

# Teletrabajo

Edición 2025 - Datos 2024



# Principales resultados



**El teletrabajo se consolida como modalidad estructural en España.**

En 2024, el 15,4% de la población ocupada (equivalente a 3.330.100 personas) trabaja desde su domicilio, lo que confirma que el teletrabajo ha superado su carácter coyuntural y se ha integrado de forma estable en el mercado laboral.



**El crecimiento del teletrabajo es desigual según edad, género y ocupación.**

Las personas de 35 a 44 años son las que más teletrabajan (17,9%), mientras que los y las jóvenes de 16 a 24 años apenas alcanzan el 5,7%. Las mujeres teletrabajan más que los hombres en la mayoría de las comunidades autónomas y países europeos.



**Las grandes empresas impulsan el teletrabajo con fuerza.**

El 80,4% de las empresas con 250 o más personas empleadas permite el teletrabajo, frente al 32,4% de las pequeñas. El tamaño empresarial es un factor clave en la capacidad de ofrecer esta modalidad.



**El sector TIC lidera la transformación digital del trabajo.**

En el sector de tecnologías de la información y la comunicación, el 83,4% de las empresas permite el teletrabajo, muy por encima de sectores como la construcción (26%) o la industria alimentaria (28%).



**Madrid duplica la media nacional de teletrabajo.**

La Comunidad de Madrid registra el mayor porcentaje de teletrabajadores del país, con un 26,6%, superando en más de 11 puntos la media nacional y en 10 puntos a la siguiente comunidad, Cataluña.



### España reduce la brecha con Europa, pero sigue rezagada.

Con un 15,4% de teletrabajo, España se sitúa 7,2 puntos por debajo de la media de la UE27 (22,6%), aunque ha reducido ligeramente la distancia respecto a 2023.



### El modelo híbrido se impone como la fórmula más extendida.

La mayoría de las personas que teletrabajan lo hacen una media de tres días por semana, lo que refleja una preferencia por esquemas flexibles que combinan presencialidad y trabajo remoto.



### España destaca por su mayor proporción de teletrabajo habitual (7,8%).

A diferencia de la mayoría de países europeos, donde predomina el teletrabajo ocasional, en España el habitual es ligeramente más frecuente, lo que sugiere una adopción más estable.



### La brecha de género en teletrabajo persiste en España y Europa.

En 22 de los 27 países de la UE, las mujeres teletrabajan más que los hombres. En España, la diferencia es de 1,2 puntos porcentuales, igual que en Portugal y Dinamarca.



### El teletrabajo plantea oportunidades, pero también desafíos estructurales.

La expansión del trabajo remoto requiere abordar retos como la ciberseguridad, la desconexión digital, la equidad en el acceso y la adaptación normativa para garantizar su sostenibilidad a largo plazo.

# ÍNDICE

NIPO: 230250257  
DOI: 10.30923/230250257

*Teletrabajo. Edición 2025-Datos 2024* ha sido elaborado por el equipo de trabajo del Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad.

## **Sugerencias para citar este informe:**

Edición 2025-Datos 2024. *Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad*. Red.es. Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial. Ministerio para la Transformación Digital y de la Función Pública. Reservados todos los derechos. Se permite su copia y distribución por cualquier medio siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras y no se realice ninguna modificación de las obras.

# 01

|              |    |
|--------------|----|
| Introducción | 07 |
|--------------|----|

# 02

|                          |    |
|--------------------------|----|
| Indicadores de evolución | 09 |
|--------------------------|----|

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| 2.1. Teletrabajo total, habitual y ocasional | 09 |
|----------------------------------------------|----|

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 2.2. Teletrabajo por grupos de edad | 12 |
|-------------------------------------|----|

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| 2.3. Teletrabajo según tipo de relación laboral | 15 |
|-------------------------------------------------|----|

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 2.4. Distribución territorial del teletrabajo | 17 |
|-----------------------------------------------|----|

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 2.5. Teletrabajo en las empresas | 20 |
|----------------------------------|----|

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 2.6. Comparativa europea | 23 |
|--------------------------|----|

# 03

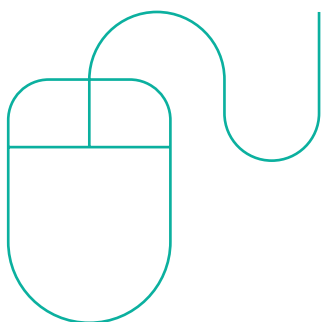
|              |    |
|--------------|----|
| Conclusiones | 29 |
|--------------|----|

# 04

|             |    |
|-------------|----|
| Referencias | 31 |
|-------------|----|



Brújula



# 01

## Introducción

El teletrabajo se ha consolidado como una modalidad laboral estructural en el mercado de trabajo español. Impulsado de forma abrupta por la pandemia de COVID-19, su adopción alcanzó un máximo histórico del 19,1% de la población ocupada en 2020. Aunque esta cifra ha descendido desde entonces, el porcentaje actual (15,4%) aún es significativamente superior al registrado en la etapa prepandémica, lo que evidencia una transformación duradera en las dinámicas laborales.

En la actualidad, el trabajo a distancia atraviesa una fase de estabilización y expansión progresiva. Esta modalidad no solo permite optimizar recursos mediante la reducción de tiempos y costes asociados a los desplazamientos, sino que también favorece la conciliación entre la vida personal y profesional, y contribuye al bienestar de los trabajadores. De hecho, la valoración media del teletrabajo por parte de quienes lo han practicado se sitúa en 8,7 sobre 10, lo que refleja una alta aceptación entre la población ocupada.

Desde la perspectiva empresarial, el teletrabajo representa una herramienta estratégica para mejorar la satisfacción laboral, incrementar la productividad, reducir costes operativos y ampliar el acceso a talento sin

restricciones geográficas. Asimismo, los acontecimientos extraordinarios de la última década —como la pandemia, fenómenos naturales extremos, conflictos internacionales o fallos en infraestructuras críticas— han puesto de manifiesto la necesidad de contar con modelos organizativos resilientes que garanticen la continuidad del negocio ante escenarios de movilidad limitada.

No obstante, esta modalidad también plantea desafíos relevantes. Entre ellos destacan la necesidad de mantener la cohesión y coordinación de los equipos, garantizar la desconexión digital, preservar la frontera entre la vida laboral y personal, y asegurar la ciberseguridad y la dotación tecnológica adecuada para los empleados y las empleadas.

Este informe examina los principales indicadores de adopción del teletrabajo en España y en el conjunto de la Unión Europea, a partir de fuentes oficiales como la Encuesta de Población Activa (INE) y la *Labour Force Survey* (Eurostat). Asimismo, se analizan variables relacionadas con la posibilidad de teletrabajar y su valoración, utilizando datos procedentes de la *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de TIC en los Hogares* y la *Encuesta sobre el Uso de TIC y Comercio Electrónico en las Empresas*.





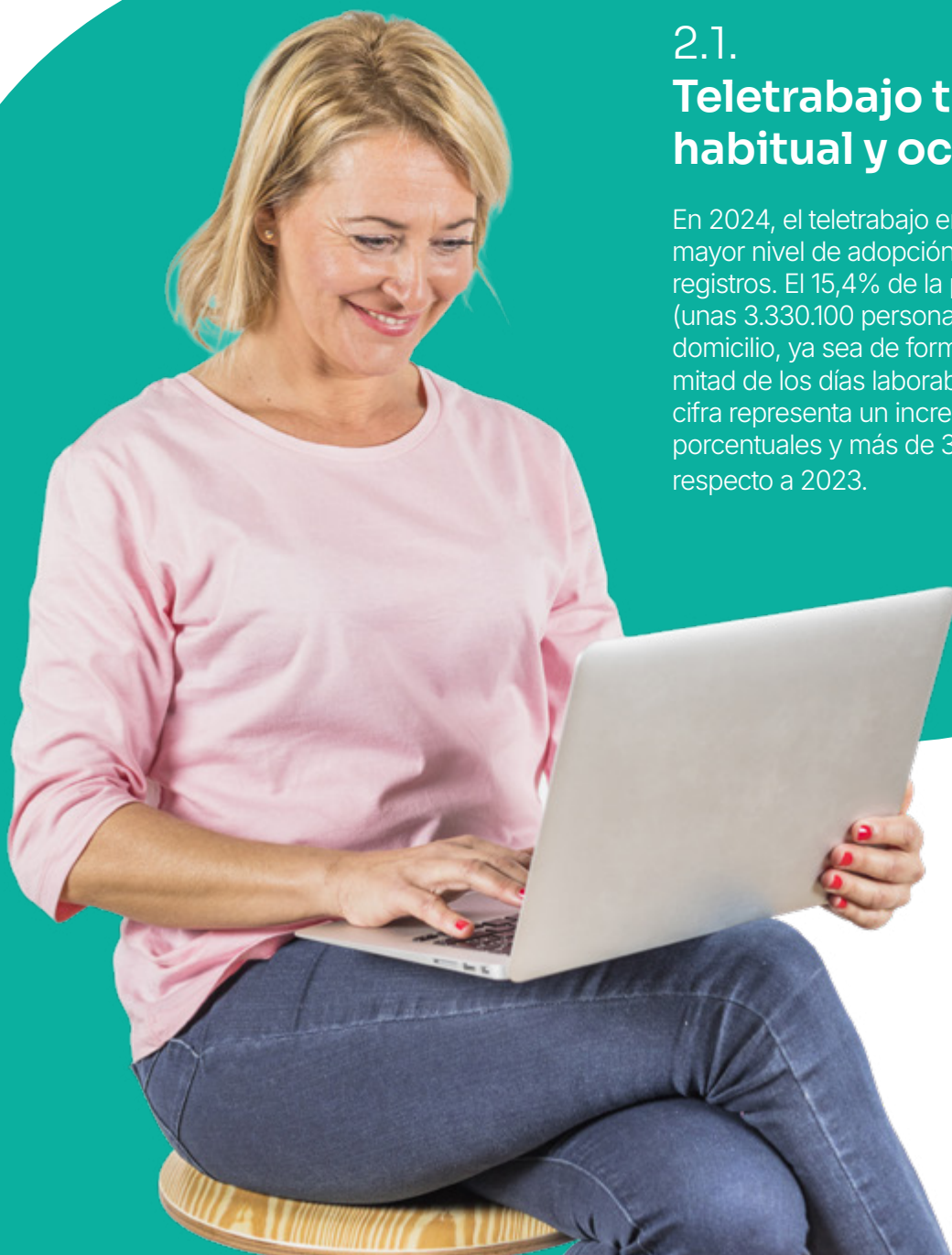
02

## Indicadores de evolución



### 2.1. Teletrabajo total, habitual y ocasional

En 2024, el teletrabajo en España alcanza su mayor nivel de adopción desde que existen registros. El 15,4% de la población ocupada (unas 3.330.100 personas) trabaja desde su domicilio, ya sea de forma habitual (más de la mitad de los días laborables) u ocasional. Esta cifra representa un incremento de 1,3 puntos porcentuales y más de 330.000 personas respecto a 2023.



La posibilidad de teletrabajar está estrechamente vinculada a la naturaleza de las ocupaciones. En 2024, el 33,5% de las personas ocupadas considera que su puesto de trabajo podría desempeñarse total o parcialmente a distancia, lo que supone un leve aumento respecto al 32,7% registrado el año anterior.

Desde una perspectiva de género, la incidencia del teletrabajo presenta una diferencia de un punto porcentual: el 15,9% de las mujeres ocupadas (1.597.800) teletrabaja, frente al 14,9% de los hombres (1.732.300). En 2023, esta brecha era de solo dos décimas, también en favor de las mujeres. Este patrón se explica, en parte, por la mayor presencia femenina en ocupaciones susceptibles de ser desempeñadas a distancia: el 34,9% de las mujeres ocupadas considera que su trabajo es teletrabajable, frente al 30,7% de los hombres.

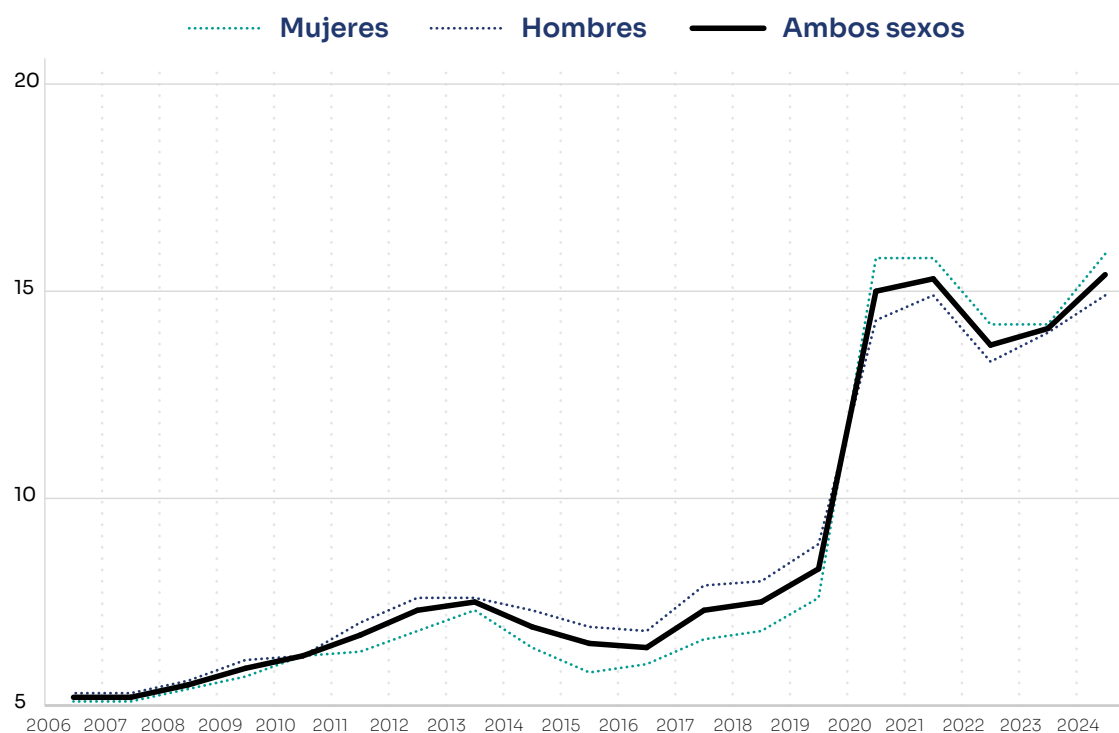
Ambas modalidades de teletrabajo —habitual y ocasional— han experimentado un crecimiento en el último año. El teletrabajo habitual ha pasado del 7,1% (1.501.600 personas) al 7,8% (1.692.200), mientras que

el ocasional ha aumentado del 7% (1.484.500) al 7,6% (1.637.900). Las diferencias entre ambas frecuencias siguen siendo reducidas y estables: en 2024, solo las separan dos décimas. Cabe recordar que, en los años previos a la pandemia, el teletrabajo habitual era más prevalente. Esta diferencia se acentúa entre 2020 y 2022, alcanzando su punto máximo en 2020, cuando el 10,8% de la población ocupada teletrabajaba habitualmente frente al 4,2% que lo hacía de forma ocasional. Estos datos reflejan una tendencia hacia modelos híbridos, en los que la presencialidad ha recuperado protagonismo.

Según la Encuesta sobre *Equipamiento y Uso de TIC en los Hogares*, del INE, las personas que teletrabajan lo hacen una media de tres días por semana. En cuanto a la intensidad del teletrabajo, el 20,8% de quienes lo practican lo hacen de forma completamente remota, mientras que un 9% también lo hace a tiempo completo, aunque con asistencia puntual al centro de trabajo. No obstante, el modelo más común es el híbrido con dos días presenciales a la semana, opción elegida por el 24,2% de las y los teletrabajadores.

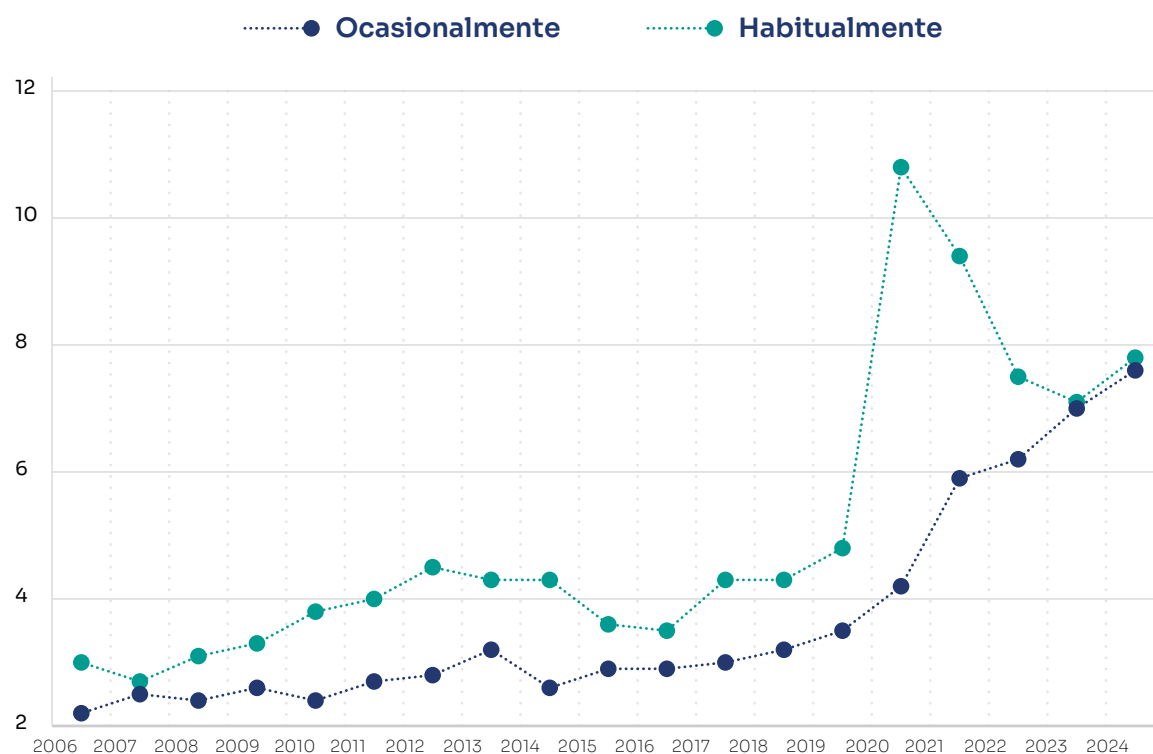


Gráfico 1.  
Evolución del teletrabajo por sexo (2006 – 2024)



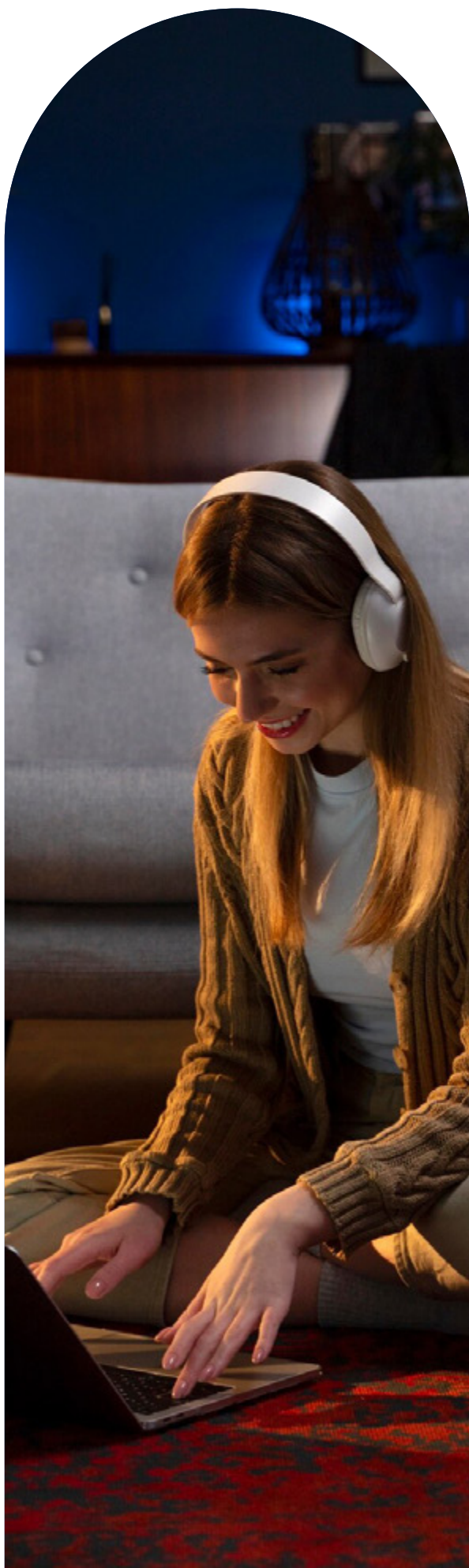
Fuente: Instituto Nacional de Estadística (INE)

Gráfico 2.  
Evolución del teletrabajo habitual y ocasional (2006 – 2024)



Fuente: INE





## 2.2.

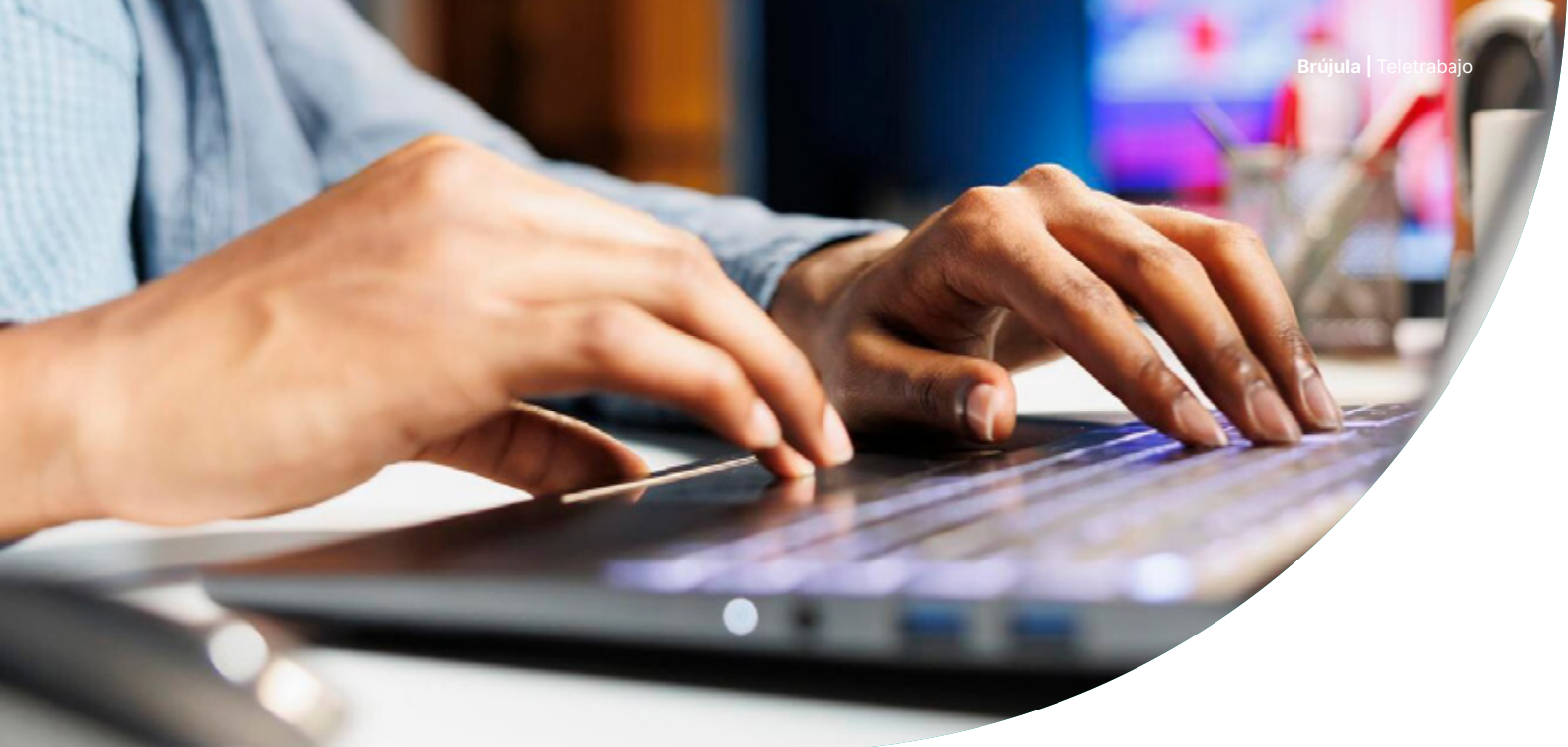
### Teletrabajo por grupos de edad

En 2024, el grupo de edad con mayor incidencia del teletrabajo es el de 35 a 44 años, con un 17,9% de personas ocupadas que trabajan desde su domicilio. Le siguen, con cifras muy similares, los grupos de 25 a 34 años (15,6%), 45 a 54 años (15,4%) y 55 años o más (14,9%). En contraste, el grupo de 16 a 24 años presenta una tasa significativamente inferior, del 5,7%, debido a su mayor concentración en empleos con alta exigencia de presencialidad.

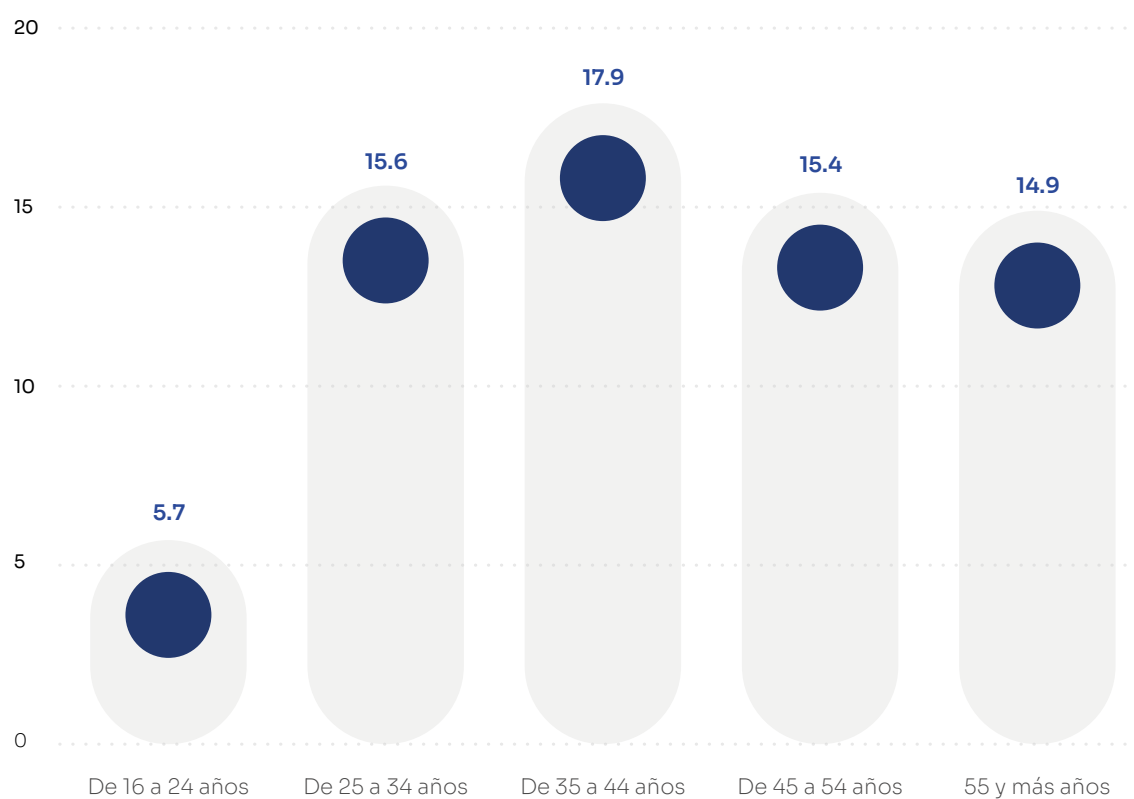
En comparación con 2023, el teletrabajo ha experimentado un crecimiento notable en los grupos de 35 a 44 años (3,2 puntos porcentuales) y de 55 años o más (2,3 p. p.). También se ha incrementado, aunque en menor medida, entre los de 25 a 34 años (1,1 p. p.). Por el contrario, ha disminuido entre los jóvenes de 16 a 24 años (1,6 p. p.) y, de forma más leve, en el grupo de 45 a 54 años (0,3 p. p.).

La posibilidad de teletrabajar también varía según la edad. El grupo de 35 a 44 años, que lidera en adopción, es también el que cuenta con mayor proporción de empleos potencialmente teletrabajables (35,3%). Le siguen los grupos de 45 a 54 años (35%), 25 a 34 años (32,1%) y 55 a 65 años (31,6%). Los porcentajes más bajos se registran en los grupos de 65 a 74 años (30,2%) y de 16 a 24 años (29,7%), lo que refuerza la menor presencia del teletrabajo entre la población más joven.





**Gráfico 3.**  
Prevalencia del teletrabajo total por grupos de edad (2024)



Fuente: INE

En cuanto a la frecuencia del teletrabajo, los grupos de edad intermedia tienden a realizarlo de forma más habitual que ocasional. Por ejemplo, entre las personas de 25 a 34 años, el 8,5% teletrabaja habitualmente y el 7,1% de forma ocasional; en el grupo de 35 a 44 años, estas cifras son del 9,6% y 8,3%, respectivamente.

En cambio, en el resto de grupos etarios, el teletrabajo ocasional es más frecuente: entre los jóvenes de 16 a 24 años, el 3,1% lo hace ocasionalmente frente al 2,6% que lo hace habitualmente; entre los de 45 a 54 años, el 8,1% frente al 7,3%; y entre los de 55 años o más, el 7,6% frente al 7,3%.

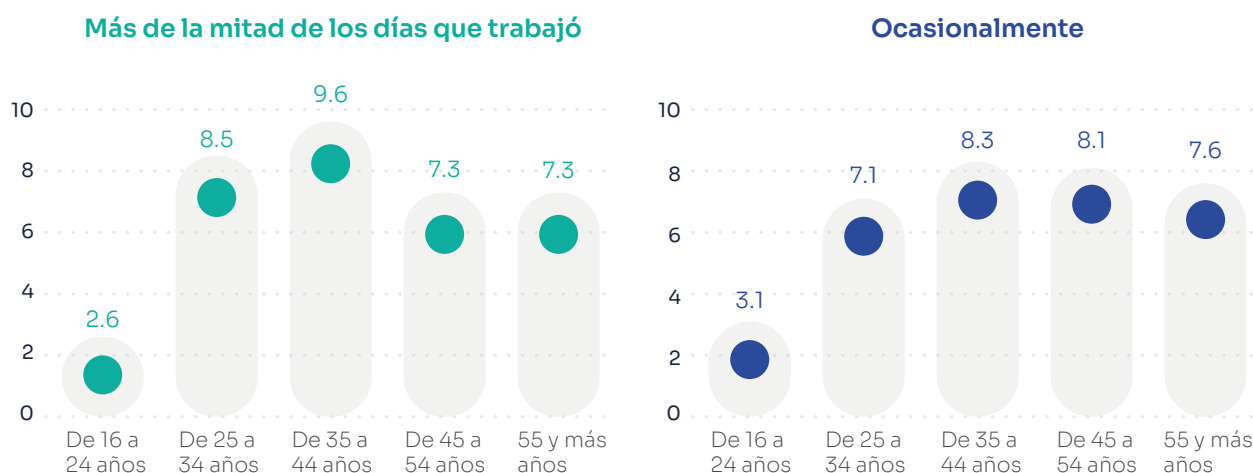
Estos datos reflejan que el teletrabajo principalmente se concentra en las franjas de edad con mayor estabilidad laboral y presencia en ocupaciones cualificadas, mientras que su adopción es más limitada entre los más jóvenes, tanto por la naturaleza de sus empleos como por su menor acceso a puestos compatibles con el trabajo a distancia.

**El teletrabajo habitual es más común entre 25 y 44 años; en otros grupos, predomina el ocasional**



Gráfico 4.

Prevalencia del teletrabajo habitual y ocasional por grupos de edad (2024)



Fuente: INE

## 2.3.

## Teletrabajo según tipo de relación laboral

El teletrabajo en España presenta una mayor incidencia entre las personas trabajadoras por cuenta propia, con un 31,3% que desarrolla su actividad desde el domicilio, frente al 12,6% registrado entre quienes trabajan por cuenta ajena. Esta diferencia refleja la mayor autonomía y flexibilidad inherente al trabajo autónomo, que facilita la adopción de modalidades no presenciales.

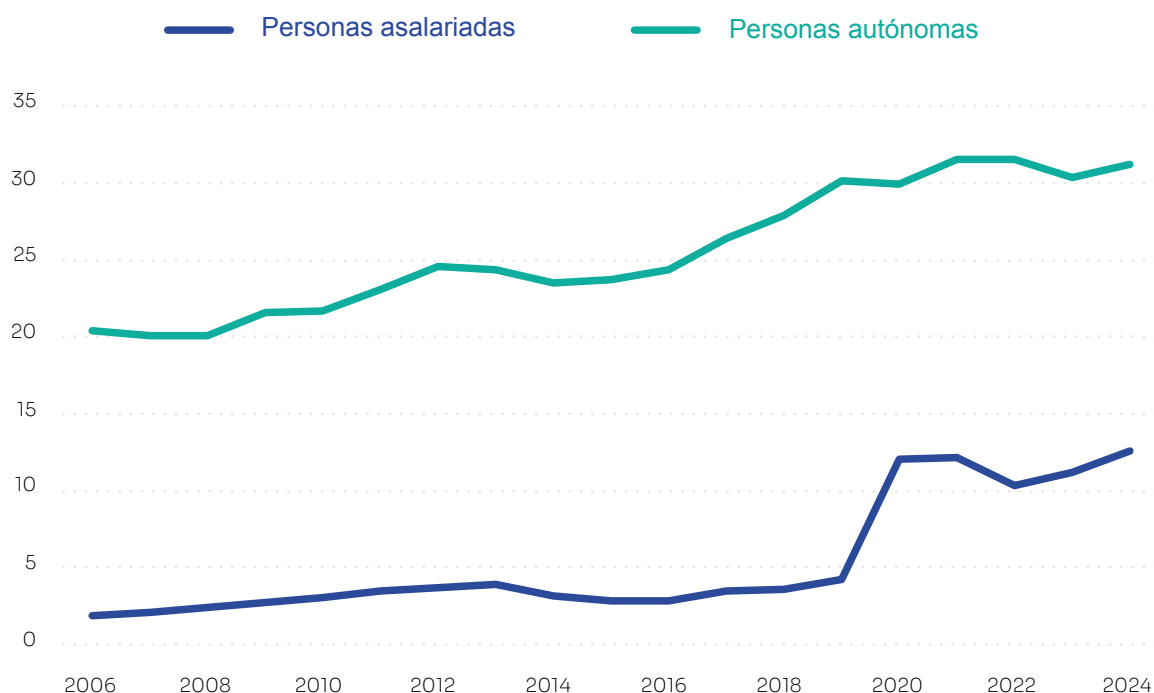
No obstante, el crecimiento del teletrabajo en el último año ha sido más pronunciado entre las personas asalariadas, con un incremento de 1,4 puntos porcentuales (del 11,2% al 12,6%), mientras que entre quienes trabajan por cuenta propia el aumento ha sido más moderado, de 0,9 puntos (del 30,4% al 31,3%).

Entre las y los asalariados, el teletrabajo ha alcanzado en 2024 su máximo histórico, superando los niveles registrados durante los años 2020 y 2021 (ambos ligeramente por encima del 12%). En cambio, entre quienes trabajan por cuenta propia, el pico de adopción se mantiene en 2022, con un 31,6%.

El análisis de la evolución histórica revela que el impacto inicial de la pandemia fue más intenso entre personas asalariadas, con un aumento de 7,9 puntos porcentuales en 2020. En contraste, entre las trabajadoras y los trabajadores por cuenta propia se produjo un leve retroceso de 0,3 puntos en ese mismo año, lo que puede indicar que muchos de ellos ya teletrabajaban antes de la crisis sanitaria.

## Gráfico 5.

### Evolución del teletrabajo total por tipo de relación laboral (2006 – 2024)



Fuente: INE

En cuanto a la frecuencia del teletrabajo, en 2024 el habitual (más de la mitad de los días laborables) es más común entre quienes trabajan por cuenta propia (16,9%) que el ocasional (14,4%). En el caso de las personas asalariadas, se observa una situación de equilibrio: el 6,4% teletrabaja ocasionalmente y el 6,2% lo hace de forma habitual.

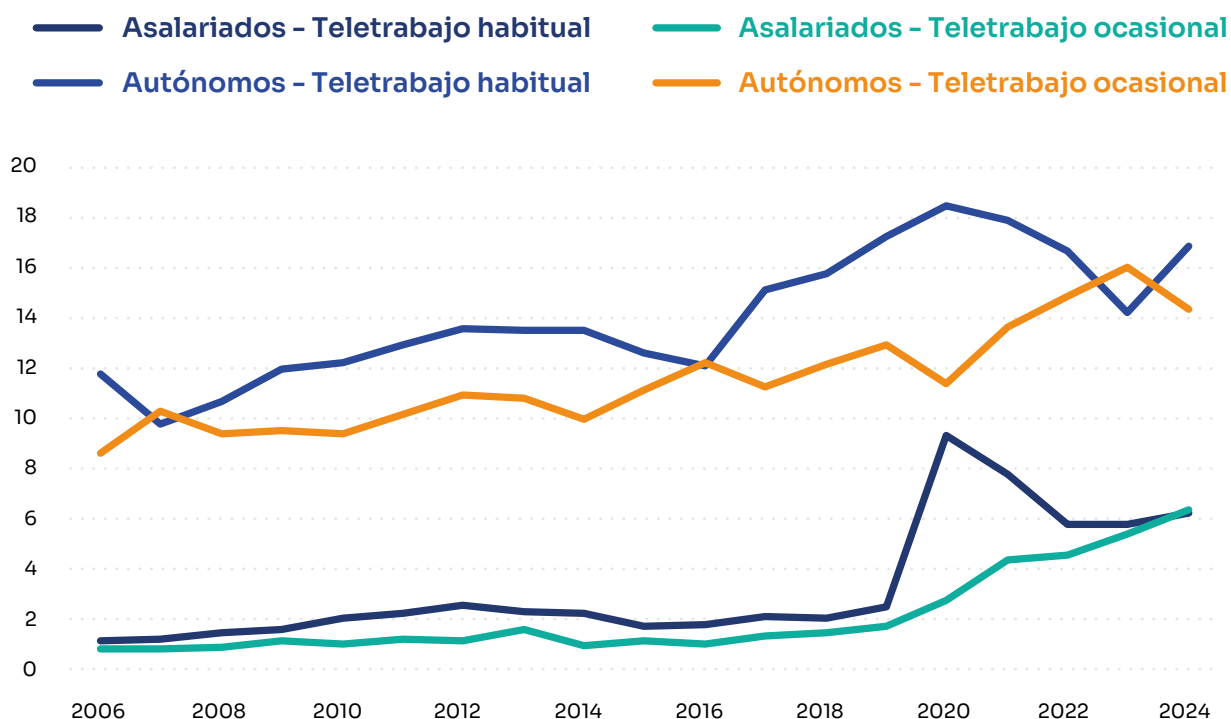
Por primera vez en la serie histórica, el teletrabajo ocasional supera ligeramente al habitual entre los asalariados y las asalariadas. En el caso de los autónomos y las autónomas, el teletrabajo habitual vuelve a ser la modalidad predominante tras el cambio observado en 2023.

Los datos muestran no solo las diferencias estructurales entre ambos tipos de relación laboral, sino también la consolidación del teletrabajo como una opción viable y creciente, especialmente entre quienes disponen de mayor control sobre su organización del trabajo.



Gráfico 6.

Evolución del teletrabajo habitual y ocasional por tipo de relación laboral (2006 – 2024)



Fuente: INE





## 2.4.

### Distribución territorial del teletrabajo

La Comunidad de Madrid se mantiene como la región con mayor proporción de personas teletrabajando dentro de su población ocupada, con un 26,6%, lo que representa un incremento de 2,2 puntos porcentuales respecto a 2023.

Esta cifra sitúa a Madrid 11,2 puntos por encima de la media nacional y 10,2 puntos por delante de Cataluña, que ocupa la segunda posición con un 16,4%. También supera la media nacional la Comunidad Valenciana, con un 16% de teletrabajadores.

Otras comunidades con niveles relativamente altos de teletrabajo son el País Vasco (13,9%), Andalucía (13,2%), Aragón (13,1%), Galicia (12,5%) y el Principado de Asturias (12,2%). En el grupo intermedio se encuentran la Región de Murcia (11,8%), Cantabria (11,7%), Navarra (11,7%), Islas Baleares (11,2%), La Rioja (10,8%) y Castilla-La Mancha (10,3%).

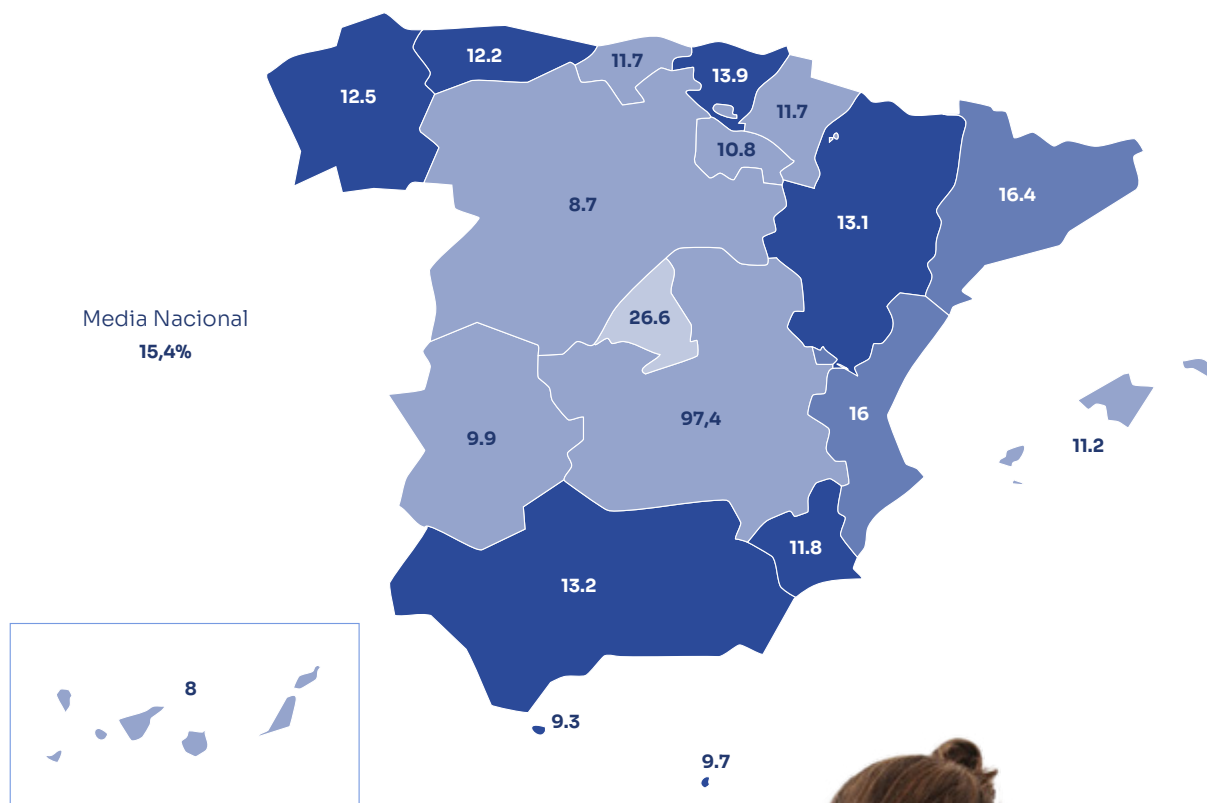
El teletrabajo desde el domicilio particular está menos extendido en Canarias (8%), Castilla y León (8,7%), Ceuta (9,3%), Melilla (9,7%) y Extremadura (9,9%).

En términos de evolución anual, el teletrabajo ha aumentado en 15 de las 19 comunidades y ciudades autónomas. El mayor crecimiento se ha registrado en Islas Baleares, con un incremento de 4,4 puntos porcentuales.

También destacan los aumentos en la Comunidad Valenciana (2,8 p. p.), el País Vasco (2,5 p. p.), La Rioja (2,4 p. p.), así como en Madrid, Región de Murcia y Cataluña, todas con un crecimiento de 2,2 puntos. Por el contrario, Canarias ha experimentado el mayor retroceso (3,5 p. p.), seguida de Navarra (1,5 p. p.), Cantabria (1,4 p. p.), Castilla y León (0,6 p. p.) y Galicia (0,3 p. p.).

Gráfico 7.

## Prevalencia del teletrabajo total por comunidades autónomas (2024)



Fuente: INE

Desde una perspectiva de género, en 12 comunidades autónomas el teletrabajo es más frecuente entre las mujeres. Las diferencias más marcadas se observan en Islas Baleares (3,3 p. p.), Andalucía (2,1 p. p.), Región de Murcia (1,9 p. p.), La Rioja (1,9 p. p.) y Cataluña (1,9 p. p.). En cambio, el teletrabajo masculino es más prevalente en Melilla (7 p. p.), Cantabria (5,7 p. p.) y el Principado de Asturias (5,2 p. p.).



**Las mujeres teletrabajan más que los hombres en 12 comunidades autónomas**

Gráfico 8.

Brecha de género en la prevalencia del teletrabajo total por comunidades autónomas (2024, % mujeres - % hombres)



Fuente: INE

## 2.5. Teletrabajo en las empresas

Las empresas desempeñan un papel clave en la expansión del teletrabajo, al ser las responsables de habilitar las condiciones necesarias para que las personas trabajadoras puedan acogerse a esta modalidad.

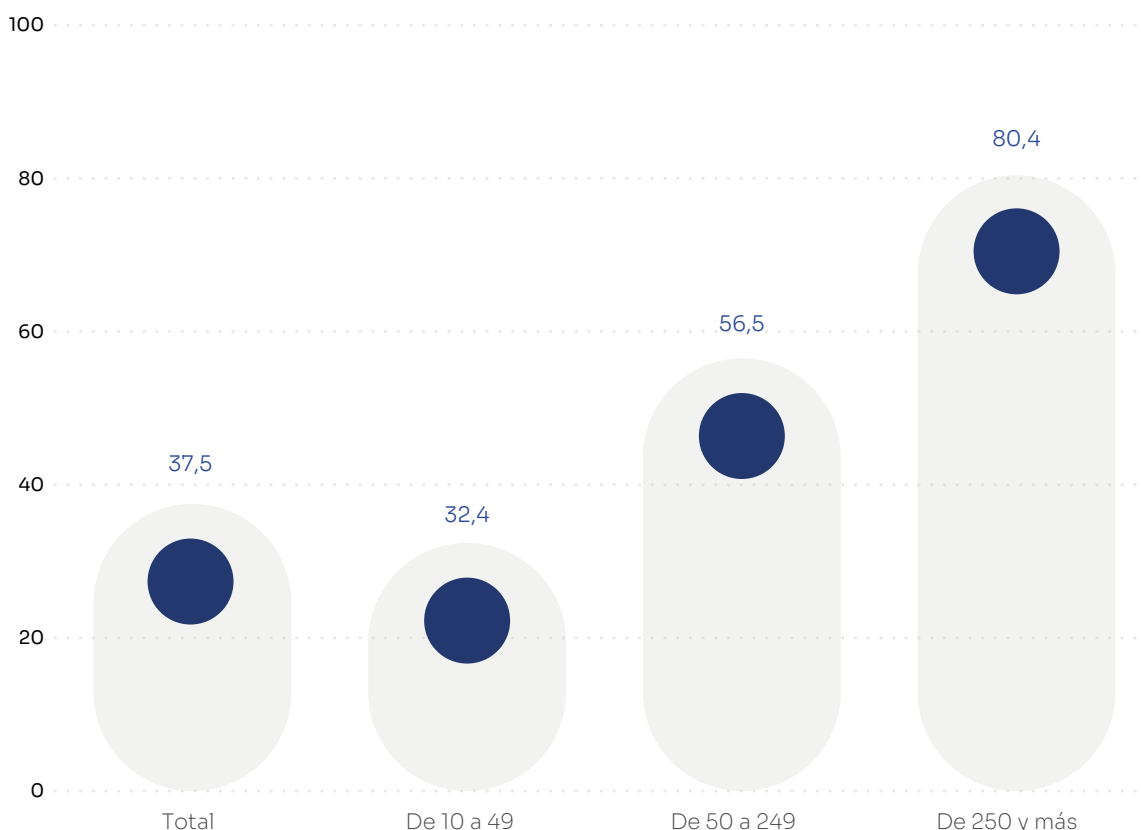
Detrás de los datos analizados en este informe subyacen diferencias significativas según el tamaño de la empresa y el sector económico en el que opera, lo que condiciona en gran medida la implantación del trabajo a distancia.

El 37,5% de las empresas españolas permite el teletrabajo. Esta proporción varía considerablemente en función del tamaño empresarial. En las pequeñas empresas (10 a 49 personas empleadas), el 32,4% ofrece esta posibilidad.

En las medianas empresas (50 a 249 personas), el porcentaje asciende al 56,5%. Y en las grandes empresas (250 o más personas), el teletrabajo está ampliamente extendido, hasta el 80,4%.

Gráfico 9.

Empresas que permiten realización de teletrabajo por tamaño (2024)



Fuente: INE



El sector de actividad económica también influye de forma determinante. En el sector industrial, el 31,9% de las empresas permite el teletrabajo, mientras que en construcción esta cifra desciende al 26%. En cambio, en el sector servicios, el porcentaje se eleva al 43,1%, y en el sector TIC (tecnologías de la información y la comunicación), el teletrabajo está prácticamente generalizado, con un 83,4% de empresas que lo permiten.

Dentro de la industria, el teletrabajo está más presente en el subsector de energía y agua (41,8%). Le siguen las coquerías, petróleo, farmacia, caucho y plásticos (37,9%), la fabricación de productos informáticos, electrónicos, ópticos, eléctricos y mecánicos (34,1%) y la metalurgia (29,6%). En cambio, su presencia es menor en subsectores como alimentación, tabaco y textil, con un 28%.

En el sector servicios, destacan por encima de la media las empresas de información y comunicaciones (85,5%) y en las actividades profesionales, científicas y técnicas (68,2%). También es más común que en la media de sectores en actividades inmobiliarias (53,3%).

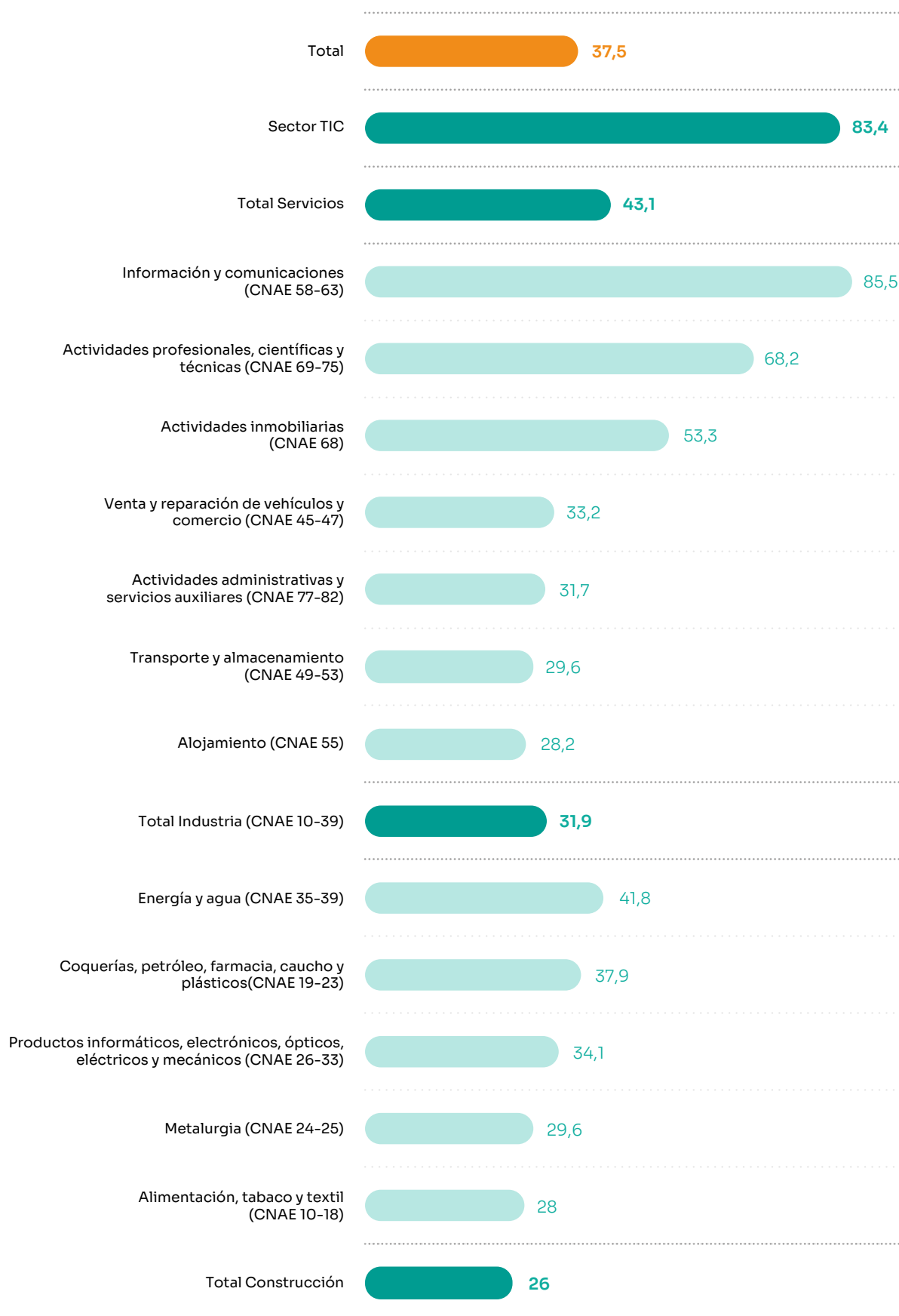
Por el contrario, el teletrabajo es menos frecuente en las empresas cuya actividad es la venta y reparación de vehículos y comercio (33,2%), actividades administrativas y servicios auxiliares (31,7%), transporte y almacenamiento (29,6%) y alojamiento (28,2%).

Como conclusión se puede obtener que la implantación del teletrabajo está estrechamente vinculada a la estructura organizativa y tecnológica de las empresas, así como a la naturaleza de las tareas desempeñadas en cada sector.



Gráfico 10.

## Empresas que permiten realización de teletrabajo por sectores (2024)



Fuente: INE

## 2.6. Comparativa europea

La adopción del teletrabajo presenta una notable heterogeneidad entre los Estados miembros de la Unión Europea. En 2024, la media de la UE27 se sitúa en un 22,6% de personas ocupadas que trabajan desde su domicilio, con una mayor prevalencia del teletrabajo ocasional (13,7%) frente al habitual (8,9%).

Países Bajos es el Estado miembro donde hay un mayor porcentaje de teletrabajadores (52%). Le siguen Suecia (45,6%), Luxemburgo (42,8%), Dinamarca (41,1%) y Finlandia (39,4%). A la cola están Bulgaria (3%), Rumanía (3,5%), Grecia (7,8%), Hungría (9%) e Italia (10,3%).

España, con un 15,4%, es decimosexta y se sitúa 7,2 puntos porcentuales por debajo de la media europea. Justo por encima de nuestro país aparece República Checa (16,5%), y justo por detrás, Polonia (15,3%).

En cuanto al teletrabajo habitual, Irlanda es el país con mayor nivel con un 20,6%, seguida de Finlandia (19,6%), Bélgica (13,8%), Suecia (13,4%), Estonia (13,1%) y Luxemburgo (13%). Los niveles más bajos se registran en Bulgaria y Rumanía (ambos con 1,2%), Grecia (2,7%) e Italia (3,7%). España, con un 7,8%, se sitúa 1,1 puntos por debajo de la media europea.

Respecto al teletrabajo ocasional, destacan Países Bajos (39,8%), Dinamarca (33,3%), Suecia (32,2%) y Luxemburgo (29,8%).

También presentan cifras elevadas Francia (22,8%), Bélgica (22,2%) y Finlandia (19,8%). En contraste, los niveles más bajos se observan en Bulgaria (1,8%), Rumanía (2,3%) y Letonia (3,7%). España, con un 7,6%, se sitúa 6,1 puntos por debajo de la media de la UE27.

En la mayoría de los países europeos, el teletrabajo ocasional es más frecuente que el habitual. Las diferencias más marcadas a favor del ocasional se dan en Países Bajos (27,6 p. p.), Dinamarca (25,5 p. p.), Suecia (18,8 p. p.) y Luxemburgo (16,8 p. p.). Solo en cuatro países el teletrabajo habitual supera al ocasional: España (0,2 p. p.), Alemania (1,6 p. p.), Letonia (4,7 p. p.) e Irlanda (4,7 p. p.).

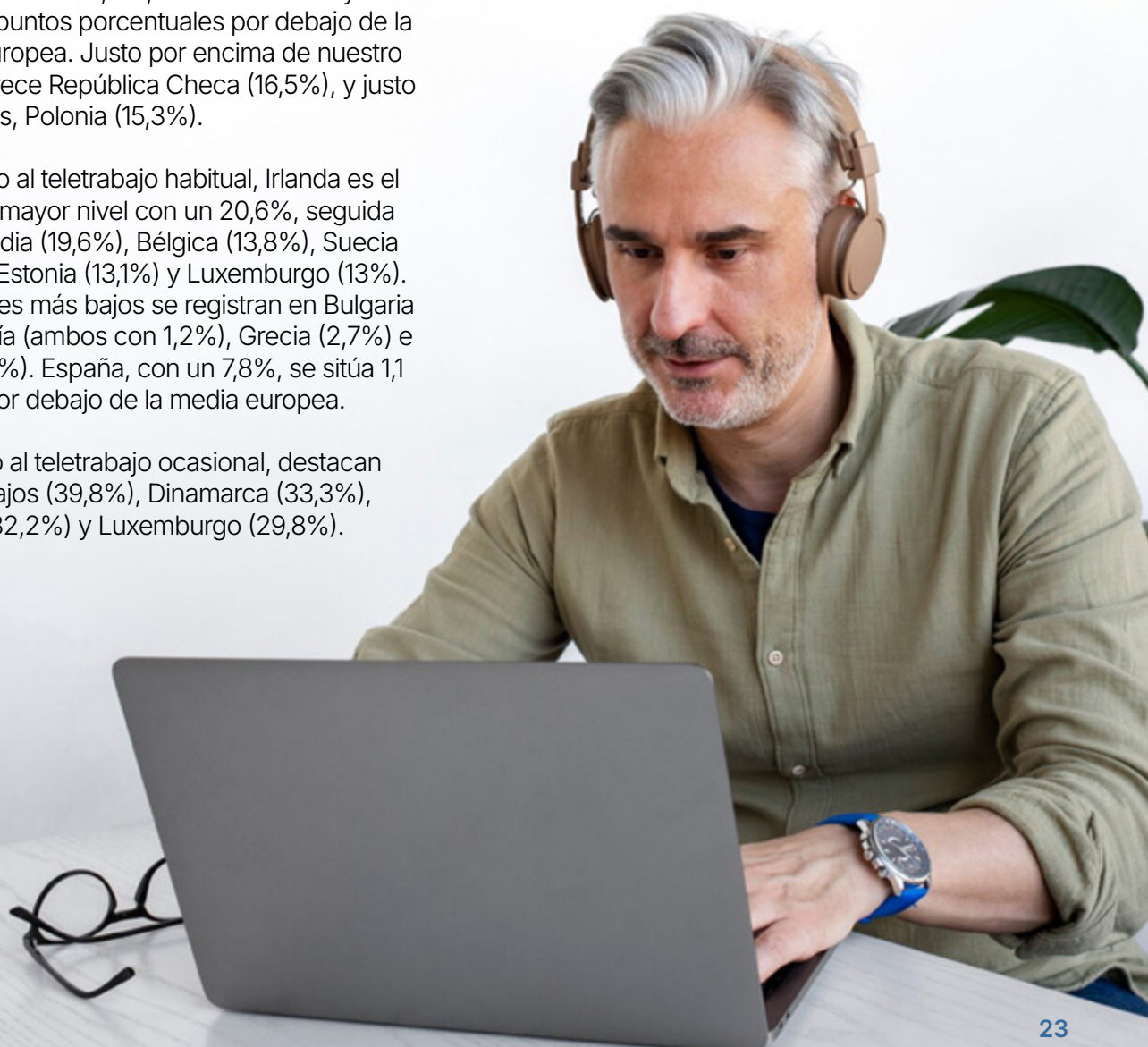


Tabla 1.

Incidencia del teletrabajo total, habitual y ocasional en los países de la Unión Europea (2024)

| País            | Total       | Ocasional   | Habitual   |
|-----------------|-------------|-------------|------------|
| Países Bajos    | 52          | 39,8        | 12,2       |
| Suecia          | 45,6        | 32,2        | 13,4       |
| Luxemburgo      | 42,8        | 29,8        | 13         |
| Dinamarca       | 41,1        | 33,3        | 7,8        |
| Finlandia       | 39,4        | 19,8        | 19,6       |
| Irlanda         | 36,5        | 15,9        | 20,6       |
| Bélgica         | 36          | 22,2        | 13,8       |
| Francia         | 33,9        | 22,8        | 11,1       |
| Estonia         | 29,3        | 16,2        | 13,1       |
| Austria         | 28,1        | 17,3        | 10,8       |
| Malta           | 26,2        | 14,1        | 12,1       |
| Alemania        | 24          | 11,2        | 12,8       |
| <b>UE27</b>     | <b>22,6</b> | <b>13,7</b> | <b>8,9</b> |
| Portugal        | 20,8        | 12,1        | 8,7        |
| Eslovenia       | 19          | 12,1        | 6,9        |
| República Checa | 16,5        | 9,9         | 6,6        |
| <b>España</b>   | <b>15,4</b> | <b>7,6</b>  | <b>7,8</b> |
| Polonia         | 15,3        | 9,8         | 5,5        |
| Eslovaquia      | 13,6        | 7,9         | 5,7        |
| Croacia         | 13,3        | 8,8         | 4,5        |
| Chipre          | 12,2        | 8,2         | 4          |
| Letonia         | 12,1        | 3,7         | 8,4        |
| Lituania        | 11,9        | 6,7         | 5,2        |
| Italia          | 10,3        | 6,6         | 3,7        |
| Hungría         | 9           | 5           | 4          |
| Grecia          | 7,8         | 5,1         | 2,7        |
| Rumanía         | 3,5         | 2,3         | 1,2        |
| Bulgaria        | 3           | 1,8         | 1,2        |

Fuente: Eurostat



Las diferencias entre España y la media de la UE27 se han reducido en el último año, pasando de 7,9 puntos porcentuales en 2023 a 7,2 en 2024. No obstante, el teletrabajo sigue siendo más común en el conjunto de la Unión, aunque España muestra una tendencia de crecimiento sostenido, mientras que en la UE27 la situación se ha estabilizado.

## España mejora en adopción de teletrabajo, pero aún lejos de las cifras europeas



Las diferencias entre España y la media de la UE27 se han reducido en el último año, pasando de 7,9 puntos porcentuales en 2023 a 7,2 en 2024. No obstante, el teletrabajo sigue siendo más común en el conjunto de la Unión, aunque España muestra una tendencia de crecimiento sostenido, mientras que en la UE27 la situación se ha estabilizado.

Desde una perspectiva de género, el teletrabajo es más común entre las mujeres en 22 de los 27 Estados miembros. Solo en Austria se registra paridad, y en cuatro países (Países Bajos, Finlandia, Eslovaquia y Alemania) los hombres teletrabajan más. Las mayores brechas a favor de las mujeres se observan en Malta (8,4 p. p.), Estonia (6 p. p.), Francia (4,7 p. p.) y Chipre (4 p. p.).

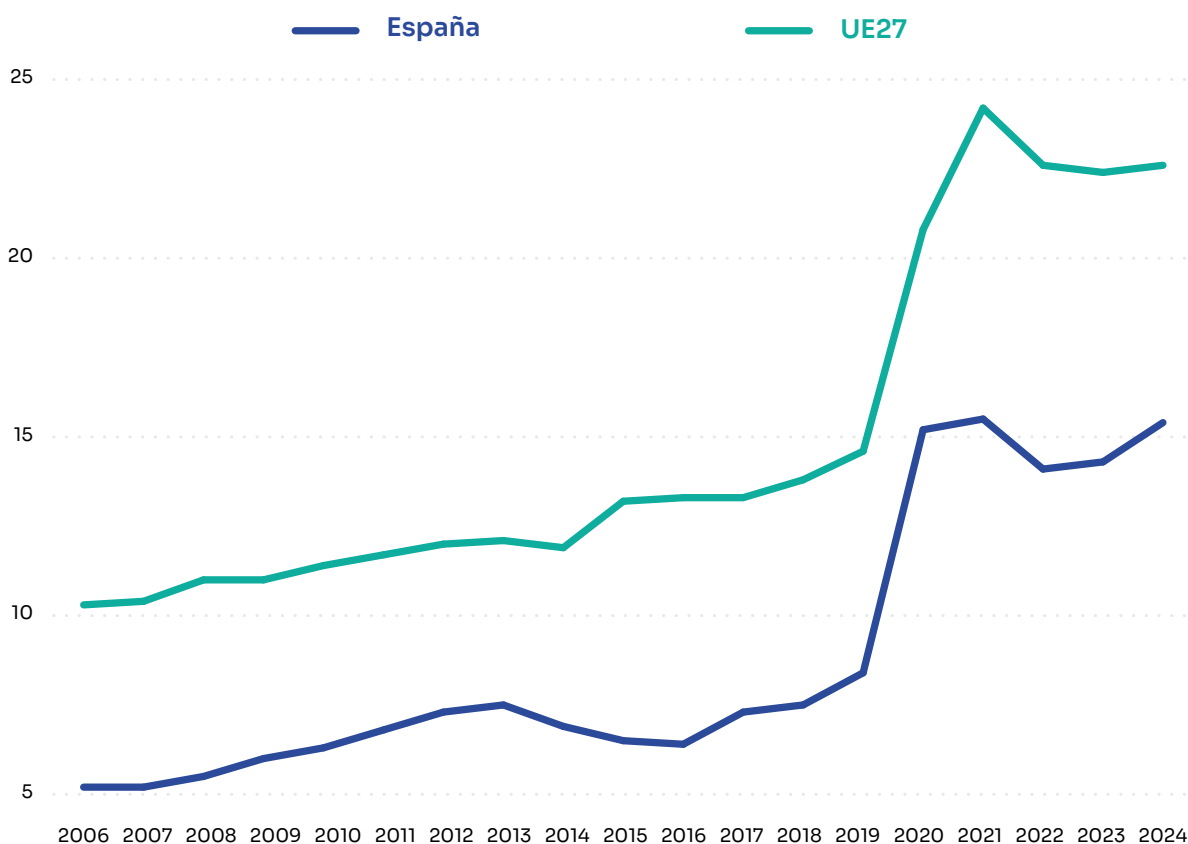
Por el contrario, los hombres teletrabajan más en Países Bajos (1,6 p. p.), Finlandia (1 p. p.), Eslovaquia (0,9 p. p.) y Alemania (0,9 p. p.).

En España, la diferencia es de 1,2 puntos porcentuales a favor de las mujeres, una brecha idéntica a la registrada en Portugal y Dinamarca.

**En general, las mujeres europeas tienden a teletrabajar más que los hombres**

Gráfico 11.

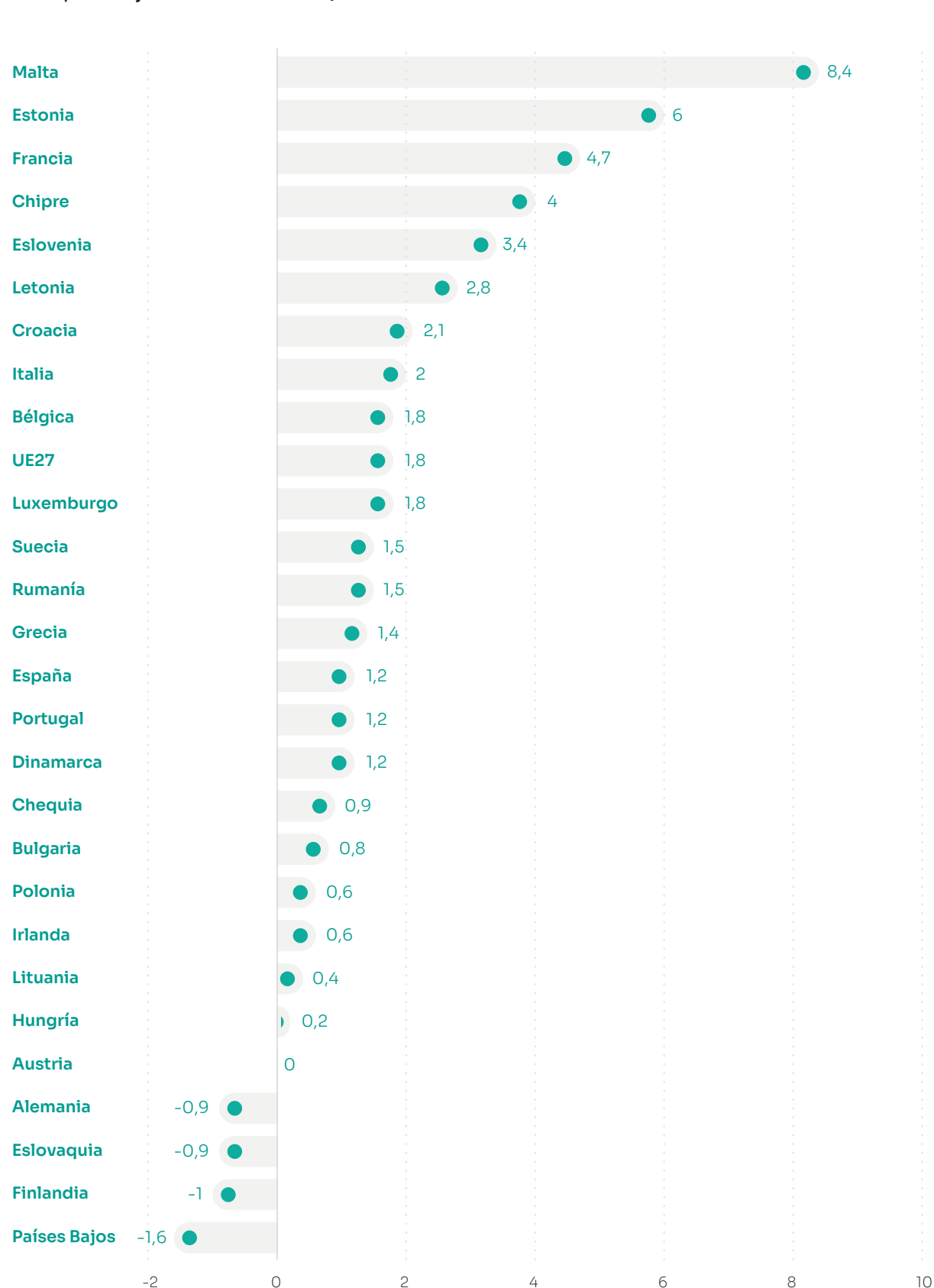
Evolución del teletrabajo total en España y la UE27 (2006 – 2024)



Fuente: Eurostat

Gráfico 12.

Brecha de género en la prevalencia del teletrabajo total en los países de la Unión Europea (2024, % mujeres - % hombres)



Fuente: Eurostat







## 03

## Conclusiones

El análisis del teletrabajo en España y su comparación con el contexto europeo permite extraer una serie de conclusiones que van más allá de los datos puntuales y revelan transformaciones estructurales en el mercado laboral.

El teletrabajo ha dejado de ser una solución de emergencia para convertirse en una modalidad estable, aunque su implantación sigue siendo desigual y condicionada por múltiples factores.

En términos generales, se observa una consolidación progresiva del trabajo a distancia, con niveles de adopción superiores a los registrados antes de la pandemia, lo que indica un cambio duradero en las dinámicas laborales.

Este crecimiento, sin embargo, no ha sido homogéneo. Existen diferencias significativas por edad, siendo las personas de entre 35 y 44 años las que más teletrabajan, en consonancia con su mayor presencia en ocupaciones compatibles con esta modalidad.

También se observan desigualdades por tipo de relación laboral: los trabajadores por cuenta propia presentan mayores tasas de teletrabajo, aunque el crecimiento más dinámico se ha producido entre los asalariados, especialmente en grandes empresas, donde los recursos tecnológicos y organizativos facilitan su implementación.

El sector económico es otro factor determinante. El teletrabajo está claramente más extendido en sectores intensivos en conocimiento, como las TIC, la información y comunicación, y las actividades profesionales y científicas, mientras que su presencia es marginal en sectores como la construcción, el comercio o la hostelería.

Esta segmentación sectorial se traduce también en una distribución territorial desigual, con la Comunidad de Madrid a la cabeza, muy por encima de la media nacional, y regiones como Canarias o Castilla y León en posiciones rezagadas.

En el contexto europeo, España se sitúa por debajo de la media de la UE27 tanto en teletrabajo total como en sus modalidades habitual y ocasional. No obstante, la brecha se ha reducido ligeramente en el último año, lo que sugiere una convergencia progresiva.

Mientras que en la mayoría de países europeos predomina el teletrabajo ocasional, en España el habitual es ligeramente más común, lo que podría indicar una preferencia por modelos más estables y estructurados.

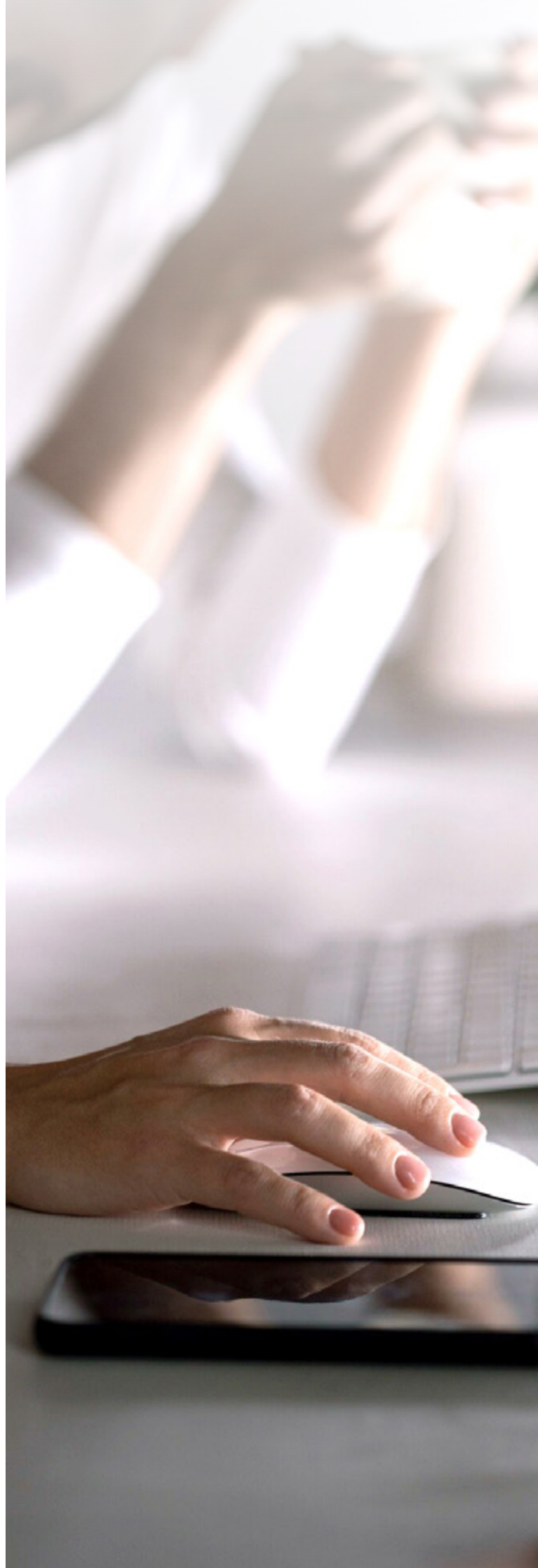
El análisis también revela una brecha de género persistente: las mujeres teletrabajan más que los hombres en la mayoría de países, incluida España.

Esta diferencia puede estar relacionada con la búsqueda de mayor conciliación, pero también con la segregación ocupacional que sitúa a más mujeres en empleos compatibles con el trabajo a distancia.

Por último, se consolida un modelo híbrido como forma predominante de organización laboral, con una media de tres días de teletrabajo a la semana. Este modelo permite combinar la flexibilidad y los beneficios del trabajo remoto con la necesidad de mantener la cohesión organizativa y la cultura corporativa.

Sin embargo, persisten retos importantes: garantizar la equidad en el acceso, preservar la salud mental y la desconexión digital, asegurar la ciberseguridad y adaptar la normativa laboral a nuevas realidades.

La consolidación del teletrabajo requerirá, por tanto, un esfuerzo coordinado entre empresas, administraciones públicas y agentes sociales para maximizar sus beneficios y mitigar sus riesgos.



## 04

## Referencias

- Instituto Nacional de Estadística (2025). *Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares.*
- Instituto Nacional de Estadística (2025). *Encuesta sobre el uso de tecnologías de la información y comunicación y del comercio electrónico en las empresas.*
- Instituto Nacional de Estadística (2025). *Encuesta de población activa.*
- Eurostat (2025). *European Union Labour Force Survey.*



