

# La ausencia de contrato laboral escrito se asocia a niveles más elevados de ansiedad y síntomas de depresión en trabajadores adultos asalariados

**Investigación del Centro de Estudio del Trabajo y Factores Humanos de la Escuela de Kinesiología de la Universidad de Valparaíso revela cómo la informalidad en el empleo afecta la salud y el bienestar psicológico de las personas ocupadas en Chile.**

Las personas que trabajan sin haber suscrito un contrato laboral tienen cerca de un sesenta por ciento más de probabilidad de presentar síntomas de ansiedad y depresión que aquellas que sí cuentan con un contrato escrito firmado, al tiempo que exhiben indicadores de salud y bienestar que muestran que su calidad de vida tiende a ser comparativamente inferior.

Así lo revela una investigación realizada por especialistas del Centro de Estudio del Trabajo y Factores Humanos (CETyFH) de la Escuela de Kinesiología de la Universidad de Valparaíso sobre los efectos de la informalidad en el empleo y cómo esta se relaciona con la salud y el bienestar psicológico de las y los adultos que en la actualidad reciben un salario en Chile.

Aunque este estudio consideró a hombres y mujeres, no se analizaron diferencias específicas en el impacto en salud según sexo, lo que constituye una línea relevante para futuras investigaciones.

Este análisis, con sus respectivas conclusiones, acaba de ser publicado por la revista científica *International Journal of Environmental Research and Public Health*, en la forma de un artículo cuyos autores son los académicos Ignacio Castellucci, Carlos Viviani, Gonzalo Bravo y Maythe Páez.

El estudio evaluó las condiciones laborales y de vida de cinco mil 193 personas chilenas y extranjeras, mayores de 18 años, que viven en distintas ciudades de nuestro país, las cuales fueron seleccionadas de la base de datos de la Encuesta Nacional de Salud y Sexualidad (Ensex) 2022-2023, procurando conformar una muestra territorial representativa y restringida a la población ocupada urbana. De ese total, el sesenta por ciento correspondió a hombres y el cuarenta por ciento a mujeres.

“La selección de los participantes la restringimos a los asalariados, ya que la variable de exposición requería la presencia o ausencia de un contrato laboral escrito firmado para el trabajo principal que estuvieran ejerciendo al momento de ser encuestados. Por lo tanto, los trabajadores por cuenta propia no fueron incluidos en nuestro análisis”, explicó el doctor Ignacio Castellucci, director del CETyFH y coautor de la investigación.

## **Fundamentos**

El estudio busca aportar a la tarea de generar políticas públicas que fortalezcan la formalización laboral, como determinante social clave del bienestar de la población, y ampliar las estrategias destinadas a promover una adecuada salud ocupacional y, con ello, contribuir a reducir las desigualdades en salud. En particular, estos hallazgos subrayan la necesidad de que las políticas laborales incorporen explícitamente la salud mental como un componente central en la protección de las y los trabajadores.

Estos propósitos surgen del hecho de que el empleo informal

sigue estando muy extendido en América Latina y también en Chile, donde su nivel ha aumentado en los últimos años.

Según explicó a su vez el investigador del CETyFH Gonzalo Bravo, diversas revisiones sistemáticas recientes advierten que los niveles altos de empleo precario están asociados al deterioro generalizado de la salud y el bienestar, incluida una peor salud general, mayores limitaciones funcionales, mayor estrés relacionado con el trabajo y menor bienestar emocional.

En lo esencial, estas revisiones revelan que las personas expuestas a un empleo precario durante doce meses o más tienen una probabilidad 53 por ciento mayor de informar mala salud general y ven aumentados en un 44 por ciento los síntomas de mala salud mental.

A pesar de la solidez de la evidencia global, Bravo acotó que las investigaciones cuantitativas sobre la precariedad laboral y el empleo informal en Chile siguen siendo limitadas. “De ahí la importancia de realizar estudios como este”, dijo.

### **Condiciones laborales y de salud**

De las cinco mil 193 personas que participaron en el estudio del CETyFH de la Escuela de Kinesiología de la Universidad de Valparaíso, el 87,2 por ciento refirió tener un contrato de trabajo escrito firmado, mientras que el 12,8 por ciento admitió no disponer de uno al momento de ser consultado. Asimismo, una mayor proporción dijo contar con educación secundaria (37,9 por ciento), seguida por la de aquellos que completaron una licenciatura o postgrado (33,9 por ciento) y una carrera de nivel técnico o educación vocacional (21,1 por ciento).

En cuanto a la autopercepción de su estado de salud, en general los encuestados la valoraron de manera positiva. En concreto, el 74,6 por ciento calificó su condición física como buena o muy buena, si bien en lo relativo al padecimiento de

enfermedades crónicas el 12 por ciento reportó padecer de hipertensión y el 7,1 por ciento de diabetes. Además, el 25,3 por ciento confesó haber sido diagnosticado con sobrepeso u obesidad y un 13,8 por ciento con algún trastorno musculoesquelético (dolor persistente en la espalda, el cuello o las extremidades). Y respecto de su salud mental, el 15,9 por ciento indicó haber recibido un diagnóstico profesional de depresión en algún momento de su vida. Aun así, el 80,3 por ciento definió como positiva su calidad de vida actual.

### **Hallazgos tras asociar variables**

Según explicó Ignacio Castellucci, este estudio proporciona evidencia actualizada y representativa a nivel nacional de la relación entre la ausencia de un contrato laboral escrito y la salud y el bienestar de las y los empleados adultos en el Chile urbano.

Sus hallazgos muestran que la informalidad contractual se asocia consistentemente con una peor calidad de vida y con niveles más elevados de ansiedad reciente y síntomas depresivos, incluso después de tener en cuenta las características sociodemográficas clave, si bien no observa asociaciones independientes con la depresión diagnosticada por un médico o con la mayoría de los indicadores de salud física.

“En conjunto, estos resultados sugieren que la ausencia de un contrato laboral está más fuertemente relacionada con el bienestar subjetivo y la angustia psicológica reciente que con trastornos mentales o condiciones de salud física diagnosticadas con anterioridad. Este patrón apoya la interpretación de la informalidad contractual como un marcador parcial de una vulnerabilidad estructural amplia, más que como un determinante directo de la enfermedad. Desde una perspectiva de salud pública, los hallazgos resaltan la importancia de incorporar indicadores de calidad del empleo, bienestar psicológico y calidad de vida en la vigilancia de las investigaciones y en los debates políticos sobre las

condiciones laborales”, detalló.

Por su parte, el académico y coinvestigador Carlos Viviani sostuvo que los resultados de este estudio dan cuenta de una segunda derivada: la necesidad de abordar las implicaciones para la salud del empleo informal, lo que a su juicio implica aplicar enfoques que vayan más allá de los resultados biomédicos y consideren los contextos sociales e institucionales más amplios que configuran el bienestar de las y los trabajadores.

“Aunque este estudio se centra en el Chile urbano, estos hallazgos probablemente sean relevantes para otros contextos donde el empleo informal o atípico persiste a pesar de las instituciones laborales relativamente fuertes. Por ello, las investigaciones futuras deberían emplear diseños longitudinales para aclarar la dirección temporal de estas asociaciones y explorar dimensiones adicionales de la precariedad laboral más allá del estatus contractual, incluida la inestabilidad de los ingresos, la inseguridad laboral y las condiciones laborales”, argumentó Viviani.

### **Efectos de la informalidad**

De acuerdo con cifras de Instituto Nacional de Estadísticas (INE), en la actualidad el 26 por ciento de la población ocupada en Chile trabaja en condiciones informales, cifra que equivale a más de 2,4 millones de personas.

La informalidad afecta de manera desigual a los grupos poblacionales: alcanza el 28 por ciento entre las mujeres y el 25 por ciento entre hombres, y presenta sus niveles más altos entre los trabajadores de 65 y más años (57 por ciento) y los jóvenes entre 15 y 24 años (37 por ciento). Asimismo, las tasas más altas se concentran entre los trabajadores por cuenta propia (64,6 por ciento) y en ocupaciones tradicionalmente asociadas a sectores como la agricultura, la pesca, la artesanía, y a oficios y trabajos domésticos

vulnerables. En este contexto, destaca que la informalidad laboral afecta en mayor proporción a las mujeres que a los hombres, lo que refleja desigualdades estructurales del mercado laboral.

En opinión de los investigadores del CETyFH de la Escuela de Kinesiología de la Universidad de Valparaíso, estos antecedentes indican que la informalidad no solo es extensa sino también profundamente segmentada por sexo, edad, sector económico y categoría ocupacional, dando forma un panorama laboral marcado por una protección social limitada y una vulnerabilidad desproporcionada, con posibles implicaciones para la salud y el bienestar. En este contexto, los resultados del estudio refuerzan que las condiciones de empleo no solo determinan ingresos, sino también constituyen un factor clave en la salud y el bienestar de las personas.