

## **ECONOMÍA. Irse de vacaciones siendo autónomo, ¿misión imposible?** P.16-17

---

# Irse de vacaciones siendo autónomo, ¿misión imposible?

► Los principales frenos al descanso de los autónomos son la necesidad económica, la incertidumbre sobre la viabilidad del negocio y las interrupciones de los clientes

Inma Bermejo. MADRID

Verano no siempre es sinónimo de vacaciones, sobre todo para los autónomos. Disfrutar de unos días de desconexión es todo un sacrificio económico que la mayoría de los trabajadores por cuenta propia no puede permitirse, especialmente cuando todavía se están recuperando del impacto de la Covid y se enfrentan ahora a la incertidumbre económica derivada de la guerra en Ucrania. Algunos trabajadores por cuenta propia deben asumir un pico de trabajo durante el periodo estival y otros, aunque cierran por el descenso de clientes, deben ir planificando los meses venideros para garantizar la viabilidad de sus negocios. Las consultas constantes de clientes y proveedores incluso durante sus escasos días de descanso también contribuyen a que la sensación de desconexión sea prácticamente nula para los autónomos. Con estos inconvenientes prácticamente intrínsecos a tener un negocio, ¿es posible ser autónomo y tener vacaciones reales?

Coger vacaciones no es el problema, sino la falta de desconexión, un reto al que no se enfrentan, al menos no en la misma medida, los asalariados. Según un reciente encuesta de Nomo, plataforma que integra los servicios financieros y herramientas de gestión de negocio de autónomos, pymes y freelancers, solo el 5% de autónomos consigue desconectar totalmente del trabajo durante las vacaciones, a pesar de que el 87% es consciente de que la falta de descanso y de vacaciones puede perjudicar su salud. Concreta-

mente, solo el 5% consigue desconectar totalmente durante las vacaciones, el 28% lo logra casi todos los días, casi la mitad solo lo consigue algunos días, el 18% no desconecta casi nunca y un 1,5% está siempre pendiente del trabajo.

Los principales frenos a descansar en verano son el gran volumen de trabajo, la imposibilidad de contratar refuerzos y la necesidad de generar ingresos para hacer frente a los gastos fijos. Pero incluso aquellos que sí logran tomarse unos días de descanso ven cómo sus vacaciones sufren constantes interrupciones. La misma encuesta de Nomo revela que el 85% de los autónomos afirma que sus clientes les contactan para temas no urgentes cuando están de vacaciones; el 4% afirma incluso que sus vacaciones son interrumpidas constantemente, y solo el 11% asegura que sus clientes respetan al máximo sus descansos. La encuesta también recoge que siete de cada 10 autónomos avisan siempre o habitualmente a sus clientes de sus periodos de vacaciones. Por contra, el 15% no informa a sus clientes de sus periodos de vacaciones, y otro 15% lo hace solo según el cliente.

Los periodos vacacionales, además de ser interrumpidos, suelen ser cortos y en algunos casos inexistentes. Según Nomo, el 65% de los autónomos encuestados hará vacaciones este verano, entre junio y septiembre, un 10% no descansará y el resto improvisará sobre la marcha. Entre los autónomos que sí que harán vacaciones estos meses, seis de cada 10 tomará entre 9 y 16 días y el 21% descansará menos de 8 días. Solo el 19% de autónomos librarán más de 16 días. Pero estas cifras son aún menos alentadoras según una en-

**5%**

de los autónomos consiguen desconectar totalmente del trabajo durante las vacaciones

**85%**

de los autónomos afirman que sus clientes les contactan para temas no urgentes en vacaciones

**7**

de cada 10 autónomos avisan siempre o habitualmente a sus clientes de sus vacaciones

**9 a 16**

días es el periodo más habitual de vacaciones que se cogen los autónomos en verano

cuesta de ATA realizada en 2021, la última disponible.

Según ATA, solo el 41,1% de los autónomos, es decir, cuatro de cada 10, afirmaron que cogerían unos días de vacaciones el verano de 2021. Casi nueve de cada 10 autónomos que afirmaron coger vacaciones, el 85,5%, se iba a ir por un periodo que en ningún caso superara los 15 días, y de ellos la mayoría (el 57,4%) lo iba a hacer por menos de ocho días. Mientras, únicamente el 5,1% de los autónomos se iban a ir de un mes de vacaciones. Además, «para la mayoría de los autónomos prima la elección del periodo vacacional según sus intereses empresariales antes que sus intereses personales», explica Elena Melgar, vicepresidenta de ATA y responsable del estudio, en declaraciones a LA RAZÓN. En este sentido, el presidente de UPTA, Eduardo Abad, aclara que las dificultades para disfrutar de vacaciones en verano varían según el sector.

«El sector de la hostelería en las ciudades de interior utiliza el mes de agosto para coger vacaciones porque su público objetivo está fuera, sin embargo en la costa y en las zonas de afluencia turística las vacaciones se trasladan al mes de octubre y noviembre. De igual manera sucede con el ámbito de la construcción y afines, que es precisamente en esta época cuando tienen mucho trabajo porque el consumidor está de vacaciones y apuesta por hacer reformas en verano», detalla Abad.

«El comercio minorista en pleno verano tiene las rebajas por lo que necesita forzosamente estar abierto. La rama jurídica se toma vacaciones porque agosto es inhóspito. También es un mes en el que bajan los servicios sanitarios como la odontología porque el público objetivo está de vacaciones. Por su parte, el sector de la enseñanza en julio está de vacaciones y en agosto vuelven a la actividad para las recuperaciones», añade el presidente de UPTA.

Pese a que Abad insiste en que cada sector tiene su propio comportamiento frente a las vacaciones de verano, reconoce que el nivel de desconexión de un autónomo queda lejos del de un asalariado. «El nivel de descanso y el bienestar de los autónomos es muy inferior al de los asalariados, pero esto lleva siendo así toda la vida, no es un problema de ahora. Nosotros hemos elegido que nuestra forma de vida sea esta y el que tiene un negocio siempre vive la



incertidumbre de la situación económica. De todas formas, es un poco paradójico, porque un trabajador por cuenta ajena debería preocuparse igual por lo que va a pasar con su trabajo. Sin embargo, son capaces de desconectar», expone Eduardo Abad.

Para Elena Melgar «todos los factores expuestos forman un cóctel que hace que el autónomo tenga problemas de conciliación de la vida personal y profesional así como una serie de problemas de estrés y de ansiedad. De hecho, consideramos que la conciliación de la vida personal y profesional del autónomo es prácticamente una utopía».



EFE

Las dificultades para desconectar varían en función del sector, pero son mayores que para los asalariados

**Héctor**  
Autónomo

«Si me tomo algún día será sin planear y en septiembre»

I. B. MADRID

Héctor Barrionuevo (28 años), autónomo desde enero de 2021 dedicado al marketing y redes sociales, explica a este periódico que aún no ha conseguido organizarse en cuanto al descanso como le gustaría. «Me tomé cinco días en junio y no creo que me vaya en todo el verano. Si me tomo algún día será improvisado y en septiembre», confiesa. No obstante, afirma que el teletrabajo le permitirá desplazarse a otros destinos y desconectar un poco sin dejar de lado su actividad.

Para Héctor, las ventajas de ser autónomo compensan este inconveniente: «Tengo mayor libertad de horarios y más flexibilidad que si estuviera en una oficina». No obstante, también es consciente de la responsabilidad que ello conlleva: «El peso que tienes sobre tus hombros no es el mismo que cuando trabajas para una empresa. Tienes la carga de saber que todo tiene que seguir funcionando porque no hay nadie por detrás de ti que pueda responder». Esto da lugar a que muchos autónomos no puedan parar y desconectar durante largos periodos. «Mi sector no para de crecer, por eso no



me da miedo la incertidumbre económica, pero sí soy precavido. Cojo más clientes y más trabajo para asegurar», reconoce.

Aun así, aboga por lograr un equilibrio entre trabajo y vida personal: «Creo que los autónomos cada vez más se están dando cuenta de que por irte unos días no se va a caer todo». «Si no lo hacemos esa falta de desconexión puede desembocar en algo más grave», subraya, haciendo alusión a la salud mental. Por ello, Héctor incide en que es importante tener en cuenta a los clientes, pero ellos también deben entender que los autónomos «somos humanos».