

INFORME DE RESULTADOS • 2026

Equilibria

Mujeres que sostienen el turismo

UN PROYECTO DE

 **Turijobs**


AEDH

fanit



PUNTO DE PARTIDA

El equilibrio no es solo una cuestión de horas.

Es una cuestión de identidad.

Existe abundante investigación sobre brecha salarial, techo de cristal y representación femenina en puestos directivos. Lo que no existe, y **EQUILIBRIA** viene a cubrir, es una mirada honesta y profunda a la experiencia interior del equilibrio: cómo se percibe, cómo se negocia en el día a día, qué se sacrifica sin nombrarlo.

EQUILIBRIA es el **primer estudio realizado en España** que explora, desde dentro, cómo las mujeres del sector turístico —uno de los motores económicos más importantes del país y de las Islas Baleares— viven el equilibrio entre su vida profesional, familiar y personal. No como un problema a resolver, sino como un territorio a comprender.

Un proyecto impulsado por **Tanit Ibiza Conexión**, en alianza con **Turijobs** y la **Asociación Española de Directores de Hotel (AEDH)**, con **Ibiza** como laboratorio singular.

LAS PREGUNTAS DE FONDO

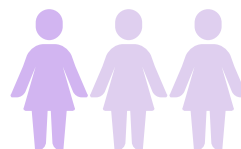
«¿Cuánto de lo que hago cada día es realmente mío?»

«¿Estoy donde quiero estar, o donde se espera que esté?»

Hay preguntas que todas las mujeres nos hemos hecho en algún momento, en voz alta o en silencio, y que raramente aparecen en los informes, los congresos o las mesas de decisión.

926

Respuestas totales



18

Preguntas del cuestionario

Distribuido en 4 dimensiones:

- profesional
- familiar
- personal
- Identitaria

CÓMO SE CONSTRUYE

Del dato a la acción, en tres etapas que se alimentan entre sí.

EQUILIBRIA no es un informe cerrado. Es una conversación que arranca con datos y termina en la Gala Tanit 2026, pasando por un workshop donde directivas y empresarias del sector ponen los números en diálogo con su experiencia.

01

Investigación
cuantitativa y cualitativa
entre mujeres del sector
turístico en Ibiza y en el
resto de España.

02

**Workshop
EQUILIBRIA**
Directivas, empresarias y
asociaciones de mujeres
ponen los datos en
diálogo con su
experiencia real de
sector.

03

Gala Tanit 2026
Presentación de las
conclusiones finales,
como inicio de una
conversación y no como
cierre de un informe.

EL TURISMO NO ES UN SECTOR EN IBIZA. ES EL SISTEMA.

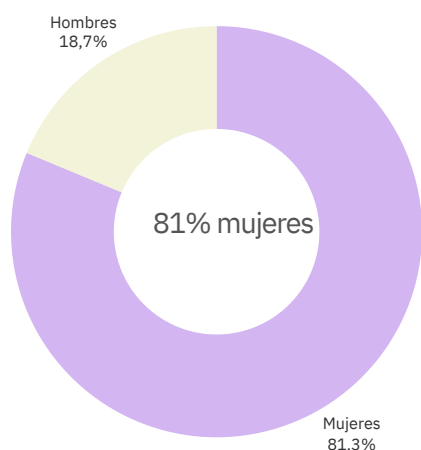
La muestra territorial de Ibiza no se limita a mujeres empleadas en empresas turísticas: incluye también a la **payesa** que adapta su producción al calendario turístico, la **enfermera** cuya carga asistencial se duplica en temporada alta, la **taxista** que reorganiza su vida familiar entre junio y septiembre, y la **comerciante** cuya supervivencia económica depende de cuatro meses al año.

QUIÉNES HAN RESPONDIDO

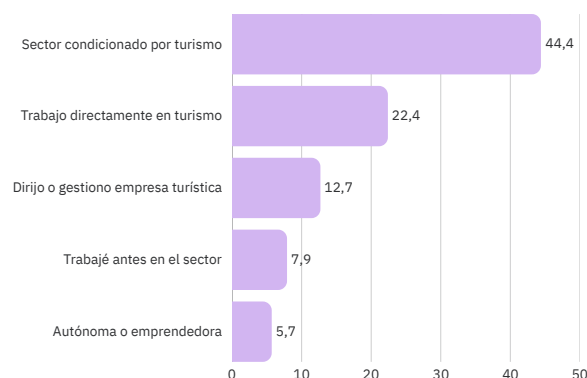
8 de cada 10 encuestadas son mujeres del turismo.

El estudio recoge 926 respuestas: mayoritariamente mujeres, con presencia significativa de perfiles operativos y de mando intermedio, y una relación amplia con el sector turístico.

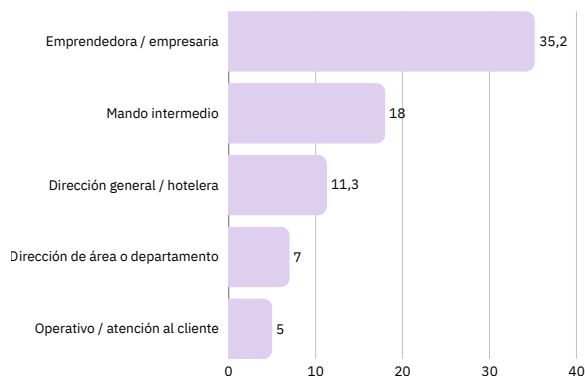
GÉNERO



RELACIÓN CON EL SECTOR



PERFIL PROFESIONAL (TOP 5)



47

Respuestas de
Ibiza laboratorio
singular del estudio



881

del resto de España
y otros países

Territorios más representados fuera de Ibiza: Resto de España, Barcelona, Madrid, Mallorca, Málaga, Andalucía y Canarias.

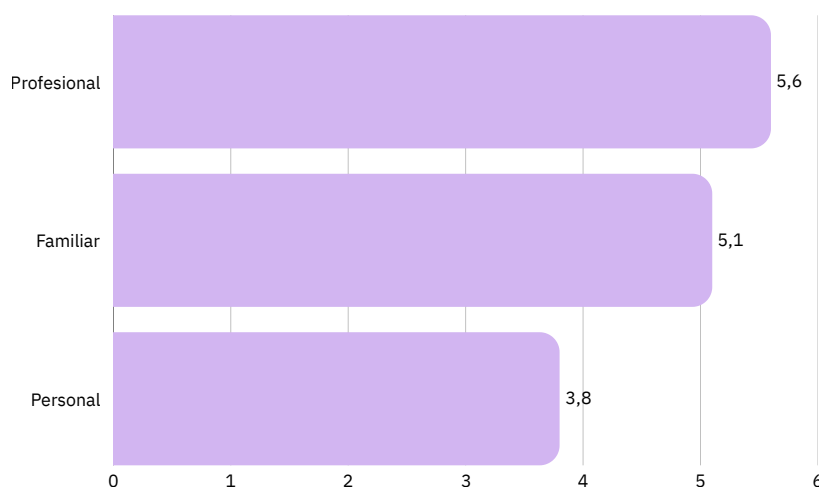
LA BRECHA DEL EQUILIBRIO

Cuando les pedimos que puntúen su equilibrio del 1 al 10, el tiempo propio es siempre lo primero que cae.

El equilibrio personal, el tiempo que es solo suyo es, con diferencia, la dimensión más baja de las tres. Y sin embargo, cuando se les pregunta cómo de equilibradas se sienten de forma global, la media sube. La compensación tiene un nombre: esfuerzo, organización y renuncia silenciosa.



MEDIA EN LA ESCALA 1-10 · COMPARATIVA ENTRE LAS TRES DIMENSIONES



Insight: muchas mujeres compensan la falta de tiempo propio con esfuerzo.

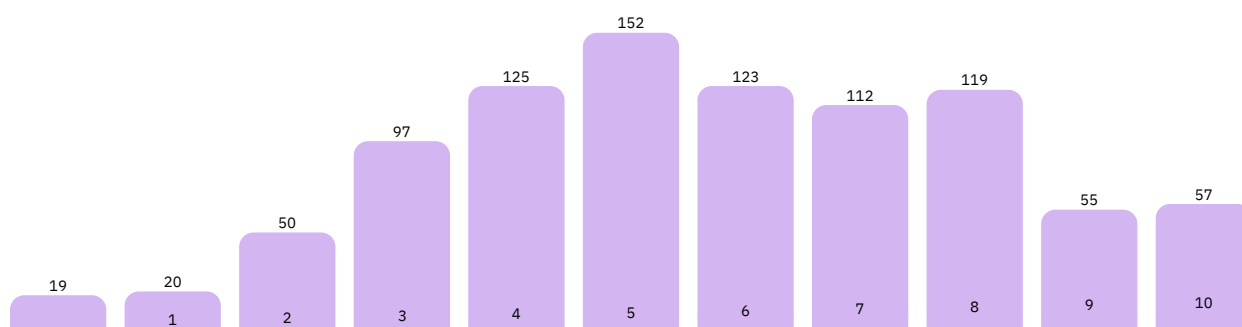
La diferencia de 2,2 puntos entre lo personal (3,8) y el equilibrio percibido (6,05) es la brecha de la renuncia silenciosa: lo que se sacrifica sin nombrarlo.

CÓMO SE DISTRIBUYEN LAS RESPUESTAS

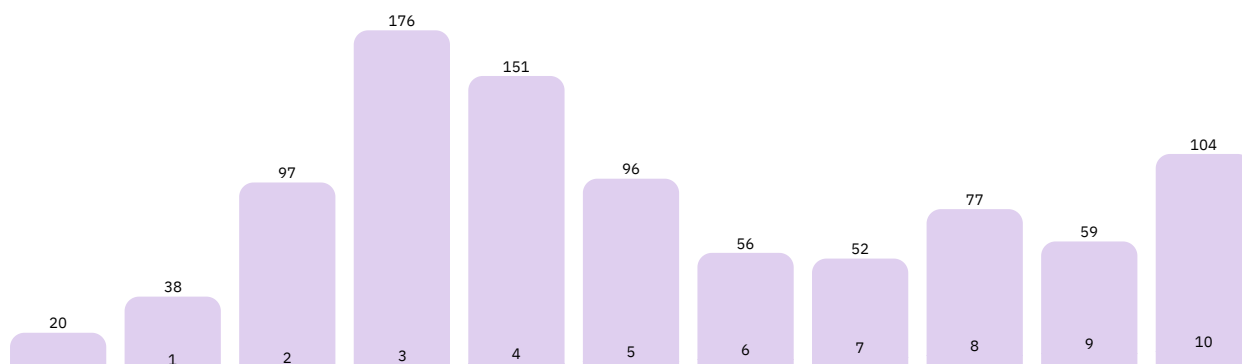
La curva de lo personal se desploma hacia el 1 y el 2.

No es solo que la media sea baja: **es que la distribución de lo personal está aplastada contra el suelo.** Un 37% de las respuestas puntúan su equilibrio personal con 2 o menos. En lo profesional y lo familiar, la curva está mucho más repartida.

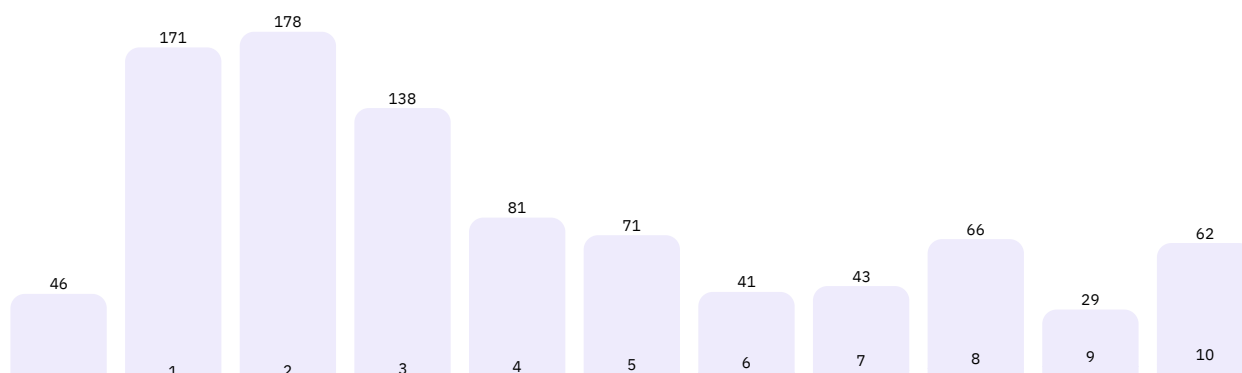
Profesional · tu trabajo, tu carrera

Media **5,6** · Mediana **6**

Familiar · tu papel como hija, madre, pareja o cuidadora

Media **5,1** · Mediana **5**

Personal · tu tiempo, lo que es solo tuyo

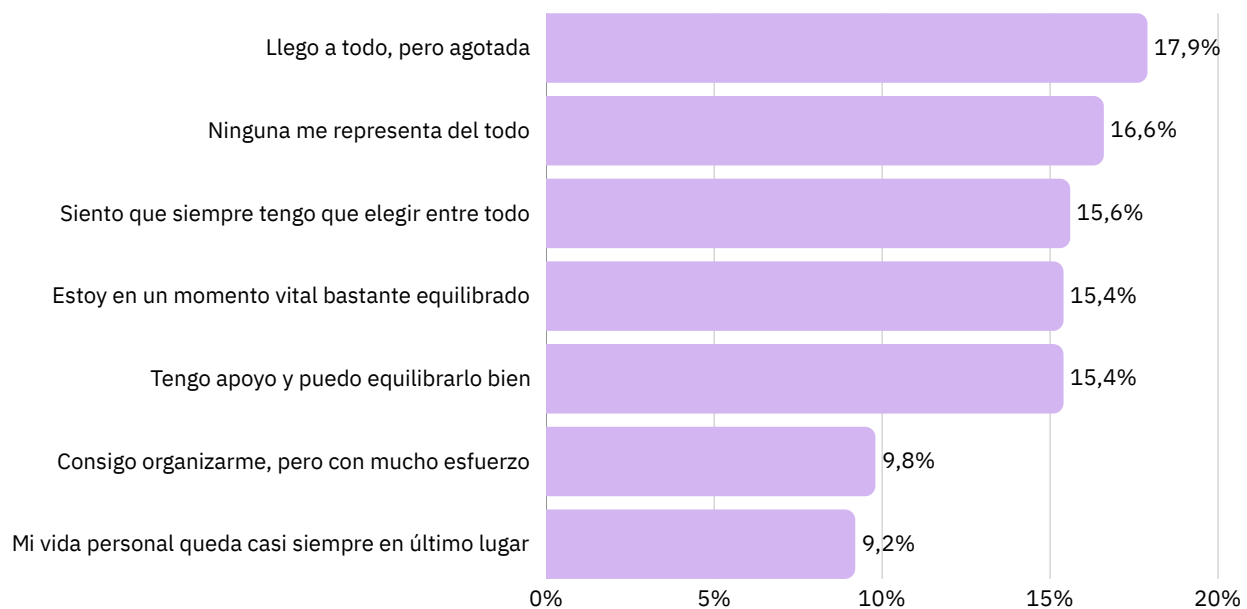
Media **3,8** · Mediana **3**

CÓMO LO DESCRIBEN ELLAS MISMAS

Solo 1 de cada 10 siente que tiene el equilibrio bajo control.

Al elegir la frase que mejor describe su equilibrio hoy, la respuesta dominante es agridulce: consiguen organizarse, pero a costa de mucho esfuerzo. **7 de cada 10 lo describen haciendo referencia al esfuerzo, el agotamiento o la renuncia.**

¿QUÉ FRASE REPRESENTA MEJOR TU EQUILIBRIO ACTUAL?



EL 65,5%

describe su equilibrio como esfuerzo, agotamiento, elección forzada o renuncia personal.

SOLO EL 24,6%

describe su vida como equilibrada o con apoyo. Tres cuartos del sector viven el equilibrio como una batalla diaria.

¿DÓNDE SIENTES HOY LA MAYOR TENSIÓN?

19,3%

Trabajo vs. vida familiar

18,9%

Responsabilidades vs. desarrollo

17,6%

Trabajo vs. tiempo personal

16,3%

No siento tensión importante

14,5%

Ambición vs. bienestar

13,4%

Lo que quiero vs. lo esperado

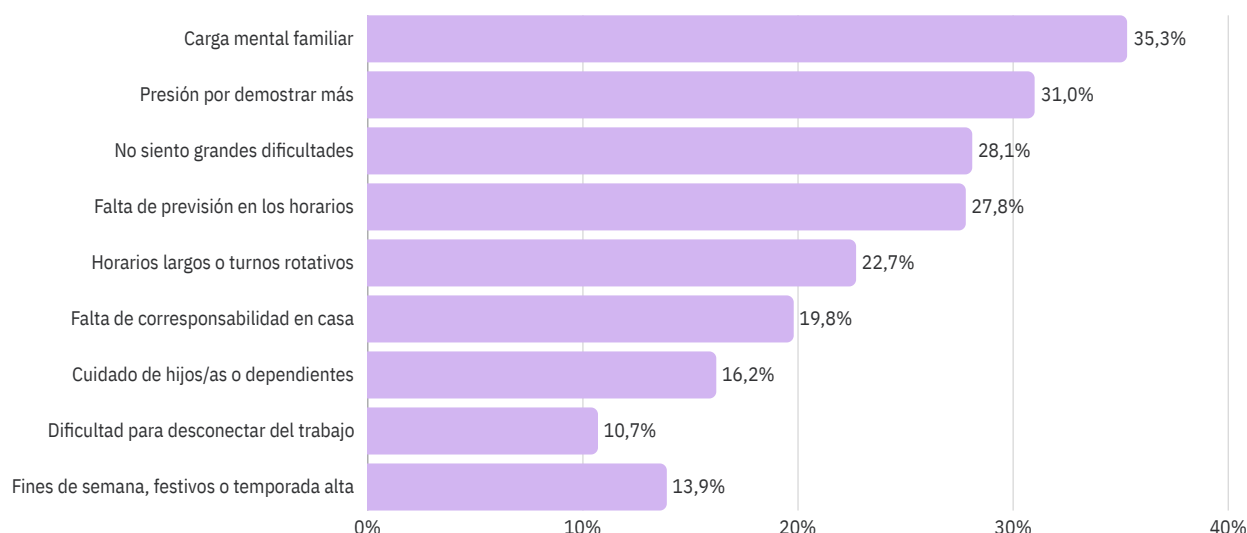
QUÉ DIFICULTA EL EQUILIBRIO

Los horarios y la temporada alta ganan por goleada.

Los horarios largos o los turnos rotativos son, con diferencia, el factor más señalado (35,2%), por delante del trabajo en fines de semana y temporada alta (30,8%) y **la dificultad para desconectar del trabajo (27,6%)**.

FACTORES QUE DIFICULTAN MÁS EL EQUILIBRIO

opción múltiple, máx. 3 · % sobre 926 respuestas



LA HUELLA DEL TURISMO

Los tres factores más señalados son estructurales del sector.

Horarios rotativos, temporada alta y dificultad para desconectar son consecuencia directa del modelo de trabajo turístico, no de la organización individual de cada mujer.

LA BRECHA INVISIBLE

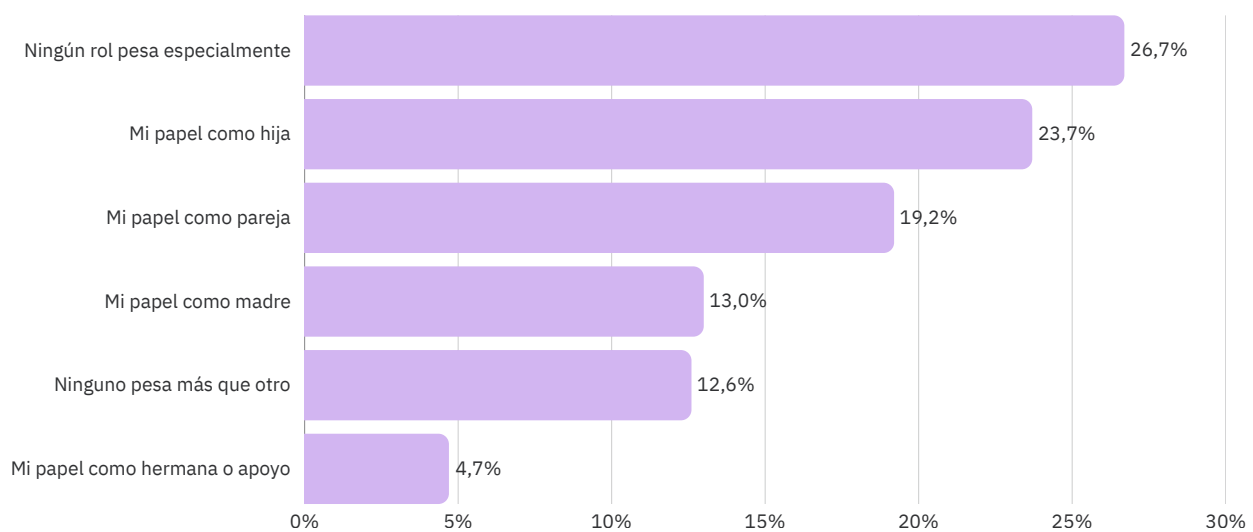
La carga mental familiar (28,1%) supera al cuidado directo (19,8%). Lo que agota no es solo hacer: es sostener mentalmente la logística de todo.

LOS ROLES QUE MÁS PESAN

La casa sigue pesando 22 puntos más sobre las mujeres.

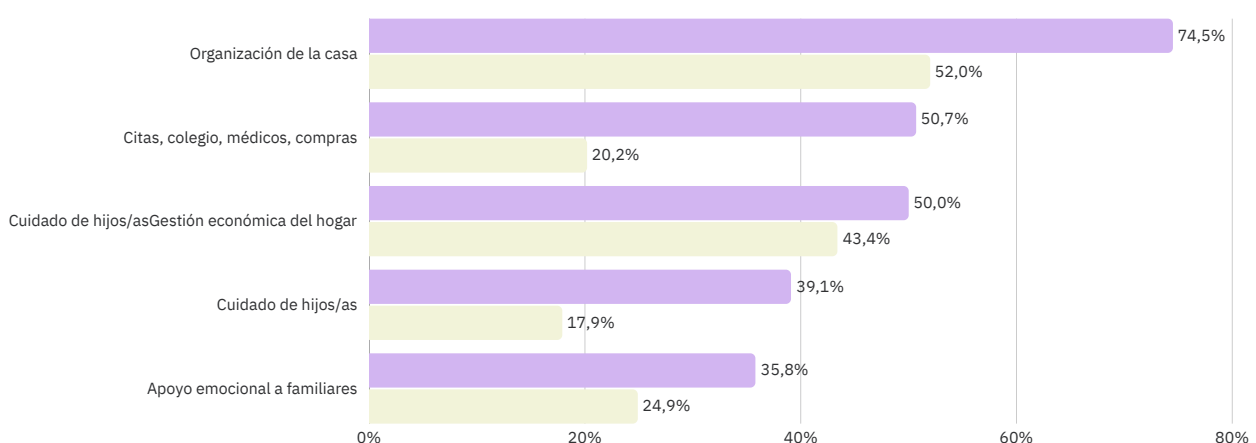
El papel de madre es el que más peso tiene en el equilibrio de las mujeres del turismo (26,7%), muy por delante del de pareja o hija. Pero el dato más elocuente aparece al mirar quién asume las responsabilidades del hogar.

ROL FAMILIAR QUE MÁS PESA HOY



RESPONSABILIDADES FUERA DEL TRABAJO

Mujeres vs Hombres



INSIGHT ESTRUCTURAL

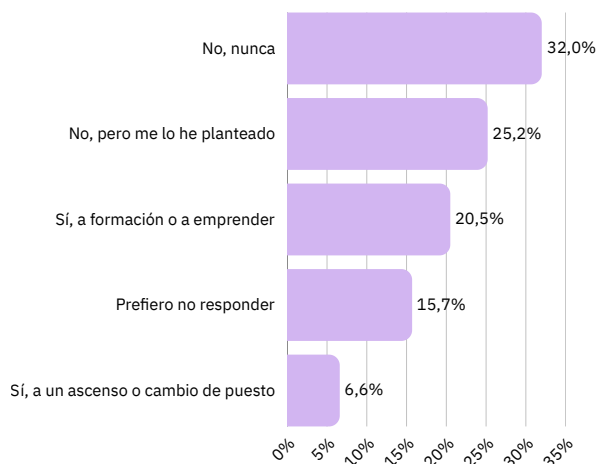
El 74,5% de las mujeres organiza la casa, aunque trabaje a jornada completa. El diferencial con hombres alcanza los 30,5 puntos en la gestión de citas y logística familiar, lo que los estudios de género llaman «carga mental» y los 21,2 puntos en cuidado directo de hijos. Esta es la infraestructura invisible que sostiene el turismo.

LA RENUNCIA SILENCIOSA

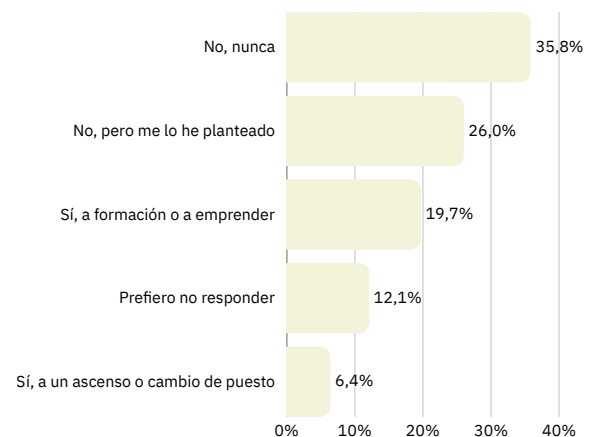
El 32% de las mujeres ha renunciado a un ascenso por equilibrio.

Casi dos de cada tres mujeres han visto su carrera afectada de alguna forma: han renunciado, han descartado formación, o se lo han planteado. En hombres, la proporción es sensiblemente menor.

MUJERES · QUÉ HAN RENUNCIADO O PUESTO EN PAUSA



HOMBRES · QUÉ HAN RENUNCIADO O PUESTO EN PAUSA



68,2%

de mujeres han renunciado o se lo han planteado por equilibrio.

57,8%

de hombres han renunciado o se lo han planteado.

+12,3

renuncias efectivas a ascensos entre mujeres (32%) y hombres (19,7%).

LA RENUNCIA NO SIEMPRE SE VE

Un ascenso rechazado no aparece en la cuenta de resultados de una empresa.

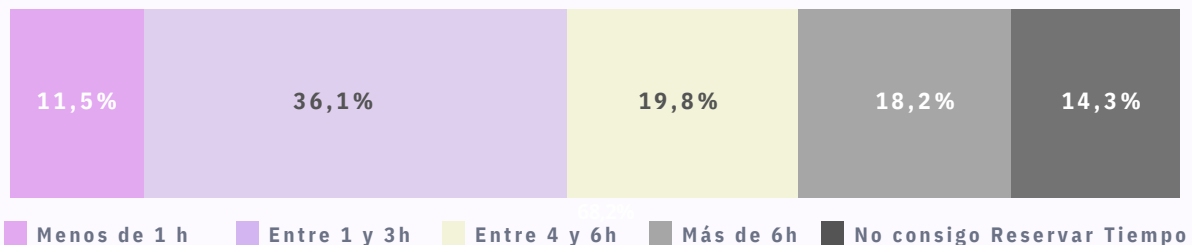
Pero **1 de cada 3 mujeres del turismo ha dicho «no» a un cambio de puesto por equilibrio**, y 1 de cada 5 lo ha considerado. La renuncia silenciosa es, en agregado, una de las mayores pérdidas de talento del sector.

TIEMPO PROPIO, SALUD MENTAL, CUERPO

Casi la mitad tiene menos de 3 horas a la semana para sí misma.

El 11,5% dedica menos de una hora semanal a sí misma, y un 36,1% entre 1 y 3 horas. Un 14,3% ni siquiera consigue reservar ese tiempo de forma regular. La salud mental y el ejercicio quedan en el mismo lugar.

TIEMPO SEMANAL DEDICADO A UNA MISMA



47,6%

tiene menos de 3 horas
propias por semana

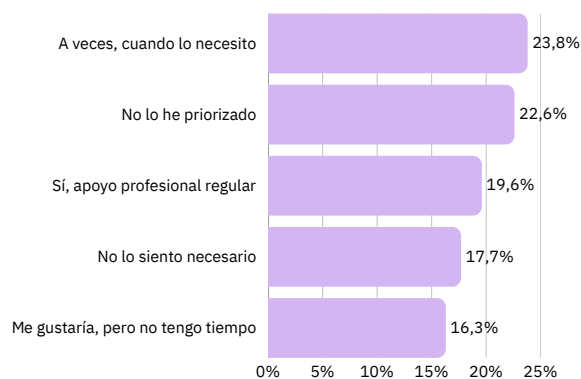
14,3%

no consigue reservar
tiempo de forma regular

18,2%

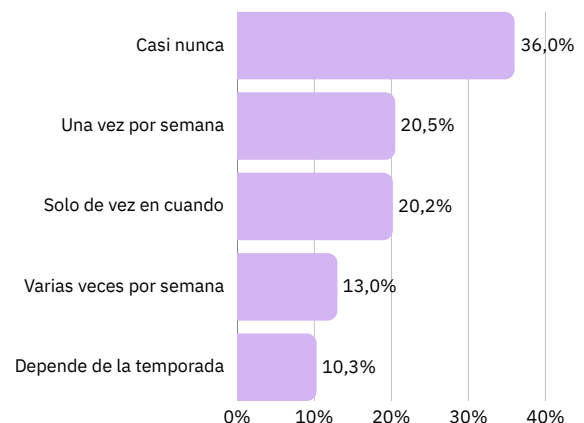
consigue más de 6 horas
propias por semana

SALUD MENTAL



1 de cada 4 querría cuidar su salud mental pero no encuentra tiempo ni recursos.

EJERCICIO · FRECUENCIA REAL



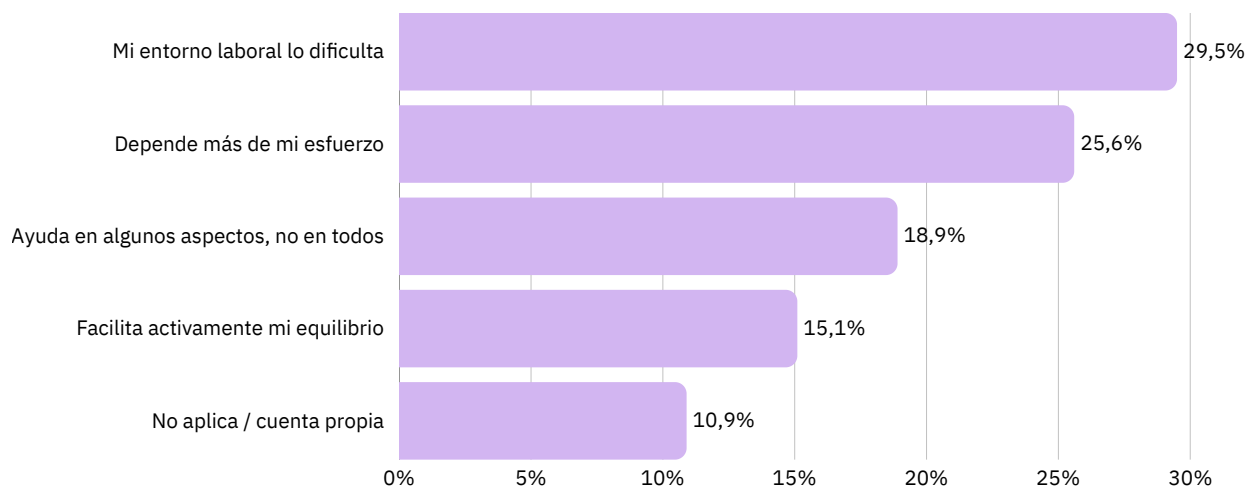
Para **1 de cada 10**, la temporada turística marca directamente si puede o no moverse.

QUIÉN SOSTIENE EL EQUILIBRIO

Solo 1 de cada 7 siente que su empresa facilita activamente su equilibrio.

La mayoría siente que el equilibrio depende sobre todo de su propio esfuerzo (29,5%), o directamente que su entorno laboral lo dificulta (25,6%). Las empresas del turismo tienen un margen enorme por delante para dejar de ser espectadoras.

¿CÓMO INFLUYE TU ENTORNO LABORAL EN TU EQUILIBRIO?



BALANCE

La empresa dificulta o es indiferente el 44,5% de las veces.

Sumando quienes dicen que su entorno lo dificulta (25,6%) y quienes solo reciben ayuda parcial (18,9%), casi la mitad del sector percibe a su empresa como un obstáculo.

15,1% empresa facilita activamente

25,6% empresa dificulta directamente

LA EMPRESA COMO PALANCA LATENTE

No piden menos trabajo, piden trabajar de otra manera (ver página siguiente). El 44,5% del sector está esperando una propuesta de empresa mejor: es una oportunidad de mercado.

UN CAMBIO DE ÉPOCA

Casi 8 de cada 10 han redefinido lo que significa tener éxito.

El **79,4%** dice que su idea de éxito profesional ha cambiado: priorizan vivir mejor, ponen más límites, buscan equilibrio en lugar de reconocimiento. Solo un 7,9% dice tener ahora más ambición profesional que antes.

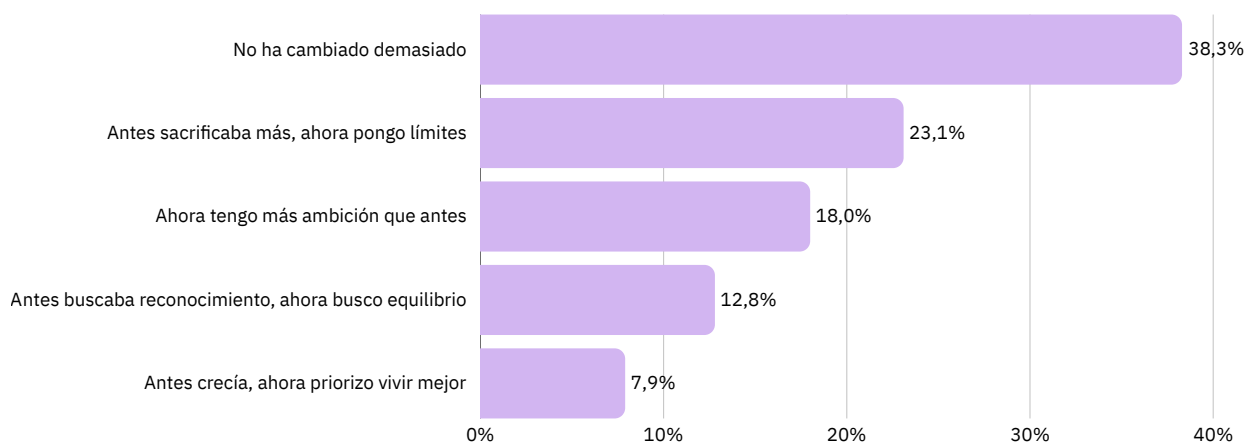
DE 926 RESPUESTAS

79,4%

ha cambiado su idea de qué es el éxito profesional

Solo un 7,9% dice tener ahora más ambición que antes. Un 12,8% dice que no ha cambiado.

CÓMO HA CAMBIADO SU IDEA DE ÉXITO



LO QUE SE REDEFINE

No es un rechazo al trabajo. Es una **reasignación de prioridades**: crecer sí, pero no a cualquier precio.

CONSECUENCIA PARA EL SECTOR

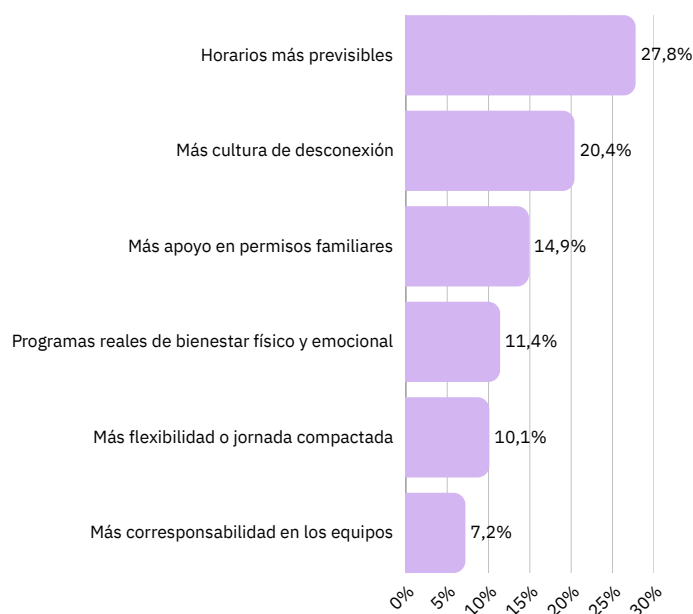
Las empresas que rediseñen su propuesta en términos de **tiempo, previsibilidad y desconexión** ganarán frente a las que sigan hablando de ascensos.

QUÉ CAMBIARÍA DE VERDAD

No piden menos trabajo. Piden trabajar de otra manera.

Más flexibilidad o jornada compactada es, con diferencia, la medida más señalada (27,8%), seguida de programas reales de bienestar (20,4%) y más cultura de desconexión (14,9%). Ninguna de las tres exige reducir horas trabajadas.

MEDIDAS CON MÁS IMPACTO EN EL EQUILIBRIO



LAS 3 PALANCAS DEL CAMBIO

Flexibilidad, bienestar y desconexión suman el 63,1% de las respuestas.

Son palancas que las empresas turísticas pueden accionar sin reducir horas ni tocar convenios: **rediseñar la forma en que se trabaja**. Y son coherentes con el diagnóstico: los factores estructurales (horarios rotativos, temporada, desconexión) son los mismos que las medidas propuestas.

Coherencia diagnóstico ↔ solución: **alta**. El sector sabe qué necesita.

27,8%

Flexibilidad

Turnos compactados, jornadas continuas, autonomía real sobre el horario.

20,4%

Bienestar

Programas reales, no discurso. Terapia, salud mental, prevención del burnout.

14,9%

Desconexión

Cultura de no responder fuera de horario. Vacaciones que son vacaciones.

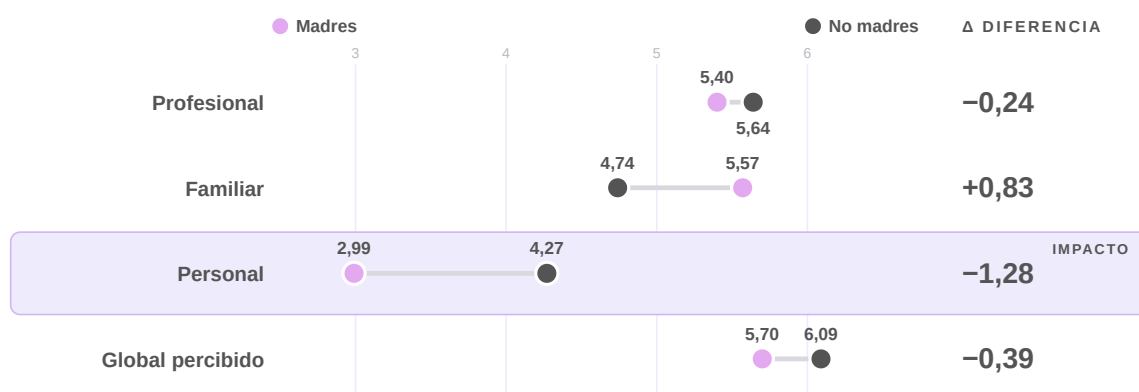
DOS CRUCES REVELADORES

La maternidad y la temporada alta actúan como impuestos silenciosos sobre el tiempo propio.

Cuando se cruzan los datos por perfil, aparecen dos efectos claros: la maternidad reduce el equilibrio personal en 1,28 puntos, y vivir en Ibiza reduce el equilibrio familiar en 0,67 puntos.

CRUCE 1 · MADRES VS. NO MADRES (MUJERES DEL SECTOR · MUESTRA 334 VS. 419)

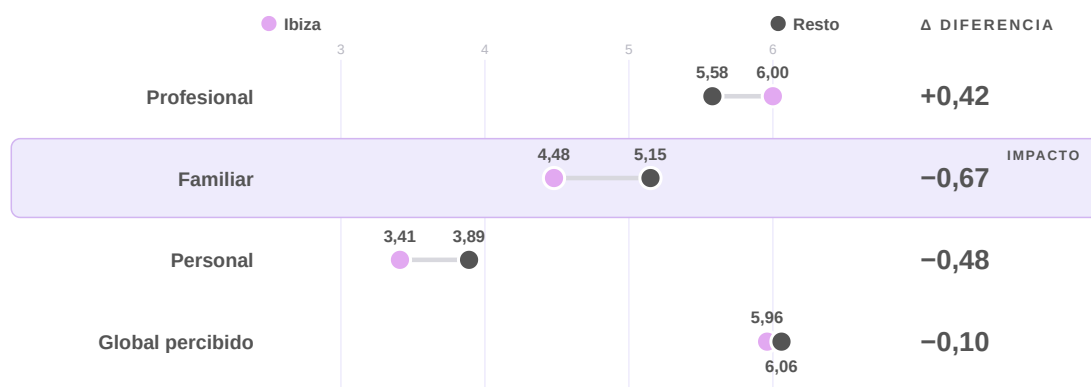
¿Cambia ser madre el equilibrio de vida?



Lectura: ser madre eleva la puntuación de la dimensión familiar (+0,83), pero recorta drásticamente la personal (-1,28) y arrastra ligeramente hacia abajo la profesional (-0,24). Es un intercambio silencioso: más presencia familiar, menos tiempo propio.

CRUCE 2 · IBIZA VS. RESTO DEL TERRITORIO (MUESTRA 47 Ibiza VS. 881 resto del territorio Nacional)

¿Cómo pesa vivir en un destino turístico total?



Lectura: las mujeres de Ibiza puntúan más alto lo profesional (+0,42, la temporada da margen económico) pero pagan un precio en lo familiar (-0,67) y en lo personal (-0,48). La temporada alta reorganiza la vida entera.

SUS PALABRAS

Cuando se les da la palabra libremente, **hablan de tiempo.**

No hablan de ascensos ni de reconocimiento. Hablan de tiempo: para su familia, para ellas mismas, y para hacerlo sin la sensación constante de estar debiendo algo a alguien. Estas son algunas de sus propias palabras.

“

Poder trabajar sin problemas, estar con la familia lo máximo posible.

— Mujer, mando intermedio · Resto de España

“

Tener 1 hora al día para hacer deporte y atender mis obligaciones sabiendo que llego a todo sin tener que hacer malabares.

— Mujer, mando intermedio · Ibiza

“

Poder compaginar mi vida personal con la laboral sin tener tantos sobresaltos en los horarios.

— Hombre, operativo · Resto de España

“

Disfrutar de mi familia, de mi trabajo, de mis amigos y de mí misma sin la preocupación de todo lo que hay por hacer que no está hecho.

— Mujer, dirección de área

“

Trabajar solo para vivir, no vivir para trabajar.

— Mujer, operativo · Resto de España

“

Poder asumir mi papel de madre sin renunciar a mi carrera como azafata de vuelo.

— Mujer, autónoma

LO QUE SE REPITE EN LAS RESPUESTAS LIBRES

Tres verbos aparecen recurrentemente: **compaginar, conciliar, disfrutar**. Tres sustantivos concentran el resto: **tiempo, tranquilidad, familia**. La palabra «ascenso» aparece de forma marginal. La palabra «tiempo» aparece en la gran mayoría de las respuestas libres.

LOS CINCO MENSAJES

Lo que **equilibria** deja sobre la mesa.

01 El tiempo personal es lo primero que cae

Profesional 5,6 · Familiar 5,1 · **Personal 3,8**. La brecha con el equilibrio percibido (6,05) es la medida exacta de la renuncia silenciosa: 2,2 puntos que se pagan en tiempo propio.

02 La casa sigue siendo territorio femenino

74,5% de las mujeres organiza la casa, aunque trabaje a jornada completa. La brecha con hombres alcanza los 30,5 puntos en la gestión de logística familiar. La carga mental es la infraestructura invisible del sector.

03 La renuncia silenciosa afecta a 2 de cada 3

El **32% de las mujeres ha renunciado** efectivamente a un ascenso y otro 20,5% se lo ha planteado. Es una pérdida de talento estructural del sector, invisible en los KPIs de RRHH.

04 El éxito se está redefiniendo

Casi **8 de cada 10 (79,4%) han cambiado su idea de éxito**: priorizan vivir mejor, poner límites, buscar equilibrio. Las empresas que sigan hablando solo de ascensos van a perder frente a las que hablen de tiempo.

05 Saben qué necesitan: flexibilidad, bienestar y desconexión

Las tres medidas más señaladas suman el **63,1% de las respuestas: flexibilidad o jornada compactada (27,8%), programas reales de bienestar (20,4%) y cultura de desconexión (14,9%)**. Ninguna exige reducir horas o revisar convenios. Todas son palancas al alcance de las empresas turísticas. El sector no está pidiendo trabajar menos: está pidiendo trabajar de otra manera.

PRÓXIMOS PASOS

**Esto no es un cierre.
Es el inicio de una
conversación que el
turismo español
necesita tener.**



23 DE OCTUBRE

Workshop EQUILIBRIA

Directivas, empresarias y asociacionismo femenino de Ibiza ponen estos datos en diálogo con su experiencia.

24 OCTUBRE 2026

Gala Tanit 2026

Presentación de las conclusiones finales, integrando datos, workshop y experiencia de sector.

UN PROYECTO DE



Turijobs



AEDH



«Porque un informe que las mujeres
sienten como propio no se archiva. Se
comparte.»