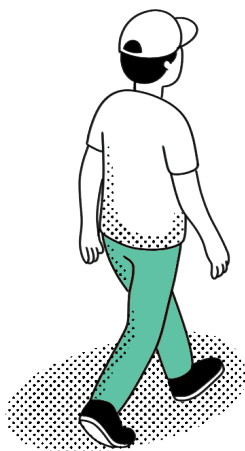




Jóvenes en México 2026



Dirección México Fundación SM:
Cecilia Eugenia Espinosa Bonilla

Autoría:
José Antonio Pérez Islas
Enrique Pérez Reséndiz
Mónica Valdez González

Coordinación de la investigación:
Ariana Pérez Coutado y Cecilia Espinosa Bonilla (Fundación SM)
José Antonio Pérez Islas

Colaboración:
Noelia Álvarez Sánchez
Revisión de datos:
Instituto de Evaluación y Asesoramiento Educativo (IDEA).

Trabajo de campo y análisis cualitativo realizado por: Probabilística

Diseño: Equipo diseño México Fundación SM
Maquetación y gráficos: Laura Escobedo Murata
Corrección de estilo: Laura de la Torre Rodríguez

© de la investigación y el informe México Fundación SM
La marca México Fundación SM, A. C.® es propiedad
de Fundación Santa María.

<http://www.fundacion-sm.org/>
<https://www.observatoriodelajuventud.org/>

Jóvenes en México 2026
Primera edición 2026

Índice

<i>Presentación</i>	4
<i>Principales conclusiones</i>	5
<i>Metodología</i>	23

Presentación

Jóvenes en México 2026 constituye la segunda gran encuesta nacional sobre juventud impulsada por la Fundación SM en México. Da continuidad al estudio publicado en 2019 y consolida una línea de investigación orientada a comprender cómo viven, qué piensan y qué esperan las nuevas generaciones mexicanas. Este informe, elaborado por José Antonio Pérez Islas, Enrique Pérez Reséndiz y Mónica Valdez González, ofrece una radiografía actualizada de las condiciones de vida, los valores, las expectativas, las formas de participación y los principales desafíos de las personas jóvenes de entre 15 y 29 años.

La investigación forma parte del Observatorio de la Juventud en Iberoamérica (OJI), una iniciativa de la Fundación SM que, desde hace más de tres décadas, promueve el conocimiento sobre las juventudes iberoamericanas mediante estudios, publicaciones e investigaciones de referencia. Por medio del Observatorio, la Fundación SM impulsa la generación de evidencia que contribuya a comprender las transformaciones sociales que afectan a la población juvenil y a enriquecer el debate público sobre sus oportunidades y desafíos.

El estudio examina las principales dimensiones que configuran las trayectorias juveniles en el México actual: la familia, la educación, el empleo, las relaciones personales, la desafiación, la cultura digital, la participación social y política, la lectura, el medioambiente y el uso del tiempo y los cuidados. Sus resultados ofrecen una visión amplia de una generación diversa que afronta importantes desafíos, pero que también expresa aspiraciones, capacidades y formas renovadas de participación en la sociedad.

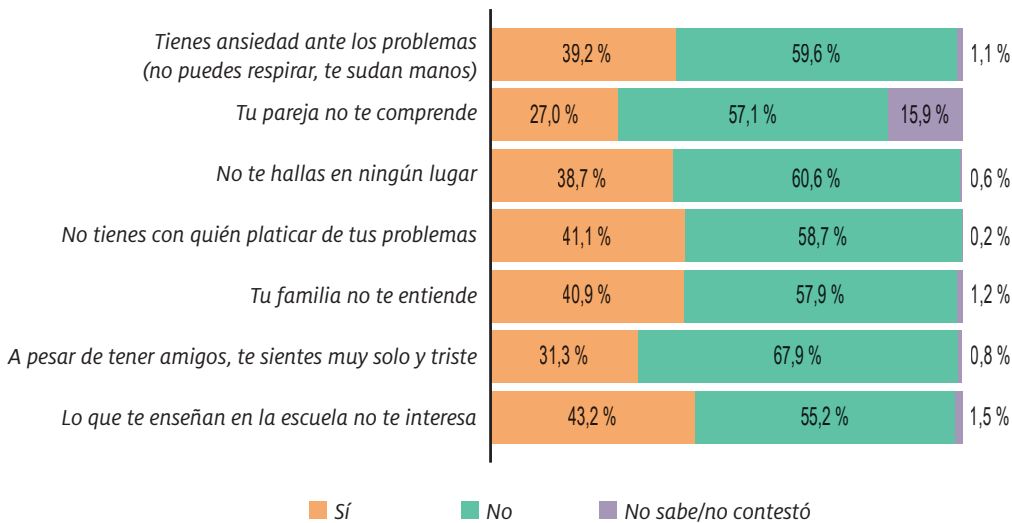
En palabras de la directora de la Fundación SM en México: “creemos que la investigación adquiere su mayor valor cuando se convierte en diálogo y en acción. Por ello, ponemos este estudio al servicio de quienes diseñan políticas públicas, investigan, educan, trabajan desde la sociedad civil, comunican la realidad del país y, por supuesto, lo dedicamos a las propias juventudes. Esperamos que sus hallazgos contribuyan a enriquecer la conversación pública y a impulsar decisiones que amplíen las oportunidades para las nuevas generaciones”.

Principales conclusiones

1.1 Cuatro de cada diez jóvenes sienten que no encuentran su lugar

Uno de los hallazgos más novedosos de *Jóvenes en México 2026* es la identificación de un proceso de **desafiliación juvenil**. El estudio muestra que una parte importante de la juventud experimenta un progresivo distanciamiento de los principales espacios que tradicionalmente proporcionan pertenencia, apoyo y oportunidades de desarrollo —la escuela, el trabajo, la familia o las relaciones afectivas—. Esto dificulta la construcción de proyectos de vida con expectativas de futuro.

Gráfica 1. En ocasiones has sentido que... | N=1,231

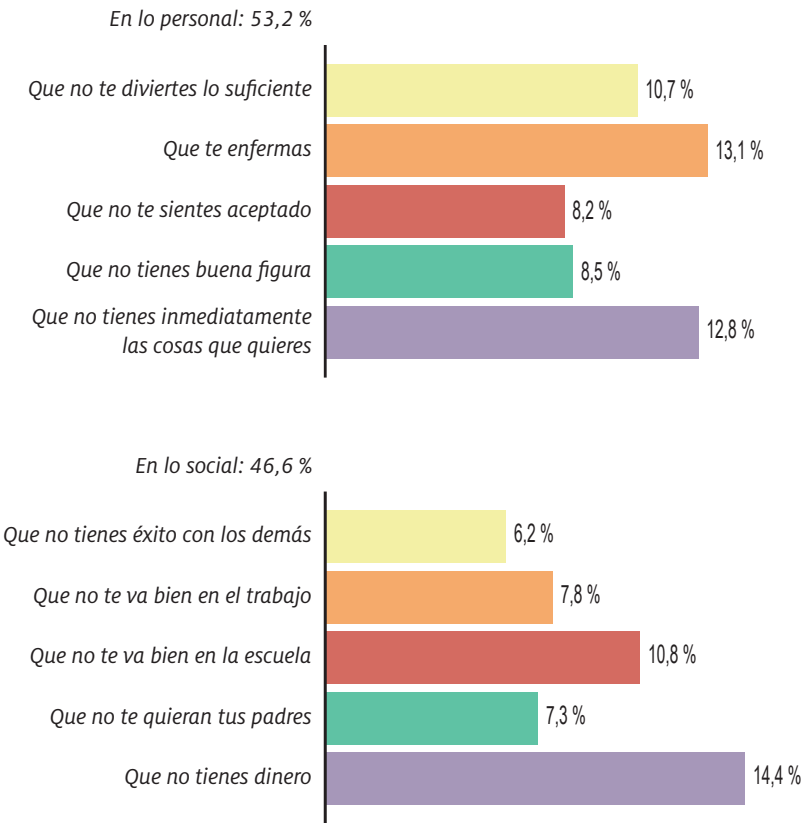


Este alejamiento no es una experiencia minoritaria; 38.7 % de las personas jóvenes afirma que, en ocasiones, siente que “no se halla en ningún lugar”. Esta percepción **aumenta con la edad**, pasando de 35.3 % entre quienes tienen 15 y 17 años a 42.3 % entre los de 25 y 29 años. Además, es más **frecuente entre las mujeres** (42.4 %) que entre los hombres (34.8 %).

Este malestar también se refleja en las situaciones que más frustran a la juventud. En el plano personal, **destacan enfermar** (13.1 %), no poder conseguir de inmediato lo que desean (12.8 %) y no disponer de suficiente tiempo para divertirse

(10.7 %). En el ámbito social, las principales preocupaciones son **no tener dinero** (14.4 %), que no les vaya bien en la escuela (10.8 %) o en el trabajo (7.8 %).

Gráfica 2. Situaciones que les frustran | N=791



El estudio nos invita a entender este fenómeno no como una cuestión exclusivamente emocional, sino como el reflejo de unas instituciones y

unos vínculos que, para una parte de las personas jóvenes, están perdiendo capacidad para ofrecer apoyo, confianza y horizontes de futuro.

1.2 La familia sigue siendo el principal refugio de las personas jóvenes

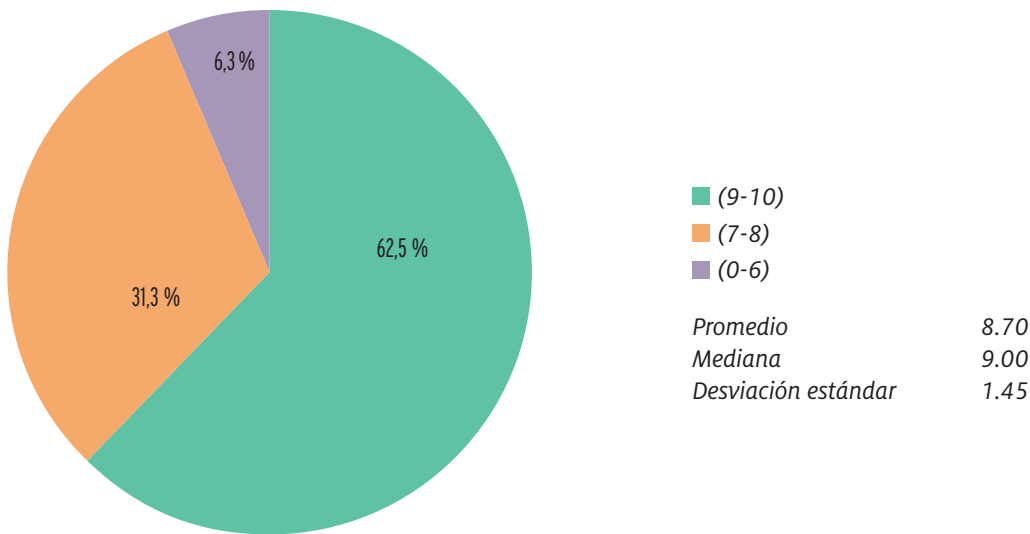
Más allá de la convivencia, la familia sigue desempeñando un papel fundamental como red de apoyo material y emocional. El grupo que vive con su **familia de origen representa 76 %**, mientras que 15.9 % ha formado una nueva familia y solo 8 % vive de manera independiente.

La permanencia en el hogar familiar es especialmente **elevada entre los hombres** (82.3 %). En cambio, las mujeres han iniciado antes sus propios

proyectos familiares: una de cada cuatro (25.7 %) ya ha formado una nueva familia, frente a 6.4 % de los hombres.

La valoración de la convivencia familiar es, en términos generales, muy positiva. La **unión** y la **integración familiar** son los aspectos que más destacan las personas jóvenes, seguidos de la posibilidad de sentirse escuchadas y mantener una buena comunicación.

Gráfica 3. Calificación que le dan a la relación con su familia | N=1,231



Sin embargo, esta valoración convive con importantes dificultades: 12.2 % señala que lo que

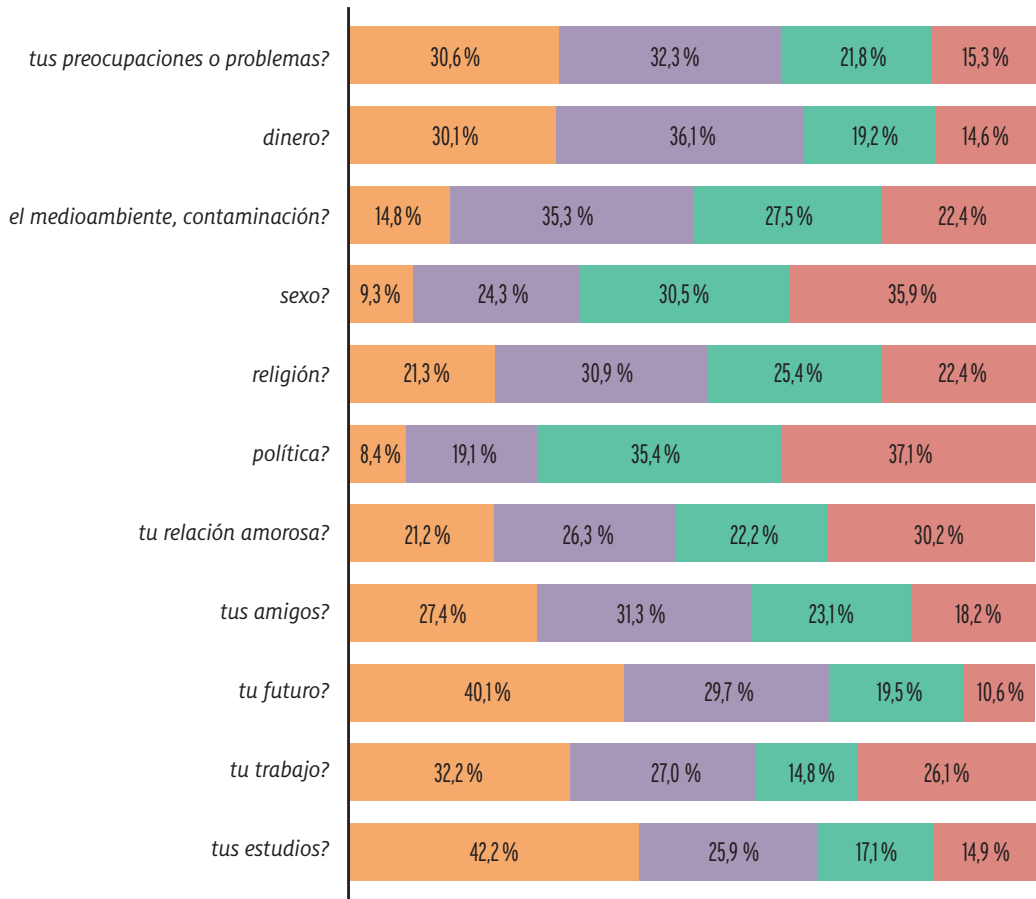
menos le gusta de su familia son las **discusiones a gritos** o con **agresiones físicas**, mientras que

10.4 % menciona los desacuerdos por pensar diferente. También aparecen la falta de comunicación, la sensación de no ser comprendidos o la percepción de que la familia no presta suficiente atención a sus preocupaciones.

Estas dificultades se hacen especialmente visibles cuando se examinan cuestiones afectivas y

sexuales. El estudio expone que una parte importante de la juventud conversa poco con su familia sobre estos temas y que alrededor de **cuatro de cada diez** jóvenes sienten que **su familia no los entiende** o que no tienen con quién hablar, una apreciación que afecta ligeramente más a las mujeres.

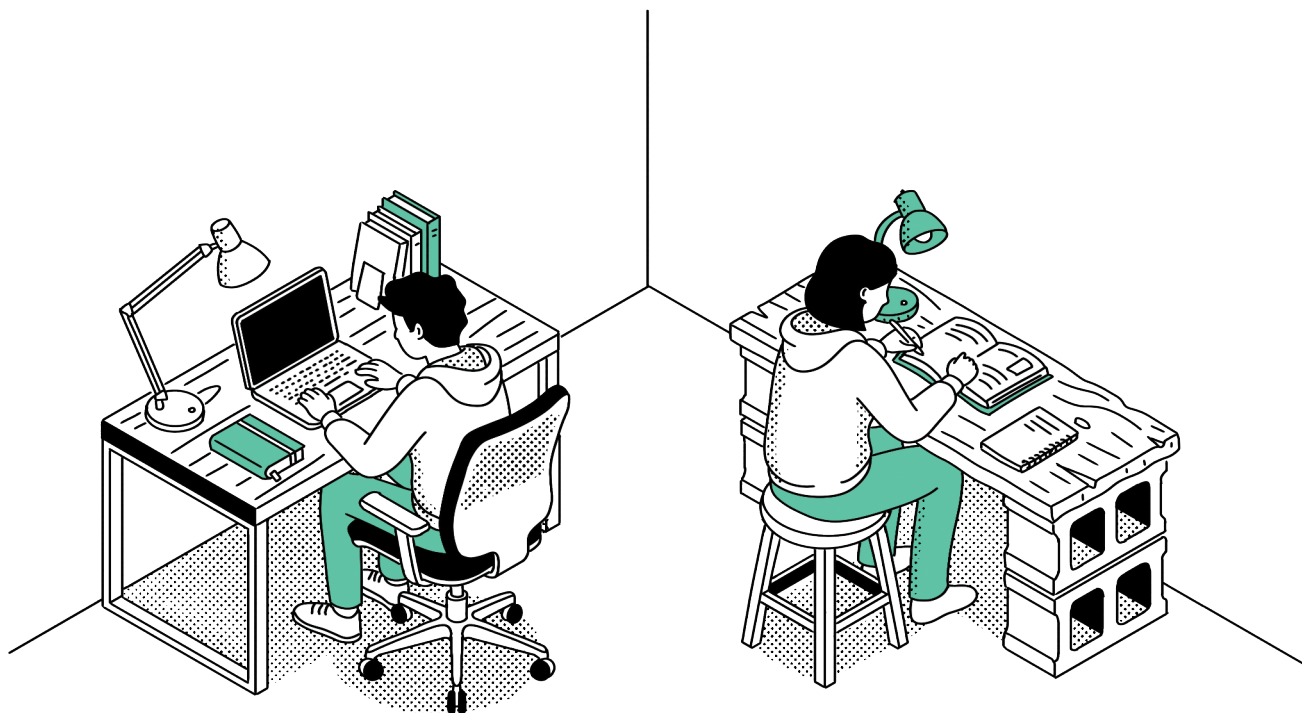
Gráfica 4. ¿Qué tanto platican en tu familia sobre... | N=1,231



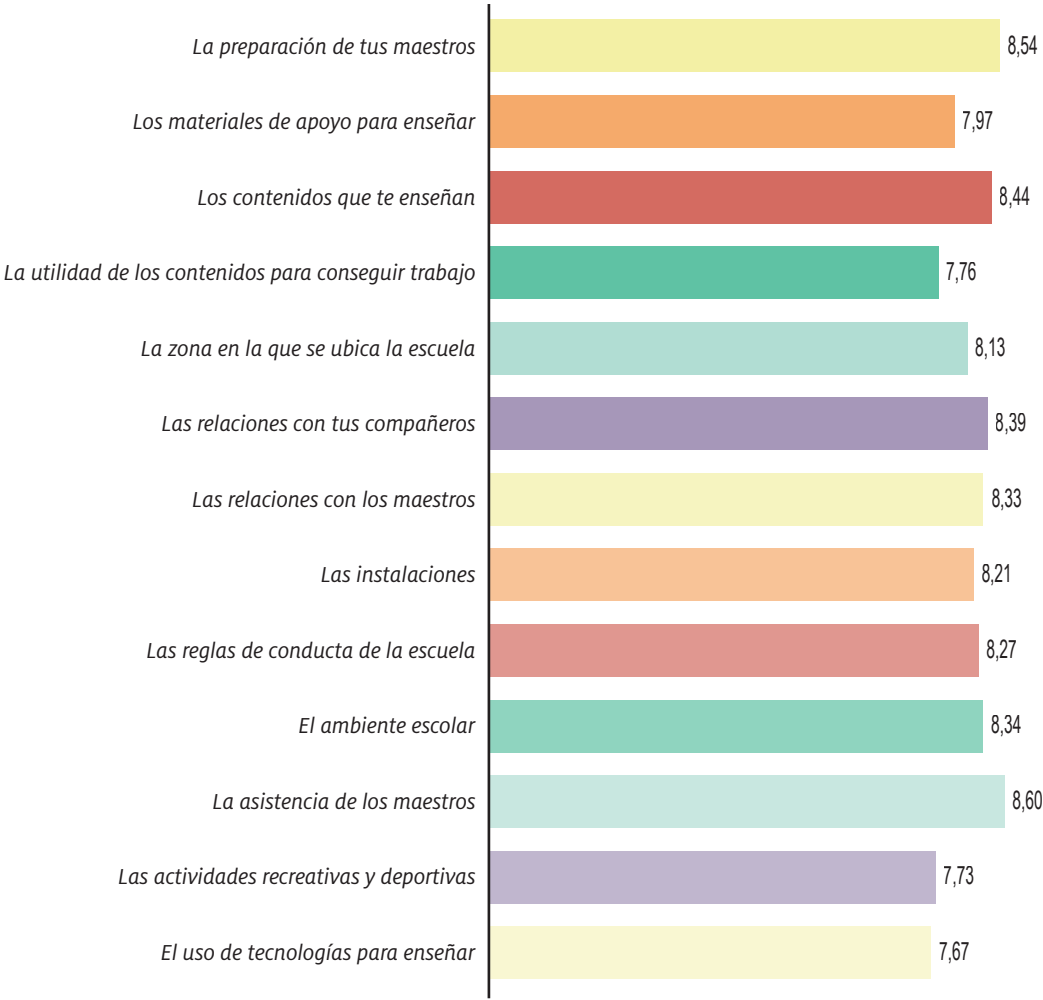
1.3 Ocho de cada diez jóvenes quieren seguir estudiando, pero no todos pueden hacerlo

La educación sigue ocupando un lugar central en las aspiraciones de la juventud mexicana. La escuela, el profesorado, los contenidos educativos y las normas de convivencia reciben una valoración mayoritariamente positiva; **79.7 %** de las personas jóvenes entrevistadas afirma que le gus-

taría **continuar estudiando**. Este deseo es todavía mayor entre quienes pertenecen a los niveles socioeconómicos más altos (92.5 %), aunque aún es un aspecto predominante entre los sectores más desfavorecidos (77.1 %).



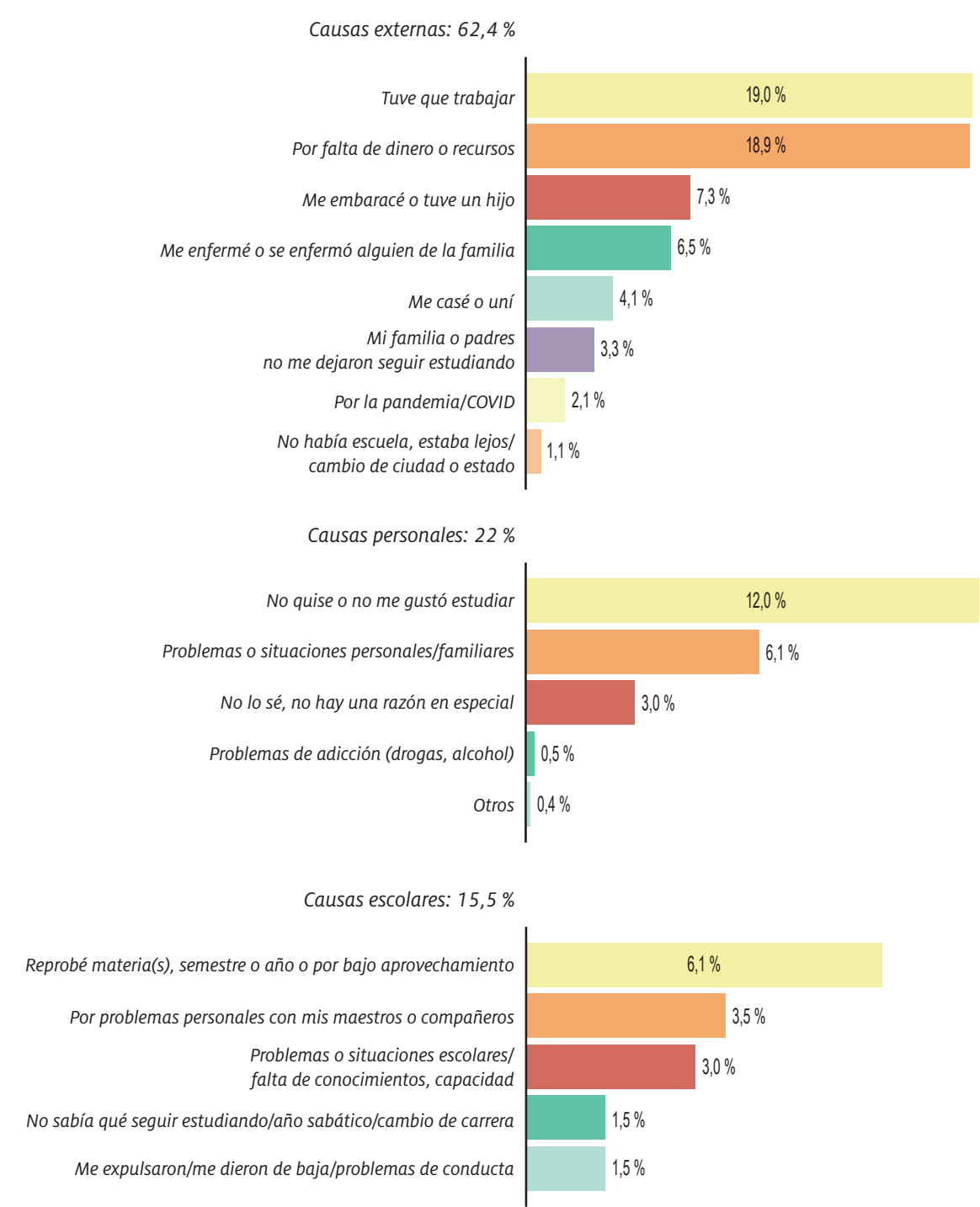
Gráfica 5. Calificación que otorgan a diversos aspectos escolares, a nivel nacional | N=1,229



Las principales razones para continuar estudiando están relacionadas con las oportunidades a futuro: **29.5 %** quiere hacerlo para **conseguir un mejor empleo**, 21.4 %, para adquirir más conocimientos y 17.7 %, para ganar más dinero. Esta información refleja que la educación continúa percibiéndose como una vía de movilidad social y mejora de las condiciones de vida.

No obstante, las expectativas no siempre se convierten en trayectorias educativas reales. Entre quienes abandonaron sus estudios, **62,4 %** lo hizo por **causas externas**, principalmente por la necesidad de trabajar (19 %) o por la falta de dinero y recursos (18.9 %). Las causas personales representan 22 % de los abandonos y las relacionadas con la propia escuela, 15.5 %.

Gráfica 6. **Motivos de interrupción, a nivel nacional** | N=343



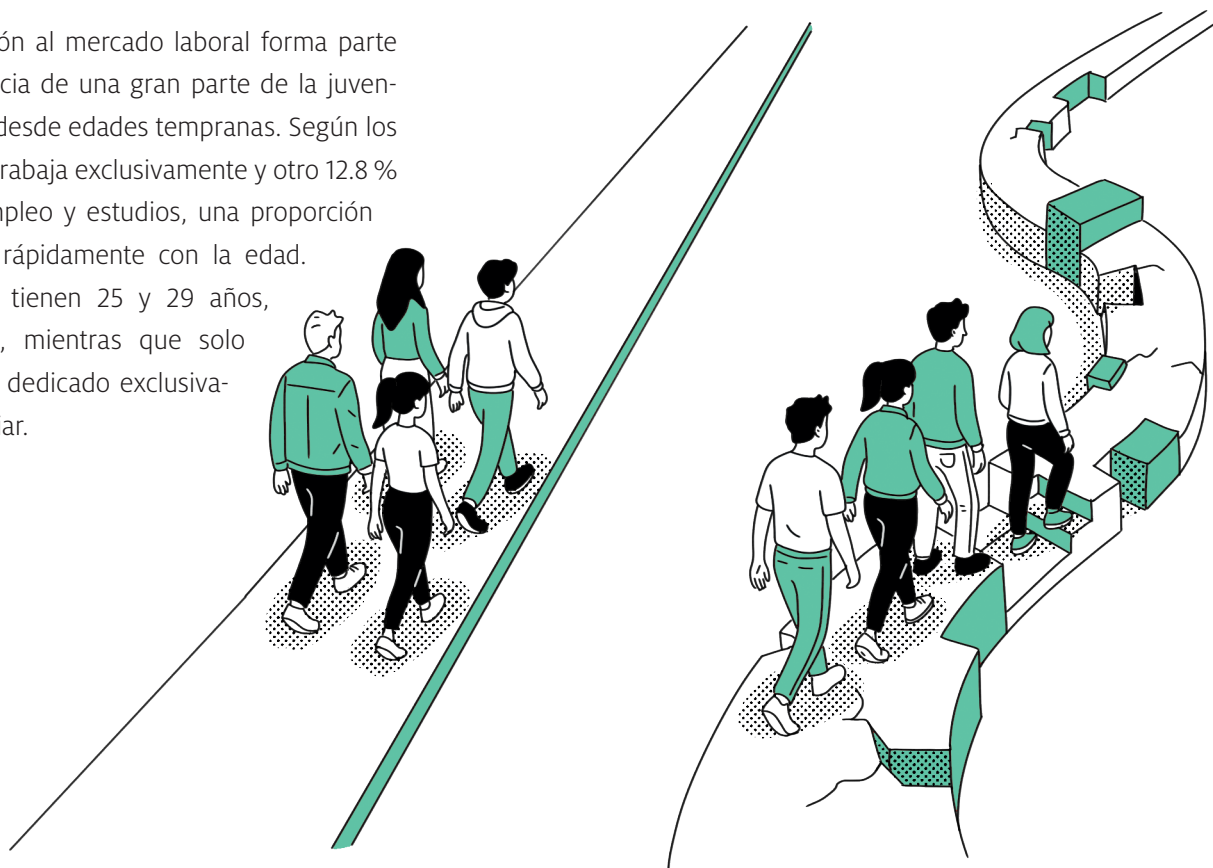
Las desigualdades condicionan claramente las trayectorias educativas. Entre las personas jóvenes del nivel socioeconómico más bajo, las principales causas para dejar de estudiar son la necesidad de trabajar (20.8 %) y la falta de recursos económicos (20.7 %). En cambio, entre quienes pertenecen a los niveles con más recursos, predominan las causas personales (42.1 %), especialmente la falta de interés por continuar estudiando (38.6 %). Además, el embarazo o la maternidad explican 13.5 % de las interrupciones educativas entre las mujeres,

frente a 1.2 % en los hombres. Lo anterior pone de manifiesto que las desigualdades de género siguen influyendo en las oportunidades educativas.

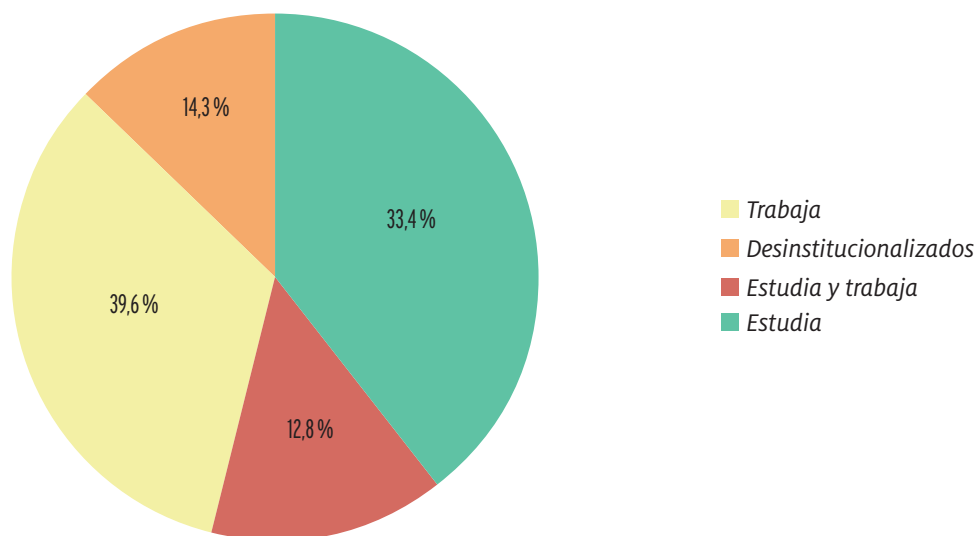
Así, el estudio muestra una de las principales paradojas de la juventud mexicana: la mayoría confía en el valor de la educación y desea seguir estudiando, pero las **condiciones económicas, sociales y de género aún limitan** las posibilidades de convertir esa aspiración en una realidad.

1.4 *El empleo llega pronto, pero sigue siendo precario*

La incorporación al mercado laboral forma parte de la experiencia de una gran parte de la juventud mexicana desde edades tempranas. Según los datos, 39.6 % trabaja exclusivamente y otro 12.8 % compagina empleo y estudios, una proporción que aumenta rápidamente con la edad. Entre quienes tienen 25 y 29 años, 61.7 % trabaja, mientras que solo 7.3 % continúa dedicado exclusivamente a estudiar.



Gráfica 7. Condición de actividad juvenil, a nivel nacional | N=1,231



Sin embargo, el acceso al empleo **no garantiza estabilidad ni autonomía económica**. El estudio describe un mercado laboral juvenil concentrado en el sector servicios, caracterizado por bajos salarios, escasas prestaciones y una elevada informalidad, que alcanza a 58.8% de las personas jóvenes ocupadas, por encima del conjunto de la población mexicana (54.3%).

La transición al empleo tampoco es igual para los hombres que para las mujeres. Entre los 25 y 29 años, 73.7% de los hombres trabaja, frente a 53.3% de las mujeres. En cambio, 39.7% de las mujeres de esa edad no estudia ni tiene un empleo remunerado, frente a 11.2% de los hombres, una diferencia que se encuentra estrechamente vinculada con el aumento de responsabilidades familiares y de cuidados.

Tabla 1. Condición de actividad juvenil por grupos de edad y género, a nivel nacional | N=1,231

Condición de actividad	Género y edad								
	Hombres				Mujeres				No binarios
	15 a 17	18 a 19	20 a 24	25 a 29	15 a 17	18 a 19	20 a 24	25 a 29	
Estudia	63.0 %	46.4 %	26.8 %	11.6 %	73.2 %	67.8 %	31.7 %	4.5 %	12.1 %
Estudia y trabaja	27.6 %	25.8 %	19.4 %	3.6 %	13.0 %	17.8 %	6.7 %	2.5 %	10.2 %
Trabaja	7.3 %	26.2 %	51.3 %	73.7 %	6.6 %	10.9 %	39.9 %	53.3 %	70.9 %
Desinstitucionalizados	2.2 %	1.6 %	2.5 %	11.2 %	7.2 %	3.5 %	21.6 %	39.7 %	6.8 %
Suma	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

La inestabilidad laboral forma parte de estas trayectorias. Las personas jóvenes que han trabajado han pasado, de media, por varios empleos: 5.24 entre los hombres y 3.63 entre las mujeres. Esta rotación refleja la dificultad para consolidar una carrera profesional en los primeros años de vida laboral.

Pese a estas condiciones, la experiencia laboral recibe una valoración positiva. Lo que más aprecian de su empleo es el ambiente de trabajo, seguido de la actividad que llevan a cabo y de la oportunidad de adquirir experiencia.

Gráfica 8. Tres características que más les gustan de su trabajo a nivel nacional | N=644

(Respuestas múltiples)



Los resultados muestran una de las principales paradojas del mercado laboral juvenil. Aunque el empleo suele desarrollarse en **condiciones precarias**, las personas jóvenes **valoran** especialmente el aprendizaje, las relaciones persona-

les y la experiencia que obtienen, probablemente porque conciben sus primeros trabajos como una etapa de transición mientras aspiran a acceder a mejores oportunidades laborales.

1.5 *La juventud redefine su forma de participar en los asuntos públicos*

La juventud mexicana mantiene una relación ambivalente con la vida pública. A pesar de que expresa un elevado compromiso con valores cívicos como el orgullo de pertenencia al país, la libertad o la tolerancia, exhibe una marcada distancia respecto a las instituciones políticas tradicionales.

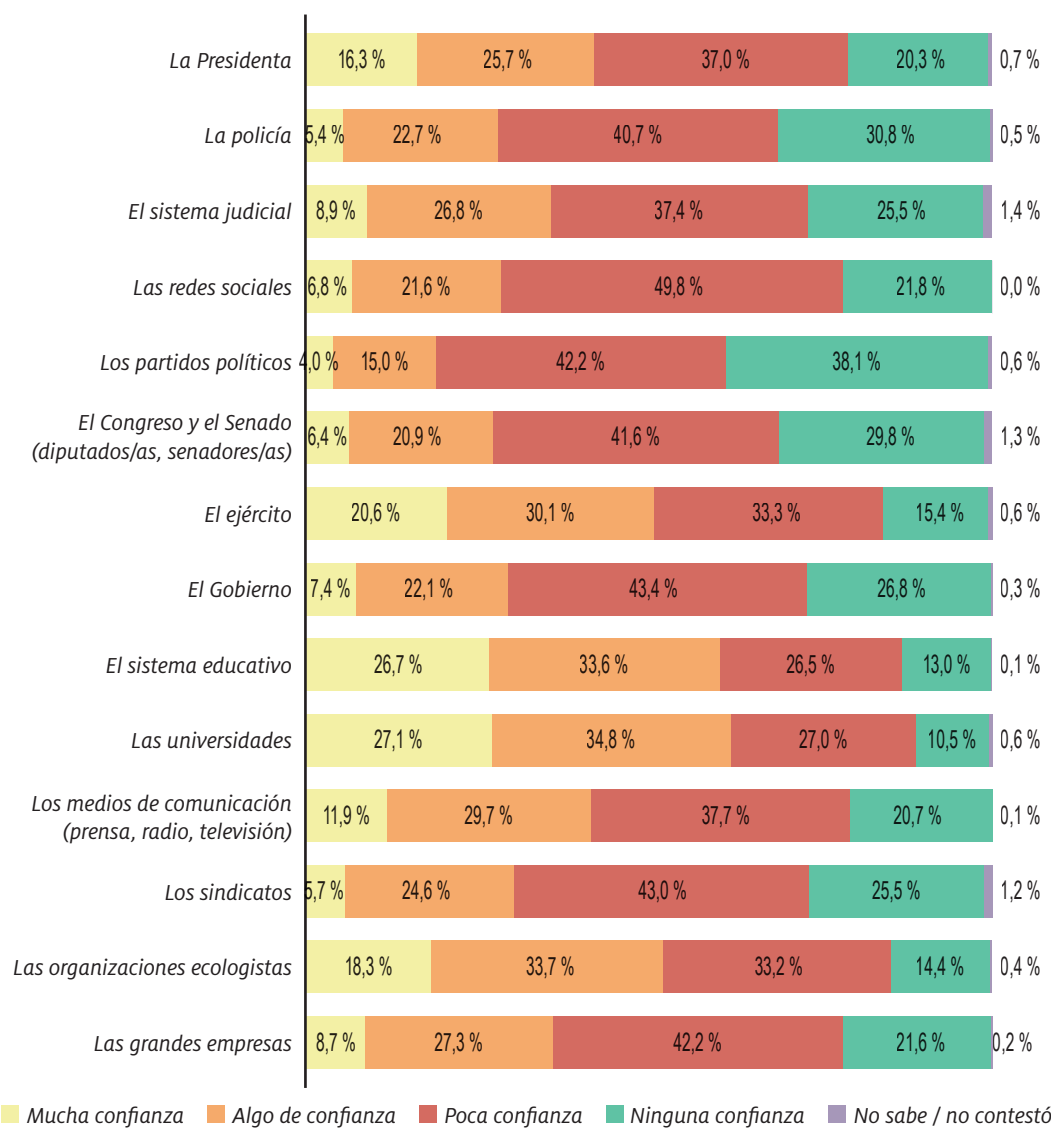
El **orgullo de ser mexicano** constituye el valor cívico más sólido, con 72.6 % de jóvenes que lo valora con las puntuaciones más altas (9-10). También reciben una elevada calificación la tolerancia hacia las personas diferentes (37.1 %) y el respeto

por la ley y el orden (29.7 %). Sin embargo, solo 15.7 % considera que tiene una alta capacidad para influir en las decisiones del Gobierno.

La distancia con la política institucional también se refleja en la confianza que despiertan las instituciones. Manifiesta **76.6 %** de la población juvenil tener **poca o ninguna confianza** en los partidos políticos, porcentaje que alcanza 72.3 % en el Congreso y 63.9 % en el Gobierno. En contraste, las universidades y el sistema educativo figuran entre las instituciones que generan mayor confianza.



Gráfica 9. Nivel de confianza por parte de los jóvenes en diversas instituciones | N=1,231



Estas percepciones también presentan diferencias entre grupos de población. El orgullo de pertenencia es mayor en la juventud de nivel socioeconómico alto (91.4 %), las mujeres (75.6 %) y quienes

tienen entre 15 y 17 años (79.3 %). En tanto que la percepción de poder influir en las decisiones públicas disminuye en los niveles socioeconómicos más desfavorecidos.

La menor confianza en las instituciones políticas no implica un alejamiento de los asuntos públicos. La participación juvenil se orienta principalmente hacia organizaciones deportivas (19.4 %), culturales y educativas (15.6 %) o religiosas (14.4 %), así como hacia formas de implicación vinculadas a causas concretas, como la firma de peticiones relacionadas con el medioambiente (12.2 %) o la participación en manifestaciones (11.6 %). En cambio, solo 1.3 % pertenece a un partido político.

Los resultados muestran que la juventud mexicana **no se ha desvinculado de la vida pública**, sino que está transformando su relación con las instituciones y redefiniendo sus formas de participación. De acuerdo con los datos, privilegia espacios más próximos a su experiencia cotidiana y a causas concretas frente a los canales tradicionales de representación política.

1.6 La tecnología forma parte de la vida cotidiana de las personas jóvenes, pero su relación con las redes sociales es cada vez más crítica

El estudio concluye que la tecnología ya no constituye un ámbito diferenciado de la vida juvenil, sino que forma parte de su experiencia cotidiana.

Más allá de este uso intensivo, la percepción de la tecnología es mayoritariamente positiva. Tres de cada cuatro jóvenes consideran que **facilita** su vida diaria (76.9 %), 88 % afirma que la utiliza para **aprender** cosas nuevas y 83 % adopta medidas para **proteger** sus datos personales en internet. Además, 76 % verifica la información que encuentra antes de compartirla, lo que refleja una creciente conciencia sobre los riesgos presentes en el entorno digital.

A pesar de ello, esta valoración positiva convive con una percepción cada vez más crítica del uso

de las redes sociales: **67.7 %** reconoce que la tecnología **los distrae** de asuntos importantes, 60 % considera que las redes sociales generan más problemas que beneficios, 57.3 % afirma haber sentido saturación hasta necesitar desconectarse y más de la mitad (51,7 %) admite que pasa más tiempo en redes sociales del que le gustaría.

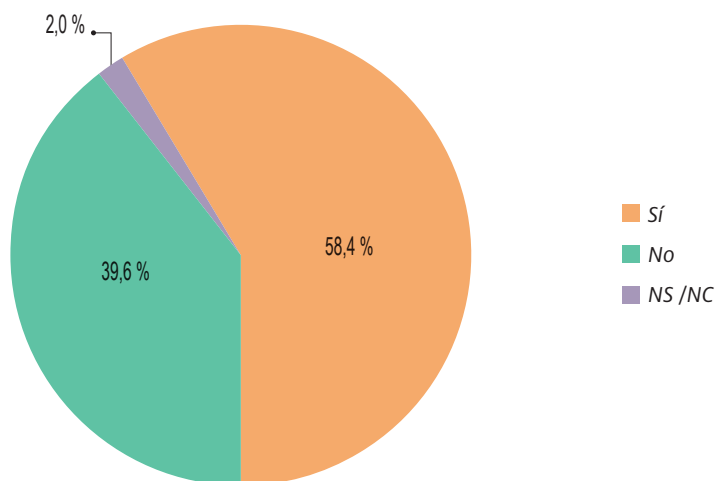
Esta mirada crítica no implica un rechazo de la tecnología, sino una relación más compleja con el mundo digital. Como señalan los autores, la juventud utiliza internet para aprender, relacionarse y acceder a oportunidades, pero al mismo tiempo reconoce los efectos del exceso de conexión, el desgaste y la influencia que las plataformas ejercen sobre su vida cotidiana.

1.7 La lectura mantiene su espacio en una generación digital

La expansión de las tecnologías digitales no ha desplazado la lectura del universo cultural juvenil. Además, entre quienes leen, casi seis de cada diez (59.2 %) prefieren hacerlo **en papel**, frente a 28.9 % que opta por el teléfono móvil, un resultado que rompe con la imagen de una generación vinculada exclusivamente a las pantallas.

A **58.6 %** de la juventud mexicana le **gusta leer**, una proporción que aumenta hasta 65.8 % entre las mujeres y alcanza 86.4 % entre quienes pertenecen a los niveles socioeconómicos más altos.

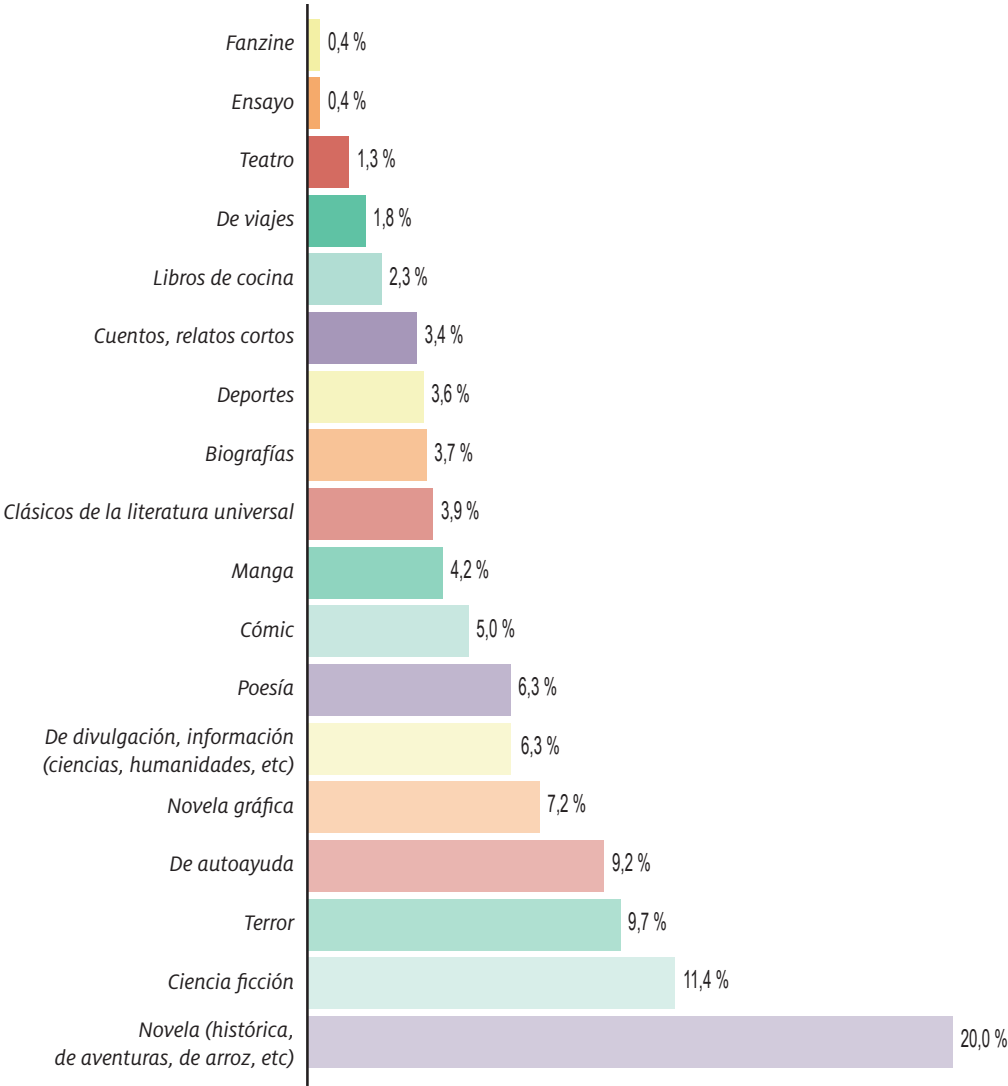
Gráfica 10. Jóvenes y su gusto por la lectura a nivel nacional | N=1,231



Entre quienes leen por iniciativa propia, 64.5 % afirma haber concluido entre uno y cinco libros durante el último año, mientras que 13.3 % declara haber leído seis o más libros. El género preferido es la novela, seguido por la ciencia ficción, el terror y los libros de autoayuda. Esto da cuenta de una

diversidad de intereses que combina el entretenimiento con la búsqueda de aprendizaje y desarrollo personal.

Gráfica 11. Tipo de lectura que más gusta a nivel nacional | N=700



1.8 El reparto del tiempo aún refleja desigualdades de género y de origen social

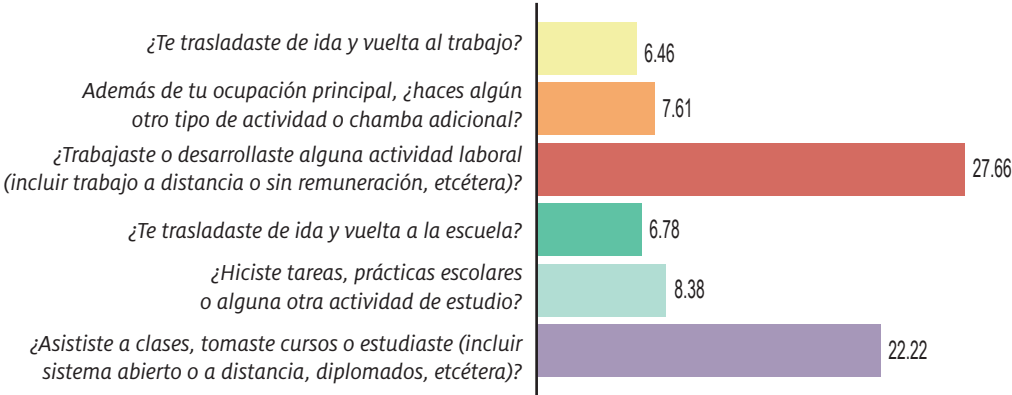
Aunque aumenta la participación compartida en las tareas del hogar, persisten patrones tradicionales. Las mujeres concentran las responsabilidades domésticas y de cuidados, mientras que los

hombres mantienen mayor peso en la provisión económica.

La diferencia más señalada aparece en la preparación de los alimentos: la **madre cocina** y decide qué se come en 44.4 % de los hogares, frente a 1.7 % del padre. También asume principalmente los **cuidados** de menores, personas mayores o dependientes en 25.2 % de los casos, frente a 34 % del padre, y la **limpieza** en 29.5 %, frente a 1.9 %. En cambio, el padre aporta principalmente el dinero para el hogar en 31.4 % de los casos y lleva a cabo las reparaciones en 32 %.

El tiempo disponible también está condicionado por el **estudio** y el **empleo**. Las clases, las tareas y los desplazamientos ocupan alrededor de 37 horas semanales, mientras que el trabajo y los traslados suman aproximadamente 42 horas. Esto ayuda a explicar que el ocio se concentre en actividades individuales y de fácil acceso, como escuchar música (39.9 %), ver películas o series en línea (28 %), utilizar las redes sociales (25.1 %) o navegar por internet (23.8 %).

Gráfica 12. Tiempo dedicado a las actividades realizadas durante la semana pasada | N= 1,231



Además, las oportunidades de ocio varían según los recursos disponibles. La lectura alcanza a 41.8 % de la juventud de nivel alto, pero solo a 8.2 % del nivel bajo. También existen diferencias importantes en hacer deporte o ir al gimnasio

—38.3 % frente a 17.8 %— e ir al cine —35.2 % frente a 15.1 %—.

El estudio muestra que la desigualdad temporal no depende únicamente de cuántas horas tiene cada

persona, sino también de las responsabilidades que asume y de las posibilidades reales de decidir cómo emplear su tiempo. Aunque avanzan algu-

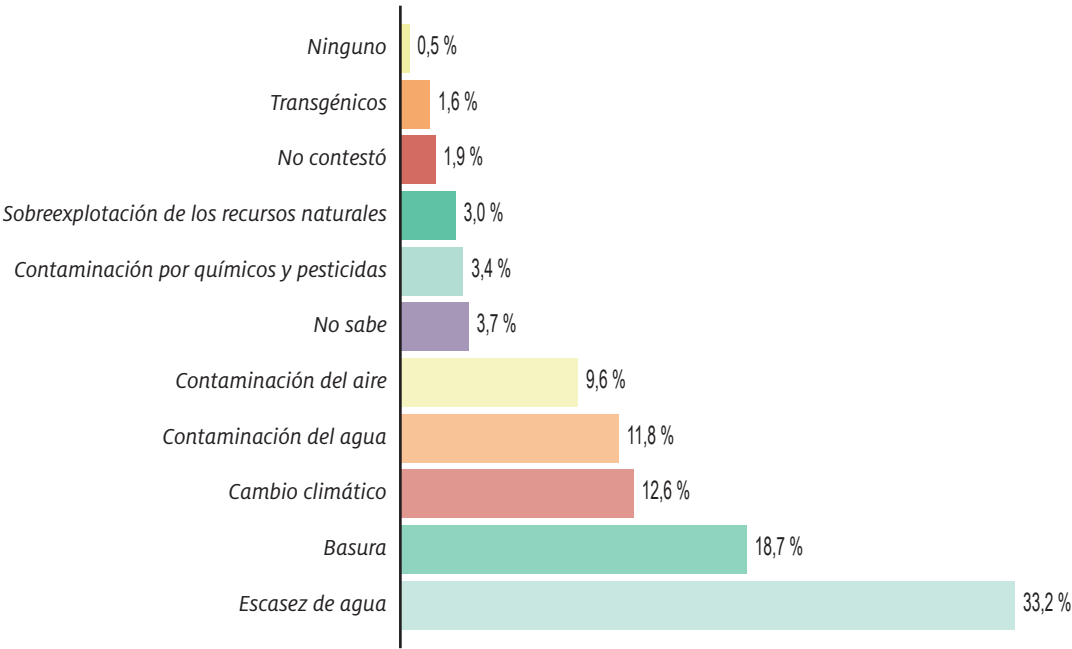
nas formas de corresponsabilidad, el género y el **nivel socioeconómico sigue condicionando** las tareas, los cuidados y las oportunidades de ocio.

1.9 *La juventud conoce los problemas ambientales, pero le cuesta cambiar sus hábitos*

La preocupación por el medioambiente está ampliamente extendida entre la juventud mexicana. *Jóvenes en México 2026* muestra que identifican la contaminación del agua y del aire, la escasez de agua y la acumulación de basura como

algunos de los principales problemas ambientales del país. Cuando la mirada se traslada a su entorno más cercano, la escasez de agua aparece como la cuestión que más afecta a las personas jóvenes y sus familias.

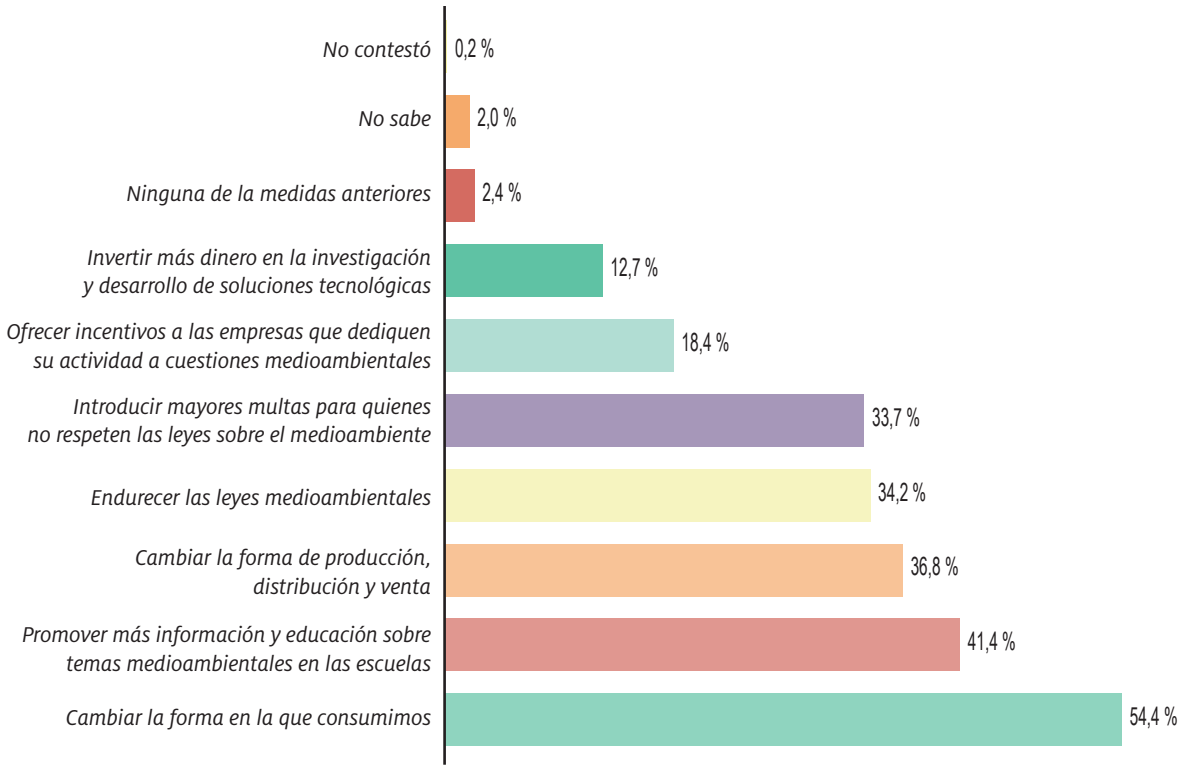
Gráfica 13. Percepción sobre los problemas ambientales que afectan a los jóvenes y sus familias | *N=1,192*



La mayoría considera que combatir estos problemas requiere cambiar la forma de consumir (54.4 %) y reforzar la educación ambiental (41.4 %). Sin embargo, esta disposición disminuye cuando implica modificar hábitos personales: 71.4 % está nada o poco dispuesto a dejar de comer carne, 69.7 % a renunciar al teléfono inteligente y 63.1 % al coche particular.

Las mujeres muestran una mayor predisposición al cambio que los hombres en la mayoría de estos comportamientos señalados. Las diferencias por nivel socioeconómico reflejan que las posibilidades de cambiar también dependen de los recursos disponibles.

Gráfica 14. Formas más efectivas que tenemos para combatir los problemas medioambientales | *N=1,231*



La **escuela** desempeña un papel importante en la **sensibilización ambiental**: seis de cada diez jóvenes aseguran que les ha ayudado a tomar conciencia del problema y a incorporar pequeñas

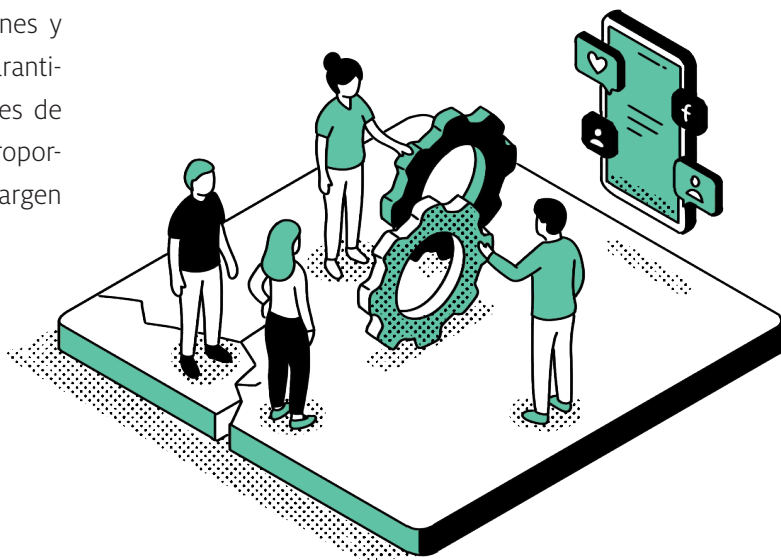
prácticas sostenibles. No obstante, el estudio pone de manifiesto que esa mayor conciencia no se traduce automáticamente en cambios profundos y sostenidos en los estilos de vida.

Metodología

Los resultados de *Jóvenes en México 2026* proceden de una encuesta realizada a 1,200 jóvenes de entre 15 y 29 años residentes en todo el país. La muestra es representativa de la población juvenil mexicana, estimada en 32,7 millones de personas, y ofrece una radiografía fiable de sus opiniones, valores, experiencias y condiciones de vida.

Las entrevistas se llevaron a cabo de forma presencial en los hogares, a partir de una selección aleatoria de viviendas distribuida por regiones y tamaños de localidad, con el objetivo de garantizar la representación de los distintos perfiles de la juventud mexicana. El diseño muestral proporciona un nivel de confianza de 95 % y un margen máximo de error de ± 4 %.

El trabajo de campo se desarrolló entre el 15 de abril y el 12 de mayo de 2025, tras una prueba piloto previa para validar el cuestionario. En total, participaron 53 encuestadores, y los resultados fueron posteriormente ponderados para asegurar que la muestra reprodujera la estructura real de la población joven de México según el Censo de Población y Vivienda 2020 del Inegi.



Jóvenes en México 2026

Las juventudes mexicanas viven entre certezas y contradicciones. Valoran profundamente a sus familias y a la educación, pero enfrentan crecientes dificultades para construir autonomía; desconfían de las instituciones políticas, aunque mantienen un fuerte compromiso con los valores democráticos; habitan intensamente la cultura digital, mientras buscan espacios de pertenencia, reconocimiento y sentido.

Jóvenes en México 2026 ofrece una mirada amplia y actual sobre estas transformaciones a partir de una investigación representativa realizada en todo el país. Además de examinar los ámbitos tradicionales de la vida juvenil —familia, educación, trabajo, relaciones y

participación—, incorpora temas emergentes como la desafiación, la cultura digital, el medioambiente, y los usos del tiempo y los cuidados. Estos son aspectos que permiten comprender con mayor profundidad las experiencias de las nuevas generaciones.

Más que describir una etapa de la vida, este informe muestra a las juventudes como protagonistas de una sociedad en transformación. Sus hallazgos constituyen una herramienta para quienes investigan, diseñan políticas públicas, impulsan proyectos sociales o simplemente buscan comprender mejor el presente y el futuro de México.

oji.fundacion-sm.org