

## *1 de mayo: trabajar para subsistir, no para progresar*

*\*Valle Irina*



El 1 de mayo en Argentina se celebra el Día de la Constitución Nacional y el Día del Trabajador, cuyo salario promedio hoy en día ya no es un motor de ascenso social: es un mecanismo de subsistencia. Este análisis aborda el fenómeno de los *working poor* y la normalización de la crisis en torno a la calidad de vida.

### *Working poor*

El concepto de los *working poor* se consolidó como uno de los conceptos centrales del siglo XXI: tener empleo ya no es un seguro contra la pobreza. Los ingresos no alcanzan para superar el umbral básico debido a salarios bajos y precariedad laboral en un contexto con un alto costo de vida.

No se trata de trabajar poco, sino que el valor del trabajo perdió frente al costo de los bienes esenciales

### *La jornada laboral*

Según datos del INDEC publicados a fines de marzo de 2026, con datos correspondientes al cierre del 2025, el 29% de los trabajadores está sobreocupado; es decir, trabaja más de 45 horas semanales. A su vez, se presentan cifras récord de pluriempleo: aproximadamente 2,4 millones de personas (el 12,4% de la población ocupada) tienen más de un empleo.

### *Los ingresos*

El salario del empleo principal no alcanza para cubrir el costo de vida: el 72% de los trabajadores gana un millón de pesos o menos, mientras que la canasta básica total para una familia está sobre los \$1,4 millones. Esto significa que casi 1 de cada 5 personas que trabajan 8 horas diarias no logran cubrir sus necesidades básicas; es decir, los elementos mínimos que una persona necesita para sobrevivir y desarrollarse dignamente: alimentación, salud, vivienda, educación y transporte.

**Las necesidades básicas no son un lujo:** forman parte de los principios establecidos en la Constitución de 1853 y su reforma de 1957, que asociaban el trabajo con el progreso económico y social. El hecho de que trabajar 40 horas semanales no alcance para cumplir los elementos mínimos es precisamente lo que hay que replantear como sociedad.



### ***La calidad de vida***

El concepto de calidad de vida hoy en día tiene cierta connotación negativa: quienes no tienen dos trabajos “no se están esforzando lo suficiente”, pedir tiempo para descansar, la familia o el ocio se confunde con la falta de ambición o algo de “vagos”, cuando en realidad es un derecho constitucional básico, no un 'lujo'.

Se normalizó tanto la crisis que, cuando alguien exige salud mental, ocio o un entorno sano, se interpreta como una falta de “realismo” bajo un “agradecé que tenés trabajo”: **¿A qué costo? La calidad de vida es el nexo entre la supervivencia y el bienestar; se mide a través del tiempo, la salud y la estabilidad**

### ***Reflexión final - opinión.***

¿De qué tiempo estamos hablando si los usuarios de transporte público pasan más de 2 horas diarias solo en transporte público? ¿De qué salud estamos hablando si los trabajadores se alimentan de harinas y ultra procesados porque no pueden adquirir proteínas ni verduras frescas?.

Cuando el tiempo de traslado es tan alto y el sueldo no cubre necesidades básicas, el sistema se convierte en una estructura de mera subsistencia donde el tiempo de vida se consume en el trayecto.

**La única estabilidad que mantenemos es el pensamiento incertidumbre.**



### *Referencias bibliográficas:*

- Constitución de la Nación Argentina [Const]. Art. 14 bis. 22 de agosto de 1994 (Argentina).
- INDEC. (2022). Encuesta Nacional de Uso del Tiempo 2021: Resultados definitivos. Instituto Nacional de Estadística y Censos. [https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/sociedad/enut\\_2021\\_resultados\\_definitivos.pdf](https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/sociedad/enut_2021_resultados_definitivos.pdf)
- INDEC. (2026a, 31 de marzo). Incidencia de la pobreza y la indigencia en 31 aglomerados urbanos: Segundo semestre de 2025. Informes técnicos, Vol. 10, N° 55. [https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/eph\\_pobreza\\_03\\_269225CA3217.pdf](https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/eph_pobreza_03_269225CA3217.pdf)
- INDEC. (2026b, marzo). Mercado de trabajo: Tasas e indicadores socioeconómicos (EPH). Cuarto trimestre de 2025. Informes técnicos, Vol. 10. [https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/mercado\\_trabajo\\_eph\\_4trim25AF451E16DE.pdf](https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/mercado_trabajo_eph_4trim25AF451E16DE.pdf)
- INDEC. (2026c, 14 de abril). Valorización mensual de la canasta básica alimentaria y de la canasta básica total: Marzo de 2026. Informes técnicos, Vol. 10, N° 68. <https://www.indec.gob.ar/indec/web/Institucional-Indec-InformesTecnicos>
- Moovit. (2024). Informe Global de Transporte Público: Datos y estadísticas del uso del transporte en Buenos Aires. Moovit Insights. [https://moovitapp.com/insights/es/Moovit\\_Insights\\_Indice\\_de\\_Transporte\\_Publico-1622](https://moovitapp.com/insights/es/Moovit_Insights_Indice_de_Transporte_Publico-1622)

