

# Calidad de vida y mercado de trabajo

LUCÍA VICENT VALVERDE

**E**l mundo del trabajo remunerado puede concebirse de múltiples formas, siendo una de ellas la que pone el foco en su potencial relación con el bienestar de una sociedad. Así entendido, el mercado de trabajo se definiría como un espacio que permite alcanzar elementos de satisfacción personal y colectiva, y cubrir ciertas necesidades que serían imposibles de atender por otras vías en el contexto actual. Por tanto, contar con un empleo vendría a demostrar una conexión positiva con la calidad de vida para las personas que disponen de él o participan del espacio laboral bajo cualquiera de sus formas retribuidas. Sin embargo, desde esta perspectiva, es posible establecer al mismo tiempo que, según las condiciones en las que se desarrolle la actividad mercantil y valorando el coste de oportunidad de esa dedicación, el trabajo puede contribuir o no con nuestro bienestar, considerando, de una parte, las opciones que su ejercicio pone a nuestro alcance, pero, también, los riesgos a los que nos expone. Todo ello, considerando que tal contribución, lejos de ser lineal o constante en el tiempo, dependerá del momento particular y las condiciones que orienten las relaciones laborales y la centralidad del trabajo en cada momento, definiendo la potencial relación que puede existir entre el trabajo remunerado y la calidad de vida para quienes disponen de él.

En el contexto reciente, comprobamos que se suceden dinámicas que se retroalimentan entre sí, y que nos impide ver las crecientes tensiones sociales que provoca la deriva del mundo laboral. De una parte, el terreno del trabajo remunerado parece seguir una senda que únicamente acrecienta la exclusión laboral y la precariedad de las condiciones y los derechos laborales. En paralelo, esto se combina con la proliferación de nuevas formas de consumo a bajo coste que apaciguan el malestar social y ocultan la insostenibilidad de los modos de vida que definen la cotidianidad en muchos territorios. Sin embargo, los últimos meses han supuesto un punto y aparte que cuestiona el devenir de las tendencias anteriores.

La pandemia iniciada hace unos meses ha puesto patas arriba las cosas tal y como las conocíamos, evidenciando, por un lado, las contradicciones ocultas tras las rutinas de nuestro día a día y demostrando, por otro lado, la posibilidad de detención o reversibilidad de los procesos, cualquiera de ellos, incluso el de la “todopoderosa” maquinaria económica. Como consecuencia, es posible interpretar el momento actual, no como el punto y seguido que es lo que muchos pretenden, sino como una oportunidad para repensar el modelo de futuro al que aspiramos y que es posible plantear en el nuevo marco que establece la crisis sanitaria global.

## El carácter dual del trabajo mercantil y su relación con la calidad de vida

Desde una perspectiva histórica, comprobamos que las atribuciones del trabajo han sido variantes según cada contexto y han respondido, como resultado de un proceso de construcción social, a interpretaciones muy diversas.<sup>1</sup> Si echamos la mirada atrás, resulta evidente que las aceptaciones de lo que podría considerarse trabajo o no trabajo, así como su significación, han cambiado en línea con su papel y protagonismo en la organización social de la población.<sup>2</sup> No obstante, en esa evolución, encontramos ya en el siglo XVIII una aproximación que relaciona el trabajo con las actividades que denominamos productivas o de mercado, coincidiendo con la emergencia y consolidación de la sociedad capitalista. Comprobamos que ya entonces, y todavía en la actualidad, el espacio laboral ofrece determinados elementos a quienes participan del trabajo mercantil; elementos que permiten ver satisfechas una serie de necesidades que son fundamentales para las personas y que mantienen un nexo común: su relación con nuestro bienestar y su contribución con la calidad de vida.

Cuando nos referimos a calidad de vida hay que entenderla en una aproximación más compleja que supera los criterios economicistas y materialistas que

<sup>1</sup> Claus Offe, «¿Es el trabajo una categoría sociológica clave?», en Claus Offe, *La sociedad del trabajo. Problemas estructurales y perspectivas de futuro*, Alianza, Madrid, 1992, pp. 17-51; André Gorz, *Metamorfosis del Trabajo*, Editorial Sistema, Madrid, 1995; y José Francisco Durán, «La construcción social del concepto moderno de trabajo», *Nómadas*, núm. 13, Universidad Complutense de Madrid, 2006.

<sup>2</sup> Julio César Neffa, «Actividad, trabajo y empleo: algunas reflexiones sobre un tema en debate», *Orientación y sociedad* (versión online), enero-diciembre, La Plata, 1999; José Manuel Naredo, «Configuración y crisis del mito del trabajo», *Archipiélago*, vol. 48, pp. 13-23, 2001; Josep Maria Blanch, «Trabajar en la modernidad industrial» en Josep Maria Blanch (coord.), *Teoría de las Relaciones Laborales*, Fundamentos, Editorial UOC, Barcelona, pp. 13-148, 2003.

la definieron originariamente,<sup>3</sup> porque solo así es posible valorar el papel del trabajo y de otras categorías que conforman las trayectorias de vida de las personas y su posible equilibrio con las otras esferas que, más allá del mercado, determinan las condiciones de vida en el plantea. Así, llevado al extremo, razonamientos más amplios permiten entender la calidad de vida como una expresión que garantiza una adecuada vida en lo material que permite el desarrollo y las capacidades de las personas, permitiendo mantener el equilibrio ecológico perfecto, que incluye tanto lo biótico y del entorno, como lo social, cultural y simbólico.<sup>4</sup>

Cuando retomamos la relación entre el trabajo y la calidad de vida, considerando aquellas actividades remuneradas con las que tradicionalmente se ha relacionado esta categoría, a pesar de no ser las únicas formas de trabajo existentes, uno de los aspectos centrales que salen a relucir es su *carácter dual* respecto al aporte o no que supone para el bienestar de las personas que las realizan. De ese modo, es posible distinguir aquellos elementos que confirman y otros que desmentirían una inequívoca relación de signo positivo entre sendas variables.

De una parte, el trabajo supone la principal fuente de ingreso, autorrealización, satisfacción personal y de reconocimiento social para quienes lo realizan en el terreno económico. La participación laboral permite asegurar la obtención de una remuneración suficiente y una estabilidad en su recepción, garantizándole, a la persona y sus allegados cercanos (pareja, familiares, amistades, etc.), una subsistencia temporal continuada. Estos recursos económicos, que son la contrapartida de la venta de la fuerza de trabajo que ofrecen miles de millones de personas a escala global,<sup>5</sup> ya sea bajo una expresión formal o informal de las actividades que se realizan en el mercado, así como la seguridad económica y material de las personas ocupadas, son los elementos con los que comúnmente se ha relacionado nuestro bienestar desde la óptica laboral.

<sup>3</sup> El término *calidad de vida* empieza a utilizarse entrados los años sesenta, pero principalmente a partir de los setenta como una reacción a los criterios economicistas y de cantidad que habían primado hasta entonces en las aproximaciones relativas al bienestar y las condiciones de vida de las personas. Desde entonces, se extiende la necesidad de insistir en que el crecimiento económico no es una finalidad en sí misma, sino un instrumento para mejorar las condiciones de vida. Salvador Rueda, «Habitabilidad y calidad de vida», *Cuadernos de Investigación urbanística*, núm. 42, 2004, pp. 29-33.

<sup>4</sup> Lennart Levy y Lars Anderson, *La tensión psicosocial. Población, Ambiente y Calidad de Vida*, El manual moderno, México, 1980.

<sup>5</sup> En concreto, de las más de 7.700 mil millones de personas que vivimos en el planeta, cerca de 3.500 millones conforman la población activa donde algo más del 52% está trabajando actualmente (según datos del Banco Mundial).

Más allá de los ingresos, el tener una ocupación remunerada en las sociedades capitalistas supone, asimismo, un elemento de reconocimiento social, autoestima, motivación y autorrealización. Todas estas atribuciones del trabajo hacen de él un potencial medio para conseguir satisfacer otras necesidades que, sin estar relacionadas estrictamente con nuestra subsistencia, mantienen conexiones positivas con la calidad de vida:

Primero, porque el trabajo atiende aspectos que tienen que ver con nuestra forma de relacionarnos y percibirnos respecto a los otros, además de que es uno de los principales mecanismos de socialización, junto a la familia, la educación, etc., de las personas que conviven en cualquier sociedad.<sup>6</sup>

Y segundo, si, además, la actividad laboral es la elegida, las características son las esperadas y todo ello cumple –incluso supera– las expectativas, el trabajo potenciará la autoestima, la autorrealización y la motivación de quien lo desarrolla.

Como consecuencia, resulta evidente que el trabajo remunerado, tanto desde una perspectiva material como desde el punto de vista aspiracional, mantiene o potencialmente podría mantener una relación estrictamente positiva en su conexión con la calidad de vida.

Por el contrario, la realidad demuestra que esta potencialidad del trabajo mercantil no puede asumirse normalmente al ser altamente restrictiva y privar de las condiciones anteriores a una amplia mayoría de la sociedad. Desde una visión com-

**La calidad de vida debe entenderse más allá de los criterios economicistas y materialistas que la definieron originariamente**

parada entre quienes alcanzan o no los aspectos materiales e inmateriales anteriormente descritos, los segundos, a quienes se les niega un empleo, quedan excluidos de satisfacer los aspectos que, por cuanto que mejoran nuestras opciones de vida, hemos vinculado con el bienestar. Y dentro del abanico de situaciones que quedan alejadas de la participación laboral en el mercado, son muchos y

distintos los motivos que las originan: situaciones de inactividad laboral resultado de las responsabilidades domésticas y de cuidados, personas desempleadas y sin expectativas de encontrar otro empleo, personas enfermas o con incapacidad

<sup>6</sup> Peter Berger y Thomas Luckman, *La construcción social de la realidad*, Amorrortu, Buenos Aires, 1968 y Faustino Miguélez y Carlos Prieto, *Las relaciones laborales en España*, Siglo XXI, Madrid, 1999.

temporal, etc. En todos estos casos, el acceso a la vía fundamental (o única) que nos garantiza una vida decente queda restringido, llevándonos a cuestionar, o al menos matizar, que la relación trabajo-calidad de vida no es universal en cuanto que no se garantiza ni extiende al conjunto de la sociedad.

Paralelamente, el carácter dual del trabajo permite percibir el tiempo laboral como antagonismo del bienestar al impedir o limitar aquellas otras actividades o tiempos que nos reportan satisfacción en esferas o espacios apartados del mundo del trabajo remunerado. Si en la aproximación incorporamos el coste de oportunidad del tiempo de trabajo y los riesgos que entraña el desempeño laboral, resulta sencillo cuestionar la capacidad actual del mercado de trabajo para mantener una relación positiva entre el trabajo y calidad de vida.

Podría pensarse que la participación en el trabajo pone a disposición del individuo los elementos y el espacio para mejorar su itinerario vital; una mejora que pasa, entre otras cosas, por poder, planificar opciones de vida en el medio y largo plazo, conciliar con otros ámbitos o disponer de otros tiempos al margen del mercado que son imprescindibles para nuestro desarrollo y bienestar (tiempos para el descanso, la formación, la participación, el ocio, etc.). No obstante, la proporción, condiciones y escala en las que se ha venido progresivamente desarrollando el trabajo en el mercado han ido en una dirección contraria, impuesta por la necesidad de obtener un salario, y que hoy está lejos de ofrecer las características que faciliten las opciones anteriormente mencionadas. Así resulta evidente que el coste de oportunidad del trabajo mercantil puede ser tan elevado, y en muchas ocasiones lo es, que restringe la cantidad de tiempo autodeterminado y de libre uso, y compromete las opciones de conciliación con la vida social y familiar, con los estudios, el disfrute del ocio o con la posibilidad de relacionarse y participar socialmente, negando estas posibilidades a quienes cuentan con un empleo.

Asimismo, existen riesgos adicionales que cuestionan todavía más la contribución del trabajo al bienestar personal y colectivo de la gente que participan de él. La extensión de las formas atípicas de empleo y la degradación de las atribuciones tradicionales de la ocupación normalizan nuevas pautas de trabajo en el mercado con las que se relaciona la precariedad laboral. Las dificultades que entraña esta problemática que no es para nada nueva, permiten detectar nuevos ejes que, como ocurría al valorar el coste de oportunidad, inciden en cuestionar la potencialidad del trabajo remunerado en su relación con la calidad de vida.

El primero de ellos tiene que ver con la corrosión del carácter que señaló Richard Sennet en su obra original de 1998.<sup>7</sup> En ella, el autor utiliza esa expresión para referirse a los cambios en la concepción del trabajo que se desarrollan en el escenario del nuevo capitalismo. Un régimen que hoy fija los criterios de competencia laboral a escala global en el que parece solo haber espacio para la proliferación de empleos en constante rotación y con movilidad absoluta, ritmos acelerados de producción que son insostenibles, puestos de trabajo siempre acachados por el riesgo de desaparecer por sociedades laborales cada vez más competitivas, y personas moldeadas como piezas que tienen que encajar perfectamente y adaptarse a los métodos y estrategias de flexibilidad y reajuste que definen la operativa de las empresas en un mercado de trabajo altamente inestable. Situaciones, todas ellas, que suponen una constante presión sobre el bienestar objetivo y subjetivo de las y los afectados, la cual resulta insostenible y puede derivar en el tiempo en efectos muy negativos para la salud física y mental<sup>8</sup> de quienes las padecen.

Y un segundo riesgo, muy ligado con lo anterior por cuanto que es consecuencia posible, tiene que ver con las derivaciones que suponen las nuevas prácticas y formas de empleo precarizadas cuando estas se llevan al extremo y se alarga en el tiempo la necesidad, por parte de muchas personas, de aguantarlas. Cuando esto ocurre, el trabajo puede conllevar prácticas de presión desmedida, agresividad, maltrato físico y psicológico... que, al reproducirse en las jerarquías que conviven dentro del centro de trabajo, pueden terminar generando afecciones y enfermedades mucho más graves en la plantilla (como puede ser el desarrollo de casos de depresión, ansiedad, adicciones, etc.).<sup>9</sup> Y no hemos de olvidar que todas estas situaciones límite que puede conllevar el trabajo para la salud física encuentran su justificación en que muchos de estos

---

<sup>7</sup> Richard Sennet, *The Corrosion of Character, The Personal Consequences Of Work In the New Capitalism*, Norton, 1998 [ed. en castellano: *La corrosión del carácter. Las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*, Anagrama Editorial S. A., Barcelona, 2000].

<sup>8</sup> Para un análisis profundo de la cuestión, se recomienda consultar Lucía Artazcoz, Joan Benach, Carme Borrell e Inmaculada Cortés, «Unemployment and mental health: understanding the interactions among gender, family roles, and social class», *American Journal of Public Health*, vol. 94, núm. 1, 2004, pp. 82-89 y Ángeles Maestro, Enrique González, Guillermo Rendueles y Alberto Fernández, *Salud mental y capitalismo*, Cisma, Madrid, 2017.

<sup>9</sup> Este tipo de situaciones han sido demostradas en numerosos estudios y es objeto de análisis en distintas ramas de conocimiento. Tal es el caso, por ejemplo, de Joan Benach y Carles Muntaner, «Precarios employment and health: Developing a research agenda», *Journal Epidemiology Community Health*, núm. 61, 2007, pp. 276-277; Marcelo Amable, Rocío González, Sabrina Logvione, Luciana Reif y Constanza Zelaschi, «La precariedad laboral como determinante de la salud», comunicación presentada en las VIII Jornadas de Sociología de la UaLP, 3 al 5 de diciembre de 2014, Ensenada, Argentina y Yang, Jenny Chan, Xu Lizhi, Li Fei y Zhang Xiaojiao, *La máquina es tu amo y señor*, Virus, Barcelona, 2019.

contratos, o su falta, provocan estados de graves carencias que impiden cubrir necesidades fundamentales, o no hacerlo a los niveles adecuados, para la supervivencia.

En resumen, este carácter dual del trabajo mercantil refleja una contribución positiva y otra negativa en su relación con la calidad de vida: positiva en cuanto que asegura, por un lado, un ingreso y otros elementos, que permiten garantizar la seguridad económica y material de las personas, y por otro lado, supone un elemento de reconocimiento social, autoestima, socialización que cubre necesidades que superan la subsistencia y autonomía económica; y negativa, porque a la vez que no permite el acceso a todas las personas que requieren de la participación laboral para acceder a un nivel mínimo de vida, limita y pone en riesgo otros elementos cuya disponibilidad sumarían en su relación con la calidad de vida, como es el caso del tiempo liberado del mercado para la realización de otras actividades fundamentales y las consecuencias de la degradación y constante precarización de los puestos de trabajo que se ofrecen que comprometen la salud general de la población.

**El carácter dual del trabajo mercantil refleja una contribución positiva y otra negativa a la calidad de vida**

## **¿De dónde venimos y hacia dónde vamos? Precariedad, estilos de vida “low cost” y pandemias**

Al margen de la argumentación, es obligado valorar la potencialidad del trabajo en la mejora de la calidad de vida a partir del contexto que hoy en día define la realidad laboral. Si aterrizamos la dualidad del trabajo en los datos que ofrece el mundo actual en lo laboral y valoramos qué supone para el bienestar personal y social, se verifica que los satisfactores y las necesidades que ofrece y permite cubrir un empleo han cambiado, siendo posible desmentir la aparentemente incuestionable y tradicional relación entre el trabajo y la calidad de vida.

Al tomar como referencia el mundo de lo concreto, vemos que la situación laboral a escala internacional retrocede a un ritmo dramático. Confirmamos que, en 2019, fueron cerca de 190 millones de personas a las que se les privó de la posibilidad de obtener un ingreso a cambio de realizar un trabajo en el mercado, y se prevé

que tanto este año como el que viene, la cifra de desempleados aumente.<sup>10</sup> Sobre esto, conviene resaltar que las cifras se refieren a aquellas personas que buscan activamente un empleo, por lo que serían muchos millones más los que sumarían aquellas otras que, por distintos motivos que no confluyen en la categoría de desempleo, quedarían también apartadas de la posibilidad de obtener un salario.

La OIT y otras instancias internacionales alertan también de tendencias más allá del desempleo que corroboran el mantenimiento y la extensión de la precariedad a escala mundial. A pesar de que la degradación de las condiciones y derechos laborales, así como de las formas de contratación, son un fenómeno generalizado, las modalidades en las que se expresa este retroceso en cada territorio son distintas, por lo que no siempre es posible registrar la verdadera magnitud que alcanza esta problemática. Si seleccionamos únicamente algunas variables para su medición, estaremos obviando otras de las múltiples formas que adopta la precariedad. Pero incluso, asumiendo esa limitación y solo tomando como referencia algunos datos disponibles, es posible confirmar su aumento y generalización. Y es que, a los millones de parados registrados, se suman otros 165 millones de personas subempleadas al cierre de 2019, indicándonos el total de personas que trabajan un número menor de horas remuneradas de las que desean y que, presumiblemente, son las que requerirían para garantizarse un nivel de vida adecuado. Una cifra que no queda lejos de los 119 millones más que hay que añadir y que contabiliza a quienes, ante la baja expectativa de encontrar un empleo, han dejado de buscar, aunque no tienen resuelta su necesidad de ingreso por otras vías.

Conste que, dejando de lado otras de las muchas caras que tiene la precariedad laboral,<sup>11</sup> y solo atendiendo a quienes no participan del trabajo remunerado, o no en la medida necesaria, la cifra asciende a 480 millones de personas, lo que supone alrededor del 13% de la fuerza laboral global. Unos números que no eximen a la otra parte de la población del riesgo de sufrir la carencia de ingresos y registrar altas tasas de pobreza o de vulnerabilidad económica, además de privarles de los

---

<sup>10</sup> Según los datos de la OIT recogidos en su informe anual de Perspectivas sociales y de empleo en el mundo para 2020, el número de desempleados en el mundo fue de 187,7 millones en 2019 (con una tasa del 5,4%) y se estima que ascenderá a 190,3 millones en este ejercicio, y que lo haga todavía más en el siguiente hasta alcanzar los 193,7 millones. Pueden consultarse datos y el informe completo en el siguiente enlace: <https://www.ilo.org/global/research/global-reports/weso/2020/lang—es/index.htm>.

<sup>11</sup> Otras formas de precariedad como son las que expresan la parcialidad, la temporalidad, trabajos cuya jornada se realiza durante horas socialmente desfavorables o por turnos, empleos con alto nivel peligrosidad o cuyo ejercicio supone asumir elevados riesgos psicosociales, la falta de derechos básicos de muchos trabajos, la figura de los falsos autónomos, los contratos bajo demanda o sin garantizar siquiera un número concreto de horas de trabajo, etc.

otros elementos no materiales que teóricamente, como hemos señalado, nos permite un empuje.<sup>12</sup> Y a pesar de la deriva común que muestran los datos respecto a la precariedad, conviene no perder de vista su combinación con una desigualdad que no deja de crecer en los últimos años, lo que desvela la inequidad e injusticia que son necesarias para atender los criterios de acumulación del sistema económico y que niegan la mejora de la calidad de vida a través del empleo u otras opciones laborales hasta el punto de comprometer la propia subsistencia y al reproducción social.<sup>13</sup>

Las dificultades cotidianas que plantean estas carencias (de ingresos, autonomía, estabilidad, incertidumbre, etc.) y las crecientes brechas que se abren entre unos y otros grupos sociales, tienen consecuencias graves para nuestras trayectorias de vida que terminan, incluso, por afectarnos en el terreno de la salud. En un informe reciente, la OIT reveló que por día mueren en el mundo 7.500 como consecuencia de accidentes de trabajo, estrés o enfermedades profesionales.<sup>14</sup> El estudio señalaba, además, que las cifras indican con claridad que a nivel global el número de personas fallecidas por causas atribuibles al trabajo está creciendo, como indican los datos anuales acumulados si comparamos el año 2014, con 2,33 millones de casos, y los correspondientes a 2017, con 2,78 millones. Al respecto, las distintas instituciones y organizaciones que representan a las y los trabajadores en distintos lugares del mundo relacionan estos datos con la precarización constante a la que se ve sometido el mercado de trabajo; aunque, en los últimos tiempos, se destaca también la incidencia que están teniendo las nuevas tecnologías que, a través de un mayor control de las personas, extiende las jornadas de trabajo, impide la desconexión y genera problemas de angustia, presión o estrés, lo que explicaría, al menos en parte, la incidencia creciente de estas afecciones entre la ciudadanía.

La situación que describimos justifica un creciente descontento social cuya expresión parece multiplicarse en todo el mundo, como demuestran algunas experien-

<sup>12</sup> Esto es debido entre otras cosas a que, además de las formas de precarización localizadas, sabemos que un 61% del total de los trabajos que se realizan en la esfera mercantil se sitúa en la informalidad y no media en ellos relación contractual de ningún tipo (tal y como recoge el informe de la OIT anteriormente referenciado).

<sup>13</sup> Para profundizar ampliamente sobre estas cuestiones en el caso español, tanto teórica como empíricamente, puede consultarse la siguiente referencia: Lucía Vicent, *Precariedad laboral española. Una perspectiva de género. La situación del mercado de trabajo español en los primeros años del siglo XXI*, Tesis doctoral [Programa de doctorado en Economía Internacional y Desarrollo], Universidad Complutense de Madrid, 2017.

<sup>14</sup> La organización indicó que, en concreto, mueren diariamente 1.000 personas por accidentes laborales y otras 6.500 fallecen por enfermedades profesionales.

cias recientes que encontramos. Tal es el caso, en los últimos años, del contexto latinoamericano (con las protestas y luchas en el caso de Chile, Bolivia Ecuador, Venezuela o Colombia), pero también en lugares como Irak, Líbano, Hong Kong o Sudán, donde en todos ellos es posible reconocer la erosión social y las tensiones provocadas por las transformaciones laborales y la creciente desigualdad e insostenibilidad que genera el sistema económico, desembocando en graves acontecimientos sobre los que nos informan los medios.<sup>15</sup>

Lo que sorprende sobre la cuestión, o al menos resulta difícil de comprender, es cómo la explosión social que se esperaría y que ya sucede en ciertos lugares del mundo, sigue siendo compatible con la dinámica económica capitalista tal y como la conocemos, llevada, en muchos casos, a su máxima expresión. Compatible y que permite, por tanto, continuar con el deterioro laboral, la insostenibilidad social y ecológica, la regresión en las condiciones de vida de la mayoría, así como el cierre de espacios al desarrollo de alternativas que respondan a los problemas de subsistencia, desigualdad y carencia actuales que padecemos.

Una posible explicación es la que considera las tendencias recientes que marcan

**La realidad social viene marcada por la precarización del trabajo remunerado y la emergencia de estilos de vida *low cost***

la realidad social, pero que también establece los códigos para interpretar la relación trabajo-calidad de vida. Estas son: el retroceso y precarización constantes del trabajo remunerado, y la emergencia, en paralelo, de unos estilos de vida de bajo coste. Ambas forma parte de la trampa del sistema económico al coexistir, no de manera casual, sino para mantener el *statu quo* dentro del capitalismo.

Un capitalismo que, mientras expulsa y margina a amplios sectores sociales, es

<sup>15</sup> Sobre los casos señalados pueden consultarse algunas noticias aparecidas en los medios. Camila Ponce, «El estallido de Chile», *ctxt*, 23 de octubre de 2019, disponible en: <https://ctxt.es/es/20191023/Politica/29066/Chile-revueltas-transportes-estudiantes-Sebastian-Piñera.htm>; Francesco Manetto, «Colombia aprueba la reforma tributaria que motivó las protestas contra el Gobierno», *El País*, 20 de diciembre de 2019, disponible en: [https://elpais.com/internacional/2019/12/20/colombia/1576856058\\_186476.html?rel=listapoyo](https://elpais.com/internacional/2019/12/20/colombia/1576856058_186476.html?rel=listapoyo); CNN Español, «Abecé de las protestas en Bolivia: ¿quiénes protestan, por qué y qué piden?», *CNN*, 29 de octubre de 2019, disponible en: <https://cnnespanol.cnn.com/2019/10/29/abece-de-las-protestas-en-bolivia-quienes-protestan-por-que-y-que-piden/>; Natalia Sancha, «Las revueltas del pan toman el Líbano», *El País*, 30 de abril de 2020, disponible en: <https://elpais.com/internacional/2020-04-29/las-revueltas-del-pan-toman-libano.html>; Jaime Santirso, «La tensión vuelve a Hong Kong con choques en una multitudinaria marcha de Año Nuevo», *El País*, 1 de enero de 2020, [disponible en: <https://elpais.com/tag/c/7cdc80971bf5081d894e178c6db04bac>]; Alan Yuhas, «¿Qué está pasando en Sudán?», *The New York Times*, 6 de junio de 2019, disponible en: <https://www.nytimes.com/es/2019/06/06/espanol/que-esta-pasando-en-sudan.html>.

capaz de ponerles a su alcance hábitos de consumo comparables a los de quienes se mantienen dentro del circuito y en una posición privilegiada.

Pero cuando nos referimos al estilo de vida y, en concreto, a la emergencia en los países enriquecidos de aquellos que denominamos “low cost”, ¿a qué nos referimos exactamente? ¿Y cómo se relaciona la proliferación de las pautas de consumo que establecen estos modelos con el avance de la precariedad? El estilo de vida puede definirse como el conjunto de las pautas de conducta y hábitos cotidianos que están determinados, en gran medida, por las condiciones socio-culturales del entorno en el que se inserta.<sup>16</sup> Estas pautas se basan también en valores y actitudes sociales, las cuales, además de estar motivadas por las condiciones del contexto, dependerán necesariamente de las restricciones económicas, temporales o de cualquier otro tipo que se interpongan en su consecución. Ello explica la relación con el trabajo remunerado, con los ingresos, tiempos y condiciones a los que da acceso, lo que dará lugar a determinados modos de vida que han de ser compatibles con las posibilidades de empleo que ofrece el mercado.

No hay que ignorar que los estilos de vida se basan también en las necesidades de la persona, así como en las preferencias para cubrirlas (cuando se puede elegir). En este sentido, podemos entender que se construyan representaciones sociales, delimitando actitudes de los sujetos, que explican la interacción en un momento concreto del individuo con su contexto y que este sea de una u otra manera. Si comparamos los estilos de vida de hace décadas con los que caracterizan a la sociedad del siglo XXI, es evidente que poco o nada tienen que ver entre sí, y es que basta con compararnos con padres o abuelos para zanjar cualquier duda. Sin embargo, es necesario analizar si, más allá de las cuestiones más superficiales, la calidad de vida y los elementos o vías por las cuales se cubren las necesidades humanas son equiparables y han mejorado con el transcurrir de los años. Con un simple ejemplo, quizás, podamos caer en la cuenta de que el progreso o avance registrado, ha resultado precisamente lo contrario, especialmente si no perdemos de vista el nexo trabajo-bienestar social. Pensemos en las posibilidades que permitía un sueldo que entraba en el hogar hace unas décadas (cuántas bocas se alimentaban o en cuánto tiempo te permitía

<sup>16</sup> Santiago Yubero, «Socialización y aprendizaje social», en VV.AA., *Psicología social, cultura y educación*, Pearson, Madrid, 2005, pp. 819-844, disponible en: <https://www.ehu.es/documents/1463215/1504276/Capitulo%20BXXIV.pdf>.

costear una vivienda adecuada), o en la disponibilidad de tiempo que derivaba de sumar las horas de no trabajo entre los adultos que convivían en el hogar, o en el tiempo que duraban las cosas que tanto tiempo tardabas en comprar. Hagámoslo y comparemos, siendo conscientes del verdadero progreso o no de algunos de los cambios y características que hoy definen la relación laboral, aunque seamos cautos también y evitemos idealizar todas las formas y condiciones del trabajo tradicional.

En la actualidad, el trabajo y el estilo de vida suponen fuertes factores de socialización que caracterizan la sociedad en la que se vive,<sup>17</sup> de ahí su importancia, y

**Trabajo y estilo de vida suponen hoy fuertes factores de socialización que caracterizan la sociedad en la que se vive**

se comprueba, que, mediante las dinámicas observadas en una y otra cuestión, el capitalismo reciente ha sido capaz de ocultar sus contradicciones y salir reforzado. Ello, mientras el velo del consumo de bajo coste impedía ver los riesgos y negatividades del mundo del trabajo y las brechas que crecían entre la población.<sup>18</sup> Y, por supuesto, con el

consiguiente efecto, en términos ecológicos, que ello supone para el planeta, ya que esas formas de vida “accesibles para todos” se desarrollan a costa de degradación de los ecosistemas, la pérdida de la biodiversidad o el aumento de la contaminación.

En resumen, se confirma la sucesión de dos dinámicas simultáneas, que se retroalimentan y que impiden ver, tanto las crecientes tensiones sociales que envuelven el mundo laboral como la insostenibilidad de los modos de vida que apaciguan ese malestar. Recordemos que la primera apunta a la creciente competencia laboral y las dinámicas que están definiendo el mercado de trabajo, que intensifican los riesgos y comprometan los elementos que permitían establecer con mayor nitidez la relación aparente entre el ejercicio laboral y la calidad de vida. Y la segunda, la cual se concreta a través de la modificación de los satisfactores y deseos

<sup>17</sup> Francisco Javier Cantero, José María León, Silvia Medina-Anzano, «Socialización y aprendizaje social», en VV.AA., *Psicología social: orientaciones y casos prácticos*, McGraw-Hill Interamericana de España, 1998, pp. 43-58.

<sup>18</sup> El consumo generalizado de productos tecnológicos, el disfrute de varios viajes anuales de larga distancia, el salir a comer, al cine o el consumir a diario forman parte de ese espejismo que, a su vez, convive con las infraviviendas y los pisos compartidos por necesidad entre familias, con la pobreza laboral y la desigualdad creciente, con la cultura del crédito y el vivir al día o en números rojos. Todo ello forma parte de los estilos de vida “low-cost” que son los únicos que permite la precariedad actual sin develar o hacernos conscientes de la generalidad de quienes están al borde de la pobreza y la exclusión.

que describen nuestros estilos de vida, ocultando las graves consecuencias que provoca el deterioro del trabajo hasta poner en riesgo las trayectorias de vida de una amplia mayoría y el malestar que ello genera. Todo ello, reforzándose por un rumbo, en lo político, económico y social, que colabora y es cómplice del mantenimiento del sistema que genera los problemas y que impide cuestionar la no reversibilidad de procesos que son insostenibles.

*Seguir como hasta ahora no es una opción.* En este panorama, encontramos un importante punto y aparte que ha logrado lo que hasta ahora era impensable en el marco del capitalismo: parar la maquinaria económica. Ha hecho falta una trágica perturbación como la que supone una pandemia global para que la dinámica de la acumulación se detenga y la producción pare su funcionamiento. Pocas veces en la historia encontramos un acontecimiento de tal envergadura cuya respuesta exija poner en el centro del debate la viabilidad del sistema económico y de los modos de vida, y que suponga un paréntesis para pensar hacia dónde ir a partir de ahora y qué prioridades deben guiar el rumbo de los cambios que son necesarios.

Si con anterioridad eran insuficientes (para algunos) los motivos que exigían replantear las lógicas que han venido orientando nuestra sociedad, la crisis sanitaria ha demostrado la urgencia que requiere responder a los problemas, cada vez más graves y evidentes, que genera la dinámica del capital y las mutaciones que requiere su reproducción.

Semana a semana se van poniendo de manifiesto las conexiones de la pandemia con los modos de vida excesivos de una parte de la población mundial y el sistema de producción y consumo que los sustenta: la deforestación, el rápido declive de la biodiversidad, la ganadería industrial, la intensa contaminación del aire en las ciudades, la crisis del clima... Todo ello invita a realizar una reflexión profunda como sociedad de los estilos de vida y sus implicaciones para nuestro bienestar y el de otras especies. ¿Seremos capaces de reinventarnos?<sup>19</sup>

Tal y como señala Vandana Shiva, las epidemias son, como el cambio climático, “antropogénicas”, es decir, lo primero a destacar es que están causadas por las

<sup>19</sup> Así lo recoge Nuria del Viso en «Un virus, la humanidad y la Tierra», *Tiempo de actuar*, 13 de mayo de 2020, disponible en: <https://tiempodeactuar.es/blog/un-virus-la-humanidad-y-la-tierra/>.

actividades humanas.<sup>20</sup> En segundo lugar, nos recuerda la emergencia que requiere revertir las prácticas humanas, incluso en términos de salud como nos muestra la COVID, porque su aparición está relacionada con la extinción y desaparición de otras especies. Y, por último, la autora insiste en la necesidad de entender que la tierra es para todos los seres vivos, y cuando damos un paso atrás y hacemos que las calles estén “libres de automóviles”, se reduce la contaminación del aire, pero también le damos un respiro al planeta y abre la oportunidad de que haya un futuro para nosotros.

Por ello, lo que es una trágica perturbación sanitaria, pero que convive con otra de carácter social y ecológica, permite interpretarse como una oportunidad para

**La tragedia sanitaria puede interpretarse como oportunidad para dar salidas distintas a la precariedad, la desigualdad o la crisis de cuidados**

dar salidas distintas a problemas que son de sobra conocidos (desempleo, precariedad, una profunda crisis de cuidados, insuficiencia de los servicios y prestaciones públicas, las crecientes desigualdades y brechas sociales, pobreza, emergencia climática, etc.). Porque la pandemia está poniendo de manifiesto la importancia que tienen las condiciones sociales y ambientales para la salud y la calidad

de vida de los pueblos que habitamos la tierra.<sup>21</sup> Y es por ello, que no es válida cualquier respuesta de futuro.

Es imprescindible que las alternativas que se planteen aseguren la sostenibilidad de los sistemas económicos, tanto desde el punto de vista social como ecológico, es decir que garanticen los «servicios ambientales, sociales y económicos básicos a todos los miembros de una comunidad sin poner en peligro la viabilidad de los entornos naturales [...] y sociales de los que depende el ofrecimiento de estos servicios».<sup>22</sup> De ese modo, la solución pasa necesariamente por asegurar, en cualquier caso, las vías, sean las que sean, que apunten inequívocamente hacia el enriquecimiento del bienestar y la calidad de vida de las personas que conviven en la biosfera y permitiendo la habitabilidad para los seres humanos y resto de

<sup>20</sup> Vandana Shiva, «A virus, humanity, and the earth», *Deccan Herald*, 5 de abril de 2020, disponible en: <https://www.deccanherald.com/specials/sunday-spotlight/a-virus-humanity-and-the-earth-821527.html>. Véase también sobre la relación entre pérdida de biodiversidad y pandemias, Monica Di Donato, «Pérdida de biodiversidad y pandemias: un nexo oscuro y peligroso», *Tiempo de actuar*, 18 de marzo de 2020, disponible en: <https://tiempodeactuar.es/blog/perdida-de-biodiversidad-y-pandemias-un-nexo-oscuro-y-peligroso/>.

<sup>21</sup> Santiago Álvarez Cantalapiedra et al., “Covid-19: una pandemia en médio de la crisis ecosocial”, *ctxt*, 24 de mayo de 2020.

<sup>22</sup> Salvador Rueda, *op.cit.*

especies en ella. Y, por supuesto, será indispensable replantear el mundo del trabajo, lo que será un reto importante y nada fácil de resolver. Entre otras cosas, entrañará al menos repensar la función y el papel que tendrá el trabajo remunerado en el acceso a los mecanismos que permiten cubrir nuestras necesidades; pero también implicará reconsiderar las actividades que queremos mantener dentro de esta categoría, las que incluir, a pesar de estar al margen actualmente, y cuáles otras restringir o eliminar; determinar los criterios que determinarán la contribución social o deterioro de los empleos que hoy día se realizan; y, de igual modo, considerar otras opciones más allá del trabajo que corrijan la restricción de acceso, las distancias y las injusticias que hoy reproduce el mundo laboral.

**Lucía Vicent** es miembro de FUHEM Ecosocial e investigadora en ICEI-UCM

---

