UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Investigación
Mente, Cerebro y
Comportamiento

La limitación de ingresos dificultó la conciliación y afectó al bienestar durante la pandemia

28/04/2026

Noticias de investigación Bienestar, Igualdad y Diversidad



La pandemia de la COVID-19 no solo fue una crisis sanitaria. Sus efectos se manifestaron también en la organización de la vida laboral y familiar, amplificando desigualdades sociales preexistentes. Y es que mientras algunas personas pudieron adaptarse al teletrabajo y mantener cierta estabilidad familiar, otras atravesaron serias dificultades para afrontar las exigencias laborales y el cuidado familiar. En este escenario, emerge la siguiente cuestión: **¿cómo se relacionaron las disparidades socioeconómicas con el bienestar y qué papel desempeñó la conciliación entre trabajo y familia en esta relación durante la pandemia?**

Una investigación recientemente publicada en **International Journal of Intercultural Relations** abordó dicha cuestión analizando la experiencia de casi dos mil personas trabajadoras en Chile en la tercera ola de la pandemia. Este estudio fue realizado por **Ginés Navarro-Carrillo**, investigador del **Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento (CIMCYC)** de la **Universidad de Granada**, en colaboración con el investigador **Juan Carlos Oyanedel**, de la **Universidad Andrés Bello (Chile)**. Estos investigadores examinaron distintas medidas de bienestar —como la satisfacción con la vida, el trabajo o la familia— y su conexión con el estatus socioeconómico y el conflicto entre las esferas laboral y familiar.

Desigualdad, recursos y bienestar

Copyright© 2026 Universidad de Granada

Chile constituye un contexto idóneo para este análisis. Además de ser uno de los países con una **distribución de ingresos más desigual del mundo**, también mostró una alta disparidad en términos de incidencia y mortalidad durante la pandemia de la COVID-19. En dicho contexto de crisis, contar con mayores recursos económicos podría permitir respuestas más eficaces a las demandas laborales y familiares.

Son muchos los estudios que han mostrado que un mayor nivel socioeconómico se asocia a niveles más elevados de bienestar. Sin embargo, **el estatus socioeconómico no es un factor unitario**, **pues abarca aspectos tan diversos como los ingresos, el nivel educativo o la ocupación laboral**. Una de las **principales aportaciones** de esta investigación es **examinar estas dimensiones por separado**, en lugar de combinarlas en un único indicador.

El conflicto trabajo-familia como pieza clave

Los resultados del estudio revelaron un patrón claro: entre las distintas características del estatus socioeconómico, **los ingresos fueron el factor más determinante del bienestar**. Las personas trabajadoras con menores ingresos presentaron menor satisfacción vital, peor bienestar personal y menores niveles de satisfacción tanto laboral como familiar.

No obstante, el **hallazgo clave** de esta investigación tiene que ver con el **papel del conflicto trabajo-familia** (interferencia del trabajo en la vida familiar y de la familia en el trabajo). En concreto, los investigadores mostraron que **las personas trabajadoras con menores ingresos experimentaron mayores niveles de interferencia tanto del trabajo en la vida familiar como de la familia en el trabajo**, resultando estos mayores niveles de conflicto en un **peor bienestar**.

Estos resultados sugieren que **cuando los recursos económicos son limitados, resulta más difícil gestionar las exigencias laborales y familiares** sin que entren en conflicto. Dicho conflicto entre trabajo y familia podría ayudar a explicar por qué las personas trabajadoras de menores ingresos presentaron peores niveles de bienestar durante la crisis pandémica.

¿Por qué son importantes estos hallazgos?

Copyright© 2026 Universidad de Granada

Estos resultados tienen implicaciones relevantes tanto a nivel social como político. Por un lado, los hallazgos ponen de relieve la **especial vulnerabilidad de las personas con menores ingresos en contextos de crisis**, particularmente en sociedades con altos niveles de desigualdad. Por otro, los autores subrayan la **necesidad de articular medidas que faciliten la conciliación laboral y familiar** , así como de **garantizar apoyos económicos suficientes para los hogares más expuestos**. Estas estrategias pueden ayudar a reducir los efectos perjudiciales de futuras crisis sobre el bienestar de las personas trabajadoras.

Referencia

Navarro-Carrillo, G., & Oyanedel, J. C. (2025). Socioeconomic status, work-family conflict, and employee well-being in the aftermath of the COVID-19 pandemic. International Journal of Intercultural Relations, 106, 102176. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2025.102176

Contacto en el CIMCYC

Ginés Navarro-Carrillo (@email)

Copyright© 2026 Universidad de Granada