



## Capeando el estrés de ser Emprendedor en tiempos de COVID-19.

---

Evaluación de las consecuencias de la COVID-19 en el estrés, los recursos y el bienestar psicosocial de autónomos y PYMES españoles.

Ana Pérez-Luño



---

Número 2. Noviembre 2020.

## RESUMEN

Desde marzo de 2020, no hay un solo día sin noticias negativas sobre el impacto en la salud, física, mental y/o económica, de la Pandemia de COVID-19. La declaración del estado de alarma decretada en España el pasado 14 de marzo de 2020 y las medidas que lo acompañaron en las semanas siguientes supuso una presión económica y psicológica para todos los españoles sin precedentes recientes. Sin embargo, sus consecuencias fueron todavía mayores para los 2,9 millones de emprendedores españoles (Ministerio de Industria, Comercio y Turismo, 2020). La mayoría vio amenazado su medio de vida y bienestar psicosocial, lo que supuso una fuente de estrés añadida a la que ya sufre este colectivo.

Este informe analiza los resultados de un estudio realizado en una población de emprendedores españoles (dueños de pymes y autónomos) antes y durante el estado de alarma decretado en marzo de 2020. Entre sus principales conclusiones destacan: 1. Que la crisis provocada por el COVID-19 ha supuesto una gran amenaza en la percepción de supervivencia de los negocios de los emprendedores analizados. 2. Que la satisfacción general y laboral de esta población ha disminuido con la pandemia. 3. Que han aparecido nuevas fuentes de estrés que explican la disminución en el bienestar psicosocial de los emprendedores estudiados. 4. Que el impacto de la crisis ha sido diferente para mujeres y hombres emprendedores. 5. Que los emprendedores cuentan con recursos externos e internos para paliar las consecuencias de la crisis.

## INTRODUCCIÓN

La pandemia del COVID-19 ha provocado una crisis global con consecuencias negativas inmediatas de emergencia en los sistemas sanitarios y financieros de todo el mundo. Las previsiones de la OCDE señalaban en junio de 2020 una fuerte caída de la economía mundial en términos de PIB. En la zona euro, la caída se situaba entre un 9,1% si no se producía un nuevo brote y un 11,5% en el caso de que sí se produjera. La realidad actual ha mostrado que estamos ante la segunda ola y que las caídas van a ser aún mayores de lo previsto.

A medida que se ha extendido la pandemia ha aumentado la incertidumbre sobre sus consecuencias a largo plazo para el tejido social, la salud y el bienestar de los ciudadanos, y sobre cómo las empresas y la economía enfrentarán esta crisis y sus impactos negativos futuros. La caída en los mercados de valores en los Estados Unidos, Europa y Asia ha acaparado los titulares. Sin embargo, se presta menos atención a la población emprendedora, formada por PYMES y autónomos, que constituye la columna vertebral de nuestras economías y proporciona la mayoría de los empleos (Eurostat, 2018). En este sentido, cabe destacar que la población emprendedora ha visto reducida su actividad en más de un 40% en España, siendo la tasa aún mayor en Andalucía, con una caída del 46% de su actividad (GEM, 2020). Por todo ello, el presente informe tiene el objetivo de explicar cómo las consecuencias de la crisis provocada por la pandemia de la COVID-19 en la actividad comercial han impactado en el estrés, en los recursos y en el bienestar psicosocial de una muestra de emprendedores españoles.

## EMPREDIMIENTO Y COVID-19

Los emprendedores son la columna vertebral de la economía española. Los 2,9 millones de pymes y autónomos españoles aportan el 65% del PIB y el 75% de los puestos de trabajo en España (Ministerio de Industria, Comercio y Turismo, 2020). Sin embargo, esta población es un grupo especial de riesgo debido a la fragilidad con la que enfrentan las crisis. Por una parte, sus recursos financieros y humanos son limitados (Arco-Tirado et al., 2019). Por otra, poseen una responsabilidad sobre sus trabajadores y empresas que magnifica la carga tanto emocional como económica sufrida ante situaciones complejas (Wach et al., 2020). Además, la forma en que enfrenten esta crisis es crítica no solo para la supervivencia de sus negocios y las partes interesadas que dependen de él, sino para la economía en general.

Según la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (2014), el estrés laboral era el segundo problema de salud relacionado con el trabajo más frecuente en Europa. En España, el 49% de los trabajadores considera que el estrés laboral es frecuente. Este dato es muy superior para la población emprendedora por las consecuencias que sus acciones pueden tener sobre su negocio, su

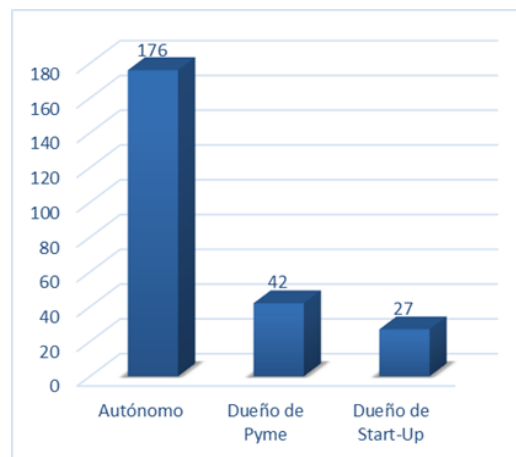


Figura 1. Distribución de la población

familia, la familia de las personas que dependen de ellos y la sociedad en general.

En este proyecto hemos entrevistado a 245 emprendedores: autónomos, dueños de PYMEs y dueños de Start-Ups, (Figura 1) de diversas industrias (Figura 2) durante los meses más duros de la pandemia (del 11 de mayo al 31 de julio, durante el estado de alarma decretado para contener la propagación de Covid-19). De ellos, 137 participaron en un estudio previo llevado a cabo entre el 7 de enero y el 28 de febrero de 2020. El análisis comparativo de los datos es útil para analizar los cambios producidos en el bienestar psicosocial y niveles de estrés de los emprendedores analizados.

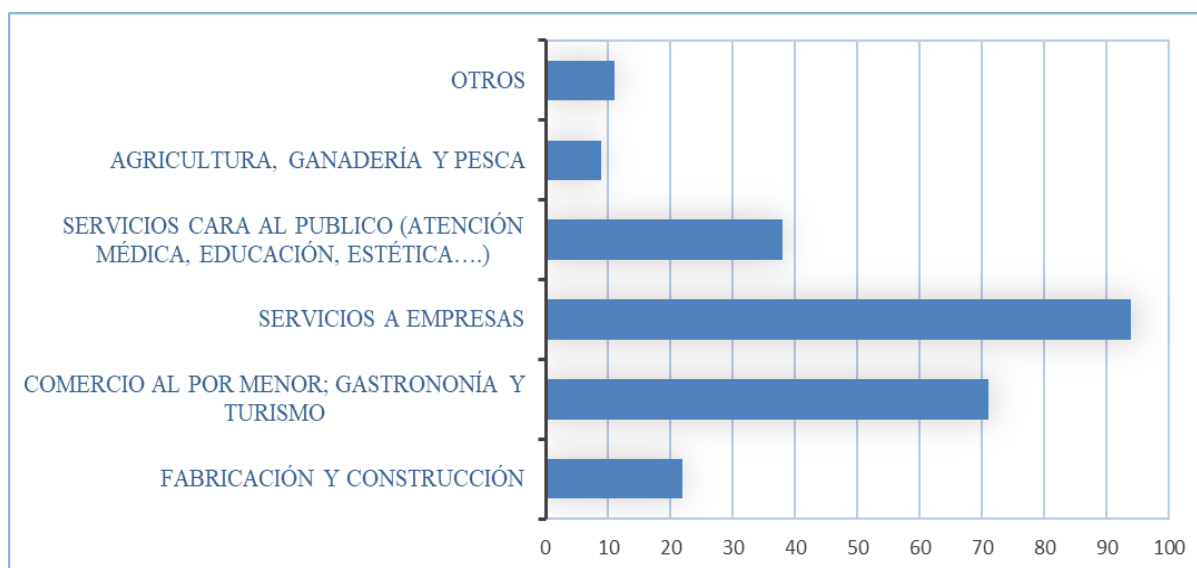


Figura 2. Sectores de Actividad

## CONSECUENCIAS DE LA COVID-19 EN LA ACTIVIDAD EMPRENDEDORA

Entre las principales consecuencias de la crisis provocada por la pandemia de la COVID-19 para la actividad emprendedora, cabe destacar que el 62% de los emprendedores entrevistados informa que la existencia de su negocio se ha visto amenazada por la pandemia debido a una importante disminución de las actividades comerciales. Esto significa que, en nuestra muestra, los puestos de trabajo de 152 emprendedores y sus empleados están en riesgo (Figura 3).

Por sectores, el más dañado ha sido el de los servicios a empresas, seguido del sector relacionado con el comercio, la gastronomía y el turismo (Figura 4).



Figura 3. Percepción de amenaza

Un aspecto para destacar sobre las consecuencias de la crisis en los emprendedores es el de sus expectativas de supervivencia. En este sentido, el 48,8% de los entrevistados no espera poder sobrevivir un año en las condiciones actuales (Figura 5). El impacto de la pandemia en la actividad comercial podría explicar esta reducción en la esperanza de vida de los negocios.

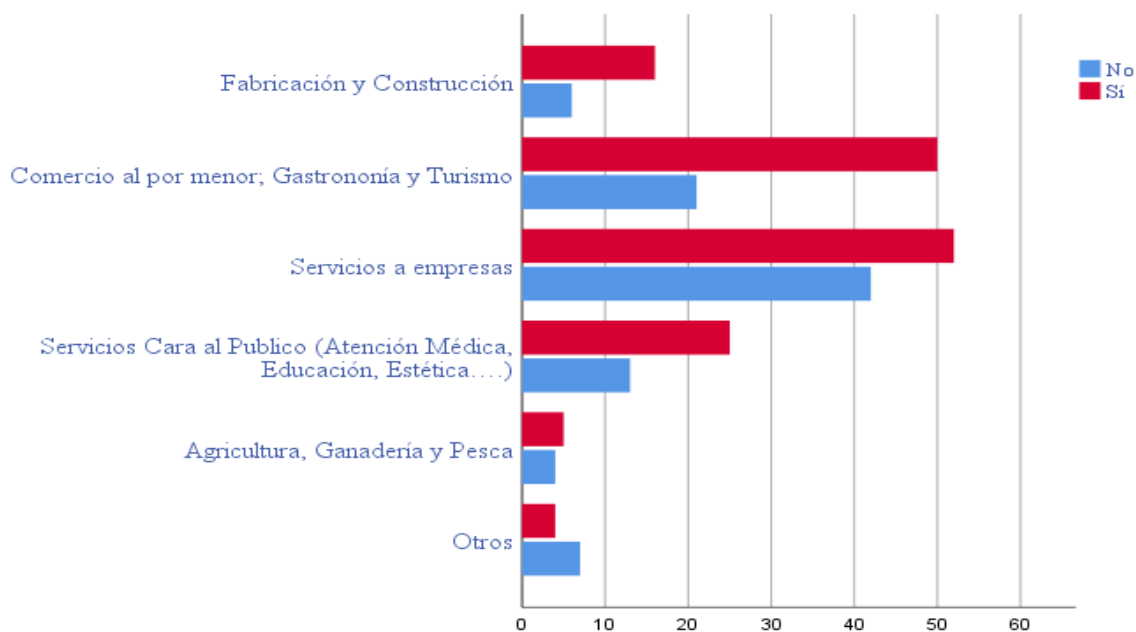


Figura 4. Percepción de amenaza por sectores

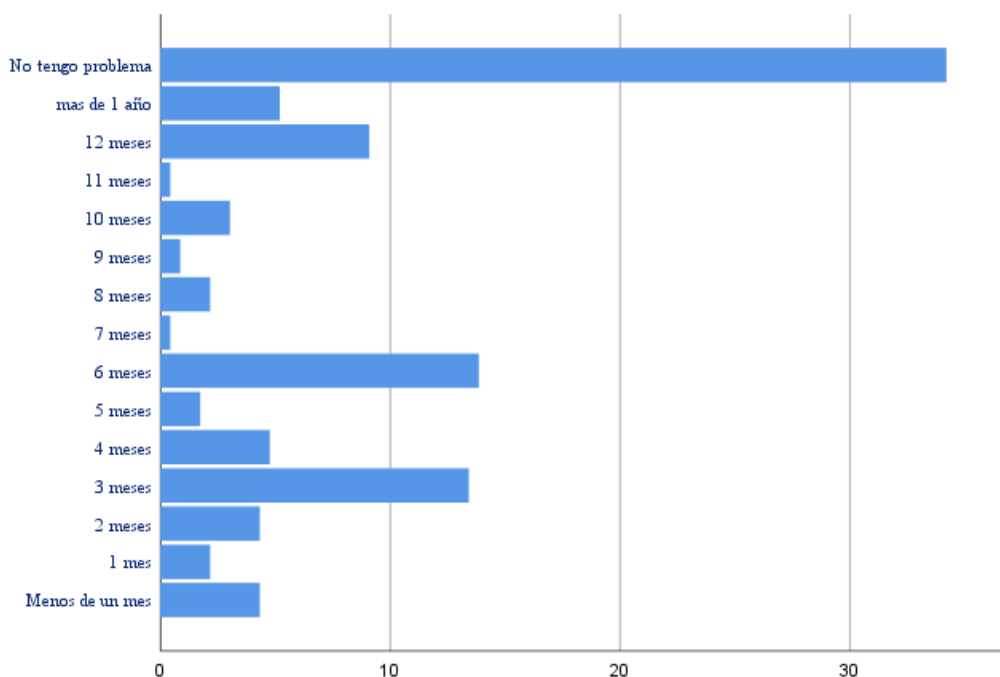


Figura 5. Meses de supervivencia

En concreto, el 35% de los respondientes señala que su volumen de negocios ha disminuido, el 29% declara que ha tenido que suspender el comercio, aunque su negocio todavía existe, y el 12 % manifiesta que ha

tenido que cerrar el negocio (Figura 6). Tan sólo un 12% de la población continúa trabajando sin cambios y un 13% ha logrado incrementar su volumen de negocios.

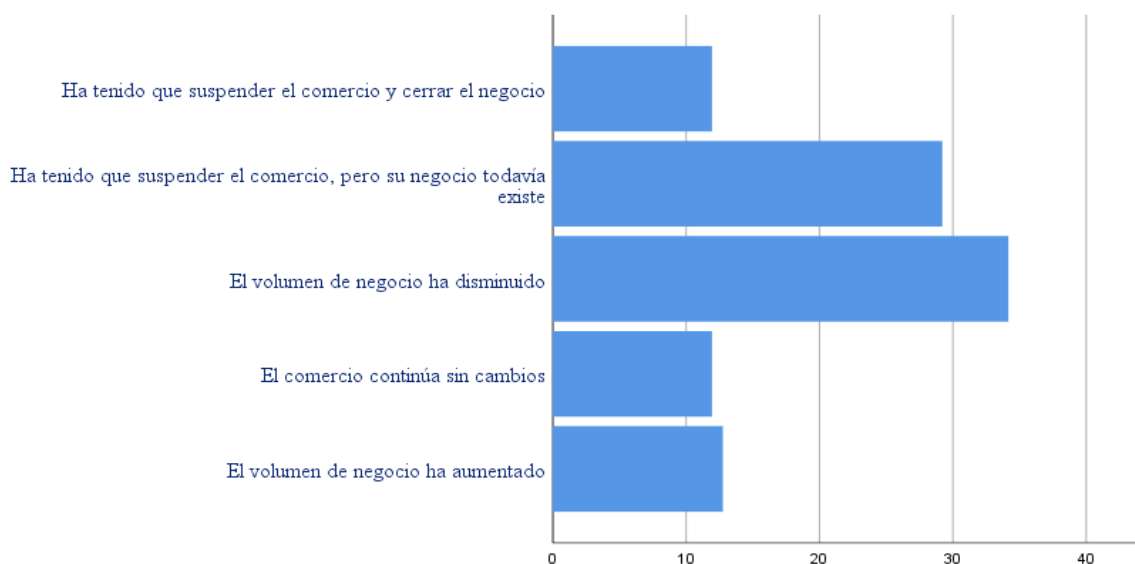


Figura 6. Impacto de la Pandemia en la actividad comercial

Entre los principales problemas señalados por los emprendedores estudiados destaca el tener dificultades para pagar suministros, recursos, proveedores y a empleados. Además, se destacan los impagos o retrasos en los pagos por parte de los clientes (Tabla 1). Entre los comentarios adicionales que la muestra suministra, se destaca que los emprendedores han tenido que luchar con frecuentes cancelaciones o pedidos pospuestos, retrasos en pagos, etc. Sin embargo, un 33,4% de los encuestados considera que nada ha cambiado para ellos.

Tabla 1. Principales problemas a los que se enfrentan los emprendedores españoles

Ya no puedo pagar a mis proveedores	3,8%
Ya no puedo pagar a mis empleados	2,1%
Pronto no podré pagar a mis empleados	2,4%
Tengo problemas para pagar otros suministros	18,8%
Mis clientes no me pagan o pagan tarde	12,2%
No puedo comprar otros recursos necesarios	7,0%
Nada ha cambiado	33,4%
Otros	20,3%

El impacto de la COVID-19 se ha traducido también en una reducción de plantilla en muchos de los casos analizados. Hasta ahora, solo una minoría (18,8%) de los empleadores ha tenido que despedir a personal. El esquema de retención de empleos por coronavirus en forma de ERTES ha mitigado temporalmente la pérdida de puestos de trabajo. En el caso de nuestra muestra, el 21% de los emprendedores lo han solicitado. Sin embargo, la incertidumbre sobre lo que ocurrirá cuando terminen las políticas de retenciones de empleo materializadas en ERTES es otra fuente de estrés para los emprendedores españoles.

El 21% de los emprendedores ha realizado modificaciones en su negocio para iniciar y/o ampliar su comercio electrónico. Además, un 29% de ellos considera que la situación actual puede ofrecerle nuevas oportunidades de negocio. La mayoría de las oportunidades identificadas están relacionadas con el comercio electrónico y/o la digitalización; actividades relacionadas con la salud y/o el bienestar social; la sostenibilidad y el reposicionamiento o cambio del modelo de negocios.

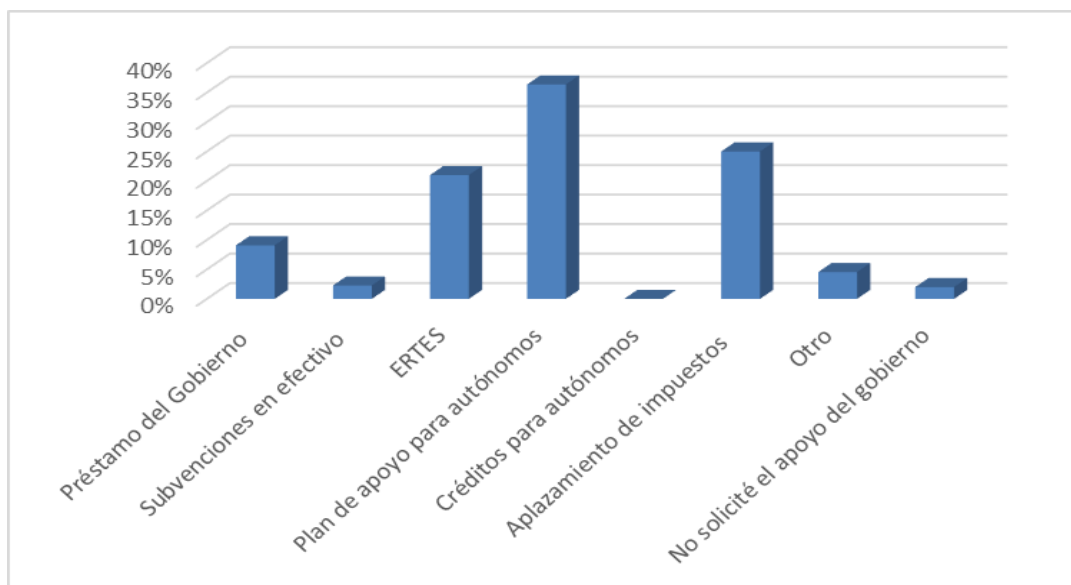


Figura 7. Ayudas Gubernamentales

Para hacer frente a la amenaza financiera provocada por la crisis, el 36% de la población analizada ha acudido a planes de apoyo para autónomos, el 25% ha acudido a aplazamiento de impuestos, el 21 % se ha acogido a ERTES y el 9% ha solicitado préstamos al Gobierno (Figura 7).

### COVID-19 Y ESTRÉS

La primera ola de la pandemia ha afectado a la salud mental de los emprendedores negativamente. Además, ha cambiado su situación personal aumentando sus responsabilidades en el cuidado de los niños y les ha obligado a teletrabajar.

En términos de bienestar psicosocial, hemos planteado cuestiones sobre la satisfacción experimentada con la vida en general y sobre la satisfacción experimentada con su trabajo (medidas en una escala entre 0

(nada satisfecho) y 10 (muy satisfecho)) antes y durante la pandemia (Figuras 8 y 9) diferenciando entre hombres y mujeres. La satisfacción general de los emprendedores ha disminuido considerablemente, pasando de un 8,07 a un 6,67. En este caso, no existen grandes diferencias entre hombres y mujeres. En cuanto a la satisfacción con el trabajo, los datos muestran que los emprendedores han pasado de un 7,65 a un 7,38. Sin embargo, la disminución es mucho más pronunciada para las mujeres, que tenían una satisfacción con su trabajo superior a la de los hombres antes de la COVID (7,78 frente a 7,51) y muy inferior durante la pandemia (7,04 frente a 7,73). Estos datos son bastante alarmantes si se tiene en cuenta que entre ambas respuestas han transcurrido apenas 2 meses.

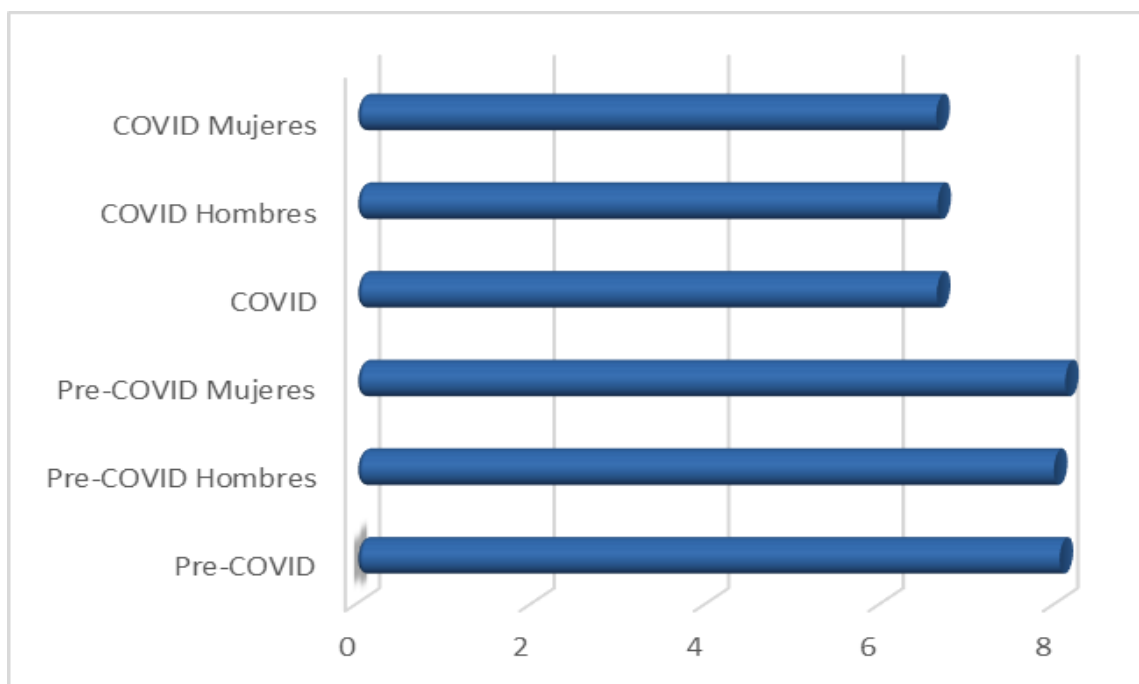


Figura 8. Satisfacción General con la Vida

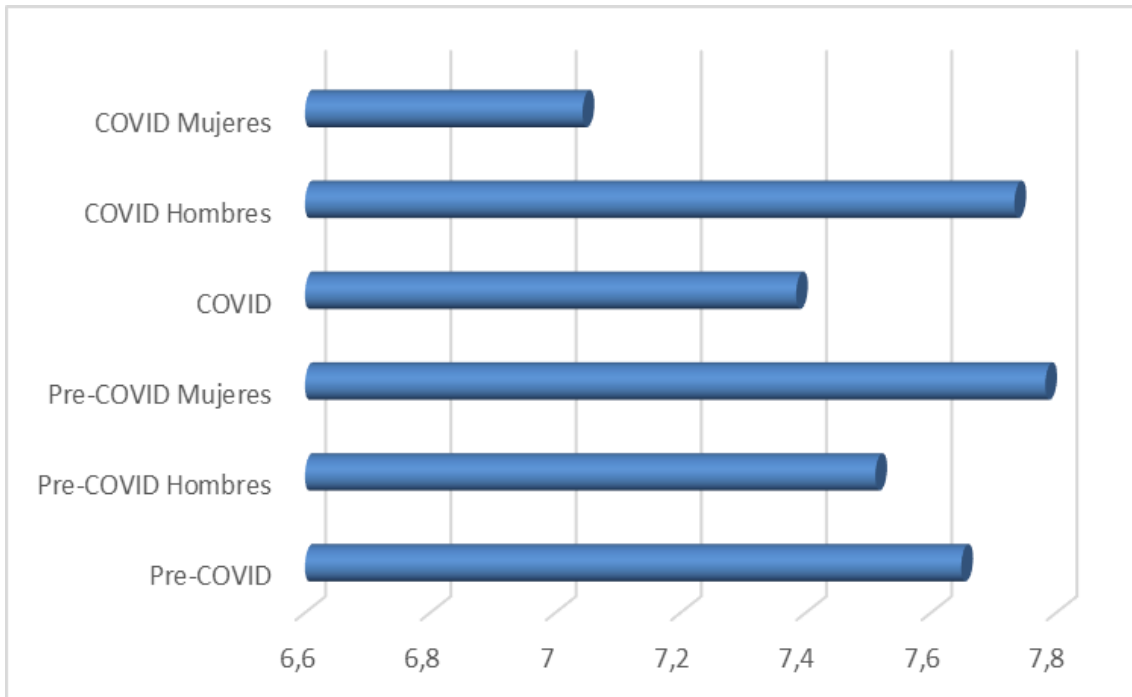


Figura 9. Satisfacción con el Trabajo

Los datos relativos a la reducción en la satisfacción de la población analizada podrían explicarse por las fuentes de estrés que han aparecido o se han incrementado durante la pandemia. Entre ellas, la percepción de amenaza (Figuras, 3 y 4), la escasa expectativa de supervivencia (Figura 5) y el impacto de la pandemia (Figura 6) pueden haber incidido en la satisfacción de nuestra población. Sin embargo, existen otros factores específicos de la pandemia que también deben analizarse.

En concreto (ver Figura 10<sup>1</sup>), los emprendedores estudiados manifiestan una alta preocupación por su salud y la de sus familias, por las restricciones de contacto social (ambas mucho más acusada en el caso de las mujeres), por una posible atención médica insuficiente y por las consecuencias para la salud física y psicológica tras la pandemia (bastante más notable en el caso de las mujeres). Estas

fuentes de estrés se unen a una preocupación de nivel medio por los conflictos de familia que la crisis pueda provocar (mucho mayor en el caso de los hombres).

<sup>1</sup> Todas las escalas utilizadas a partir de ahora se miden en una escala 1-5 donde 1 significa totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.



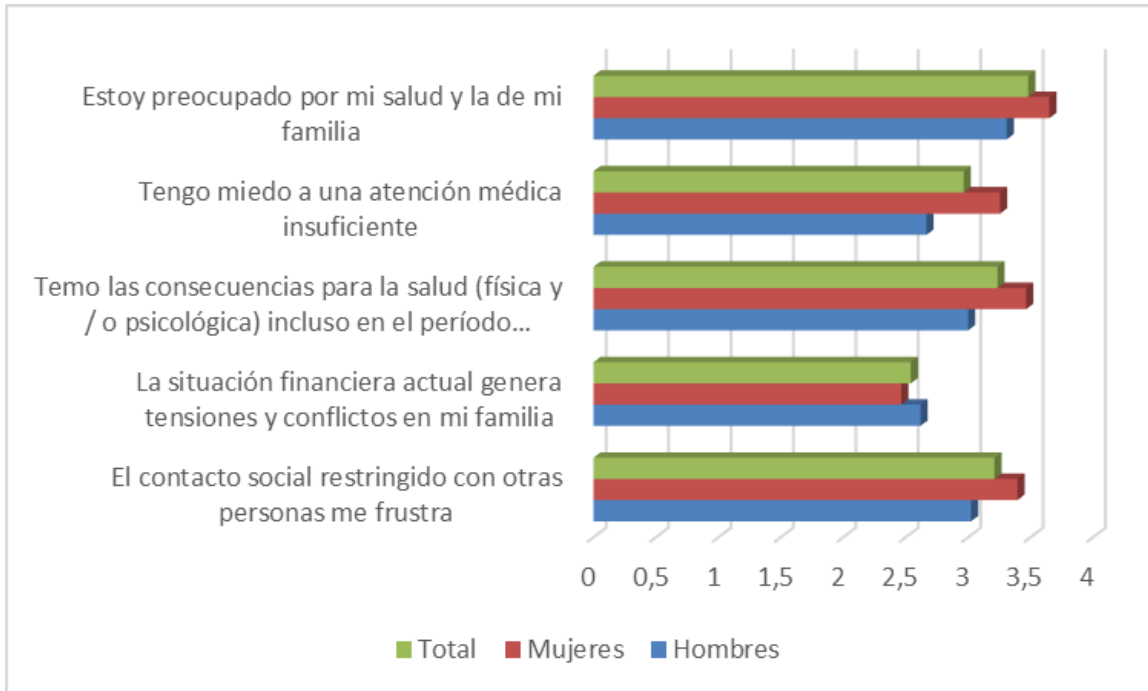


Figura 10. Fuentes de Estrés

### RECURSOS EMPRENDEDORES PARA HACER FRENTE A LA CRISIS

La situación descrita afecta a toda la población objeto de estudio. Sin embargo, los emprendedores analizados cuentan con

una serie de recursos externos e internos para afrontarla.

### RECURSOS EXTERNOS

Junto a las ayudas gubernamentales (Figura 7), la población emprendedora ha podido

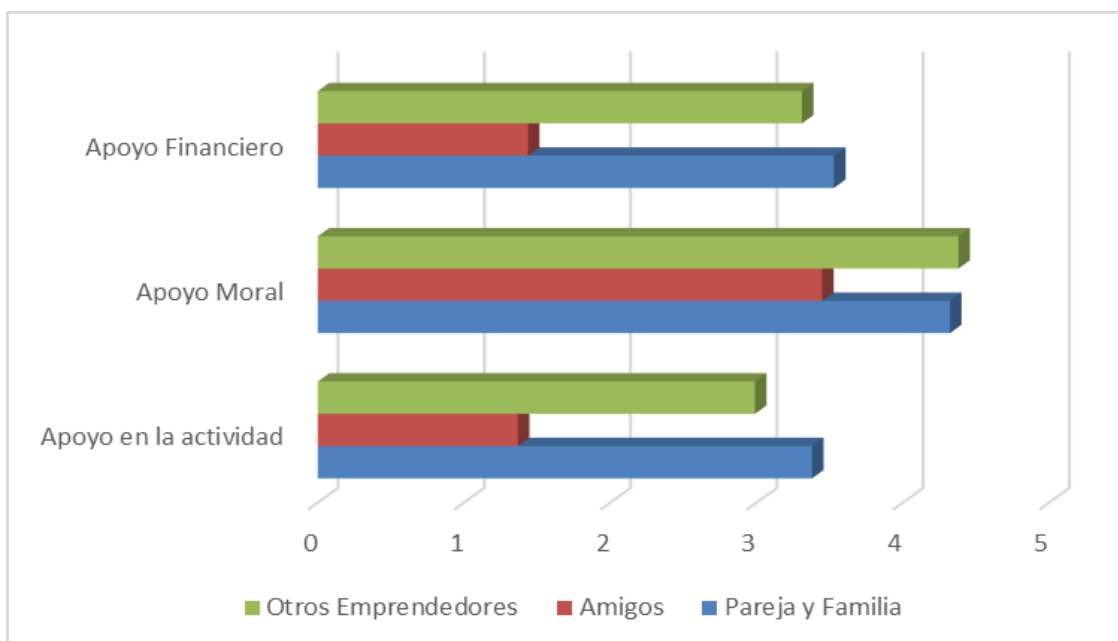


Figura 11. Apoyo Social

capear la situación de una forma más o menos dramática en función de los apoyos sociales (Figura 11). En concreto, este informe destaca la importancia de la pareja y familia como principal apoyo financiero, moral y en la actividad del emprendedor. Le sigue el apoyo de otros emprendedores de la industria. Finalmente, los amigos han jugado su papel más importante como apoyo moral.

### RECURSOS INTERNOS

Son muchos los recursos internos con los que cuenta el emprendedor para afrontar esta crisis. De todos ellos, este informe destaca su capacidad para identificar oportunidades, su capital humano, su creatividad y su agilidad de reacción.

El 29% de nuestra población ha sido capaz de identificar oportunidades en el contexto actual. En cuanto al capital humano, se ha preguntado a los emprendedores sobre el nivel más alto de educación alcanzado (Figura 12). Se aprecia que la mayoría de los emprendedores tiene al menos un grado o licenciatura. Además, se

muestra que los hombres están más formados que las mujeres.

En cuanto a la creatividad, destaca la importancia de la capacidad para generar soluciones originales a los problemas y el buscar nuevos métodos, técnicas o instrumentos de trabajo. Es interesante mencionar que mientras las mujeres puntúan más alto que los hombres en su capacidad para proponer ideas sobre cómo llegar a nuevos clientes o mercados y en buscar nuevos métodos, técnicas o instrumentos de trabajo; los hombres adelantan a las mujeres en generación de soluciones originales a los problemas y en la creación de nuevas ideas para problemas difíciles (Figura 13). Finalmente, analizamos la agilidad de reacción preguntando en qué momento de la pandemia el emprendedor comenzó a cambiar sus planes de acción. El 40,6% comenzó a cambiar sus planes a principios de marzo y el 42,7% a finales de marzo. Estos datos muestran que más del 83% de los emprendedores fue bastante ágil en su capacidad de reacción.

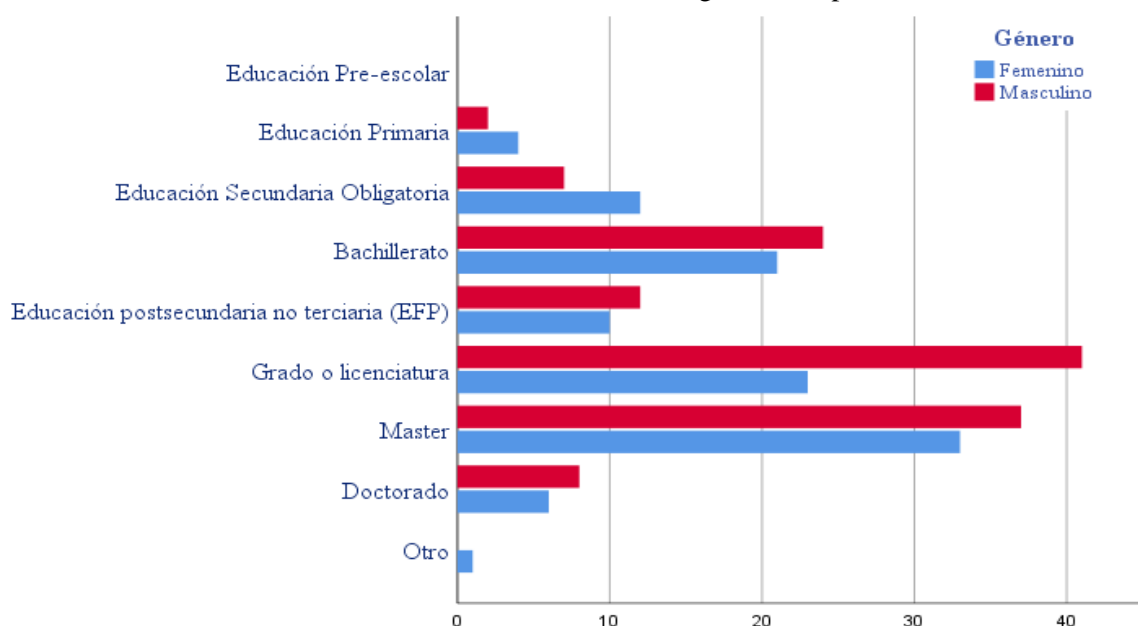


Figura 12. Capital Humano

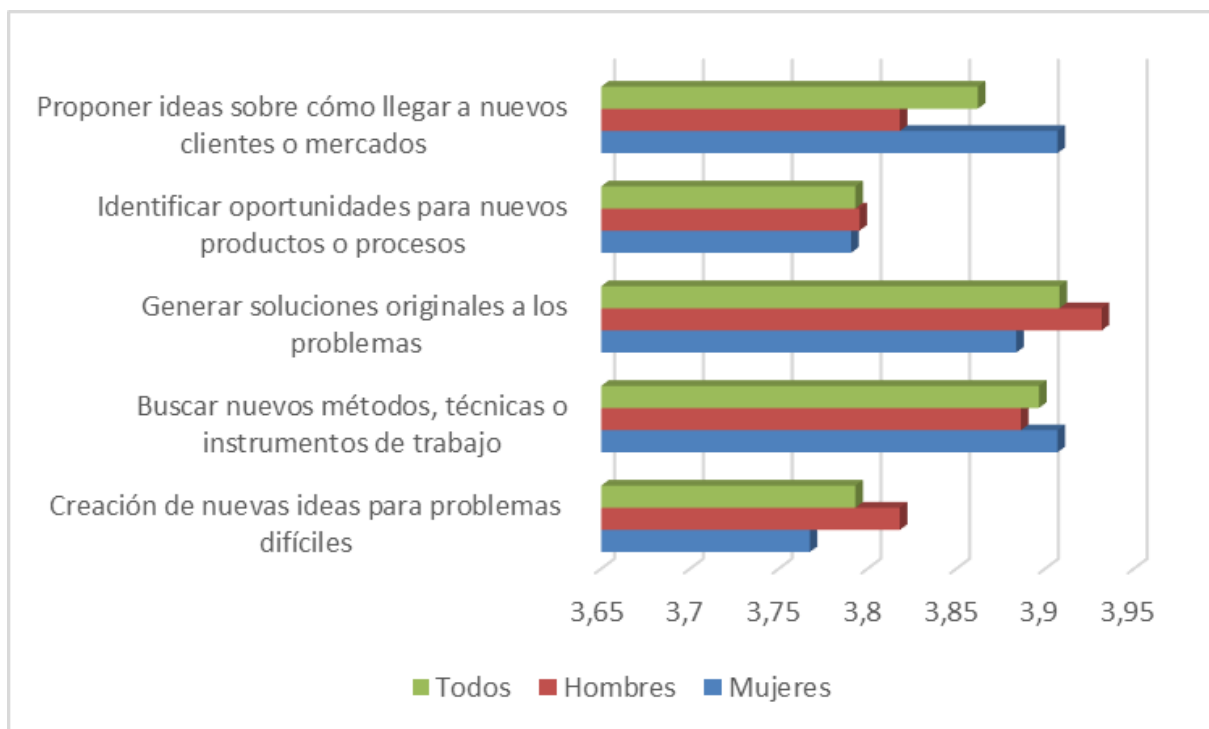


Figura 13. Creatividad Emprendedora

## CONCLUSIONES

El presente informe ha tratado de describir cómo la crisis que estamos viviendo en la actualidad afecta a la actividad comercial, el estrés y el bienestar psicosocial de los emprendedores españoles. Además, ha mostrado los recursos internos y externos con los que cuentan.

Entre sus principales conclusiones destacan:

1. Que la crisis provocada por el COVID-19 ha supuesto una gran amenaza para la actividad comercial y para la percepción de supervivencia de los negocios de los emprendedores analizados. Dicha amenaza es distinta en función de la industria analizada, siendo los servicios a empresas y el comercio al por menor, la gastronomía y el turismo, los sectores más amenazados.
2. Que la satisfacción general y laboral de esta población ha disminuido con la pandemia. Además, las mujeres han visto disminuida su satisfacción con el trabajo en mayor medida que los hombres.
3. Que han aparecido nuevas fuentes de estrés que explican la disminución en el bienestar psicosocial de los emprendedores estudiados. Entre dichas fuentes de estrés destaca la preocupación por la salud presente y futura, la situación financiera general y el contacto social restringido.
4. Que los emprendedores cuentan con recursos externos e internos para paliar las consecuencias de la crisis. Entre los recursos externos destacan las ayudas gubernamentales y el apoyo social (principalmente de la pareja y familia, seguido por el de otros emprendedores).

Entre los recursos internos destaca la capacidad para identificar oportunidades, el capital humano, la creatividad y la agilidad de reacción.

---

*Este informe se ha realizado como parte del proyecto Internacional “Supporting Entrepreneurship during the Covid-19 Pandemic: A Global Study of Entrepreneurs' Resilience and Well-being”* <https://www.kcl.ac.uk/research/supporting-entrepreneurship-covid-19-pandemic-global-study-entrepreneurs-resilience-well-being>.

*La investigación ha sido financiada a través de distintas fuentes de los países participantes. España: “UPO-1258353, Programa Operativo FEDER Andalucía 2014-2020” y “PRX19/00332, Ministerio de Educación Cultura y Deporte. Beca Salvador de Madariaga”. En cuanto a otros países, las principales fuentes de investigación han sido las siguientes: Canada: “Social Sciences and Research Council of Canada (SSHRC)”; Polonia y de Reino Unido: “European Union’s Horizon 2020 research and innovation programme” bajo “Skłodowska-Curie grant agreement No 793117 (Positive Entrepreneurship)”; Francia: “LabEx Entreprenre (Universidad de Montpellier; ANR-10-Labex-11-01, Gobierno francés)”*