



Trabajo
y Seguridad Social

Gobierno de la República

NOTA TECNICA



JUVENTUD Y EMPLEO: DESAFÍOS DE LA INSERCIÓN LABORAL PARA JÓVENES HONDUREÑOS 2019-2024

**OBSERVATORIO DE
MERCADO LABORAL
OML**

JULIO 2025

JUVENTUD Y EMPLEO:

DESAFÍOS DE LA INSERCIÓN LABORAL PARA JÓVENES HONDUREÑOS

1. La problemática:

En Honduras, la población joven definida como personas entre 15 y 29 años enfrenta serias dificultades para acceder al mercado laboral en condiciones dignas, estables y acordes con sus competencias. Este problema no es nuevo ni aislado. Según datos de la Organización de las Naciones Unidas (2025), el desempleo juvenil en América Latina sigue siendo elevado, a pesar de una leve reducción del 14.5 % al 13.8 % entre 2023 y 2024. Los jóvenes encuentran más barreras laborales que los adultos, lo que se refleja en altos niveles de informalidad y bajos salarios. Estas condiciones limitan su desarrollo profesional y reducen sus oportunidades de movilidad social.

Las consecuencias de esta problemática se manifiestan en distintos planos. En el ámbito económico, frena el crecimiento productivo del país y profundiza la desigualdad social. Desde la perspectiva social, incrementa la migración irregular y la expansión de la informalidad. En el plano psicológico, el desempleo prolongado puede generar frustración, pérdida de autoestima y afectaciones en el bienestar emocional y la confianza de esta población.

Esta nota técnica analiza la inserción laboral juvenil en Honduras, identificando sus causas y principales desafíos. De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), entre 2019 y 2024 un promedio de 973,569 jóvenes ha enfrentado dificultades para acceder a un empleo digno y estable.

A pesar de la existencia de iniciativas públicas y privadas como programas de formación técnica, incentivos para la contratación juvenil y estrategias de emprendimiento los resultados han sido limitados. Actualmente, el país carece de una política integral dirigida a la juventud. En muchos casos, las acciones implementadas carecen de continuidad, no logran articularse de manera eficaz entre los sectores educativo, laboral y productivo. Además, la inversión en políticas activas de empleo con enfoque juvenil continúa siendo insuficiente, lo que provoca una brecha entre las oportunidades ofrecidas y las necesidades reales de la población joven.

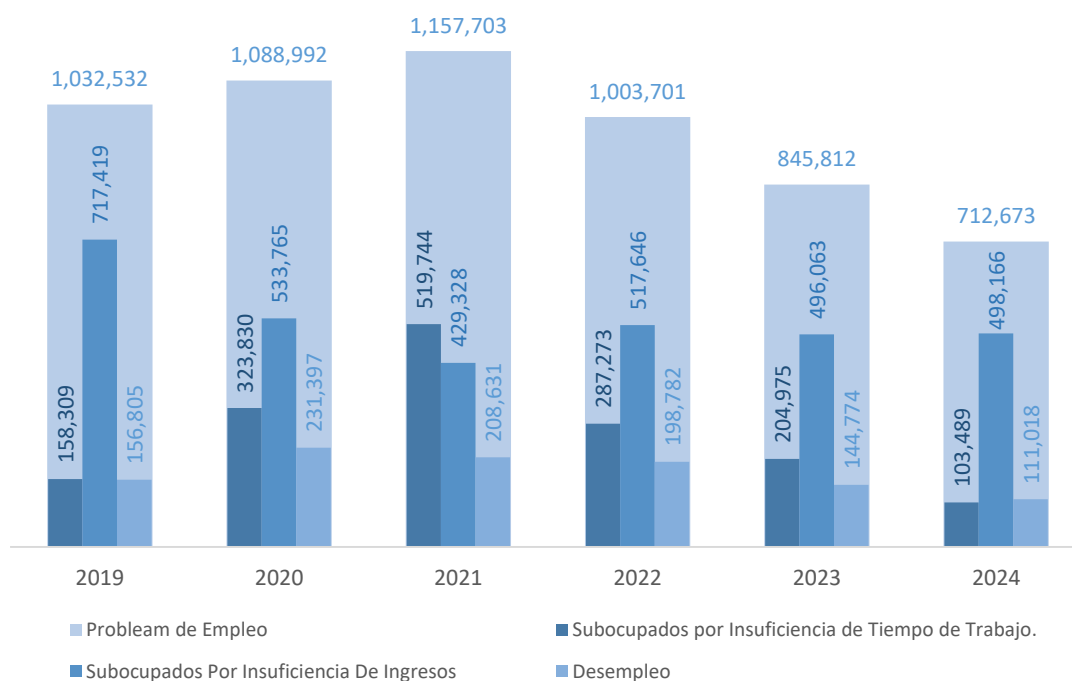
Tal como señala la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2020), la mala calidad del empleo juvenil se refleja en condiciones laborales precarias, escasa protección jurídica y social, así como en la limitada oferta de formación y oportunidades de desarrollo profesional.

2. Evolución del problema para la inserción laboral en Honduras.

La población joven, dentro de los sectores económicamente activos, enfrenta mayores dificultades para incorporarse al mundo laboral, ya sea de forma parcial o total. Las capacidades, habilidades y actitudes desarrolladas durante la etapa escolar pueden representar una oportunidad para aquellos jóvenes que, debido a su situación socioeconómica, no acceden a la educación superior y deben integrarse al mercado de trabajo una vez finalizada la educación secundaria (López Hernández & López Martínez, 2023).

La gráfica presenta la evolución de tres indicadores críticos del mercado laboral juvenil en Honduras entre 2019 y 2024 para personas de 15 a 29 años: subocupación por insuficiencia de tiempo de trabajo, subocupación por insuficiencia de ingresos y desempleo abierto.

Gráfico 1: Evolución del problema de empleo en los jóvenes en Honduras



Fuente: Elaborado por OML, con datos del (INE). LXXXI Encuesta Permanente de Hogares de Propósitos Múltiples, junio 2019 al 2024

Durante el período analizado, la cantidad de jóvenes con problemas de empleo alcanzó su punto máximo en 2021, superando el millón de casos. Esta tendencia refleja un aumento sostenido desde 2019, impulsado por los efectos combinados de la pandemia, las debilidades estructurales del mercado laboral y el avance de la informalidad. En 2024, la informalidad laboral entre jóvenes alcanza el 79.2%, lo que significa que, de cada diez jóvenes, ocho trabajan sin acceso a un empleo formal, con todas las limitaciones y vulnerabilidades que esto implica.

Se observa que el desempleo abierto y la subocupación por insuficiencia de ingresos continúan siendo las categorías más persistentes y de mayor magnitud entre la población joven. No obstante, a partir de 2022 se identifica una tendencia decreciente en los problemas laborales: en 2023 se reportaron 845 mil jóvenes en esta condición, cifra que disminuyó a 712 mil en 2024. Si bien esta reducción podría interpretarse como un indicio de recuperación económica parcial, el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2024) señala que la fuerza laboral juvenil alcanzó los 1,305,103 jóvenes, lo que representa una tasa de participación del 52.9%, con un incremento de 0.6 puntos porcentuales respecto a 2023.

Sin embargo, esta disminución también podría explicarse por factores como el desaliento laboral o los procesos migratorios. Tal como advierte el PNUD (2013), la falta de oportunidades y las precarias condiciones laborales llevan a muchos jóvenes a abandonar el país en busca de mejores opciones, con la expectativa de generar ingresos y enviar remesas a sus familias.

Adicionalmente, estudios recientes identifican otras razones por las cuales los jóvenes optan por no integrarse al mercado laboral. Janiak y Ramírez (2025) en investigaciones cualitativas, señalan que la decisión de abandonar o evitar el empleo está influenciada por factores como entornos laborales tóxicos, el impacto emocional de la pandemia, el agotamiento crónico, la falta de equilibrio entre la vida personal y el trabajo, y la percepción de una compensación económica inadecuada.

En resumen, muestra que la inserción laboral juvenil en Honduras enfrenta serias dificultades, no tanto por el desempleo abierto, sino por la mala calidad del empleo.

Muchos jóvenes acceden al mercado laboral en condiciones de subempleo, especialmente por ingresos insuficientes, lo que afecta su bienestar y limita su desarrollo profesional.

Además, el alto nivel de subempleo refleja que muchas personas, aunque tengan un trabajo, no cuentan con condiciones laborales dignas. Esta situación contribuye al crecimiento de la informalidad, impulsa la migración y aumenta la vulnerabilidad económica. Como resultado, para muchos, encontrar un empleo se convierte más en una necesidad de sobrevivir que en una oportunidad real de crecimiento y desarrollo profesional

3. Desigualdades de Género en la Transición de la Adolescencia a la Vida Laboral

La población joven representa un grupo estratégico para el desempeño del mercado laboral, tanto en el presente como en el futuro. No obstante, al desagregar los datos por género, se evidencia que las mujeres jóvenes enfrentan desventajas estructurales más marcadas. Como señalan Florez Vaquiro e Hincapié-Aldana (2025), “Las mujeres jóvenes enfrentan una desventaja adicional, ya que deben combinar las responsabilidades del trabajo remunerado con las tareas de cuidado”. Esta situación limita sus oportunidades de inserción en empleos de calidad y las expone a condiciones laborales más precarias.

Gráfico 2: Evolución del problema de empleo en hombres

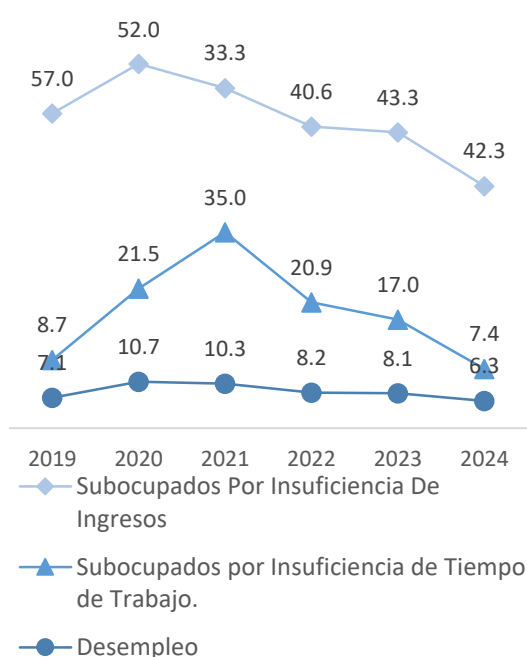
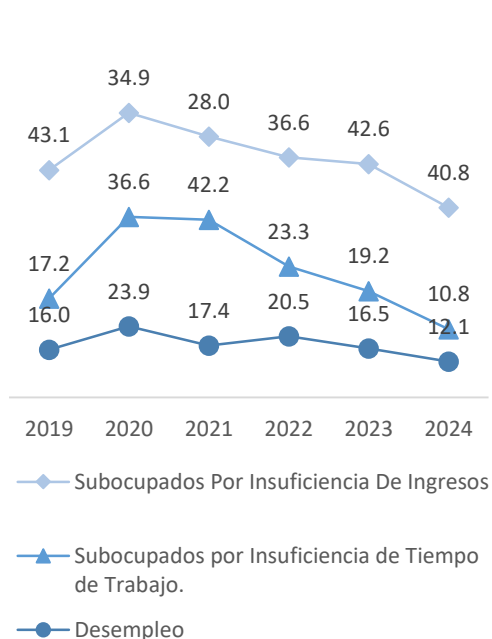


Gráfico 3: evolución del problema de empleo en mujeres



Fuente: Elaborado por OML, con datos del (INE). LXXXI Encuesta Permanente de Hogares de Propósitos Múltiples, junio 2019 al 2024

Como se demuestran en los gráficos N°2 y N°3, durante el período 2019–2024, los datos muestran con claridad que las mujeres han enfrentado mayores obstáculos para acceder a un empleo digno en comparación con los hombres. Las tasas de desempleo femenino han sido constantemente más altas, y en los momentos más críticos, como en 2020, casi duplicaron las de los hombres. Esta brecha evidencia que, para muchas mujeres, ingresar al mercado laboral no solo es más difícil, sino que también implica enfrentar condiciones más precarias.

Estas brechas están estrechamente vinculadas a factores estructurales del mercado laboral que afectan con mayor intensidad a las mujeres jóvenes. En América Latina, la juventud en general enfrenta obstáculos significativos para ingresar al mercado de trabajo, reflejados en elevadas tasas de desempleo e informalidad (Da Silva Bichara, Robayo & Delgado, 2022).

Además del desempleo, muchas mujeres trabajan menos horas de las que necesitan o en empleos que no les permiten generar ingresos suficientes. El subempleo por insuficiencia de tiempo y de ingresos es más común entre ellas, lo que sugiere que su inserción laboral está limitada por múltiples factores: desde la falta de oportunidades formales hasta las responsabilidades domésticas que suelen recaer desproporcionadamente sobre ellas. A pesar de que en los últimos años ha habido una leve mejora, las desigualdades persisten.

4. Desempleo juvenil por grupos de edad: tendencias y desafíos estructurales (2019–2024)

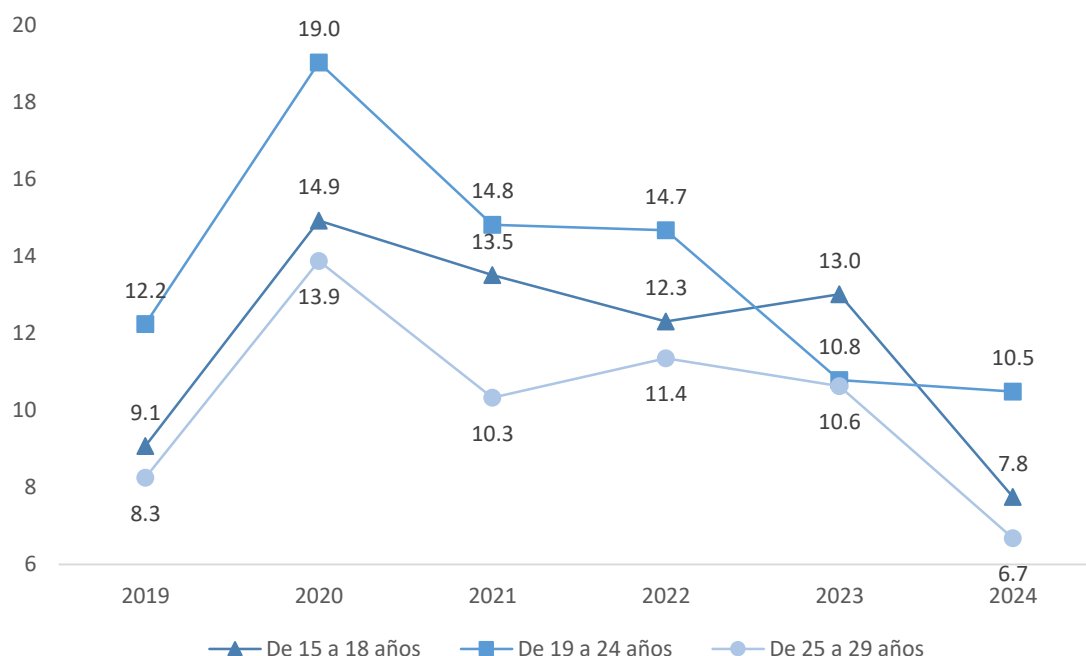
Entre 2019 y 2024, la evolución del desempleo juvenil muestra una clara vulnerabilidad de los jóvenes frente a las fluctuaciones del mercado laboral, con un impacto particularmente fuerte durante la crisis sanitaria de 2020. Aunque en los años posteriores se evidencia una recuperación progresiva en todos los grupos etarios, el desempleo continúa siendo un desafío persistente para la juventud. En este período, la tasa promedio de desempleo fue de 4.3% para los jóvenes y de 3.3% para los adultos, lo que confirma que, en promedio, la población joven enfrenta un mayor riesgo de quedar fuera del mercado laboral.

El gráfico N°4, muestra la evolución del desempleo juvenil entre 2019 y 2024, destacando un fuerte incremento en 2020 como resultado del impacto de la pandemia, especialmente

en el grupo de 19 a 24 años, que alcanzó una tasa del 19 %. Aunque los tres grupos etarios (15–18, 19–24 y 25–29 años) evidencian una recuperación progresiva a partir de 2021, el grupo de 19 a 24 años continúa registrando las tasas más altas en 2024, lo que indica mayores dificultades para su inserción laboral. En contraste, los jóvenes de 25 a 29 años muestran una recuperación más estable, con la tasa más baja del periodo (6.7 %), reflejando una mejor posición para acceder al empleo formal.

La causa principal como explica Guillén Moreno, Blandón López, López Tórrez y Gómez García (2021), “La falta de experiencia laboral es identificada por la mayoría de los jóvenes desempleados como el principal obstáculo para acceder a un empleo

Gráfico 4: Evolución del desempleo juvenil por grupo etario



Fuente: Elaborado por OML, con datos del (INE). LXXXI Encuesta Permanente de Hogares de Propósitos Múltiples, junio 2019 al 2024

5. Barreras de la inserción laboral juvenil en Honduras (2019–2024)

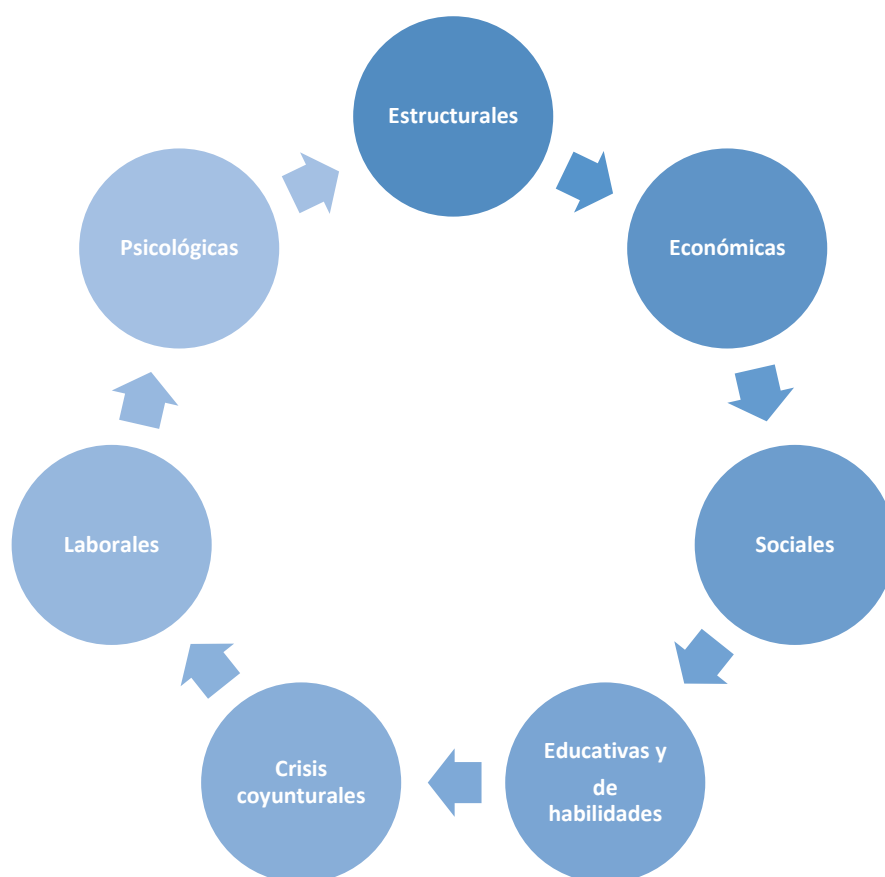
El mercado laboral presenta debilidades estructurales marcadas por la alta incidencia de subempleo tanto por ingresos como por tiempo insuficiente y por la persistencia del desempleo, lo que evidencia la limitada generación de empleo de calidad. Esta realidad impacta con mayor fuerza a las mujeres jóvenes, quienes enfrentan desigualdades de género en la distribución del trabajo remunerado y no remunerado, restringiendo sus oportunidades de inserción formal. La crisis provocada por la pandemia de 2020 agudizó

estas problemáticas, provocando una pérdida masiva de empleos y una recuperación lenta y desigual.

También inciden factores como la migración por motivos laborales. Según datos del Observatorio de Desarrollo Social (2019-2024), el 42.5% de las personas migrantes son jóvenes, lo que significa que 4 de cada diez hondureños que migran lo hacen de manera irregular. A esto se suman el desaliento ante la falta de oportunidades y la alta informalidad, que empujan a muchos jóvenes a incorporarse al mercado laboral en condiciones precarias o, directamente, a abandonar el país en busca de mejores perspectivas económicas.

Envase a la información anterior se determinó las causas claves del problema de la inserción laboral en la población joven en Honduras.

Ilustración 1: Principales causa de problema de inserción laboral por categorías en los jóvenes



Fuente: Fuente: Elaborado por el OML.

Tabla 1

Causas clave del problema de inserción laboral juvenil: Análisis 2019–2024

Categoría	Causas específicas	Descripción	Fuente
Estructurales	Alta informalidad laboral (79.2% en 2024)	Ocho de cada diez jóvenes trabajan sin acceso a empleo formal, con baja estabilidad, sin prestaciones y con ingresos inadecuados.	INE, 2024 IHSS, 2024
	Subempleo por ingresos y tiempo insuficiente	Muchos jóvenes tienen trabajos que no les permiten generar ingresos suficientes o no alcanzan las horas que necesitan trabajar.	INE, 2019-2024
	Limitada generación de empleo de calidad	Falta de puestos formales con estabilidad, beneficios y remuneración acorde a las competencias.	OIT, 2020
Económicas	Desigualdad salarial	Los jóvenes perciben salarios más bajos que los adultos, incluso con las mismas competencias.	Panorama Laboral América Latina y el Caribe, 2025
	Escasa inversión en políticas activas de empleo juvenil	Falta de programas sostenidos, focalizados y articulados con los sectores educativo y productivo.	López Hernández & López Martínez, 2023
Sociales	Migración laboral (42.5% de migrantes son jóvenes)	Lo que explica que cuatro de cada diez hondureño son jóvenes. La falta de oportunidades y la precariedad laboral empujan a muchos jóvenes a migrar, a menudo de forma irregular	ODS, SIAMIR, 2019-2024
	Desaliento laboral	Jóvenes que dejan de buscar empleo por falta de oportunidades, lo que reduce su participación en el mercado laboral.	PNUD, 2013
	Responsabilidades domésticas y de cuidado	Especialmente para mujeres jóvenes, limitando su disponibilidad para empleos formales.	Flórez Vaquiro & Hincapié-Aldana, 2025
Educativas y de habilidades	Falta de experiencia laboral	Identificada como el principal obstáculo por la mayoría de los jóvenes desempleados.	Guillén Moreno et al., 2021

	Brecha entre formación académica y demandas del mercado	Las competencias adquiridas en la escuela no siempre responden a las necesidades del sector productivo.	Da Silva Bichara, Robayo & Delgado, 2022
Crisis coyunturales	Impacto de la pandemia COVID-19 (2020)	Pérdida masiva de empleos, incremento del desempleo juvenil y lenta recuperación posterior.	INE, 2019-2024
Laborales	Condiciones laborales precarias	Entornos tóxicos, contratos inestables, falta de seguridad social y poca protección jurídica.	Janiak & Ramírez, 2025
Psicológicas	Frustración y pérdida de autoestima	Efectos del desempleo prolongado que afectan el bienestar emocional y la motivación.	Janiak & Ramírez, 2025

Fuente: Elaborado por el OML.

6. Conclusión

La búsqueda de empleo joven en Honduras enfrenta varias causas interrelacionadas que abarcan factores estructurales, económicos, sociales, educativos, coyunturales, laborales y psicológicos. La alta informalidad laboral, el subempleo, la desigualdad salarial y la limitada generación de empleo de calidad se combinan con una débil inversión en políticas activas de empleo y la continua la precariedad laboral entre los jóvenes. Además, fenómenos como la migración forzada, el desaliento laboral y las responsabilidades domésticas afectan especialmente a las mujeres, reduciendo aún más sus posibilidades de acceder a un empleo formal y estable.

A ello se suman obstáculos vinculados a la falta de experiencia, la desconexión entre la formación académica y las demandas del mercado, y los efectos persistentes de crisis como la pandemia de COVID-19, que incrementaron el desempleo juvenil y ralentizaron la recuperación. Las condiciones laborales precarias y el impacto psicológico del desempleo prolongado generan un círculo vicioso que limita el bienestar, la motivación y las oportunidades de desarrollo de esta población. Abordar esta problemática requiere un enfoque integral que combine políticas sostenidas, articulación intersectorial y medidas específicas para reducir la informalidad, mejorar la calidad del empleo y alinear la educación con las necesidades reales del mercado laboral.

7. Recomendaciones

Para revertir esta situación, es determinante diseñar una estrategia integral que trascienda la creación y priorice el acceso de los jóvenes a oportunidades formales, sostenibles y alineadas con las demandas del mercado. Esto requiere crear políticas activas de empleo con enfoque juvenil, ampliar la inversión en programas de capacitación técnica y digital vinculados a sectores de alto potencial (tecnología, economía verde, industrias, agroindustria) en coordinación con instituciones de formación profesional privado y públicos y establecer incentivos fiscales y regulatorios para que las empresas contraten y retengan talento joven. Además, se debe garantizar un puente efectivo entre el sistema educativo y el mercado laboral mediante alianzas con el sector privado y programas de prácticas remuneradas.

Asimismo, es crucial que las políticas públicas cuenten con continuidad y coordinación interinstitucional, evitando que los esfuerzos queden dispersos o dependan de ciclos políticos. La integración de mecanismos de protección social, acceso a financiamiento para emprendimientos y programas de reinserción para jóvenes emigrantes retornados también son claves para frenar la migración irregular y reducir la vulnerabilidad económica. Solo con un enfoque articulado, sostenido y basado en evidencia será posible transformar el empleo juvenil en un motor de desarrollo para Honduras.

8. Referencias

1. Arriagada, A. (27 de mayo de 2025). ¿Los jóvenes ya no quieren trabajar? Núcleo Milenio sobre la Evolución del Trabajo. Recuperado de <https://www.m-new.org/noticias-/los-jovenes-ya-no-quieren-trabajar-portafolio.co+6as.com+6as.com+6>
2. Canva. (s. f.). JUVENTUD Y EMPLEO: DESAFÍOS DE LA INSERCIÓN LABORAL PARA JÓVENES HONDUREÑOS Recuperado 2025.
3. Da Silva Bichara, J., Robayo, C. C., & Delgado, J. L. (2022). La informalidad y la duración del desempleo de los jóvenes en Latinoamérica. Especial referencia a Ecuador. Revista de Economía Mundial, (60), 125-149. <https://doi.org/10.33776/rem.vi60.5470>
4. FLOREZ-VAQUIRO, Nelson y HINCAPIE-ALDANA, Lia Alejandra. Precariedad laboral y juventudes: los mercados de trabajo en Argentina, Brasil, Colombia y México. Íconos [online]. 2025, n.81, pp.13-32. ISSN 1390-8065. <https://doi.org/10.17141/iconos.81.2025.6233>.
5. Guillén Moreno, C. N., Blandón López, H. O., López Tórrez, K. A., & Gómez García, R. (2021). Situación del desempleo en los jóvenes universitarios de Ciencias Económicas de la UNAN Managua / FAREM Estelí. Revista Multi-Ensayos, 7(2), 30–38. <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v7i2.12155>
6. Instituto Nacional de Estadística (INE). (s. f.). Encuesta Permanente de Hogares de Propósitos Múltiples (EPHPM). Recuperado el 14 de julio de 2025, de <https://ine.gob.hn/encuesta-de-hogares>
7. Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2014). La juventud y el empleo en América Latina: Problemas, iniciativas y desafíos (2.^a ed.). OIT/Cinterfor. https://www.oitcinterfor.org/sites/default/files/file_publicacion/jov_edad.pdf
8. Organización Internacional del Trabajo. (2020). Tendencias mundiales del empleo juvenil 2020: La tecnología y el futuro de los empleos (Resumen ejecutivo, p. 2). Ginebra: OIT. Recuperado de https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@publ/documents/publication/wcms_737662.pdf
9. Organización de las Naciones Unidas. (2025, 7 de febrero). América Latina y el Caribe: los avances en el empleo son insuficientes Noticias ONU. <https://news.un.org/es/story/2025/02/1536461>

10. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2013). Juventud, migración y desarrollo económico en Honduras: Diagnóstico sobre juventud. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/111637782/HONDURAS_Diagnostico_Juventud_Migracion_y_Development_Economico_Honduras_27092013.docx.1_CORRECCION_libre.pdf
11. Ramírez Rosales, G. K. (2023). Competencias profesionales para la inserción laboral de graduados de una Unidad Educativa rural. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(6), 13789-13804. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4367
12. Secretaría de Desarrollo Social [SEDESOL]. (2025). Indicadores ODS – Panel de datos. https://indicadores-ods.sedesol.gob.hn/public/dashboard/fb5b1c67-7ddc-4be7-94f6-ba3295ca8403?tab=19-datos-generales&fecha_inicio=2019-01-01&fecha_final=2024-12-31&camr=&edad_min=30&edad_max=60

Elaborado por:

Javier Morales

Análisis del Mercado Laboral | OML