Balance del mercado laboral al finalizar los tres trimestres de 2026.
Fuentes: SEPE, INE (EPA, EACL), SEG. SOCIAL.

Introducción

Vamos a analizar la evolución de nuestro mercado laboral transcurridos tres trimestres del año, analizando la situación del empleo desde la perspectiva de quienes lo demandan registrándose en el Servicio Público de Empleo (SEPE), tanto si están parados (no trabajan), como si están "no parados" (se supone que, ocupados, o en situaciones en las que se mantiene la relación laboral).

Tras la reciente publicación de la EPA del tercer trimestre analizaremos algunos indicadores de la calidad del empleo: duración de los contratos; tasas de temporalidad, jornada de trabajo, salarios, etc.

1. Desempleo y ocupación:

Demandantes de empleo registrados en el SEPE

Al finalizar los nueve primeros meses de 2026 el número total de personas que estaban registradas superó los 4,2 millones, de los cuales, según el SEPE, estarían parados 2.379.505, mientras que aquellos que considera no parados serían 1.830.178, que suponen el 43,4% del total de demandantes de empleo registrados. ¿Qué empleo o en qué situación están estos "no parados"? Si están ocupados, ¿que tipo de ocupación tienen: tiempo parcial, bajo salarios? O, ¿estando sin empleo y percibiendo la prestación son fijos discontinuos inactivos, en ERTES, en formación, etc.? ¿Para qué se registraron?

FUENTE: SEPE	TOTAL	PARADOS	NO PARADOS								TOTAL DESEMPLEADOS (TOTAL - OCUPADOS)
			TOTAL	CON DISPONIB. LIMITADA	CON RELAC. LABORAL		TEASS	OCUPADOS	DEMANDAN EMPLEOS ESPECIF.	OTROS NO OCUPADOS	
					FIJOS DISCONTINUOS	ERTES					
SEPTIEMBRE 2021*	5.267.044	3.257.802	2.009.242	282.140	444.011	231.666	81.051	789.265	21.399	159.710	4.477.779
SEPTIEMBRE 2026	4.209.683	2.379.505	1.830.178	355.328	790.692	11.888	37.300	449.208	32.667	153.095	3.760.475
VARIACIÓN	-1.057.361	-878.297	-179.064	73.188	346.681	-219.778	-43.751	-340.057	11.268	-6.615	-717.304
%	-20,08%	-26,96%	-8,91%	25,94%	78,08%	-94,87%	-53,98%	-43,09%	52,66%	-4,14%	-16,02%

* Año afectado por las medidas COVID (ERTES).

Al finalizar septiembre de 2026 nos encontramos que tenemos alrededor de 1,4 millones de personas que no están ocupadas y que el SEPE no considera parados. El total de personas no ocupadas (que no están trabajando y, por tanto, desempleadas) alcanzó los 3.760.475. Y los fijos discontinuos inactivos alcanzaron los 790.692, un 78% más con respecto a septiembre de 2021, antes de la entrada en vigor de la reforma laboral, siendo un año en el que el mercado laboral estuvo afectado especialmente por la situación vivida por el COVID.

Tiempo de permanencia en la situación de demandante de empleo

Los parados registrados al finalizar septiembre eran 2.379.505, de los que el 60% son mujeres. El mayor número de ellos, un 29,6%, uno de cada tres, lleva más de dos años en esa situación, y de ellos el 65% son mujeres. No olvidemos que la duración máxima de la prestación contributiva son dos años. Estas personas, que han superado este periodo de tiempo sólo les queda, si reúnen las condiciones, acceder a un subsidio.

Distribución de los parados registrados por sexo y permanencia en el paro						
Fuente: SEPE	TOTAL	%	HOMBRES	%	MUJERES	%
DE <= 7 DIAS	78.890	3,3%	35.739	1,5%	43.151	1,8%
DE > 7 <= 15 DIAS	94.251	4,0%	42.872	1,8%	51.379	2,2%
DE > 15 <= 30 DIAS	164.423	6,9%	72.510	3,0%	91.913	3,9%
DE > 1 <= 3 MESES	383.480	16,1%	173.123	7,3%	210.357	8,8%
DE > 3 <= 6 MESES	285.606	12,0%	122.572	5,2%	163.034	6,9%
DE > 6 <= 9 MESES	202.134	8,5%	82.416	3,5%	119.718	5,0%
DE > 9 <= 12 MESES	140.226	5,9%	55.068	2,3%	85.158	3,6%
DE > 12 <= 15 MESES	110.343	4,6%	41.429	1,7%	68.914	2,9%
DE > 15 <= 18 MESES	80.893	3,4%	30.532	1,3%	50.361	2,1%
DE > 18 <= 21 MESES	74.203	3,1%	27.070	1,1%	47.133	2,0%
DE > 21 <= 24 MESES	61.306	2,6%	22.531	0,9%	38.775	1,6%
DE > 24 MESES	**703.750**	**29,6%**	**245.238**	**10,3%**	**458.512**	**19,3%**
TOTAL	**2.379.505**	100,0%	**951.100**	40,0%	**1.428.405**	60,0%

Si consideramos que un parado es de larga duración cuando transcurren más de 12 meses en esa situación el porcentaje sobre el total asciende al 43,8%. Lo que nos indica que, prácticamente, la mitad de las personas que el SEPE considera paradas lo son de larga duración. Esto nos podría llevar a cuestionar la eficiencia del SEPE en la intermediación laboral, convirtiéndose en un mero gestor de prestaciones.

Parados registrados por edad y sexo

El edadismo está fuertemente presente dificultando el acceso al empleo a las personas mayores. El mayor número de parados corresponde a aquellos que superan los 59 años, de los que el 59,8% son mujeres.

Fuente: SEPE	Total	%	Hombres	%	Mujeres	%
DE 16-19 AÑOS	52.000	2,2%	31.012	1,3%	20.988	0,9%
DE 20-24 AÑOS	137.141	5,8%	69.728	2,9%	67.413	2,8%
DE 25-29 AÑOS	183.666	7,7%	80.791	3,4%	102.875	4,3%
DE 30-34 AÑOS	200.238	8,4%	79.842	3,4%	120.396	5,1%
DE 35-39 AÑOS	220.224	9,3%	81.383	3,4%	138.841	5,8%
DE 40-44 AÑOS	231.666	9,7%	83.449	3,5%	148.217	6,2%
DE 45-49 AÑOS	261.587	11,0%	98.671	4,1%	162.916	6,8%
DE 50-54 AÑOS	**296.645**	**12,5%**	**112.029**	**4,7%**	**184.616**	**7,8%**
DE 55-59 AÑOS	**371.840**	**15,6%**	**143.584**	**6,0%**	**228.256**	**9,6%**
MAYOR DE 59 AÑOS	**424.498**	**17,8%**	**170.611**	**7,2%**	**253.887**	**10,7%**
TOTAL EDAD	**2.379.505**	100,0%	**951.100**	40,0%	**1.428.405**	60,0%

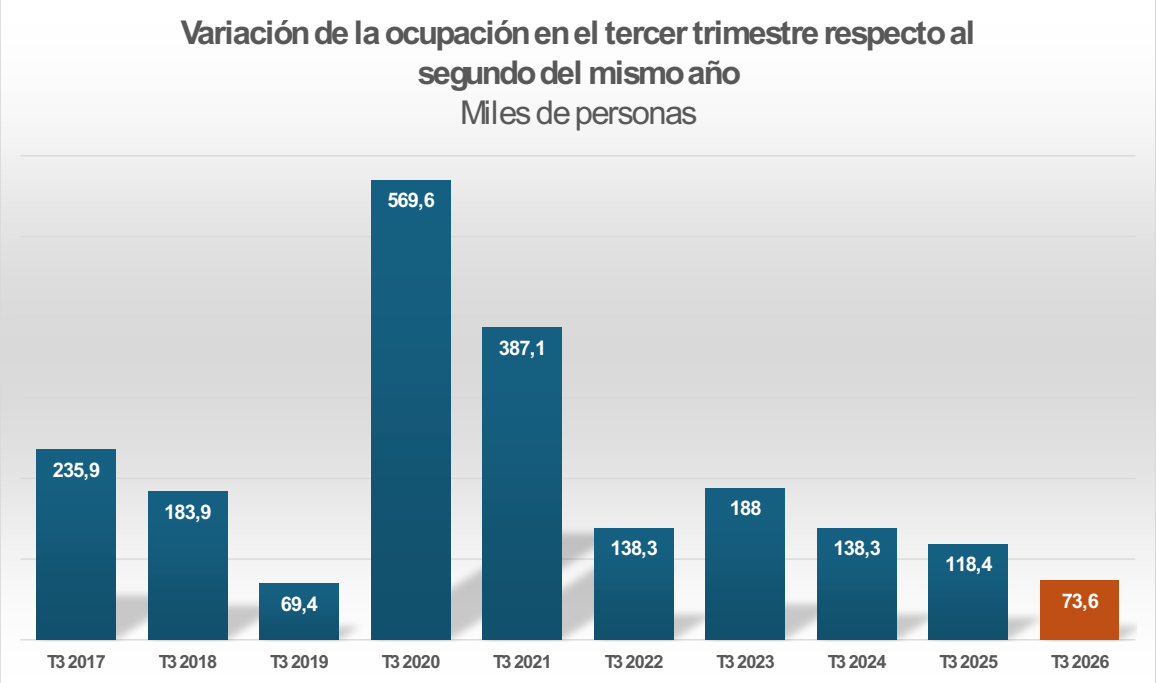
El 46% de los parados registrados al finalizar los nueve primeros meses del año son mayores de 50 años, personas con años de posible actividad laboral antes de alcanzar la jubilación, que recordemos la edad ordinaria es de 67 años en 2026 y las situaciones de jubilación anticipada siguen estando penalizadas.

Debería abordarse un plan de choque para facilitar el acceso al empleo a estas personas. Un plan que les dote de nuevas competencias profesionales para acceder de nuevo al mercado de trabajo. Estos deberían ser una prioridad de las políticas activas de empleo.

Ocupación

La EPA del tercer trimestre del año nos dice que el número de ocupados aumentó en 73.600 personas y se situó en 22.852.600. La tasa de variación trimestral fue del 0,32%. Es el peor trimestre desde 2017 con la excepción de 2019.

Por sexo, el empleo creció este trimestre en 26.800 hombres y en 46.800 mujeres. Por nacionalidad, bajó en 1.800 personas en los españoles -incluye doble nacionalidad- y se incrementó en 75.400 en los extranjeros. El proceso de regularización salva los datos de empleo de este trimestre. No olvidemos que gran parte de esta ocupación son trabajos de baja cualificación y salarios bajos.



Por sectores, la ocupación aumentó en los Servicios (235.600 más). Y bajó en la Agricultura (58.300 menos), la Industria (-54.400) y la Construcción (-49.300). Es preocupante la caída de la ocupación en la Industria, son empleos más cualificados y mejor remunerados.

El número de asalariados subió en 90.000 -los que tenían contrato indefinido aumentaron en 22.100 y los de contrato temporal en 68.000-. El número de trabajadores por cuenta propia disminuyó en 15.500 personas. La contratación temporal triplicó a la indefinida, a ella corresponden la mayoría de lo contratos a jornada completa.

En los 12 últimos meses el empleo aumentó en 465.500 personas (un 2,08%), con incrementos de 262.100 mujeres y 203.400 hombres. Por sectores, creció en los Servicios (479.400 ocupados más) y la Construcción (30.500), y se redujo en la Industria (-25.900) y la Agricultura (-18.600). Para conseguir ese incremento ha sido necesario realizar 16.191.749 contratos, eso implica una media de 34,7 contratos al año por persona; 2,9 contratos al mes.

Horas trabajadas: jornada media efectiva semanal

La jornada media efectiva trabajada, según la EPA del tercer trimestre, es de 29,3 horas y se mantiene así desde 2024.



Con respecto a 2021, esto se traduce en 24 minutos más menos semanales. Estas jornadas reducidas facilita que se acuda a la búsqueda de otro empleo. Una jornada reducida implica un salario reducido.

Horas Extraordinarias

Son todas las horas de trabajo realizadas por un empleado por encima de la duración máxima de la jornada ordinaria establecida por la ley, el convenio colectivo o el contrato de trabajo.

En el tercer trimestre del año, según los datos de la EPA, las horas extraordinarias semanales realizadas han disminuido con respecto al segundo trimestre.

Mientras, las horas retribuidas han disminuido ligeramente con respecto al trimestre precedente.

Horas Extraordinarias	2026T3	2026T2	2026T1	Total tres trimestres
Horas extra pagadas	3.927.200	4.092.000	3.389.000	11.408.200
Horas extra no pagadas	2.214.200	3.092.000	2.508.200	7.814.400
Total	6.141.400	7.183.900	5.897.200	19.222.500

Si acumulamos las horas extraordinarias realizadas en los tres trimestres se habrían realizado mas de 19 millones.

Situación de subempleo

El **subempleo** (también llamado infraempleo) se refiere a una persona que tiene trabajo, pero en condiciones inferiores a las que podría o querría tener, bien porque trabaja menos horas de las que desea y está disponible para trabajar más; ocupa un puesto por debajo de su cualificación profesional; o tiene un empleo con ingresos o condiciones que considera inadecuados y busca mejorar su situación laboral.

Ocupados subempleados.	2026T3	2025T3	2024T3	2023T3	2022T3	2021T3
Fuente: EPA 3er.T	1.583.000	1.619.500	1.640.000	1.606.500	1.655.000	1.737.400

En esta situación se encuentran 1.583.000 personas. ¿Son estos los que conforman buena parte de los demandantes de empleo ocupados?

Situación de empleo secundario

Se corresponde con las situaciones de **pluriempleo**, es decir, cuando una persona ya tiene un trabajo y tiene otro adicional compatible con el que desempeña.

Ocupados con empleo secundario	2026T3	2025T3	2024T3	2023T3	2022T3	2021T3
EPA 3er.T 2026	603.700	559.800	558.800	540.800	509.900	489.100

Hemos finalizado el tercer trimestre con récord de personas pluriempleadas.

En el análisis de la reciente EPA queremos destacar la categoría de inactivos, que no computan como parados. La EPA no considera activos y, por tanto, no contabiliza como parados a los fijos discontinuos inactivos. Es decir, el paro real estaría en el entorno de los 3,6 millones de parados si consideramos los 991.500 inactivos (parados).

Encuesta de Población Activa Categorías especiales de inactivos Valores absolutos en miles		
Periodo	Buscan pero no están disponibles	No buscan pero están disponibles
T3 2026	365,9	625,6

2. Contratación

Duración

La duración de un contrato es un indicador de la estabilidad o no del empleo para el que ha sido contratado. Si comparamos con 2021, antes de la reforma, vemos que hay un notable incremento de la contratación indefinida en 2026, 32 puntos más, hasta alcanzar el 42,1% del total.

FUENTE SEPE	TOTAL ACUMULADOS	<=7 DIAS	>7 Y <=15 DIAS	>15 DIAS Y <=1 MES	>1 Y <=3 MESES	>3 Y <=6 MESES	>6 Y <=12 MESES	>12 MESES	INDETER-MINADOS	INDEFINI-DOS	DURACION MEDIA EN DIAS
sep-21	13.788.679	3.037.222	661.572	1.096.349	1.476.757	905.843	252.542	44.716	4.855.598	1.458.080	54,03
% TOTAL		22,0%	4,8%	8,0%	10,7%	6,6%	1,8%	0,3%	35,2%	10,6%	
sep-26	12.154.610	2.555.666	647.587	887.777	1.356.276	548.881	153.066	34.076	852.600	5.118.681	45,08
% TOTAL		21,0%	5,3%	7,3%	11,2%	4,5%	1,3%	0,3%	7,0%	42,1%	

Sin embargo, más allá de la mejora en el número de contratos indefinidos realizados, lo que observamos es que se ha producido un trasvase de la contratación de duración indeterminada (obra y servicio) a la indefinida.

Los contratos de temporales de menos de siete días, prácticamente, mantienen el mismo porcentaje, 21% y 22%.

Más allá de los supuestos de contratación indefinida, que en la práctica no lo son, porque si los más de 5 millones de contratos indefinidos realizados en los nueve primeros meses del año se mantuviesen ya no existiría desempleo. En la práctica, lo que sucede, es que se rescinden tantos contratos indefinidos como lo que se realizan. Esto supone una gran rotación en el empleo y, por tanto, falta de estabilidad en él.

La mayoría, uno de cada cinco contratos (21%) dura menos de una semana y el 49,3% del total de contratos realizados desde enero a septiembre duran menos de 6 meses.

La duración media de los contratos en los nueve primeros meses del año ha sido de 45 días, lo que supone una disminución de 9 días con respecto al mismo período de 2021.

Tipo de contrato y jornada

Consideramos ahora los grandes bloques de contratos: indefinidos y temporales, y dentro de ellos el tipo de jornada contratada: completa o parcial. Los fijos discontinuos son en el fondo un contrato indefinido a tiempo parcial, pero por su actualidad los consideramos en un apartado específico.

Contratos realizados en los 9 primeros meses de 2026

Se han realizado durante este período más de 12,1 millones de contratos, de los que el 56,3% han sido a jornada completa. Hay demasiada parcialidad no justificada, no parece

razonable que prácticamente la mitad de los contratos que se necesitan para cubrir un puesto de trabajo sean realizando una jornada parcial.

SEPTIEMBRE 2026

FUENTE SEPE: DATOS ACUMULADOS	TOTAL	JORNADA COMPLETA	% TOTAL	JORNADA PARCIAL	%TOTAL	FIJOS DISCONTINUOS	%TOTAL
INDEFINIDO (Bonif./no Bonif)	4.803.149	1.978.334	16,3%	1.183.260	9,7%	1.641.555	13,5%
INDEF. PERS. CON DISCAPACIDAD	10.009	5.435	0,0%	3.571	0,0%	1.003	0,0%
CONVERTIDOS EN INDEFINIDOS	305.523	182.374	1,5%	91.870	0,8%	31.279	0,3%
TOTAL INDEFINIDOS	**5.118.681**	**2.166.143**	**17,8%**	**1.278.701**	**10,5%**	**1.673.837**	**13,8%**
TOTAL TEMPORALES	**7.035.929**	**4.679.580**	**38,5%**	**2.356.349**	**19,4%**	**-**	**0,0%**
TOTAL CONTRATOS	**12.154.610**	**6.845.723**	**56,3%**	**3.635.050**	**29,9%**	**1.673.837**	**13,8%**

En cuanto a la contratación indefinida solo el 17,8% del total de la realizada (incluidas las conversiones) ha sido a jornada completa. La jornada completa, mayoritariamente, se contrata temporalmente, un 38,5%, más de 20 puntos que la indefinida.

Para introducir la variable genero vamos a utilizar los datos de la Seguridad Social y como están distribuida la afiliación al Régimen General en función del tipo de contrato y sexo. Esta distribución nos indica que existe una brecha de género en la "calidad" de la contratación.

Afiliados medios R. General por tipo contrato y sexo	Total Sexo	Mujer	% TOTAL	Varón	% TOTAL
TODAS LAS MODALIDADES DE CONTRATOS	17.868.790,55	8.675.335,27	48,6%	9.193.445,27	51,4%
INDEFINIDO-T. Completo	**10.337.822,41**	**4.043.402,91**	**22,6%**	**6.294.415,50**	**35,2%**
INDEFINIDO-T. Parcial	**2.624.646,55**	**1.772.057,73**	**9,9%**	**852.586,82**	**4,8%**
INDEFINIDO-Fijos Discontinuos	1.011.899,14	553.122,77	3,1%	458.776,36	2,6%
TEMPORAL-T. Completo	1.534.191,82	860.180,00	4,8%	674.011,82	3,8%
TEMPORAL-T. Parcial	624.358,86	390.698,77	2,2%	233.659,09	1,3%
APREND., FORMACIÓN Y PRÁCT.	68.627,00	33.722,55	0,2%	34.904,45	0,2%
OTROS	1.667.244,77	1.022.150,55	5,7%	645.091,23	3,6%

Fuente: Seguridad Social (septiembre 2026)

Fijándonos solo en la contratación indefinida, los hombres superan en 13 puntos a las mujeres con jornada completa, un 35% frente a un 22%. Mientras que la cuando la jornada es parcial las mujeres duplican porcentualmente a los hombres, un 10% frente a un 5%.

Si miramos la distribución, no respecto del total sino respecto de cada grupo, nos encontramos que solo el 39,1% de las mujeres tienen un contrato indefinido a tiempo completo: 22 puntos porcentuales menos que los hombres.

Afiliados medios R. General por tipo contrato y sexo	Total	% sobre el total de cada grupo			
		Mujer	%	Varón	%
TODAS LAS MODALIDADES DE CONTRATOS	17.868.790,55	8.675.335,27	48,6%	9.193.445,27	51,4%
INDEFINIDO-T. Completo	**10.337.822,41**	**4.043.402,91**	**39,1%**	**6.294.415,50**	**60,9%**
INDEFINIDO-T. Parcial	**2.624.646,55**	**1.772.057,73**	**67,5%**	**852.586,82**	**32,5%**
INDEFINIDO-Fijos Discontinuos	1.011.899,14	553.122,77	54,7%	458.776,36	45,3%
TEMPORAL-T. Completo	1.534.191,82	860.180,00	56,1%	674.011,82	43,9%
TEMPORAL-T. Parcial	624.358,86	390.698,77	62,6%	233.659,09	37,4%
APREND., FORMACIÓN Y PRÁCT.	68.627,00	33.722,55	49,1%	34.904,45	50,9%
OTROS	1.667.244,77	1.022.150,55	61,3%	645.091,23	38,7%

Del total de personas con contrato indefinido a tiempo parcial, el 67,5% son mujeres duplicando el numero de hombres contratados bajo esta modalidad. Por el contrario, el porcentaje de hombres con contrato indefinido a tiempo completo supone el 60% de los contratados bajo esta modalidad, 20 puntos más que las mujeres.

Una última mirada a nuestro mercado laboral a través de los flujos de entrada y salida de este y que nos lleva a que existe una gran rotación en el empleo: tanto en la entrada a la ocupación, la salida de esta. De igual manera con la entrada y salida del paro.

Flujos de personas en el mercado laboral - Trimestre 3/2026		
	Valor	**Variación**
Personas que entran a la ocupación	1.360,30	0,17
Personas que salen de la ocupación	1.383,90	6,22
Personas que entran al paro	1.341,50	-0,67
Personas que salen del paro	1.233,60	-1,54
Personas que entran a la actividad	1.427,50	3,18
Personas que salen de la actividad	1.502,80	9,03
Situación del trimestre actual respecto del anterior Valor en miles. Variación en % respecto del mismo período del año anterior		

Salen más personas de la ocupación que entran; sin embargo, entran menos a la actividad que salen. Entran al paro más personas que las que salen. Mucha contratación pero, ¿cuánto duran los contratos?. Demasiados contratos de muy corta duración: "contratos cerilla".

3. Salarios e IPC

La relación entre la subida salarial pactada en los convenios colectivos y la variación anual del IPC nos indica si en un determinado período de tiempo las personas trabajadoras han ganado o perdido poder adquisitivo.

En el período 2026-2021 la diferencia entre los incrementos salariales pactados y la subida del índice general del IPC nos indica que hay una pérdida de poder adquisitivo de 8,01 puntos.

Fuentes: INE y Ministerio de Trabajo	2026*	2025	2024	2023	2022	2021	Total acumulado
IPC (Índice general)	4,9	2,9	2,8	3,1	5,7	6,5	**25,90**
Variación Salarial pactada en Convenio	3,05	3,51	3,25	3,61	3,02	1,45	**17,89**
Alimentos y bebidas no alcohólicas	2,70	3,0	1,8	7,3	15,7	5	**35,50**
Vivienda, agua, electricidad, gas y otros combustibles	7,2	5,7	7,4	-5,9	-4,5	23,3	**33,20**

* Septiembre

Queremos recordar que el índice general es una media ponderada de distintos componentes. Si nos fijamos en dos de ellos que tienen una relación directa con las necesidades de las personas (vivienda y alimentos), la pérdida de poder adquisitivo es notablemente superior, de 15,31 puntos en el primer caso, y 17,61 en el segundo. Esto nos indica que cada vez es más difícil mantener unos mínimos dignos para vivir y encaja con una población en riesgo de pobreza en el entorno del 20%.

Si tenemos en cuenta la encuesta trimestral de coste laboral (ETCL) elaborada por el INE, el salario medio fue de 2.512,68 euros en el segundo trimestre de 2026.

ETCL(INE)	2026T2	2025T2	2024T2	2023T2	2022T2	2021T2
Salario medio bruto	2.512,68	2.416,50	2.353,59	2.262,63	2.153,88	2.064,37

Si utilizamos la herramienta del INE para la actualización de rentas con el IPC nos encontramos con que el salario bruto de 2026 debería haber alcanzado, para no perder poder adquisitivo, los 2.551,56€, esto supondría más de 500 euros anuales de diferencia entre lo que sería el mantener el poder adquisitivo y la subida real producida.

Actualización de importes con el IPC general. Sistema IPC base 2025 para periodos anuales completos.

Importe actualizado con el IPC General (sistema IPC base 2025)
entre **Septiembre de 2021 y Septiembre de 2026**

Importe inicial	Importe actualizado	Tasa de variación
2.064,37 €	2.551,56 €	23,6 %

Madrid, 28 de octubre de 2026

915 774 113 · Ext. 255 s.general@uso.es / www.uso.es @USOConfe UnionSindicalObreraConfederal @usoconfe
Príncipe de Vergara, 13 - 7º · 28001 Madrid