FUNDACIÓN ADECCO

14º INFORME MONOPARENTALIDAD Y EMPLEO

La tasa de pobreza y/o exclusión social en las familias monoparentales duplica a la general

La falta de empleo sitúa a las familias monoparentales en grave vulnerabilidad económica: el 76% de las madres en solitario depende de ayuda familiar, institucional o social

- **El 51% de ellas depende principalmente de ayudas o prestaciones públicas; el 19%, del apoyo familiar y el 12%, de entidades sociales. Otro 18% combina varias de estas fuentes.**
- **Un 90% llega a fin de mes con algún grado de dificultad y el 73,5% no podría afrontar un gasto imprevisto de 600 euros sin pedir ayuda ni recurrir al crédito.**
- **La educación de los hijos e hijas y la vivienda son los gastos que más cuesta cubrir, señalados por el 54% y el 44% de las mujeres, respectivamente.**
- **Un empleo estable, con un salario suficiente y compatible con los cuidados reduciría sustancialmente esta dependencia: el 78,1% cree que dejaría de necesitar (por completo o parcialmente) la ayuda familiar, institucional o social.**
- **La necesidad urgente de ingresos puede empujar a las mujeres al frente de una familia monoparental hacia la economía irregular: el 48% aceptaría un empleo sin alta en la Seguridad Social, con tal de trabajar.**
- **El 56% siente que mencionar su condición de madre en solitario reduce sus posibilidades de ser contratada, debido a la persistencia de estereotipos que asocian las responsabilidades familiares con una menor disponibilidad o compromiso profesional.**
- **Las dificultades de conciliación también limitan sus oportunidades laborales: el 73,2% ha tenido que rechazar alguna oferta de empleo o abandonar un proceso de selección porque no podía compatibilizarlo con sus responsabilidades familiares.**
- **Según Begoña Bravo, directora de Adecco: "Las ayudas familiares, institucionales o sociales son una red de protección importante para atender las necesidades más urgentes, pero no proporcionan la autonomía y la seguridad de un empleo. El trabajo es la principal vía para salir de esta dependencia, siempre que sea formal, garantice derechos suficientes y pueda mantenerse en el tiempo sin entrar en conflicto permanente con las responsabilidades de cuidado".**

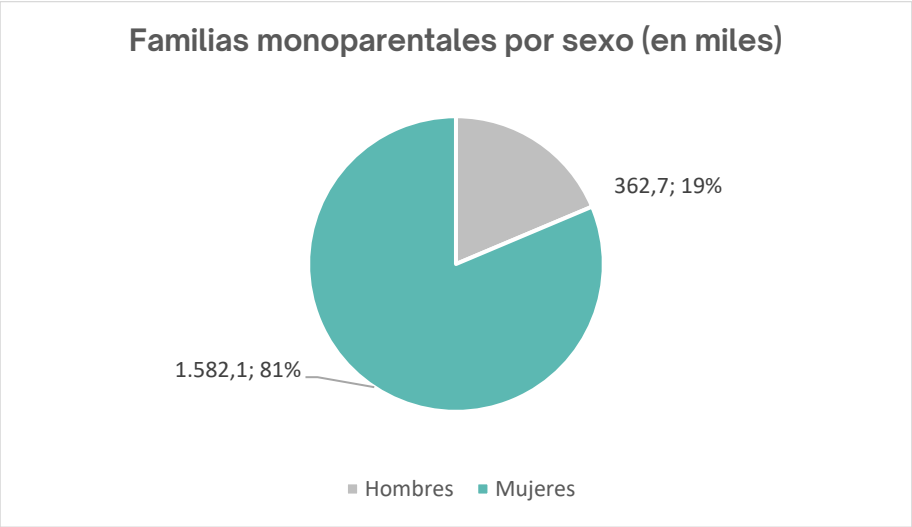
Madrid, 3 de noviembre de 2026.- La Fundación Adecco, a través de su Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo, presenta la **14ª edición del informe Monoparentalidad y Empleo**, centrado en los hogares monoparentales encabezados por mujeres. El análisis tiene como objetivo identificar las barreras que encuentran las madres en solitario para acceder a un empleo y mantenerlo, cuando el trabajo constituye, precisamente, su principal vía para alcanzar la autonomía económica y garantizar un futuro con más oportunidades para sus hijos e hijas.

Las conclusiones de este análisis se basan en una encuesta a **210 mujeres con responsabilidades familiares no compartidas en situación de desempleo**. Sus testimonios muestran cómo la insuficiencia de ingresos, la falta de apoyos para los cuidados y los obstáculos para acceder al mercado laboral se refuerzan entre sí y prolongan las situaciones de dependencia económica.

La difusión de la encuesta y la participación en la muestra han contado con la colaboración de las siguientes entidades: **Acción contra el Hambre, AESCO (América, España, Solidaridad y Cooperación), Associació Andiara, Asociación Arrabal-AID, Asociación Avanti Andalucía Siglo XXI, Asociación San Ricardo Pampuri, ATENDE, Ayuntamiento de la Villa de Moya, Cáritas, CEAR (ayuda a personas refugiadas en España), CIAM Triana-Los Remedios, ENTREM, FAMOCOVA (Familias monoparentales de la Comunidad Valenciana), Fundación AMASOL, Fundación "la Caixa", Fundación Esplai Ciudadanía Comprometida, Humana (Fundación Pueblo para Pueblo) y Monofamilias.**

Más de ocho de cada diez hogares monoparentales están encabezados por mujeres

La monoparentalidad continúa siendo una realidad mayoritariamente femenina en España. De los **1.944.800 hogares monoparentales contabilizados en el país -el 10,3% del total-, 1.582.100 están encabezados por mujeres, lo que representa el 81,4%.** Los 362.700 restantes tienen a un hombre al frente.



Fuente: Encuesta Continua de Hogares (INE).

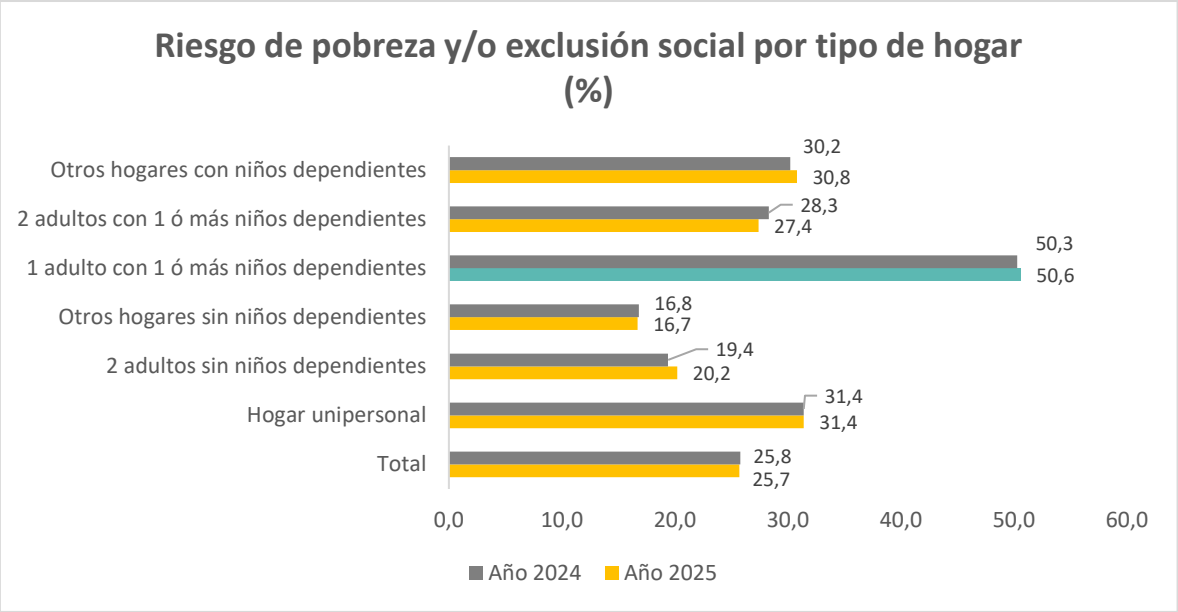
Esta feminización de la monoparentalidad determina el enfoque del presente informe, centrado en las madres en solitario. Su peso demográfico se corresponde, además, con la realidad observada por la Fundación Adecco, ya que constituyen el perfil más frecuente entre las personas que solicitan orientación, acompañamiento y apoyo para acceder al empleo.

La pobreza y/o exclusión social de las familias monoparentales duplica la media

Los últimos datos del indicador AROPE -que mide el riesgo de pobreza o exclusión social a partir de los ingresos, la privación material y social severa y la baja intensidad de empleo en el hogar- muestran una evolución desigual según el tipo de familia, siendo aquellas en situación de monoparentalidad las que lideran el ranking de pobreza y/o exclusión social.

Durante el último año, la tasa AROPE se mantiene prácticamente estable, con un ligero descenso del 25,8% al 25,7%; sin embargo, en los hogares formados por una persona adulta con uno o más menores dependientes ha aumentado del 50,3% al 50,6%.

De este modo, más de la mitad de las familias monoparentales se encuentra en riesgo de pobreza y/o exclusión social, una proporción que prácticamente duplica la media nacional y confirma su especial exposición a la vulnerabilidad económica.



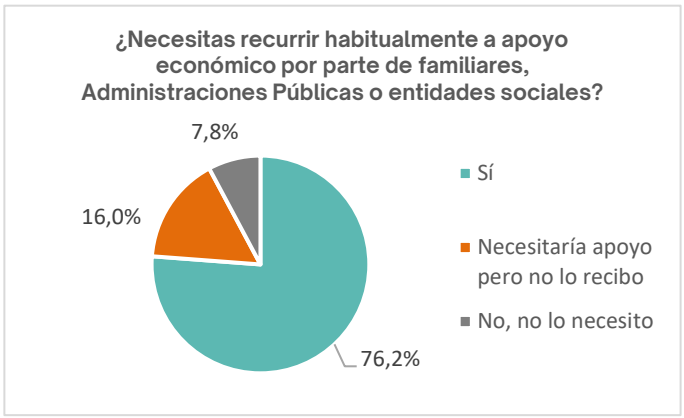
Fuente: Encuesta de Condiciones de Vida (INE)

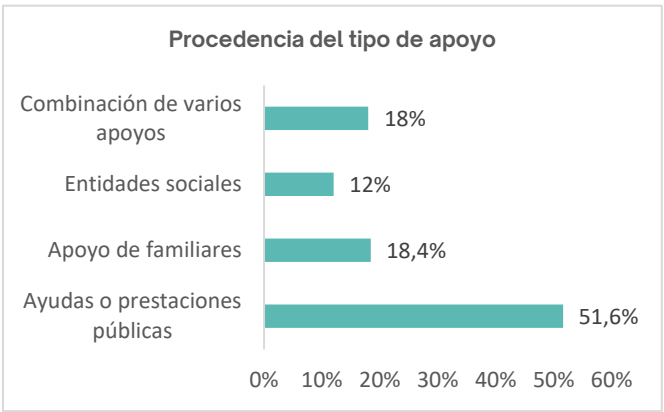
El 76% de las madres en solitario en situación de desempleo recurre a apoyos familiares, institucionales o sociales para cubrir necesidades básicas

La ausencia de un empleo estable y con ingresos suficientes impide que muchas madres en solitario puedan sostener su hogar de forma autónoma. En este contexto, la ayuda de familiares, Administraciones públicas y entidades sociales se convierte en un recurso esencial para garantizar las necesidades básicas de la familia.

Esta dependencia afecta al **76,2% de las madres en solitario en situación de desempleo, que recibe de forma habitual algún tipo de apoyo económico o material.** Dentro de este grupo, el 51% depende principalmente de ayudas o prestaciones públicas; el 19%, del apoyo familiar y el 12%, de entidades sociales. Otro 18% combina varias de estas fuentes para poder afrontar los gastos cotidianos.

Especialmente preocupante es la situación de un **16% que necesita estos apoyos, pero no los recibe**. Son hogares que sufren una doble desprotección: no disponen de ingresos suficientes para cubrir sus necesidades y tampoco cuentan con respaldo familiar, institucional o social al que recurrir. En estas circunstancias, cualquier contratiempo puede obligarles a dejar sin cubrir gastos esenciales como la alimentación, los suministros o la vivienda o afrontar en completa soledad situaciones de emergencia. Son las familias más expuestas a caer en escenarios de pobreza y exclusión social.

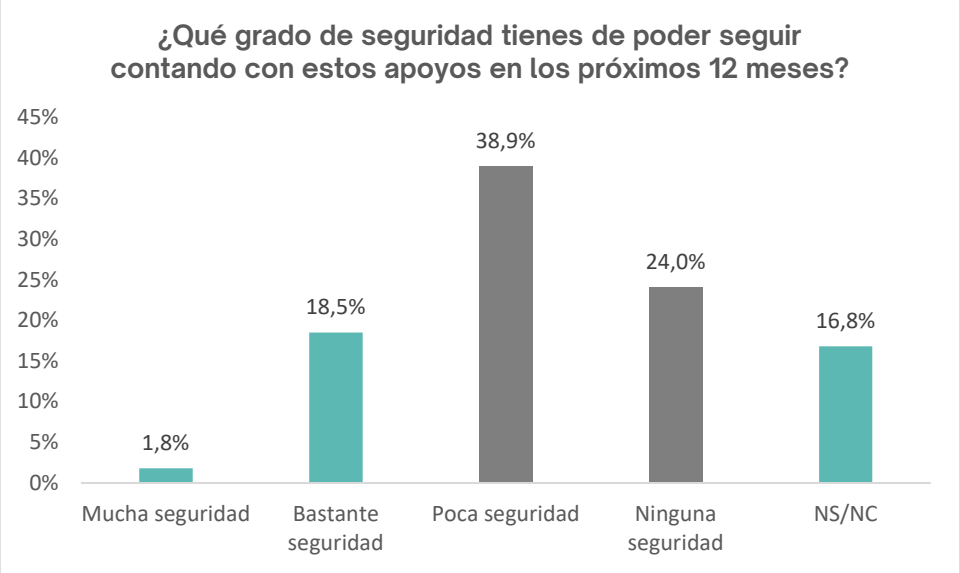




Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

La gravedad de quedar fuera de estas redes pone de manifiesto el papel que desempeñan mientras las familias no disponen de ingresos suficientes, aunque en ningún caso deberían convertirse en una solución permanente. Los apoyos familiares, públicos y sociales permiten afrontar gastos urgentes como la alimentación, la vivienda y los suministros, la educación de los hijos e hijas, los medicamentos, el transporte o los servicios de cuidado. **Su función debería ser temporal: proteger a las familias durante los momentos de mayor dificultad mientras se generan las condiciones necesarias para que recuperen su autonomía económica, evitando que la dependencia de estos recursos se prolongue en el tiempo.** Sin embargo, en muchos hogares **han dejado de funcionar como una ayuda complementaria y se han convertido, por necesidad, en un recurso para sostener la vida cotidiana.**

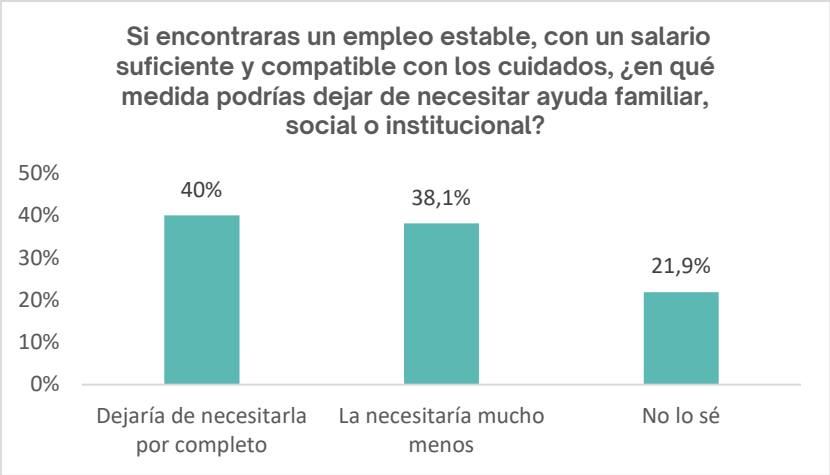
A esta dependencia se suma la incertidumbre sobre la continuidad de los apoyos: el **62,9% tiene poca o ninguna seguridad de poder seguir contando con ellos durante los próximos doce meses**. Esta falta de previsibilidad limita la capacidad de las familias para planificar a medio plazo, afrontar imprevistos, garantizar un entorno estable a sus hijos e hijas y tomar decisiones con autonomía.



Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

El empleo, solución estructural frente a la dependencia

Frente a esta situación, el empleo se postula como la herramienta más eficaz para reducir la dependencia y recuperar la capacidad de que los hogares monoparentales puedan sostenerse con recursos propios. En efecto, el **78,1% de las madres en solitario considera que, si accediera a un empleo estable, con un salario suficiente y compatible con sus responsabilidades de cuidado, dejaría de necesitar total o parcialmente la ayuda familiar o institucional.**

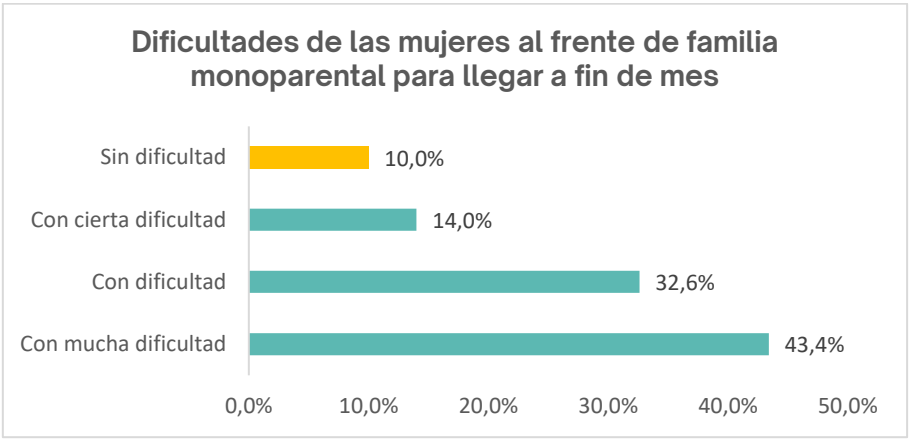


Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

Según **Begoña Bravo, directora de Inclusión de la Fundación Adecco**: "Cada día acompañamos a mujeres que realizan grandes esfuerzos para sostener solas a sus familias. Las ayudas familiares, institucionales o sociales les permiten pagar una factura o atender una necesidad urgente de sus hijos e hijas, pero no siempre están garantizadas ni tienen continuidad. Vivir pendientes de si podrán seguir contando con ese apoyo el mes siguiente limita su capacidad para planificar y tomar decisiones sobre su futuro. Por eso es fundamental impulsar oportunidades laborales reales. El empleo es la respuesta más certera para superar una dependencia económica que afecta a más de tres cuartas partes de las madres en solitario, pero no sirve cualquier empleo: debe ser formal, garantizar derechos e ingresos suficientes, mantenerse en el tiempo y ser compatible con las responsabilidades de cuidado".

La educación y la vivienda, los gastos que más cuesta cubrir

La vulnerabilidad económica de las mujeres al frente de hogares monoparentales se refleja directamente en su capacidad para atender los gastos cotidianos. Así, el **90% de las madres en solitario llega a fin de mes con algún grado de dificultad:** el 43% lo hace con mucha dificultad, el 33% con dificultad y el 14% con cierta dificultad.



Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

Las partidas que más tensionan su presupuesto son la **educación de los hijos e hijas (54%), la vivienda (44%), la alimentación (42,5%) y la ropa y el calzado (35,4%)**. Se trata de gastos esenciales y difícilmente aplazables que, ante la falta de ingresos suficientes, obligan a muchas mujeres a establecer prioridades entre necesidades igualmente básicas.

5 gastos más difíciles de afrontar para las madres en solitario	
Educación de los hijos/as	54%
Vivienda (alquiler, hipoteca, suministros…)	44%
Alimentación	42,5%
Ropa y calzado	35,4%
Ocio y actividades familiares	34,6%

Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

Educación: un gasto esencial para garantizar la igualdad de oportunidades

Los gastos educativos van mucho más allá de la adquisición de libros y material escolar. Incluyen el comedor, el transporte, los dispositivos electrónicos y la conectividad, las actividades de refuerzo y extraescolares, así como las salidas y los proyectos que forman parte del proceso formativo.

Cuando estos desembolsos se reducen, posponen o suprimen, pueden verse afectadas la participación escolar y la igualdad de oportunidades de los niños y niñas. La educación, principal herramienta para favorecer la movilidad social, corre así el riesgo de convertirse en una nueva fuente de desigualdad y de reforzar la transmisión intergeneracional de la pobreza.

Vivienda: la inseguridad residencial amenaza la estabilidad familiar

El acceso a una vivienda asequible y su mantenimiento en condiciones adecuadas constituye uno de los principales problemas sociales en España. El encarecimiento del alquiler y de los suministros, unido a la falta de margen económico de muchos hogares, incrementa el riesgo de impagos, endeudamiento, cortes de servicios básicos y, en los casos más graves, pérdida de la vivienda o traslados forzados a soluciones habitacionales más precarias.

La **Encuesta de Condiciones de Vida de 2025 refleja esta presión: el 7,6% de la población adulta buscó activamente una vivienda sin conseguir cambiar de residencia y, entre estas personas, el 67,2% señala el precio excesivo como el principal obstáculo.**

El problema no se limita, además, al acceso inicial a una vivienda, sino que se extiende a la capacidad de conservarla en el tiempo. De ahí el concepto de inseguridad residencial, que alude a situaciones en las que, aun disponiendo de alojamiento, no está garantizada su continuidad.

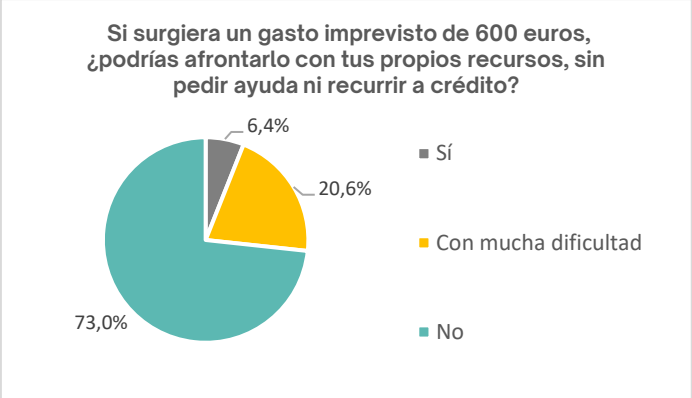
El impacto es especialmente intenso en los hogares monoparentales, donde todos los gastos recaen sobre una única persona adulta. Según un análisis de la Plataforma de Infancia elaborado a partir de la Encuesta de Condiciones de Vida del INE, **para el 56% de estas familias los gastos de hipoteca o alquiler y los servicios asociados a la vivienda representan una carga pesada. Además, cerca del 24% ha acumulado retrasos en pagos relacionados con la vivienda principal.**

Para una mujer que sostiene sola a su familia y se encuentra en desempleo, cualquier subida del alquiler, recibo extraordinario o pérdida de una ayuda puede comprometer la continuidad del hogar. La vivienda deja así de ser únicamente una partida del presupuesto para convertirse en una preocupación permanente que limita su capacidad de planificar, incrementa la necesidad de recurrir a apoyos externos y amenaza la estabilidad de todo el núcleo familiar.

Según **Begoña Bravo, directora de Inclusión de la Fundación Adecco**: “La vivienda y la educación son pilares esenciales para la seguridad y el futuro de cualquier familia. Cuando una madre debe elegir entre pagar el alquiler, los suministros o los gastos educativos de sus hijos, se ve abocada a una situación de grave vulnerabilidad que puede traspasarse a las nuevas generaciones. Un empleo digno, estable y compatible con los cuidados es fundamental para poder cubrir estas necesidades y garantizar oportunidades a sus hijos e hijas”

La mayoría no podría afrontar un gasto imprevisto de 600 euros

La escasa capacidad de ahorro deja a las familias monoparentales prácticamente sin margen para responder ante cualquier incidencia. **Esta fragilidad económica se hace especialmente visible ante situaciones tan cotidianas como una avería doméstica, una factura inesperada o una necesidad médica:** el **73% de las madres en solitario en situación de desempleo no podría afrontar un gasto imprevisto de 600 euros con sus propios recursos**, sin pedir ayuda ni recurrir al crédito. En otras palabras, menos de **tres de cada diez dispondrían de capacidad económica para asumirlo de manera autónoma.**



Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

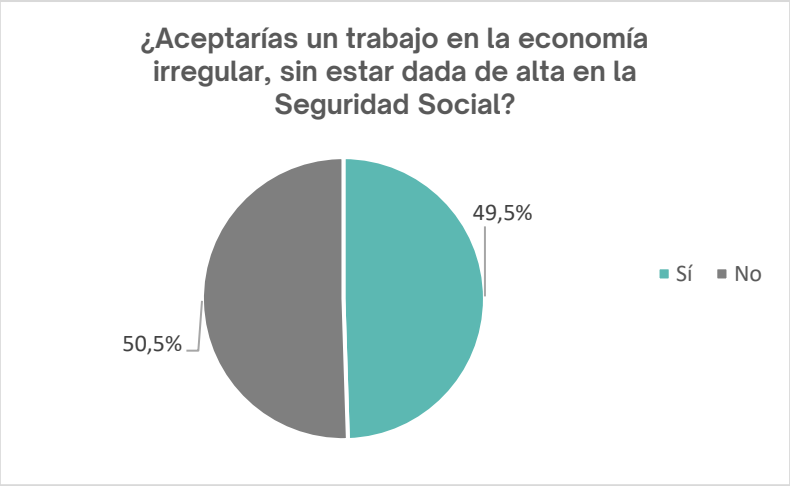
Además, un 20,6% manifiesta que sí podría afrontarlo, pero con mucha dificultad. En otras palabras, **solo un 6,4% de las mujeres al frente de una familia monoparental, en situación de desempleo, tendría plena capacidad para afrontar un gasto imprevisto de 600 euros.**

"La reparación de un electrodoméstico, un tratamiento médico, una avería doméstica o un gasto educativo extraordinario pueden alterar por completo el equilibrio de una economía familiar ya de por sí muy ajustada. Ante estas situaciones, las mujeres pueden verse obligadas a solicitar apoyo familiar o social, aplazar otros pagos esenciales o recurrir al endeudamiento. Esta falta de colchón económic convierte cualquier contratiempo en un factor de desestabilización para todo el hogar, limitando la capacidad de anticiparse y ofrecer seguridad a los hijos e hijas", explica **Cristina Leirós, responsable del programa Mujer de la Fundación Adecco.**

La urgencia económica aumenta el riesgo de empleo irregular

La necesidad inmediata de obtener ingresos puede llevar a las mujeres con responsabilidades familiares no compartidas a aceptar empleos sin derechos ni protección social. El **49,5% de las madres en solitario desempleadas aceptaría un trabajo sin alta en la Seguridad Social con tal de trabajar**, un dato que refleja la falta de alternativas y el estrecho margen de decisión al que se enfrentan.

Según **Cristina Leirós**: "Un empleo informal puede resolver una necesidad económica inmediata, pero no constituye una salida real de la pobreza y/o exclusión social. Trabajar sin alta en la Seguridad Social significa no cotizar y quedar desprotegida ante una enfermedad, accidente o pérdida del trabajo. Por eso es fundamental que las mujeres accedan a oportunidades laborales formales que les permitan obtener ingresos sin renunciar a sus derechos ni comprometer su seguridad futura".

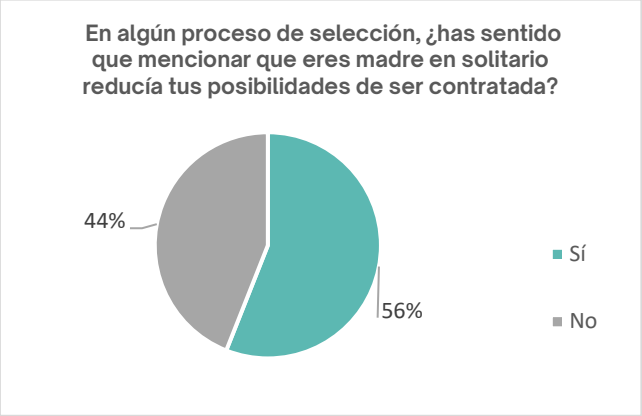


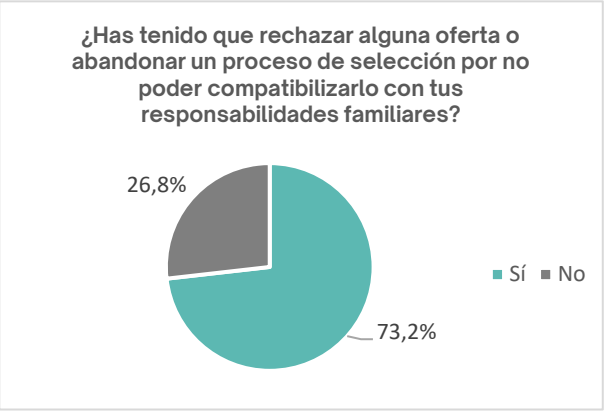
Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

Los retos de la maternidad en solitario para acceder al empleo

Las madres en solitario no solo afrontan dificultades para encontrar oportunidades laborales, sino también estereotipos que cuestionan de antemano su disponibilidad y compromiso profesional. En este sentido, el **56% siente que mencionar su situación familiar durante un proceso de selección reduce sus posibilidades de ser contratada, al persistir la idea de que las responsabilidades de cuidado pueden interferir en su desempeño laboral.**

A esta percepción se añade una barrera: la dificultad para compatibilizar el empleo con unos cuidados que recaen exclusivamente sobre ellas. **El 73,2% ha tenido que rechazar alguna oferta de trabajo o abandonar un proceso de selección porque las condiciones planteadas -como los horarios, la jornada o la falta de flexibilidad- resultaban incompatibles con sus responsabilidades familiares.**





Fuente: 14º Informe Monoparentalidad y Empleo (Observatorio de la Vulnerabilidad y el Empleo Fundación Adecco)

Según **Cristina Leirós:** "En muchas ocasiones, la oportunidad laboral existe y la mujer cuenta con las competencias necesarias, pero no puede incorporarse porque las condiciones del empleo resultan incompatibles con el cuidado de sus hijos e hijas. Para que estas oportunidades se materialicen necesitamos procesos de selección que valoren a cada mujer por su capacidad profesional y fórmulas de organización y flexibilidad. Conciliar no significa reducir el compromiso ni el rendimiento: cuando las medidas están bien diseñadas, permiten compatibilizar las necesidades personales con los objetivos de la organización, sin ir en detrimento de la productividad".

Sobre el Observatorio de Vulnerabilidad de la Fundación Adecco

El Observatorio de la Vulnerabilidad es el centro de investigación, análisis y divulgación de la Fundación Adecco. Su finalidad es sensibilizar e inspirar acciones que favorezcan la inclusión laboral de las personas más vulnerables del mercado laboral: con discapacidad, mayores de 55 años, personas desempleadas de larga duración, familias monoparentales, mujeres víctimas de la violencia de género y otras personas en riesgo de exclusión.

El Observatorio de la Vulnerabilidad de la Fundación es una plataforma independiente de cualquier signo político y nace con la vocación de convertirse en un espacio de referencia para todos los agentes sociales -empresas, Administración Pública, tejido asociativo, ámbito académico, medios de comunicación y sociedad en su conjunto-, siempre alineado con la misión social de la Fundación Adecco: el #EmpleoParaTodas las personas.



Más información:

Comunicación Fundación Adecco

Irene Gil/Elena Arranz
irene.gil@fundacionadecco.es /elena.arranz@fundacionadecco.es

Telf. 672 00 10 61