

# ¿Por qué a pesar de un aumento de la corresponsabilidad las mujeres siguieron percibiendo más estrés en el confinamiento?

25 febrero 2021 18:34 CET

### Consuelo León Llorente

Directora del Observatorio de Políticas Familiares. Cátedra Joaquim Molins Figueras Childcare and Family Policies. Responsable de la Unidad de Igualdad, Universitat Internacional de Catalunya

### Marc Grau-Grau

Investigador y coordinador de la Cátedra Joaquim Molins Figueras Childcare and Family Policies, Universitat Internacional de Catalunya

La irrupción del covid-19 ha supuesto, sin duda, un cambio radical en nuestras vidas, transformándolas casi por completo. El porcentaje de personas que teletrabajan en España ha sido siempre relativamente bajo (5,2 % en 2006, y 8,3 % en 2019).

Es así a pesar de que algunos informes, como el del Banco de España, estimaban que este porcentaje podría crecer hasta al 30 % en los próximos años. Lo que nadie esperaba es que este porcentaje crecería de la noche a la mañana hasta el 80 %.

El teletrabajo se impuso por decreto (RD-L8/2020, de 17 de marzo). Así, aunque en otra época anhelábamos el trabajo a distancia, lo cierto es que durante el confinamiento muchas familias, y en especial con hijos pequeños, se vieron abocados a un nuevo estrés. Vieron la obligación de construir el día a día en un espacio limitado, viviendo en un mundo individual y a la vez compartido. En él, cada uno debía desempeñar roles diferentes y simultáneos como padres, cónyuges y a la vez trabajadores.

En este contexto, la mayoría de las cuestiones cambiaron de perspectiva. Pero, sobre todo, cambió nuestra vivencia de dos temas fundamentales: el trabajo y la familia. En definitiva, la vida cotidiana y los usos del tiempo dieron un vuelco y a los estudiosos de la debatida cuestión *work-family* se les plantearon nuevas preguntas: ¿Qué sucede cuando los hogares se convierten en un espacio multidisciplinar donde se educa, se cuida y, a la vez, se lleva a cabo la mayor parte del trabajo productivo del país con un uso intensivo de la tecnología? ¿Cómo viven las madres de familia esta situación? ¿Se reparten de manera más equitativas las tareas? ¿Se agudizan aún más las diferencias de género?

## Percepción del estrés en hogares españoles

Para revelar el nivel de estrés y la percepción que había en las familias, se llevó a cabo un estudio a lo largo del mes de Julio del 2020. En él participaron investigadores de la Universidad de Valencia y la Universitat Internacional de Catalunya. Para ello, tomaron una muestra representativa de la realidad estatal

compuesta por 600 padres y madres de familia que teletrabajaron, cuyas edades oscilaban entre los 26 y los 45 años, tenían hijos menores en casa (60,8 %) y cuya vivienda tenía como media 90 m<sup>2</sup>.

Los resultados mostraron que se produjo estrés (2,84 sobre 5) y creció la percepción de conflicto entre ambos mundos: trabajo y familia (2,74 sobre 5) debido a que los límites entre uno y otro se hicieron más porosos y permeables que nunca tal como indican algunas investigaciones anteriores.

El estudio arrojaba que los indicadores de corresponsabilidad y reparto de tareas habían mejorado, sin apenas diferencias por género en lo que respecta al “apoyo percibido” por parte de la pareja a todos los niveles: emocional, logístico y educativo (con valores medios: 4.18 sobre 5). Sin embargo, la gran paradoja de estos resultados es que la percepción de la doble jornada en las mujeres había sido mayor que en los varones, con casi medio punto por encima de ellos en todas las cuestiones que hacían referencia a la vivencia del conflicto.

Se hacía mención a interferencias, solapamientos y cambios de planes. También el estrés percibido como consecuencia del teletrabajo había sido mayor en ellas, especialmente si había niños pequeños.

### **La carga mental del hogar**

Los efectos de esta situación sobre la salud fueron también claros: las mujeres que teletrabajaban durante este período tuvieron más problemas para conciliar el sueño, estuvieron más irritables y sintieron su salud más afectada que sus parejas.

¿Cómo podemos interpretar estos resultados? Allison Daminger, de la Universidad de Harvard, publicó recientemente un artículo donde desbrozaba un nuevo concepto que puede arrojar luz sobre esta cuestión: *la dimensión cognitiva del trabajo doméstico*.

Según Daminger, a menudo pensamos en las responsabilidades del hogar en forma de tareas materiales cuando en realidad éstas van más allá de su específica materialidad ya que hacen referencia a las personas y al cuidado y extienden más allá del momento en que se ejecutan. Sin embargo un ordenador podemos cerrarlo y olvidarnos, pero con una persona no podemos hacer lo mismo.

Por tanto, hay al menos una dimensión que se ha olvidado en gran parte de los análisis académicos sobre el tema: la naturaleza propia de la gestión del hogar y la familia.

### **Una nueva forma de estudiar los cuidados**

En cierta manera, hablar de la dimensión cognitiva del trabajo doméstico es hacer un esfuerzo por entender quién es el *ordenador* de la casa, quién tiene en la cabeza las tareas que de modo preciso se deben realizar y que supone saber anticiparse a las necesidades, tomar las decisiones (¿qué toca hoy para cenar?) y monitorear los avances de la marcha de la familia.

Además, este fenómeno tiene dos características. La primera es que parece difícilmente compartimentable (*ahora hago esto y luego lo otro*). La segunda, que tiende a recaer en mayor medida en las mujeres que en los hombres, generando ciertas satisfacciones, pero también cansancio y estrés.

Quizás comprender con más detalle la dimensión cognitiva del trabajo doméstico es la pieza que explicaría la paradoja. El reparto de tareas se ha vuelto más equitativo, pero no lo ha hecho su dimensión cognitiva que sigue recayendo en las mujeres. Las posibles razones para que esto sea así- culturales, históricas y personales- se convierten en un campo interesante campo de estudio para el futuro. Si la dimensión cognitiva es tan importante habrá que estudiar los diferentes apoyos recibidos en el hogar y dar importancia al reparto de tareas -apoyo logístico- pero también a la comunicación y al apoyo emocional.

Lo cierto es que durante el confinamiento, al haber aumentado el trabajo doméstico debido a la propia naturaleza del momento extraordinario que vivimos, aumentó también su complejidad, sus interferencias en la vida de las mujeres –que ya eran frecuentes por otra parte– y, consecuentemente, su carga mental, es decir, su dimensión cognitiva.

En consecuencia parte de la solución debería pasar por buscar nuevas estrategias que ayuden a compartir de verdad y no sólo dividir y fragmentar el trabajo doméstico diario en casa que se compone de tareas orientadas a la atención material del hogar pero también de cuidado, ese cúmulo de acciones diarias que tanto nos han ayudado a sobrevivir de la mejor manera posible en estos tiempos extraños.