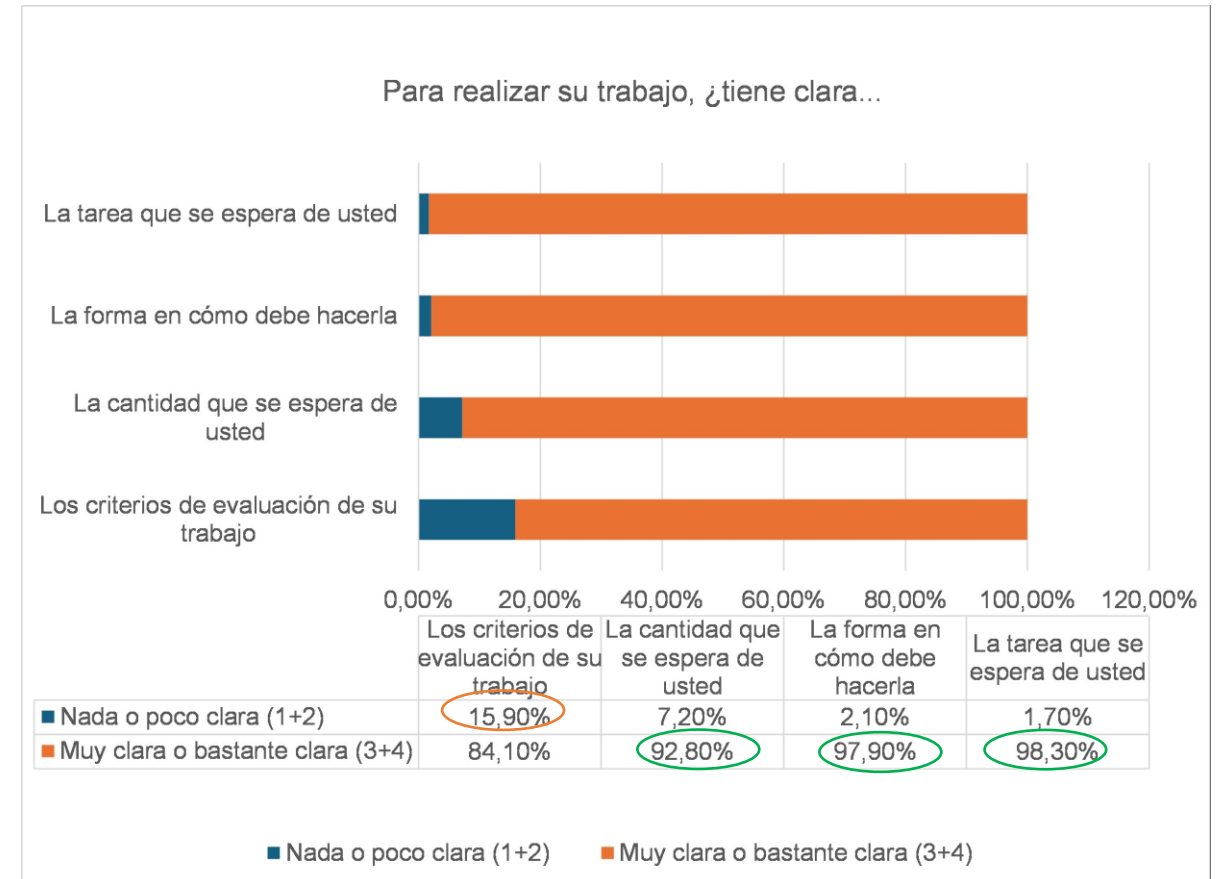
CLARIDAD DE ROL

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





CT PSICOSOCIALES: FACTOR DESEMPEÑO DE ROL

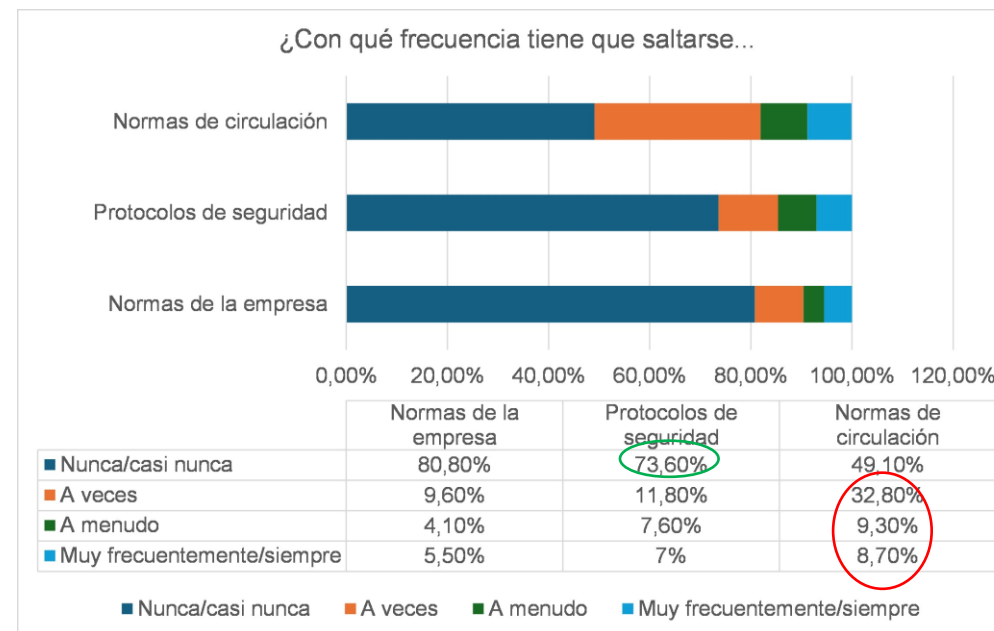
CONFLICTO DE ROL

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



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



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

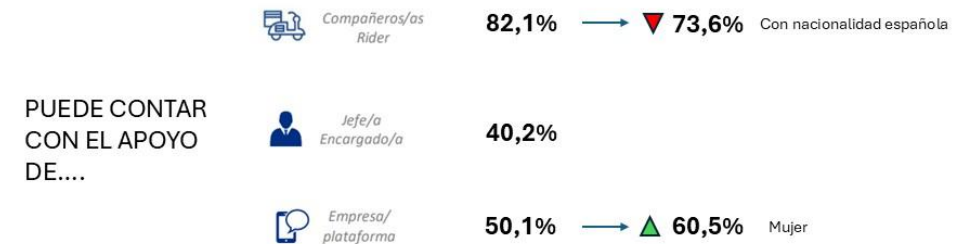
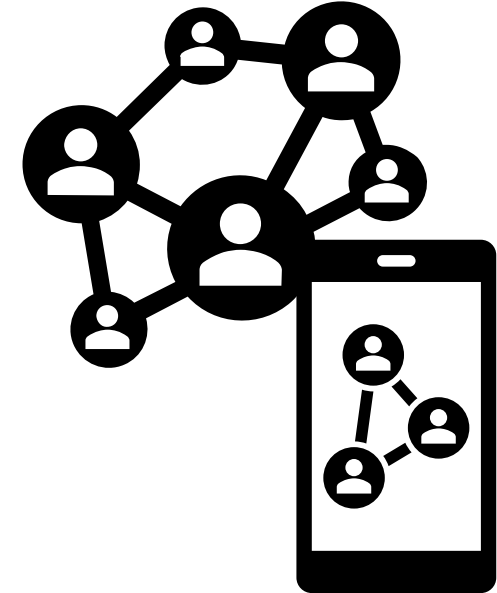
Percepción positiva relaciones entre *riders*

**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**



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



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

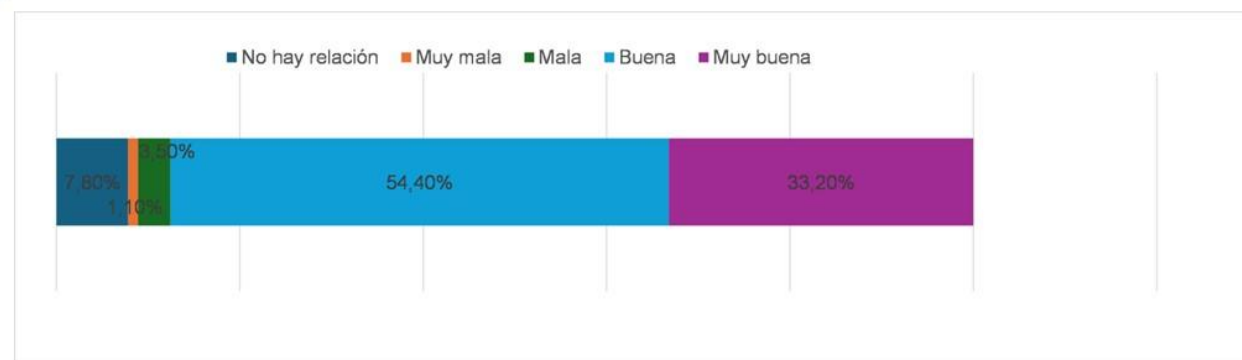
- Más apoyo de compañeros y menos de jefes/as
- Valoran más relación con otros *riders*

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



NO HAY RELACIÓN +
MUY MALA +
MALA

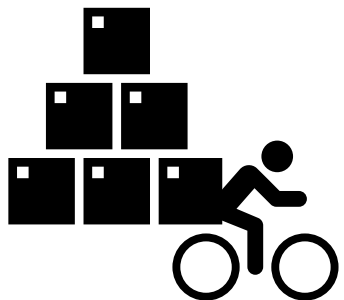
12,4%

MUY BUENA +
BUENA

87,6%

▲ 23,4%	Con nacionalidad española	▼ 76,6%
▼ 7,2%	Sin nacionalidad española	▲ 92,8%
▼ 9,2%	Con cuenta propia	▲ 90,8%
▲ 17,1%	Con cuenta alquilada	▼ 82,9%

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



TRABAJAR CON RAPIDEZ Y/O PLAZOS
AJUSTADOS

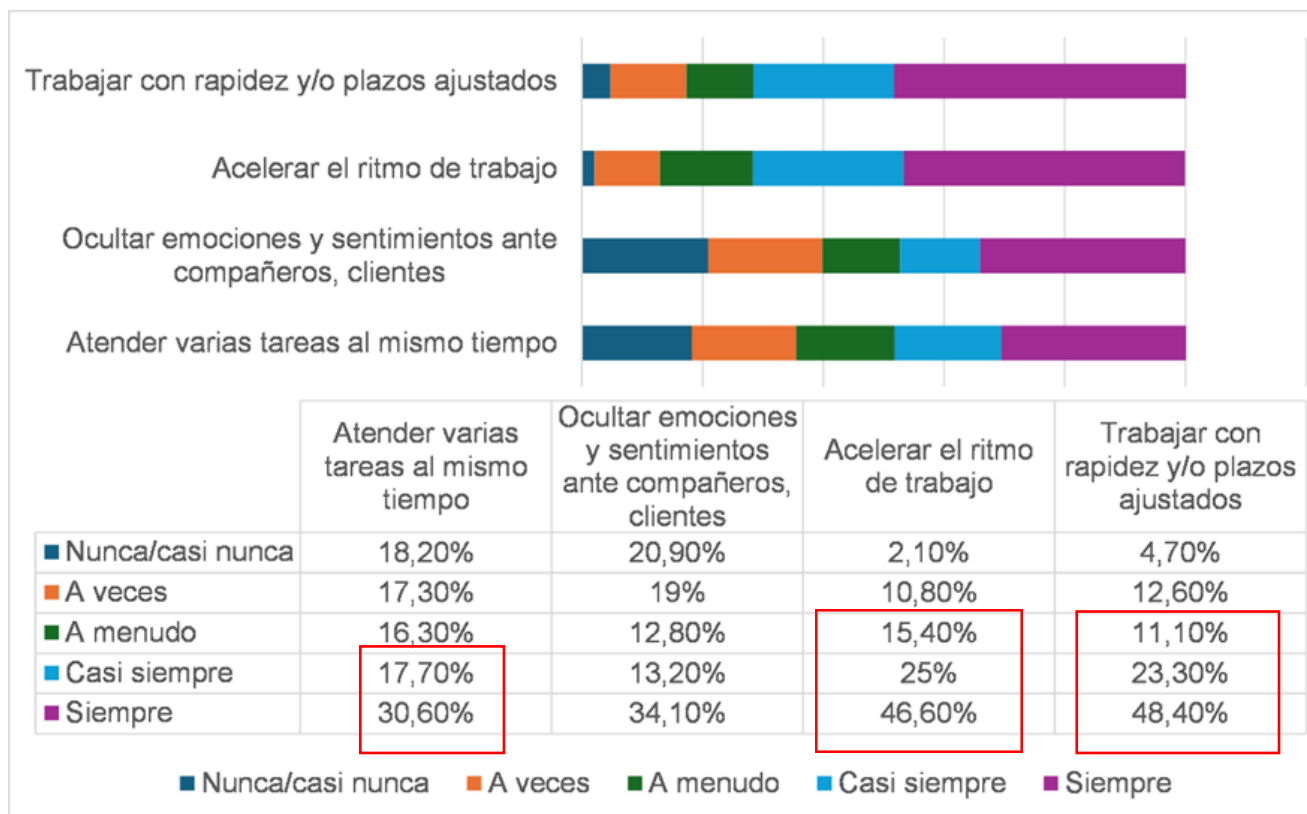
AUMENTAR EL RITMO DE TRABAJO

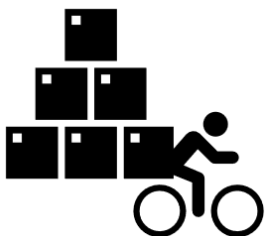
ATENDER A VARIAS TAREAS AL MISMO
TIEMPO



60,7% SIMULTANEAMENTE

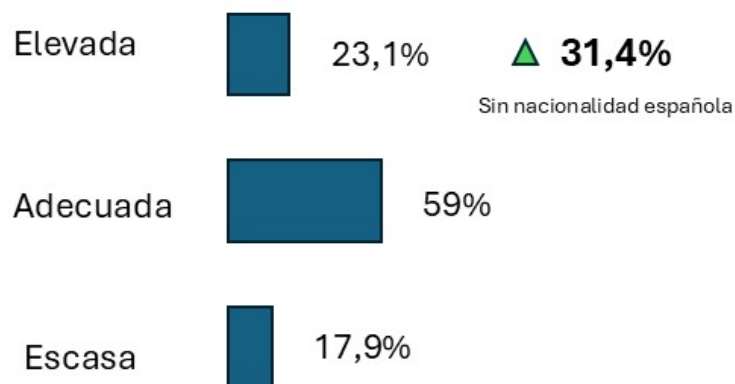
CT PSICOSOCIALES: FACTOR CARGA DE TRABAJO





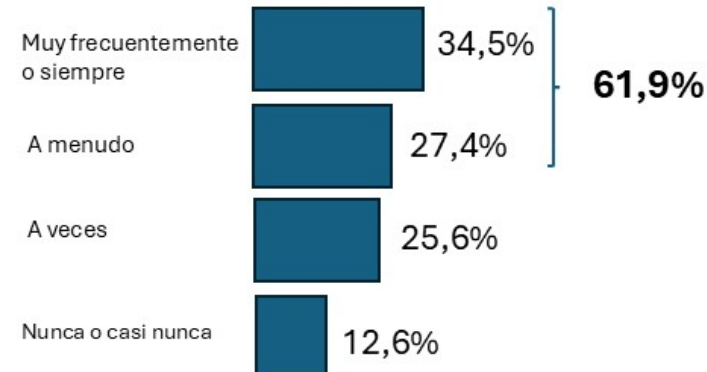
CT PSICOSOCIALES: FACTOR CARGA DE TRABAJO

CANTIDAD DE TRABAJO



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

CANTIDAD IRREGULAR O IMPREVISIBLE





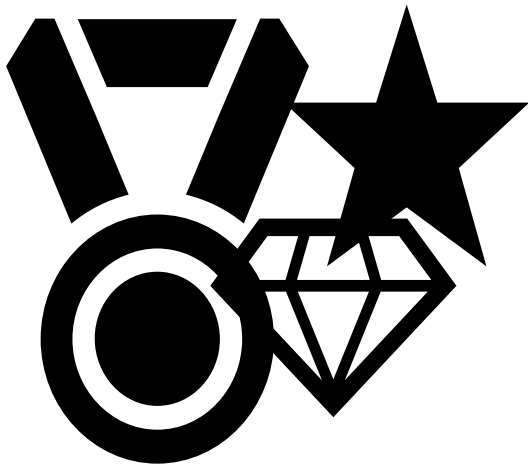
GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



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

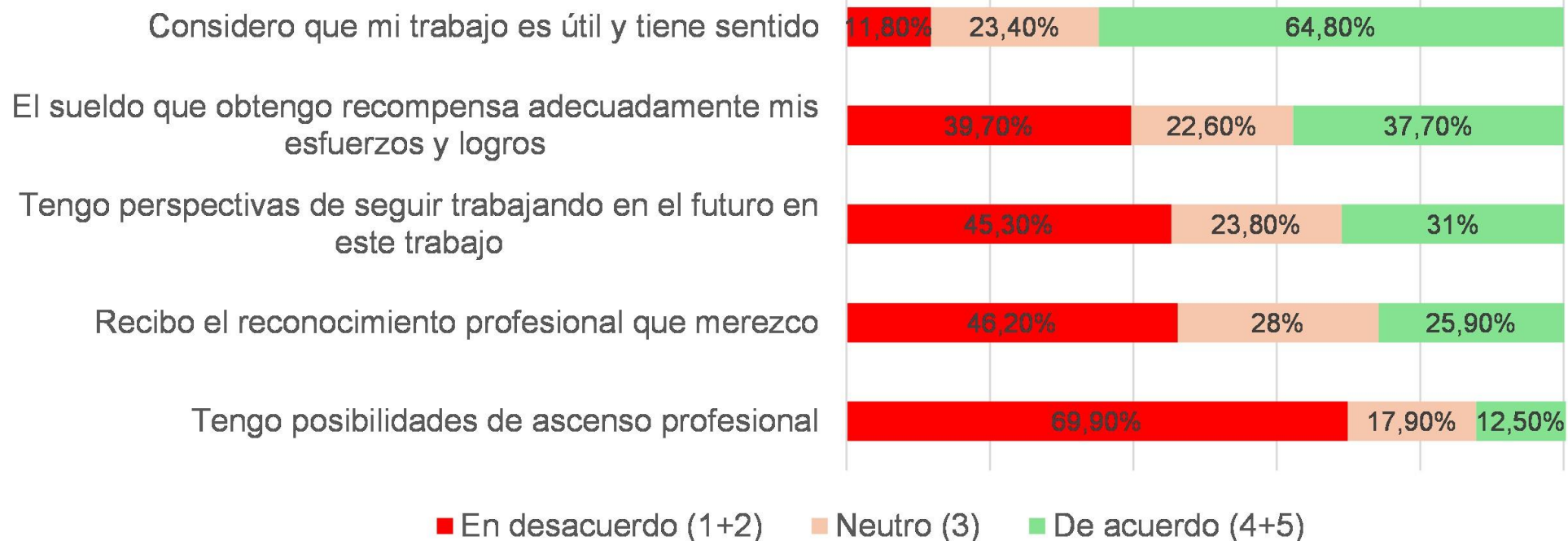




ENCUESTA RIDERS CONDICIONES DE TRABAJO PSICOSOCIALES

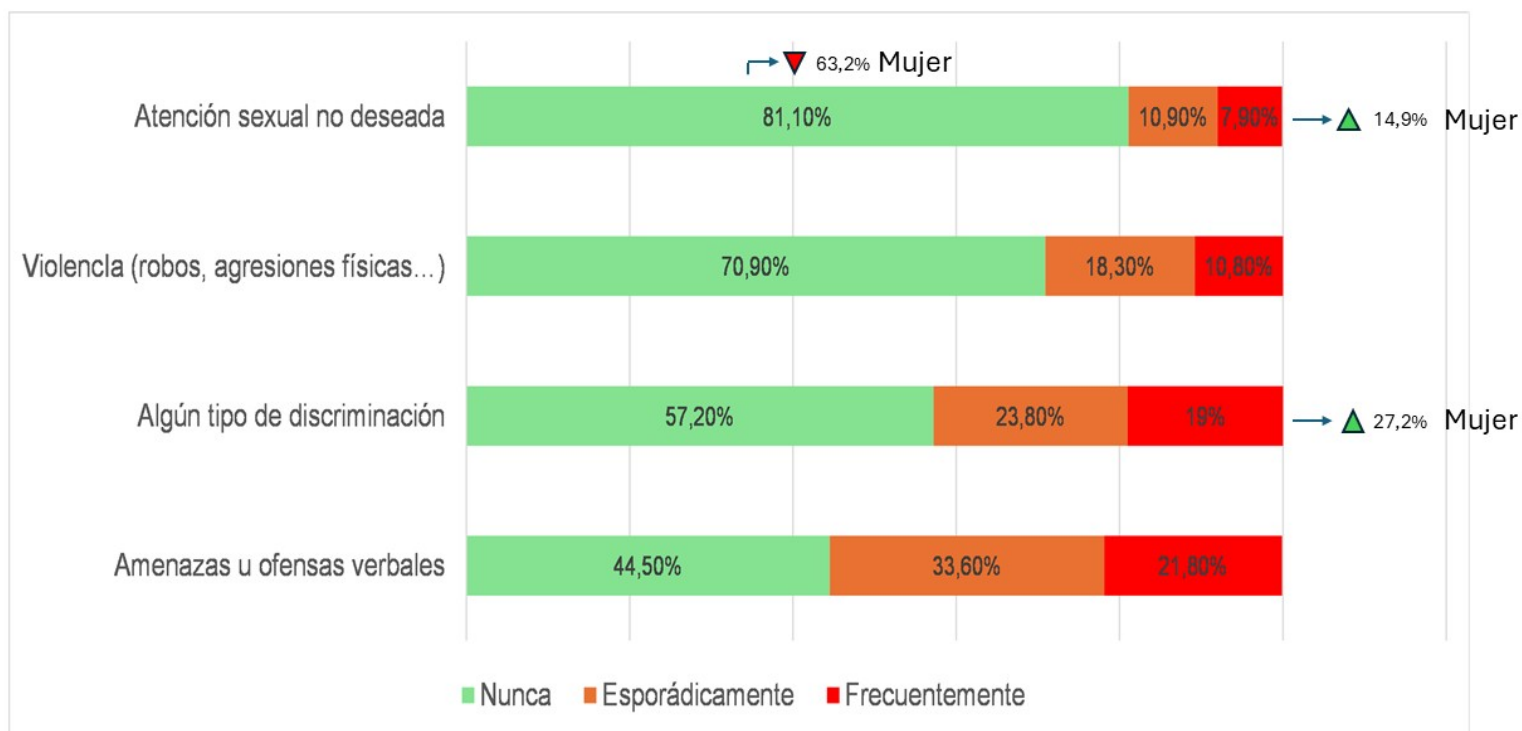


CT PSICOSOCIALES: FACTOR VALOR DEL TRABAJO



CT PSICOSOCIALES: FACTOR EXPOSICIÓN A VIOLENCIAS

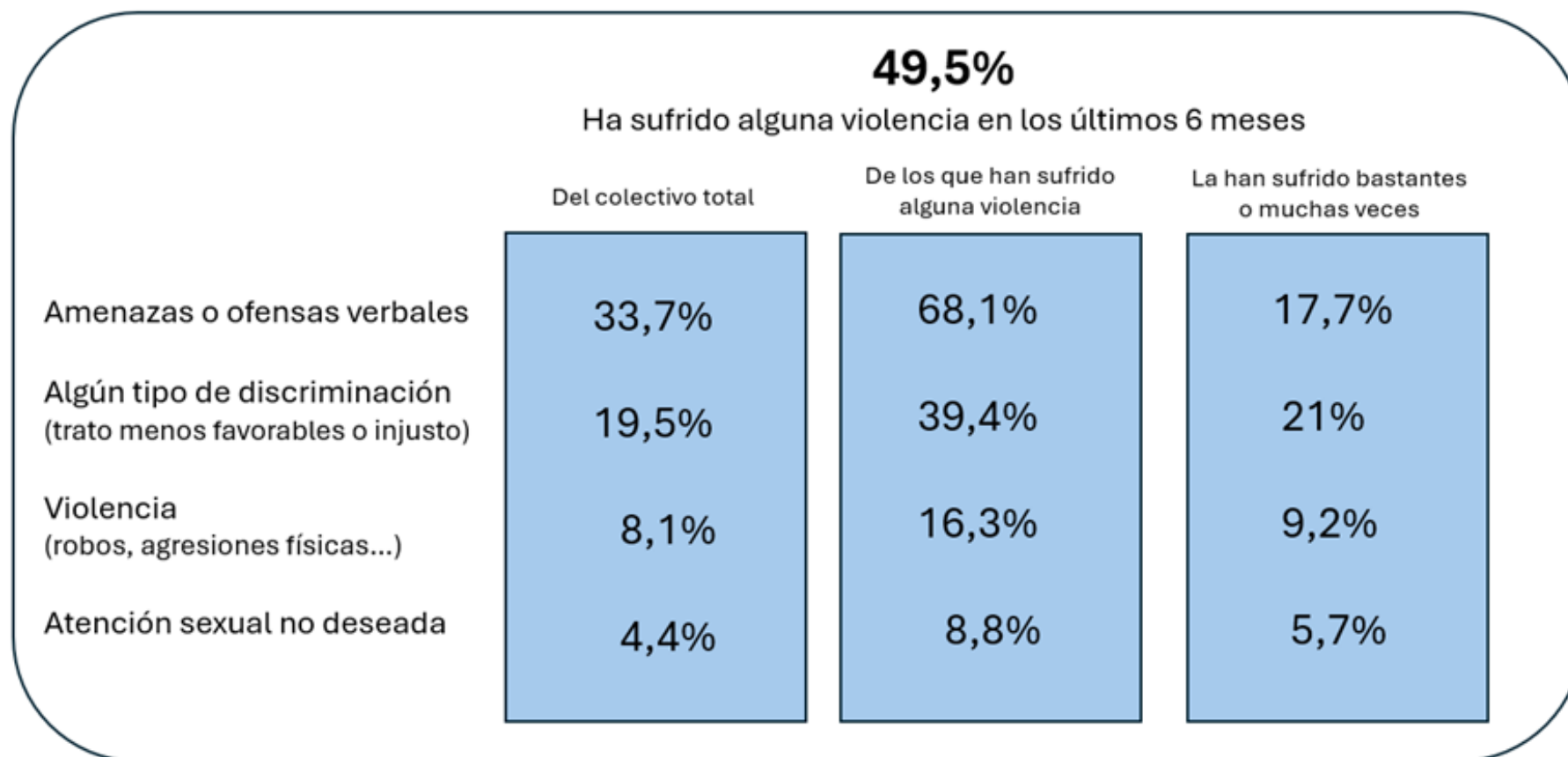
PERCEPCIÓN DE EXPOSICIÓN A VIOLENCIA



CT PSICOSOCIALES: FACTOR EXPOSICIÓN A VIOLENCIAS

PREVALENCIA ÚLTIMOS 6 MESES

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





EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

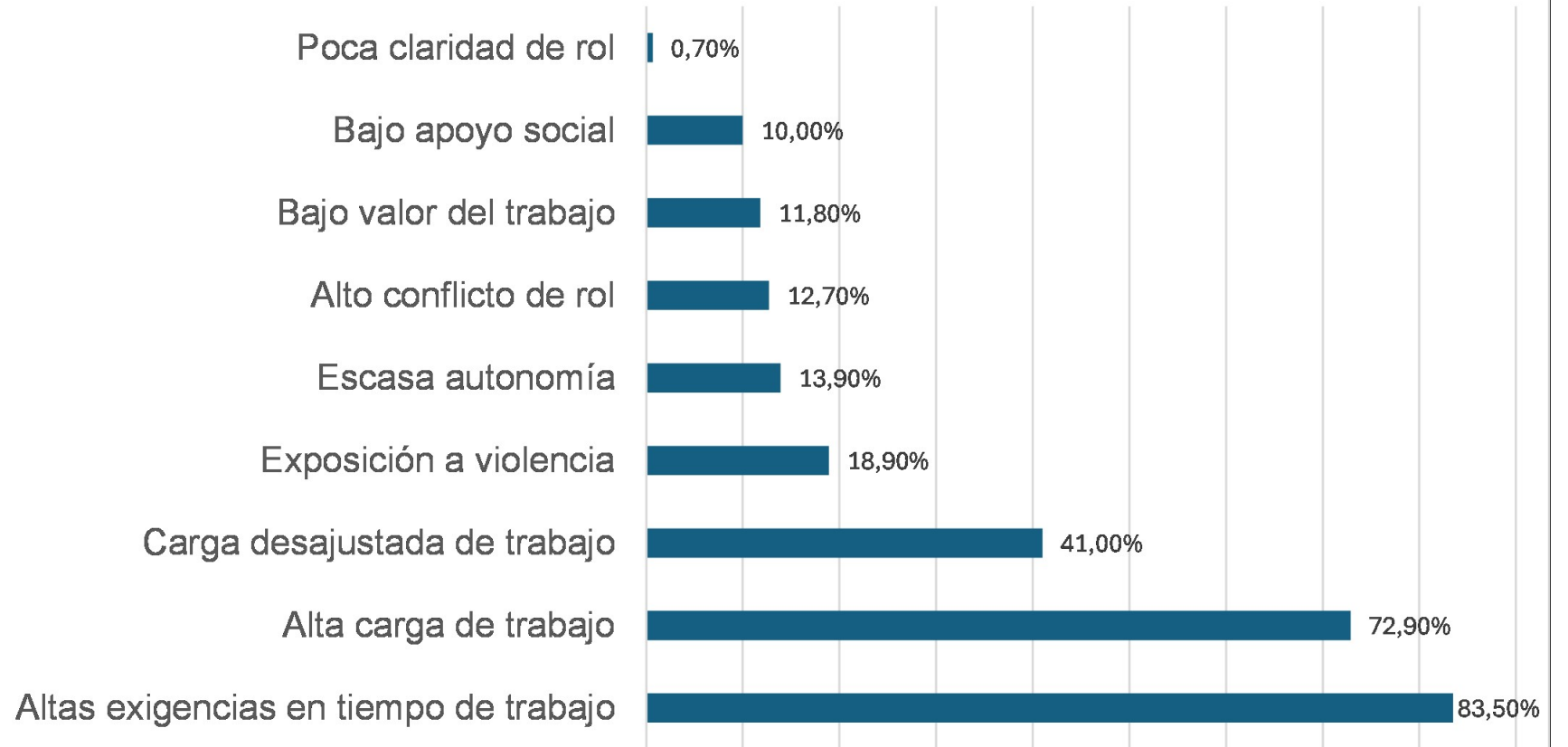


ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

EXPOSICIÓN GENERAL



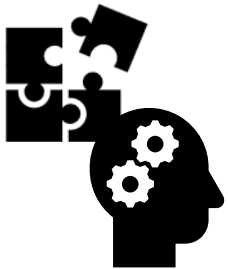
Casos expuestos colectivo global



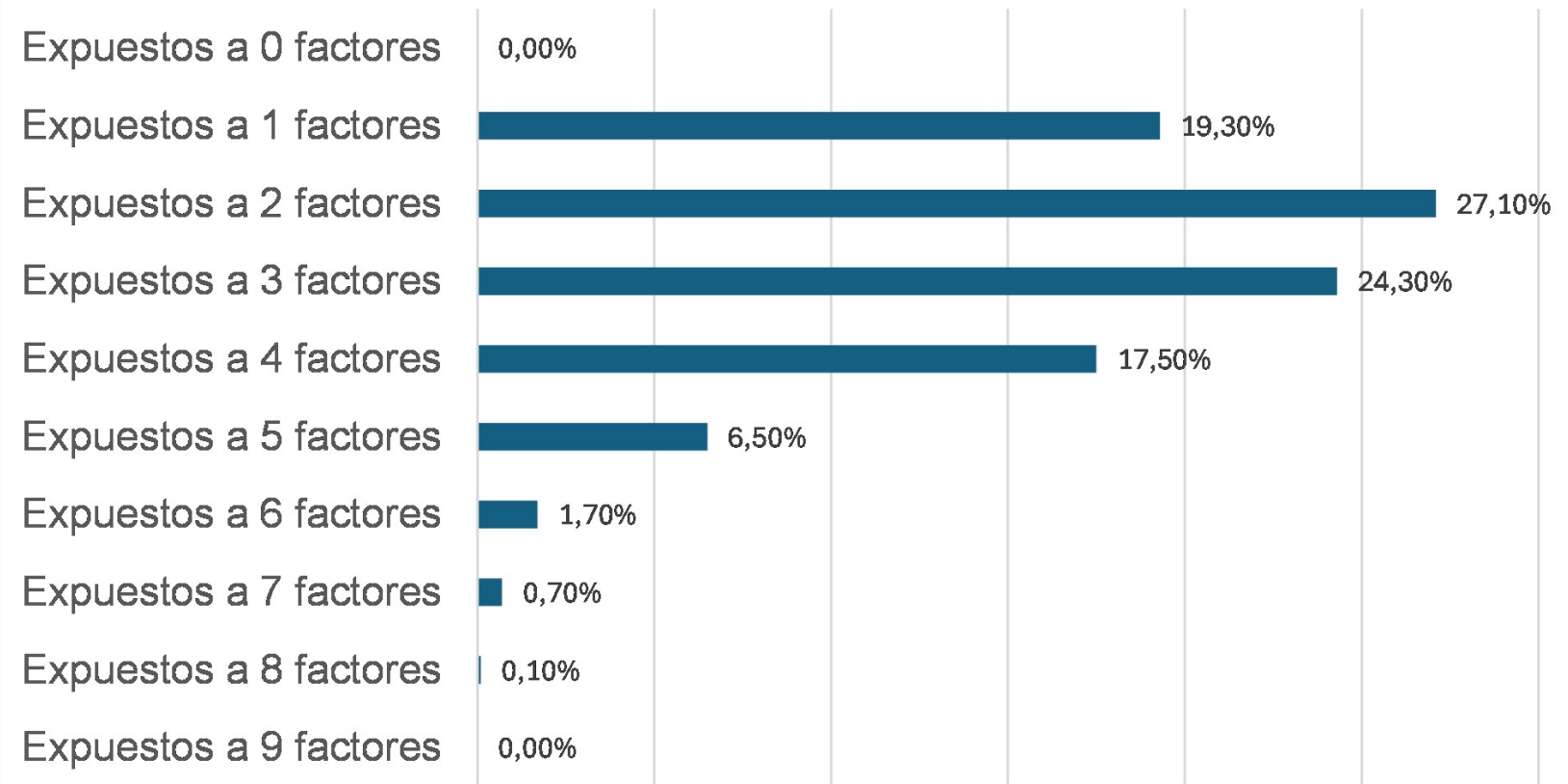
ENCUESTA RIDERS

EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

EXPOSICIÓN MÚLTIPLE



Exposición múltiple colectivo global



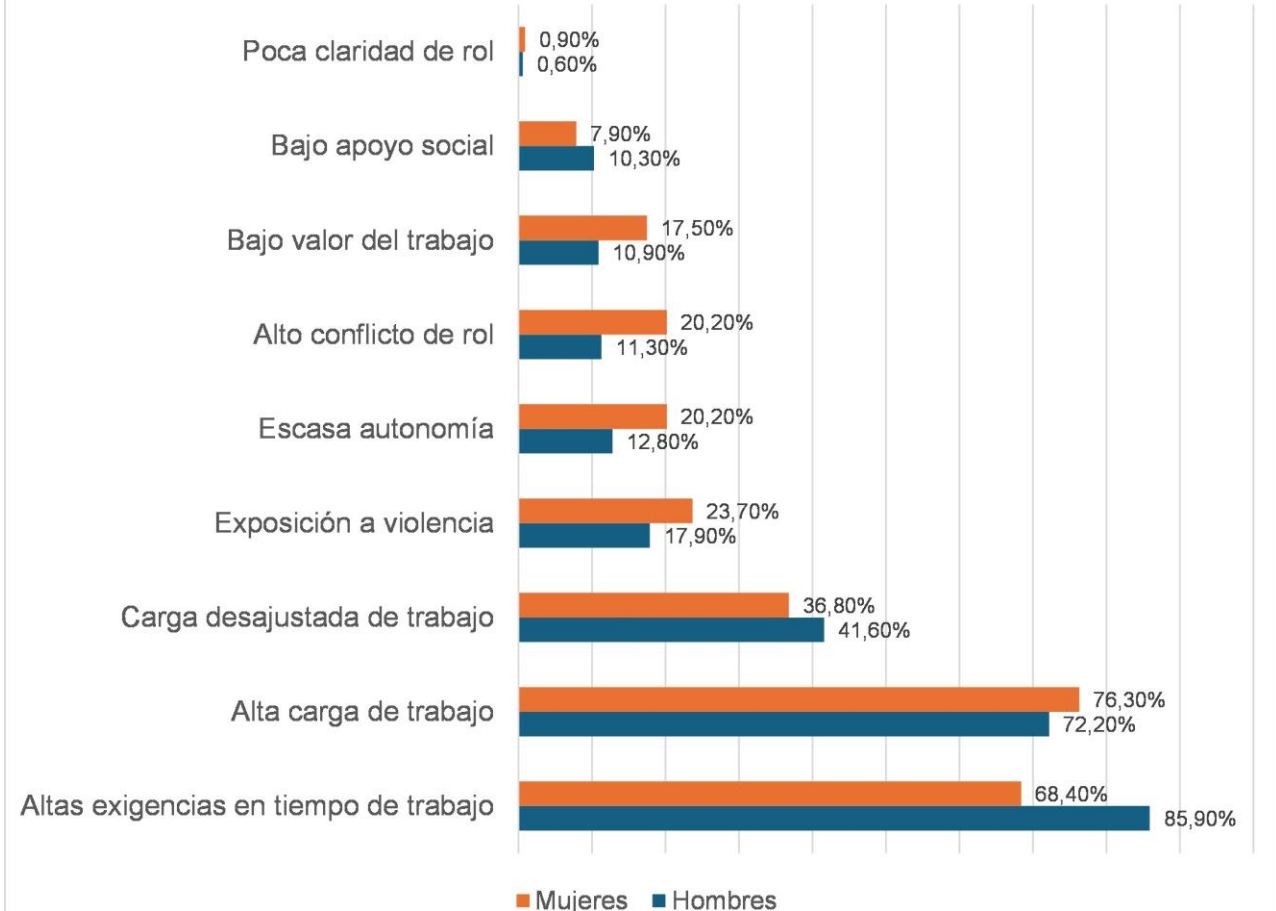


ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

EXPOSICIÓN POR VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

SEXO

Casos expuestos colectivo global según sexo



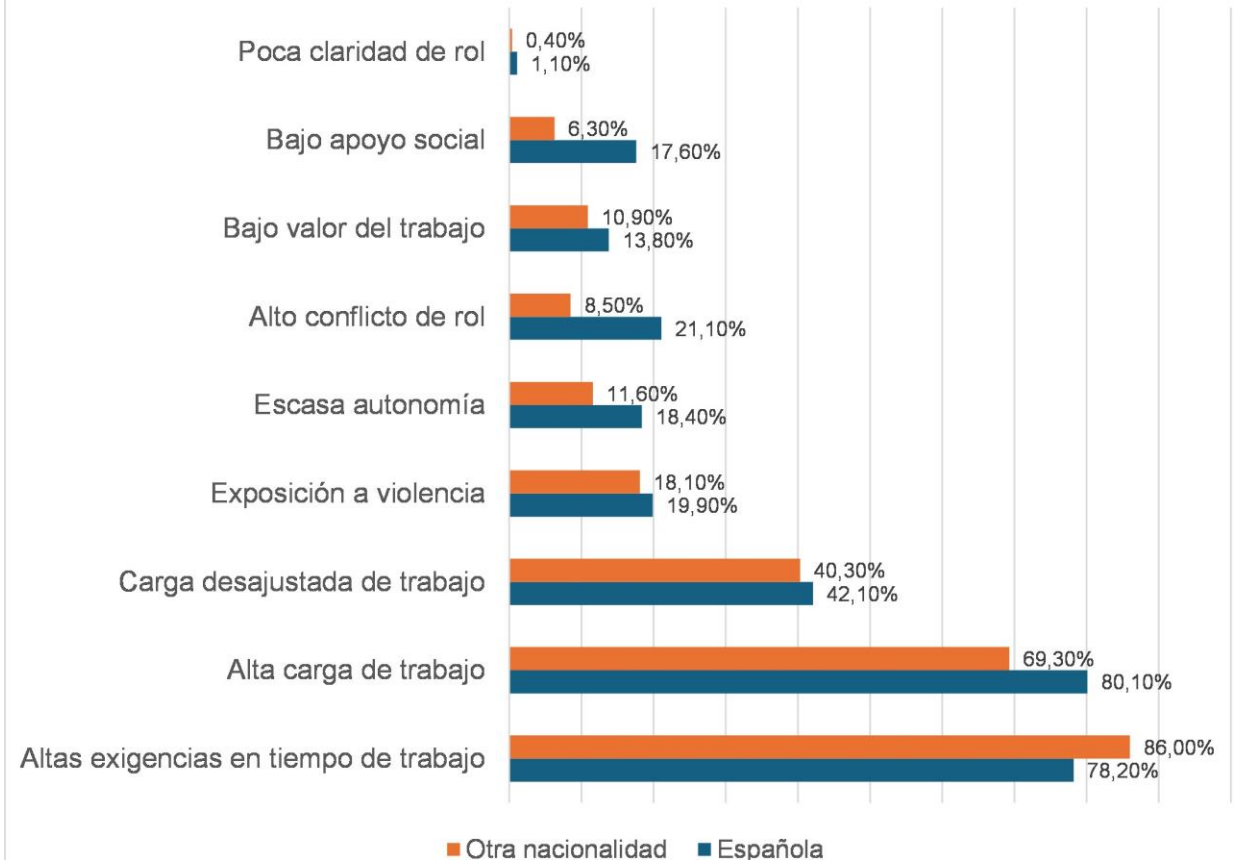


ENCUESTA RIDERS EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

EXPOSICIÓN POR VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

NACIONALIDAD

Casos expuestos colectivo global según tenencia de nacionalidad española



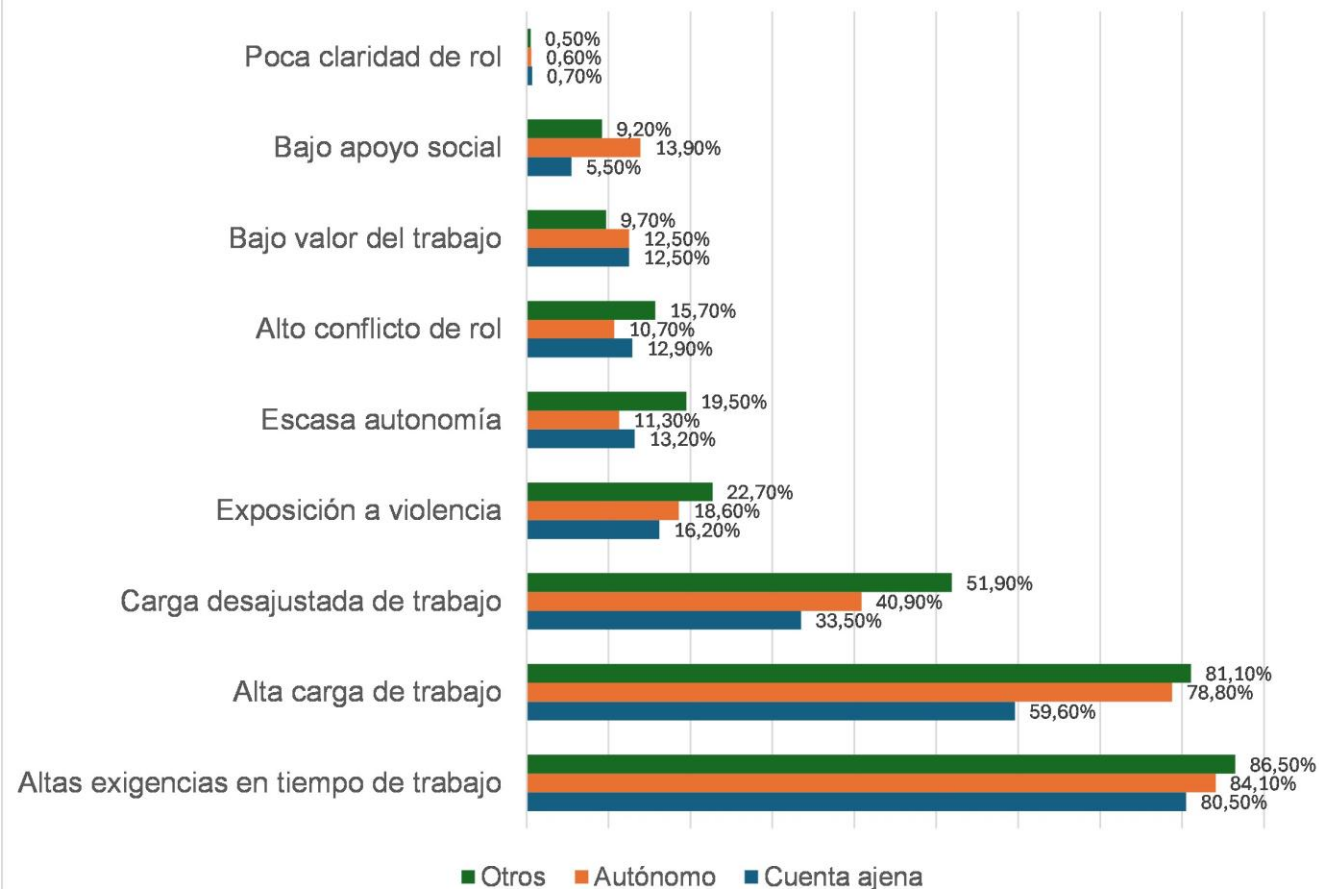
ENCUESTA RIDERS

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.

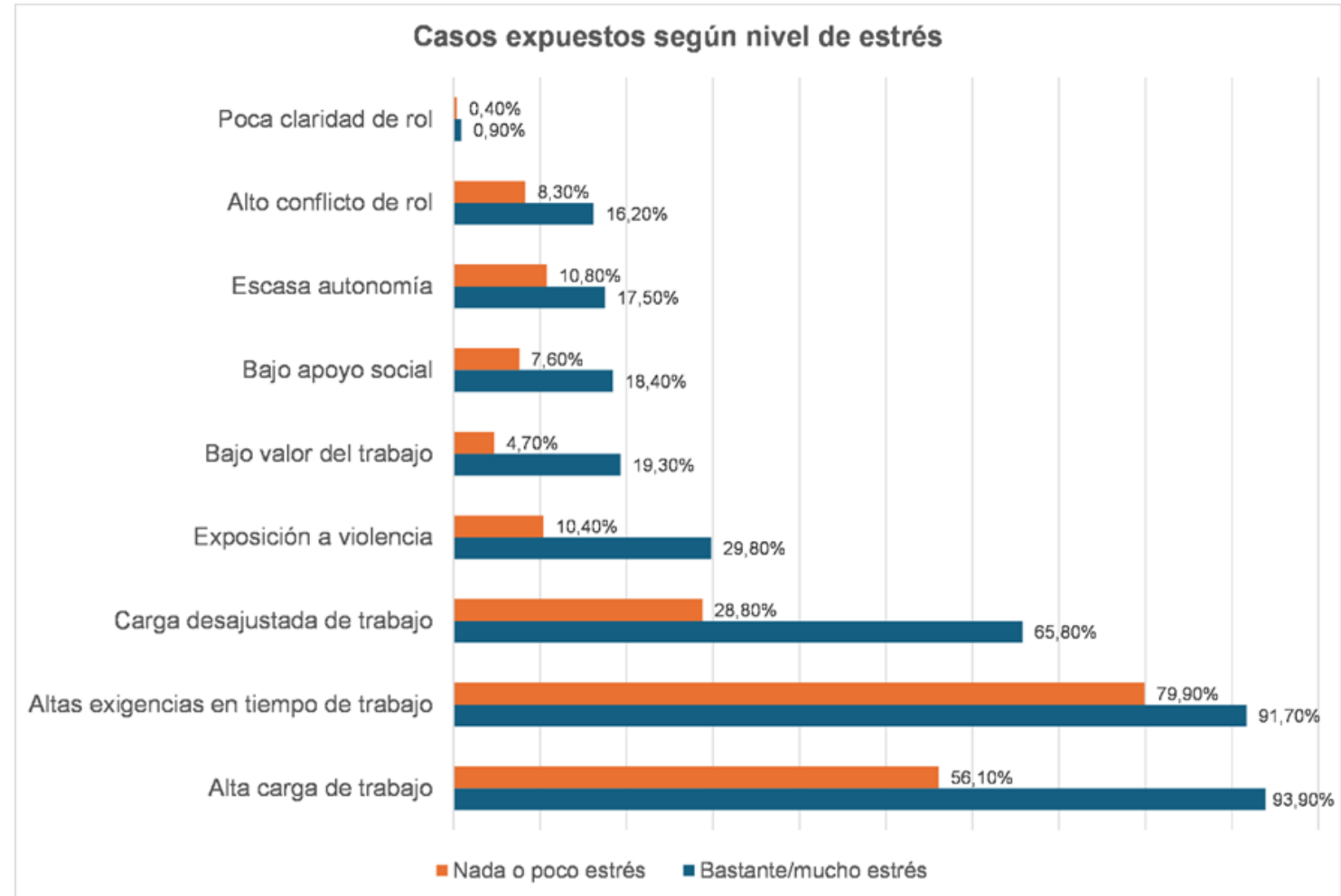
Factor de riesgo	Sexo	Nacionalidad	Relación laboral	Edad	Tipo de contrato
Altas exigencias en tiempo de trabajo	Hombres	No			
Escasa autonomía	Mujeres	Sí	Otras	Cuanto más joven	
Poca claridad de rol					
Alto conflicto de rol	Mujeres	Sí			
Exposición a violencia					
Bajo apoyo social		Sí	Autónomos Otros		
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

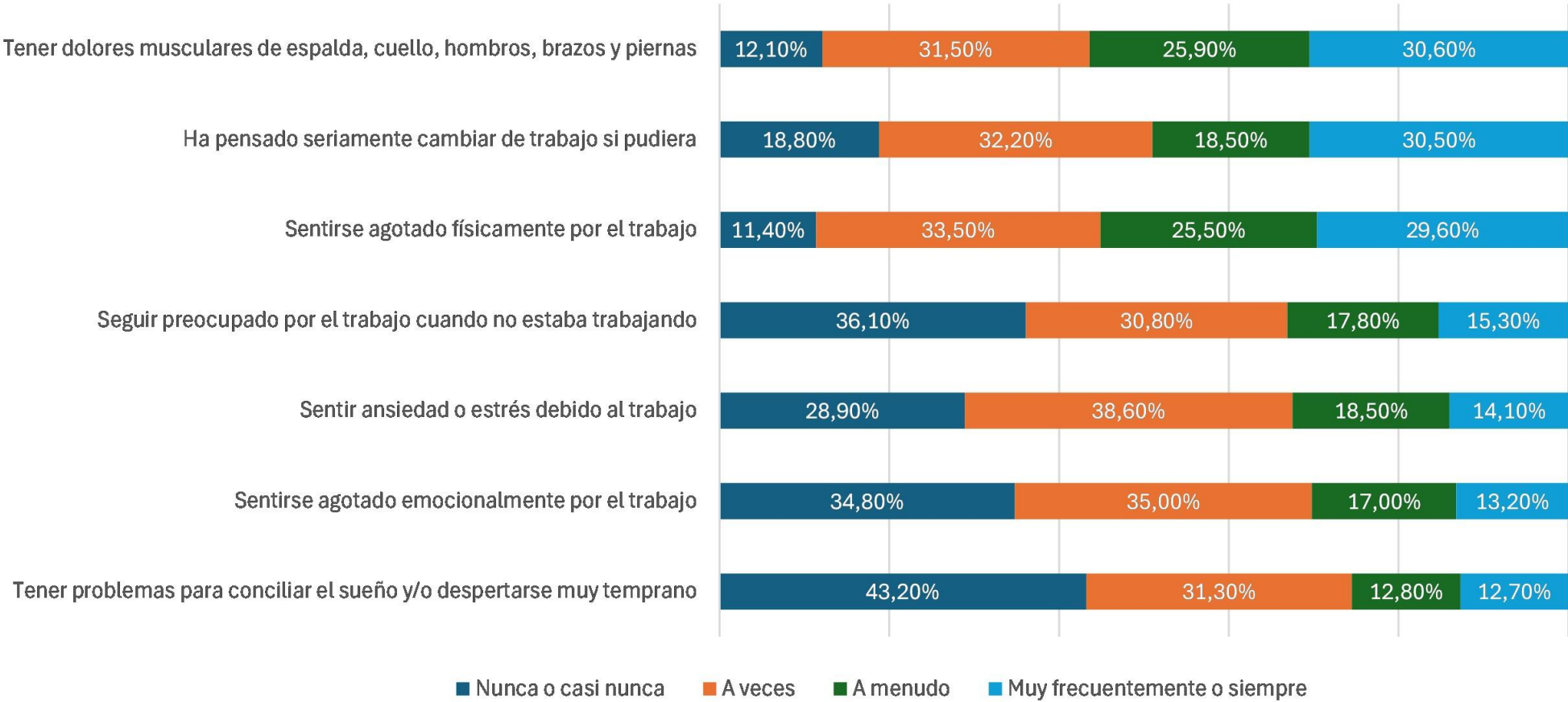
EXPOSICIÓN Y NIVEL DE ESTRÉS





DAÑOS A LA SALUD

Sintomatología asociada a estrés en los últimos seis meses



SEXO

NACIONALIDAD

HOMBRES		MUJERES	
55,4%	Dolores musculares	Dolores musculares	63,2%
54,5%	Agotamiento físico	Agotamiento físico	58,8%
47,8%	Pensamiento cambiar de trabajo	Pensamiento cambiar de trabajo	56,1%
32,5%	Preocupación tras el trabajo	Ansiedad o estrés	39,5%
31,5%	Ansiedad o estrés	Trastornos del sueño	38,6%
29,1%	Agotamiento emocional	Agotamiento emocional	36,8%
23,3%	Trastornos del sueño	Preocupación tras el trabajo	36,0%

% de respuesta A menudo +Muy frecuentemente o siempre

DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS
(mayor frecuencia)

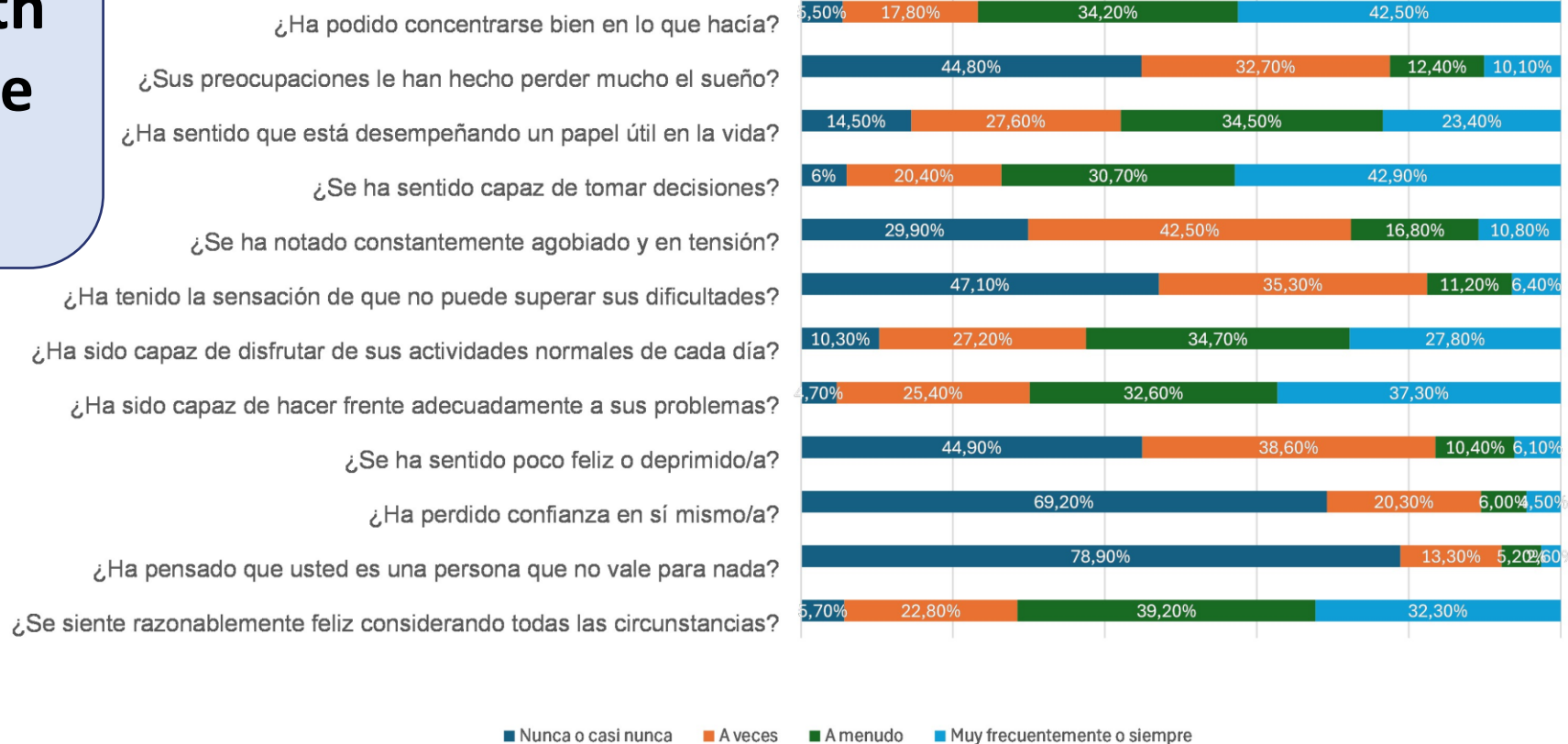
Nacionalidad española
AGOTAMIENTO EMOCIONAL,
ESTRÉS Y ANSIEDAD

NO Nacionalidad española
AGOTAMIENTO FÍSICO Y
DOLORES MUSCULARES



Salud percibida. General Health Questionnaire (GHQ-12)

GHQ. Frecuencia sentimientos últimas semanas





ENCUESTA RIDERS DAÑOS A LA SALUD

GHQ. Autoficacia y funcionalidad



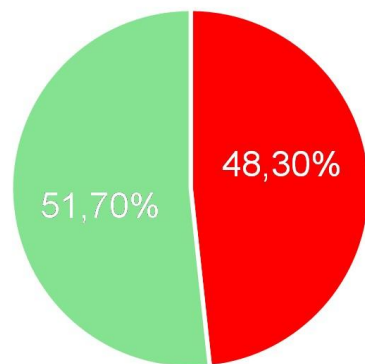
GHQ. Bienestar emocional



GHQ. Percepción de sí mismo y autoestima



GHQ. Caso/no caso



■ Sí

■ No

48,3%

Mala salud (caso)

SEXO



▲ 59,6%



46,2%

NACIONALIDAD

Española

▲ 55,6%

Otra

44,8%

CUENTA PROPIA

Sí ✓

▲ 51,9%

No ✗

41,9%

OTRO TRABAJO

Autónomos

▲ 75%

Cuenta ajena

46,7%

TRABAJO COMO RIDER

Menos de 1
año

■ 44,7%



De 1-5
años

■ 55,4%

> 5
años

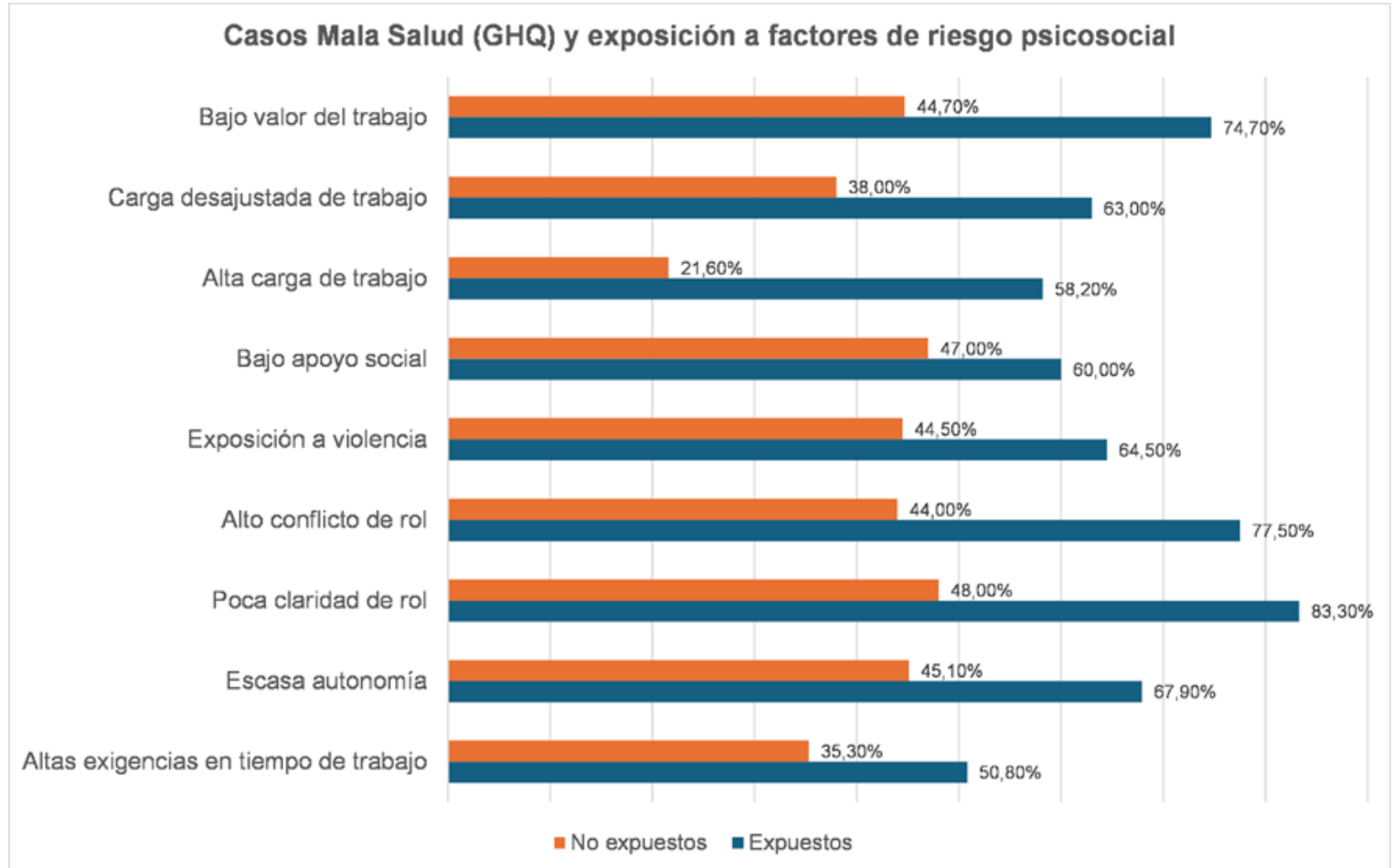
■ 41,7%

Dif. Significativas, como mínimo, al 95%.



Mala salud y estrés

Mala salud y exposición a FRP



Muchas gracias