

INFORME SOCIOLÓGICO

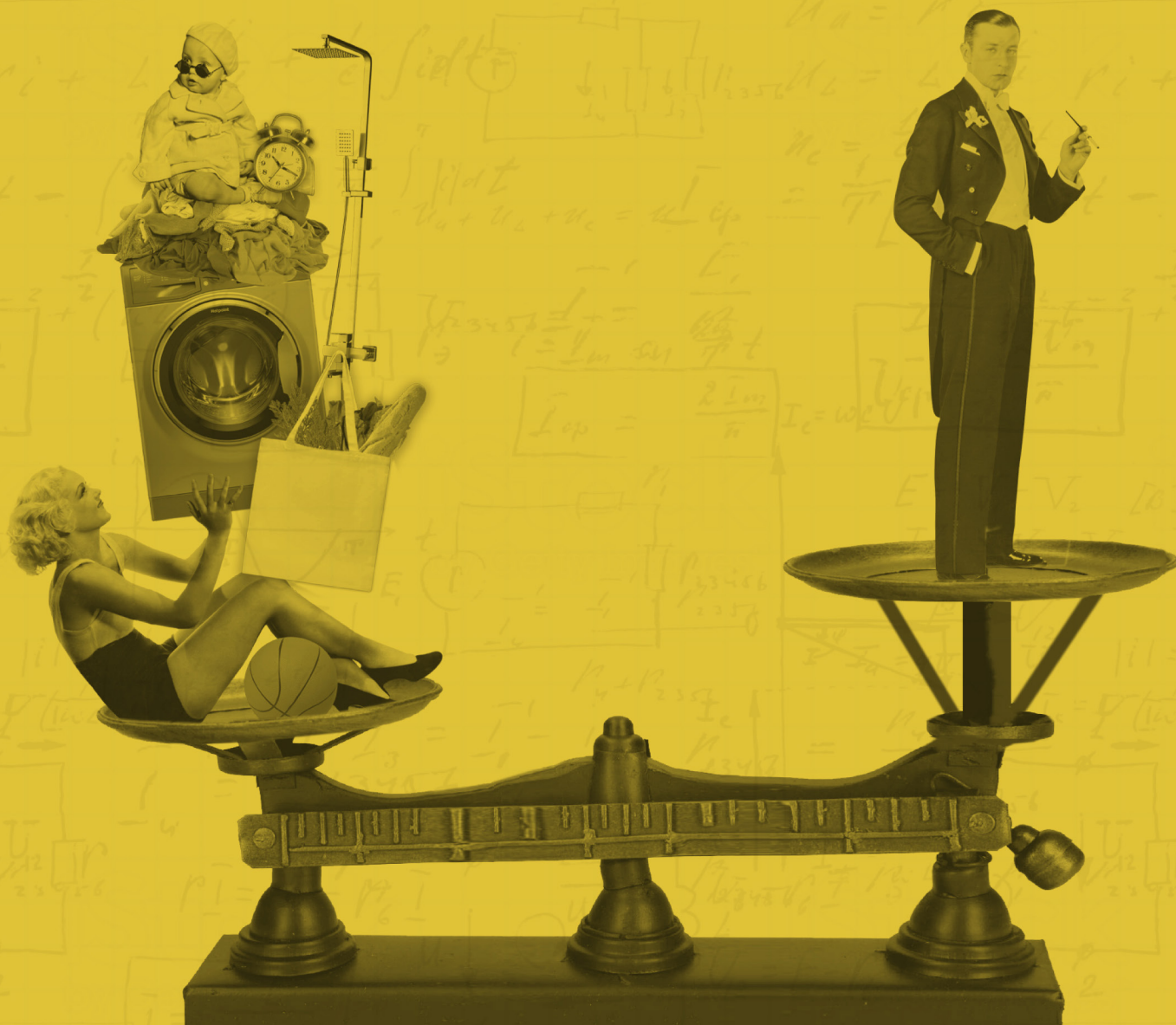
—Resultados de la Encuesta—

# EL COSTE *de la* CONCILIACIÓN

**YO NO RENUNCIO**  
ASOCIACIÓN POR LA CONCILIACIÓN

del

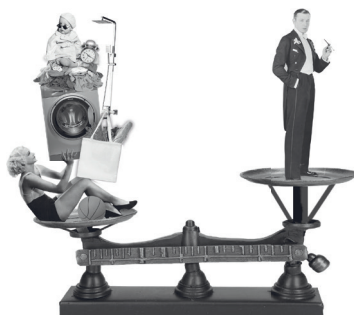
CLUB DE  
**MALASMADRES**



# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>ANTECEDENTES</b>	<b>6</b>
<b>1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER.</b>	<b>9</b>
<b>1.1. La distribución de la carga de trabajo entre hombres y mujeres.</b>	<b>10</b>
<b>1.2. Cuidar de nuestros hijos e hijas es un trabajo que beneficia a la sociedad.</b>	<b>14</b>
- Cómo repartimos las tareas del cuidado en nuestros hogares.	16
- Las barreras para lograr la corresponsabilidad.	16
<b>2.- EL COSTE DE LA CONCILIACIÓN.</b>	<b>23</b>
<b>2.1. El trabajo reproductivo tiene un valor incalculable, pero un coste muy alto para las personas que lo ejercen.</b>	<b>24</b>
<b>2.2. El origen del coste de la conciliación: invisibilizar las horas dedicadas al trabajo reproductivo.</b>	<b>26</b>
- El coste laboral, salarial y financiero.	28
- El coste personal.	30
- El coste emocional.	32
<b>3.- EL COSTE DE LA CONCILIACIÓN EN PANDEMIA.</b>	<b>35</b>
<b>4.- EL VALOR SOCIAL Y ECONÓMICO DEL CUIDADO.</b>	<b>35</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>41</b>
<b>NOTAS METODOLÓGICAS</b>	<b>44</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>46</b>

## INTRODUCCIÓN



# EL VALOR DE LOS CUIDADOS ES INCALCULABLE, pero el coste lo estamos pagando nosotras”

*Cuando hablamos del coste de la conciliación lo primero que aparece en las mesas de debate es lo que nos cuestan las escuelas infantiles o la contratación de cuidadores profesionales. Pero ese no es el único coste, porque entonces habría una solución directa a este problema social, que sería: conseguir por fin la gratuidad de las escuelas infantiles de 0 a 3 años, que es una medida necesaria y urgente. Pero por desgracia, a día de hoy, la conciliación no tiene una única solución, sino muchas que deberían estar bajo un Pacto Nacional de conciliación, como venimos exigiendo años.*

*La falta de conciliación en España tiene un ALTO coste para las mujeres. La conciliación le sale gratis a las Administraciones Públicas, pero nosotras asumimos un triple coste:*

## **Un coste económico.**

*Porque más allá de lo que “cuesta” tener hijos/as en España (según los estudios, más de 7.000 euros de media por hijo/a al año), ser madre con esta alarmante falta de medidas de conciliación nos empobrece porque ralentizamos, frenamos o paramos nuestra trayectoria profesional y con ello nuestro salario. Porque recordemos que el otro trabajo, reproductivo e invisible, que hacemos no tiene valor. Y que una reducción de jornada es renunciar a parte de nuestro salario para poder cuidar.*

## **Un coste emocional y personal.**

*Porque soportamos la carga mental invisible y no reconocida ni pagada de los cuidados. Las horas dedicadas al trabajo reproductivo y al empleo dejan a las mujeres sin tiempo personal para realizarse o desarrollarse como personas. Esto nos provoca pérdida de identidad personal y problemas de salud mental, como analizamos el año pasado, por el duro golpe que ha supuesto la pandemia en las mujeres.*

Y por último, además de este coste personal, hay **un coste social** que tenemos que visibilizar. Si no somos nosotras las que levantamos la voz, todo seguirá igual, en un sistema desigual que se permite y repite el modelo tradicional. Y es que el papel de la mujer, sobre todo de la madre, en este país está oculto. Ser madres y no poder conciliar nos penaliza y nos castiga socialmente. Las empresas siguen sin entender que ellas también tienen que ser parte de la corresponsabilidad social. Y el Estado olvida que las madres tendrían que tener un reconocimiento social, porque traen vida y esa vida es futuro en un país con una tasa de fecundidad indecente.

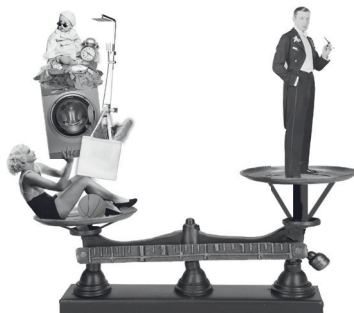
Tenemos que revisar el modelo social para buscar otras opciones que hagan sostenible la relación trabajo y vida. No se trata de aprobar unos permisos y ya. Se trata de cambiar la relación entre lo productivo y lo reproductivo. Entre lo económico y los cuidados. Para que esto pase a ser un asunto público y social.

Así que conciliar NO es gratis. Para nosotras, no.

**Laura Baena Fernández**

Presidenta de la Asociación Yo No Renuncio  
y Fundadora del Club de Malasmadres.

## ANTECEDENTES



La campaña y el informe de “El Coste de la Conciliación” es el cuarto estudio sociológico impulsado por la Asociación Yo No Renuncio del Club de Malasmadres, una organización sin ánimo de lucro, que lucha por visibilizar el problema social de la falta de conciliación en España y la consecuente penalización de la mujer en el mercado laboral. Desde febrero de 2015 hemos realizado campañas de sensibilización y estudios sociológicos con un doble objetivo:

- A. Por un lado, concienciar a las personas de que el problema de la conciliación es un problema social, sobre el cual tenemos que actuar para cambiar y apostar por un modelo de sociedad más justo y sostenible.
- B. Por otro lado, nuestros estudios sociológicos nos han permitido diagnosticar cómo estamos viviendo las mujeres la falta de medidas, que favorezcan la conciliación y la corresponsabilidad al convertirnos en madres.

Con los resultados pretendemos alzar la voz de miles de mujeres e instar a las instituciones públicas y empresas a que estudien medidas que favorezcan el equilibrio de la vida personal, familiar y laboral.

La primera acción promovida el 13 de febrero de 2015 fue el lanzamiento de una encuesta, que tenía como objetivo analizar cómo distribuimos las mujeres el tiempo de trabajo remunerado, el tiempo de trabajo del cuidado y el tiempo para nosotras. La conclusión principal que arroja el primer estudio ‘Concilia13F’ es que, tan solo 2 de cada 10 mujeres, declara poder conciliar su vida personal, laboral y familiar. Además, el estudio constata que las mujeres solo disponemos, de media, de 54 minutos de tiempo libre después de realizar la doble jornada laboral, un aspecto que impacta en el cansancio físico y psicológico.

En 2017 se lanzó la segunda encuesta ‘Somos Equipo’, en la que se pretendía ir más allá, analizando el impacto que tiene la falta de corresponsabilidad en el mercado laboral. Del análisis se desprende que somos las mujeres las que asumimos la mayor carga de trabajo doméstico familiar y, en consecuencia, somos nosotras las que renunciamos a nuestra carrera profesional al ser madres. Según los datos recogidos, 6 de cada 10 mujeres renunciamos a nuestra carrera profesional al ser madres, algo que asumimos incluso desde antes de estar embarazadas y de lo que, a veces, no somos realmente conscientes.

En 2020, un mes antes de la llegada de la pandemia por la Covid19, lanzamos la campaña de ‘Las Invisibles’ junto con la encuesta, a la que respondieron más de 100.000 mujeres. Quisimos analizar todos los aspectos que nos hacen invisibles a las mujeres al convertirnos en madres en tres ámbitos: en la esfera laboral, en el hogar y en la sociedad en general. Los datos constataron que la maternidad discrimina laboralmente a la mujer y que la crianza y la educación la sostienen las mujeres sin, prácticamente, corresponsabilidad social y un mal reparto de tareas domésticas con sus parejas. Además, se puso de manifiesto la brecha que existe entre el deseo de ser madre y el número de hijos que tienen las mujeres finalmente. Esta brecha se basa, principalmente en la precariedad laboral y en la falta de medidas de conciliación.

Las Invisibles fue el pretexto para poner sobre la mesa la necesidad de visibilizar el trabajo del cuidado en la sociedad, ya que sin él no es posible la reproducción social. Y en el actual informe, hemos querido seguir con este propósito y aportar cifras para reivindicar el valor social y económico que debe tener el trabajo reproductivo en la sociedad. A continuación presentamos los resultados recogidos de 51.627 encuestas a mujeres entre los días 8 y 13 de febrero de 2022.

En “El Coste de la Conciliación”, hemos querido profundizar sobre el coste que supone a las personas el poder equilibrar los usos de los tiempos. En otras palabras, hemos querido poner de manifiesto que la conciliación supone un sacrificio (ya sea económico, personal o emocional) para las personas. Además, en el estudio, hemos seguido indagando sobre el reparto de tareas en los hogares biparentales y heterosexuales, pero esta vez, poniendo el acento en aquellas tareas de gestión emocional, las más invisibles de todas.

El objetivo es contrastar la hipótesis de que son las mujeres las que están asumiendo mayores responsabilidades doméstico-familiares y que, por tanto, son ellas las que pagan el coste más alto para poder conciliar.

A continuación presentamos los resultados.





# EL TRABAJO

*más invisible*

**TIENE ROSTRO  
DE MUJER**

1

1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

**LA DISTRIBUCIÓN  
DE LA CARGA DE TRABAJO  
ENTRE HOMBRES Y MUJERES.**



**E**L SISTEMA ECONÓMICO se ha sustentado, entre otras cosas, por la **división sexual del trabajo, que es la manera en la que cada sociedad organiza la distribución del trabajo entre los hombres y las mujeres, según los roles de género establecidos, que se consideran “apropiados” para cada sexo.** Tradicionalmente, esta distribución de tareas asigna a los hombres el trabajo productivo, en el espacio público (la empresa), y a las mujeres el trabajo reproductivo, en el espacio privado (el hogar).

Aunque se tiende a pensar que esta atribución de los roles se basa en factores biológicos -puesto que es la mujer la que da a luz y la que durante un periodo de tiempo alimenta a su hijo/a con su propio cuerpo-, son los mandatos sociales los que cobran más relevancia a la hora de entender este reparto desigual de responsabilidades. La mujer tradicionalmente ha sido la responsable principal del hogar y, pese a su incorporación en el mercado laboral, no ha repartido esta carga de trabajo invisible al mismo ritmo, ni con su pareja ni con la sociedad en general. Más bien ha acabado haciendo malabares para poder cumplir con el estereotipo de mujer o madre perfecta, que normaliza la doble presencia (en el empleo y en el hogar), sin que un trabajo afecte al otro.

Pero, ¿se ha exigido esta doble presencia al hombre por igual? La respuesta es no. Porque el trabajo del cuidado ha interesado invisibilizarlo, restándole valor, para asegurar que la fuerza de trabajo masculina seguía presente en la esfera productiva. Un ejemplo es que, hasta hace poco, los hombres contaban con apenas 15 días de permiso de paternidad para cuidar de su hijo o hija, eximiéndole de las responsabilidades en el hogar y fortaleciendo su relación en la esfera laboral. Afortunadamente, los recientes cambios normativos de los permisos parentales por nacimiento o adopción permiten que ellos asuman el cuidado desde el inicio, ya sea para cuidar al recién nacido o para cuidar de su pareja (que también es importante durante los primeros meses). Sin embargo, incidimos en que la legislación debe intensificarse y poner en el centro las necesidades de lo que ocurre en el hogar, implicando a los hombres, pero también a la sociedad (empresas, instituciones, sindicatos, etc.) porque, **aunque se observa que los roles tradicionales de género se van difuminando, no ocurre a la velocidad necesaria para alcanzar la igualdad.**

De hecho, ya vimos en estudios anteriores cómo las mujeres siguen siendo las responsables principales de las actividades reproductivas, que son las tareas doméstico-familiares y de cuidado de los hijos e hijas (como estar pendiente del seguimiento médico, seguimiento escolar, poner lavadoras, cocinar, limpiar, etc.) y cómo los hombres, a pesar de participar en el trabajo del hogar, no se responsabilizan con la misma intensidad que lo hace la mujer. Confirmamos, por tanto, que esta **división sexual del trabajo sigue presente en la actualidad, aunque cobre otra forma de expresión en un nuevo contexto** en el que las mujeres están mucho más presentes en el mercado laboral que las de generaciones anteriores.

## 1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

En la actualidad, en los hogares compuestos por una pareja, hombre y mujer, y que ambos tienen un empleo remunerado, **siguen existiendo desequilibrios en el reparto de la carga de trabajo global y son las mujeres las que asumen en mayor medida la carga de trabajo doméstico familiar**, asumiendo el rol de cuidadora principal, aunque aparentemente la presencia del hombre en algunas tareas domésticas pueda llevarnos a pensar que el reparto es más justo.



*Aunque se presume de igualdad, las madres cargamos con el 80% de la carga de trabajo general. En mi caso, mi pareja no se reduce la jornada porque, al cobrar más, nos cunde menos. Y claro, así soy yo la que se ocupa del pequeño casi todo el día. Perdiendo tiempo de trabajo, remuneración, reconocimiento y responsabilidades en el trabajo”*

La legislación sin perspectiva feminista en materia de conciliación ha provocado que, el trabajo en el hogar no sea merecedor de atención, ya que existe población que de forma voluntaria y altruista llevará a cabo el trabajo sin motivo para la queja. Sin embargo, la insostenible situación ha provocado que soportar el trabajo reproductivo en los hogares acabe con el propio sistema porque cada vez son más las mujeres que se alejan del deseo de tener hijos o hijas por el poco reconocimiento social y económico.

**Y es que la valoración subjetiva que se le ha dado a cada rol es distinta, siendo el trabajo doméstico y de cuidados el menos valorado, el más invisible y el que, además, no tiene reconocimiento económico.** Mientras que el trabajo productivo (el que se lleva a cabo en la empresa) es el que obtiene más reconocimiento social y más valor económico y, por ello, está remunerado.



*Estoy decepcionada con el sistema. Cuando nació mi primera hija cogí una reducción de jornada, luego he teletrabajado y, al final, he acabado en el paro. Ahora para la sociedad soy un parásito porque vivo del sueldo de mi marido. Sin embargo, creo que debería ser lo contrario: deberían premiarme por mi dedicación al cuidado de mi hija”*



*Siento que mi marido no valora el trabajo que hago por cuidar de nuestros hijos (llevar la casa, la compra, etc.) Parece que, al no trabajar fuera de casa (porque me echaron antes de reincorporarme de la baja maternal), las tareas del hogar no cuestan nada hacerlas”*

**Aunque las mujeres participan del trabajo productivo con tasas de actividad más altas que las de generaciones anteriores, éstas lo hacen asumiendo el trabajo doméstico y de cuidados como responsables principales, lo que implica que acaben haciendo dobles jornadas laborales y limitando tiempo para el descanso.** Como veremos a lo largo del informe, asumir este compromiso está suponiendo un coste muy alto para las mujeres en diferentes dimensiones: la personal, la salarial y la emocional.



*Parece que la mujer asume la doble jornada laboral (la del empleo y la del hogar). Se cree que es lo normal porque siempre ha sido así. No hay una voluntad sincera por cambiarlo, ni por parte de las instituciones ni por la sociedad en general. A nadie le gustan los cambios, es desagradable. Y esto es una posición muy cómoda, sobre todo para los hombres. Lo peor es que nosotras también lo asumimos porque 'siempre fue así'. Lo hicieron nuestras madres y nuestras abuelas, así que tendemos a repetir roles. Aunque ahora trabajemos fuera también"*

1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

**CUIDAR DE NUESTROS HIJOS E HIJAS  
ES UN TRABAJO QUE BENEFICIA  
A LA SOCIEDAD**



**¿**POR QUÉ ES NECESARIO hablar de trabajo cuando nos referimos a las tareas del hogar y de los cuidados? Como decíamos en el apartado anterior, el trabajo reproductivo es aquel que se da en el espacio privado (en el hogar) y durante mucho tiempo no se ha cuestionado quién lo hace y a cambio de qué. Afortunadamente, feministas como Silvia Federicci se han dedicado a reivindicar el concepto de trabajo para denominar a las tareas que se llevan a cabo en el hogar gratuitamente:

---

**“ESO QUE LLAMAN AMOR  
ES TRABAJO NO PAGADO”**

*Silvia Federicci.*

---

Este punto de partida es fundamental para entender que el tiempo que se destina a realizar las tareas de cuidado y los resultados que obtenemos producen el bien más importante para la sociedad: las personas y las comunidades. Y, además, generan economía.

Precisamente, **una de las características principales del trabajo reproductivo es la invisibilidad, puesto que el sistema no reconoce que esto es un trabajo, incluso las personas que lo realizan no toman conciencia de la importancia que tiene llevar a cabo estas responsabilidades para la sociedad.** A la organización social ya le interesa, sin embargo, que este trabajo esté invisibilizado, porque de este modo sale gratis y no da pie a que se reivindique su valor económico y social. En esta investigación hemos partido de la tipificación de las diferentes tareas que conlleva el trabajo reproductivo y hemos profundizado en las que son más invisibles y, sin embargo, cobran un enorme valor por la función social que tienen.

En el anterior informe, ‘Somos Equipo’, conceptualizamos las tareas doméstico-familiares en 3 dimensiones: las tareas domésticas, las tareas de cuidado y las tareas de alimentación. Y en cada dimensión quisimos distinguir entre las tareas de ejecución (que son físicas, no simultaneables y previsibles, generalmente) y las mentales (que son simultaneables a otras actividades y no tienen un claro inicio ni fin). Los resultados recogidos confirmaban que **la división sexual del trabajo sigue presente, aunque va cobrando otras formas, a medida que van apareciendo nuevos contextos.** Actualmente la participación de los hombres en las tareas domésticas es mucho mayor que la de generaciones anteriores; sin embargo, se concentran en las tareas de ejecución y fáciles de llevar a cabo, como cocinar o ir a hacer la compra. Mientras que es la mujer la que se responsabiliza de la organización y planificación del hogar y de las tareas, que después ejecutan sus parejas (como preparar los menús, hacer la lista de la compra, etc.).

Pero, tal y como apunta Lina Gálvez en “La economía de los cuidados”, el trabajo de los cuidados no remunerados comprende todas aquellas actividades que desarrollamos para atender o apoyar a otros/as de manera tanto física (como cocinar o dar de comer, etc.) como emocional, para sobrevivir día a día. Es por este motivo que en este informe hemos dado un paso más y hemos añadido la dimensión emocional y relacional, que tiene que ver con el sostén de las emociones de los niños y niñas que, como veremos, también recae en mayor medida, sobre los hombros de la mujer y refuerza, una vez más, los roles tradicionales de género en nuevos contextos.

Y con el objetivo de crear un paralelismo entre el trabajo productivo (el que realizamos en las empresas) y el reproductivo (el que realizamos en el hogar), hemos aunado las categorizaciones que hemos realizado en los dos estudios agrupándolas en diferentes tipos de funciones que se ofrecen en el hogar, como por ejemplo, el de la producción de bienes (que sería preparar las comidas y cenas) o el de las funciones de apoyo (que sería acompañar a nuestros hijos/as con las necesidades de la escuela), etc. **De esta forma, pretendemos concienciar sobre su importancia y visibilizar la necesidad de dar el valor social y económico que el trabajo reproductivo se merece.**

## ¿CÓMO REPARTIMOS LAS TAREAS DEL CUIDADO EN NUESTROS HOGARES?

---

A continuación detallamos algunas funciones del trabajo reproductivo:

- **Producción de servicios**, que implica, entre otras cosas, limpiar la casa, lavar, planchar, tirar la basura, etc.
- **Producción de bienes**, que conlleva cocinar, pensar qué hay que comer o cenar, pensar en comprar ropa, coser la ropa, etc.
- **Funciones de apoyo**, que tienen que ver con acudir al médico para acompañar a tus hijos o mayores, estar pendiente del seguimiento escolar, de los requerimientos del colegio, de los deberes, etc.
- **Funciones de logística**, que supone organizar los cuidados, el ocio, las actividades, como una fiesta de cumpleaños o como los días sin colegio, los campamentos de verano, etc.
- **Atención emocional**, el servicio que ha cobrado más importancia durante la pandemia y que menos se ha visibilizado es el soporte emocional que se le da a los menores, como la gestión emocional o la preocupación por sus relaciones con amistades, etc.

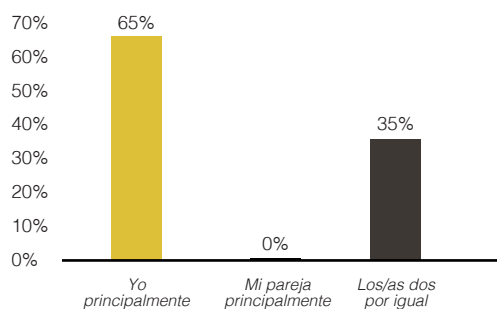


## 1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

Las tareas que conlleva mantener cada función del trabajo reproductivo son numerosas; sin embargo, en este informe hemos querido destacar las más representativas. En este sentido, hemos evaluado el reparto de estas tareas en los hogares biparentales y heterosexuales para medir cómo se reparte el trabajo reproductivo y **validar nuestra hipótesis de trabajo, que describe la falta de corresponsabilidad en los hogares, concretamente en las tareas con mayor coste emocional.**

En primer lugar, queremos destacar el reparto de la **gestión emocional** de los hijos e hijas, que tanta importancia ha cobrado durante la pandemia de la Covid-19. Las mujeres han sido las principales sostenedoras de los altibajos emocionales de los niños y niñas mientras las escuelas estaban cerradas, y las cifras recogidas dos años después constatan esta hipótesis, ya que **el 65% de las madres son la principal responsable de gestionar las emociones de sus hijos e hijas.** En el 35% de estos hogares se responsabilizan por igual el padre y la madre.

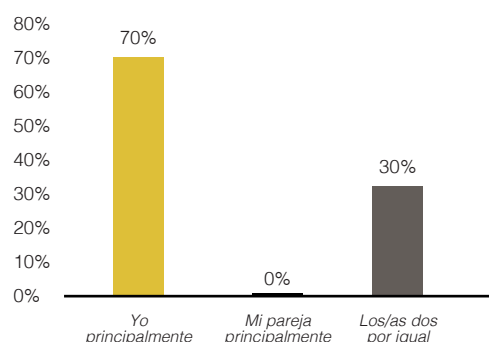
### ¿Quién suele gestionar las emociones de tu hijo o hija?



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS Y CON PAREJA,

En la misma línea, **el 70% de las mujeres asume la responsabilidad de preocuparse por las relaciones de amistades de sus hijos e hijas.** En el 30% de los hogares comparten esta función por igual.

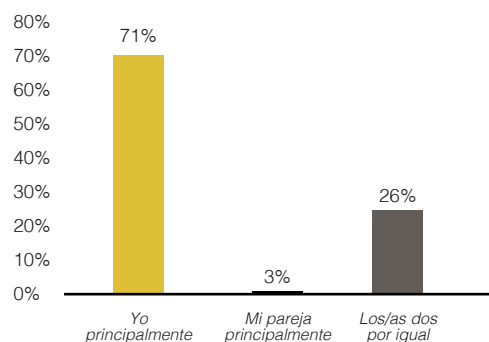
### ¿Quién suele preguntar a tu hijo o hija si está bien con sus amigos/as o tiene algún problema?



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS MAYORES DE 6 AÑOS Y CON PAREJA.

En relación a las **funciones de apoyo** que se atienden en el trabajo de los cuidados, queda patente de nuevo que existe un reparto desigual de este tipo de tareas, siendo la mujer la que asume estas funciones con mayor intensidad. Según las cifras recogidas, el 71% de las madres reconoce estar ella **pendiente de los deberes de sus hijos e hijas y solo el 3% de los casos lo hace sus parejas.**

### ¿Quién está pendiente de los deberes y estudios de tu hijo o hija?

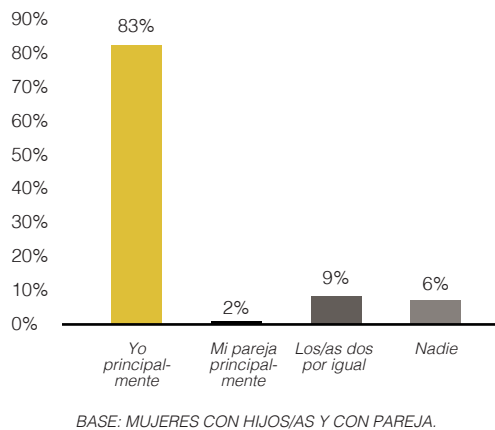


BASE: MUJERES CON HIJOS/AS MAYORES DE 6 AÑOS Y CON PAREJA.

## 1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

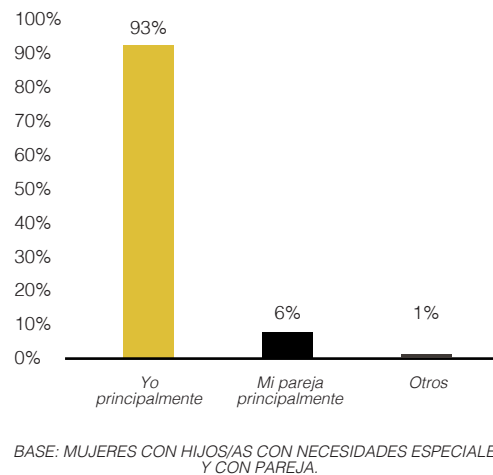
Asimismo, **estar pendiente de contestar y leer los grupos de Whatsapp de los compañeros y compañeras de la escuela, es una labor claramente femenina, ya que el 83% de las mujeres reconoce ser la principal responsable, frente al 2% de sus parejas.** Solo en un 9% de los casos esta tarea se comparte por igual.

### ¿Quién lee y contesta los mensajes de los grupos de Whatsapp de la escuela?



Y, concretamente en las familias con hijos o hijas con necesidades especiales, la brecha que existe en el reparto de las tareas de apoyo es todavía mayor. **En el 93% de los hogares con niños y niñas dependientes, son las madres las que se responsabilizan de llevarlos a terapia o a revisiones para hacer seguimiento de su desarrollo.** Solo un 6% de las parejas asume esta responsabilidad.

### ¿Quién se encarga en casa de llevar al día los extras de cuidados como terapias, revisiones, seguimiento desarrollo, etc.?

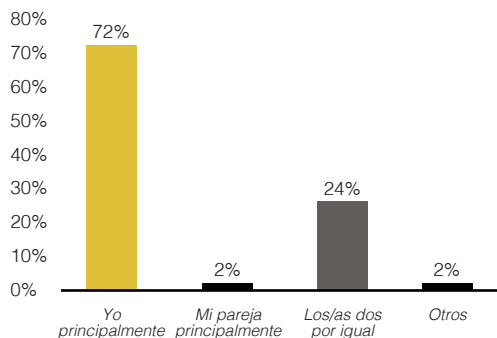


*Tengo un hijo con discapacidad reconocida y tengo que luchar por sus derechos a diario. Pero, todo son obstáculos para conseguir las prestaciones y no tenemos ayudas para que nos podamos centrar en él y sus terapias. Esto me supone un desgaste mental y físico tremendo. Con esa situación, ya me puedo olvidar de cualquier ascenso profesional. Estando al 50% es imposible”*

## 1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

En cuanto a **la organización y la logística**, también existe una clara desigualdad en el reparto de responsabilidades, siendo la mujer la que se encarga de ello con más frecuencia. Concretamente **el 72% de las madres declara ser la responsable principal de organizar los días no lectivos y el 24% lo reparte con su pareja por igual**. Solo en el 2% de los casos lo gestiona el hombre principalmente.

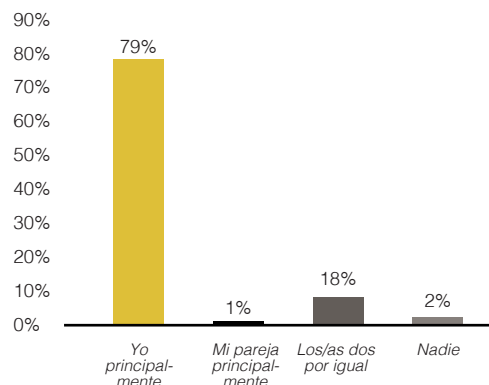
### ¿Quién suele organizar el cuidado o actividades cuando no se va al colegio?



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS Y CON PAREJA.

También, **la organización de las fiestas de cumpleaños se lleva a cabo, en el 79% de los casos, por las madres y solo en un 1% lo asume el padre como responsable principal**.

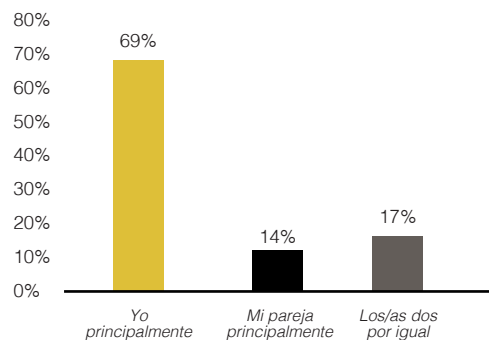
### ¿Quién se encarga de organizar las fiestas de cumpleaños de tu hijo/a?



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS Y CON PAREJA.

Por último, en cuanto a la **producción de bienes**, que tiene que ver con el pensar qué hay que comer o cenar, volvemos a constatar que es una labor más femenina, puesto que, en el 69% de los hogares, ella es la encargada de proponerlo y en el 17% afirma que lo deciden los dos por igual. En este caso, hay un 14% de hombres que asume esta responsabilidad principalmente y es la tarea donde la participación masculina está más presente.

### ¿Quién piensa normalmente en qué preparar para comer o cenar?



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS Y CON PAREJA.

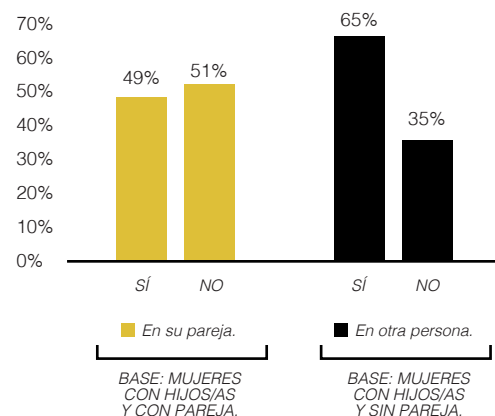
## LAS BARRERAS PARA LOGRAR LA CORRESPONSABILIDAD

Los datos recogidos en este análisis y en anteriores informes constatan que **la corresponsabilidad en los hogares no existe, puesto que el reparto es desigual y siguen siendo las mujeres las principales responsables de este trabajo reproductivo, que no se paga ni se valora socialmente.**

Sin embargo, en la encuesta también hemos querido atender a la percepción que se tiene de la corresponsabilidad en los hogares, ya que en el trabajo cualitativo previo hemos detectado que si bien hay mujeres que reconocen tener dificultades a la hora de delegar (ya sea porque no confían en el compromiso de sus parejas o bien por creencias limitantes, como que la mujer es quien controla mejor la gestión del hogar), también **existen quienes perciben que la corresponsabilidad es positiva, pero sin embargo, la carga mental que ellas soportan es mucho mayor que la de sus parejas.** Sobre esta reflexión cualitativa hemos querido indagar y entender qué percepción existe de la corresponsabilidad y del ejercicio de delegar en tu pareja u otras personas.

Según los datos recogidos, **la mitad de las encuestadas creen que les cuesta delegar (49%), mientras que la otra mitad no tiene dificultades para hacerlo (51%).** Asimismo, aquellas que no conviven con una pareja, afirman que les cuesta delegar las tareas doméstico-familiares en otras personas en un 64% de los casos.

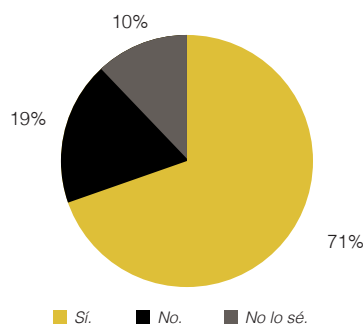
**¿Te cuesta delegar en tu pareja o en otra persona las tareas doméstico familiares que asumes tú principalmente?**



## 1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

Para profundizar más sobre los motivos por los cuales las mujeres declaran que les cuesta delegar, debemos indagar en las creencias y valores que aprendemos desde pequeñas y que tienen que ver con los estereotipos y roles tradicionales de género. Durante el proceso de socialización en el ámbito familiar, social o educativo hemos aprendido creencias (la mayoría de las veces sin darnos cuenta), que atribuyen a las mujeres la responsabilidad de cuidar de la familia y de sostener emocionalmente el hogar, mientras que a los hombres se les asigna el papel principal de sostener económicamente el hogar, protegiendo su papel en el ámbito laboral. Esta reflexión puede ayudarnos a entender el porqué hay más mujeres que sacrifican su salario, reduciendo la jornada laboral para cuidar de sus hijos e hijas, que hombres. Y son precisamente estas creencias aprendidas las que, inconscientemente, hacen que las mujeres sientan la necesidad de cumplir con su rol de cuidadora principal. Según los datos recogidos, **el 71% de las mujeres conviviendo en pareja siente que se le exige más presencia y dedicación a ella en las tareas doméstico-familiares que a su pareja.**

**¿Sientes que te exigen a ti más presencia y dedicación en las tareas doméstico-familiares que a tu pareja?**



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS Y CON PAREJA.

Además de estos estereotipos de género, también nos encontramos con otras barreras que tienen que ver con la organización social y distribución de los tiempos, puesto que favorecen la presencia y disponibilidad en el ámbito productivo y se limita la accesibilidad al ámbito reproductivo.

Según Teresa Jurado, en 'Padres y Madres Corresponsables', la corresponsabilidad en el hogar biparental y heterosexual depende, entre otras cosas, de la implicación parental y ésta tiene varias dimensiones: la accesibilidad, el compromiso y la responsabilidad. Lo hemos visto en las declaraciones que han dejado las Malasmadres en la encuesta y que constatan las barreras para la corresponsabilidad:

**A La accesibilidad**, definida como la disponibilidad potencial para la interacción con el niño o niña por estar presente.

“

*Asumo más peso en las tareas porque trabajo menos horas que mi pareja”*

“

*Me cuesta delegar en mi pareja porque ahora mismo no tengo trabajo, y me da cosa pedir que haga ciertas cosas. Pero estoy harta. Sé que cuando yo vuelva a tener un empleo, seguiré haciendo yo todo”*

## 1.- EL TRABAJO MÁS INVISIBLE TIENE ROSTRO DE MUJER

“

*Yo he tenido que renunciar a mi progresión laboral, reduciendo la jornada para llevarles al colegio, estar con mis hijos o hacer los deberes. Mi marido trabaja más horas que yo. Además, donde yo vivo tienes que llevarlos en coche al colegio, porque en el colegio de al lado de casa ya no hay plazas, y tampoco hay un transporte público decente, ni servicio de autobús, ni ayudas”*

- B El compromiso paterno**, entendido como la cantidad de tiempo invertida en los cuidados, y otras actividades compartidas con el niño, como el ocio o el juego.

“

*Me cuesta delegar porque lo he intentado todo y, aun así, las cosas se quedan sin hacer. Por ejemplo, el niño no pasa la revisión o va al colegio con las zapatillas que no tocan ese día. Y así miles de ejemplos”*

“

*Me cuesta delegar porque mi pareja y padre de mi hija, no asume sus responsabilidades (tengo que pedirle que haga las cosas y encima, resopla y se queja)”*

“

*Mi pareja viaja el 80% del tiempo. Ahora lleva un mes aquí y hace más cosas, pero hay que pedirse-lo, me cuesta delegar porque me agota tener que pedir todo, para eso lo hago yo”*

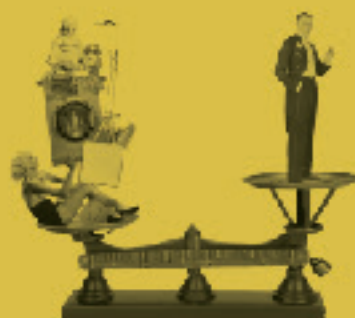
- C La responsabilidad**, expresada como el desempeño de control y supervisión de los cuidados de los niños, y gestión de los recursos organizativos necesarios a tal fin.

“

*Mi pareja las hace tras mi delegación, soy yo la que piensa en la necesidad y en la planificación para ello”*

“

*Él suele hacer tareas concretas, generalmente a petición mía, pero la planificación, organización... Suele ser cosa mía y veo difícil delegar esto porque al final no se hace todo lo que hay que hacer”*



**EL COSTE**  
*de la*  
**CONCILIACIÓN**

2

## 2.- EL COSTE DE LA CONCILIACIÓN

**EL TRABAJO REPRODUCTIVO  
TIENE UN VALOR INCALCULABLE,  
PERO UN COSTE MUY ALTO  
PARA LAS PERSONAS  
QUE LO EJERCEN.**





**D**ESPUÉS DE CONSTATAR que la división sexual del trabajo relega a las mujeres a las tareas domésticas, concretamente a las tareas más invisibles de organización y planificación y que son indispensables para sostener la sociedad, podemos afirmar que **son ellas las que van a asumir el coste para poder hacerse cargo de las tareas que le son atribuidas socialmente, a la vez que se dedican a su empleo para poder aportar ingresos al hogar.**

El término “coste” nos permite aproximarnos al trabajo reproductivo como lo hacemos al referirnos a la esfera laboral. Lo mismo ocurre con los conceptos de “valor” o de “precio”, que sirven para manejar la economía, pero raramente los oímos cuando hablamos del trabajo que se realiza en el ámbito privado y familiar. Si paramos por un momento y pensamos en términos económicos cuando hablamos de los cuidados, no tardamos en darnos cuenta de que al Estado y a las empresas les sale prácticamente gratis tener a población y fuerza de trabajo sana. En primer lugar, porque **el valor que tiene el trabajo de los cuidados podríamos decir que es incalculable, ya que gracias a éste se puede sostener una sociedad. Sin embargo, no tiene precio, al menos que se pague a una persona o una organización para llevarlo a cabo**

que, en cualquier caso, será un precio bajo. Y en segundo lugar, porque **si nos aproximamos al coste que tiene cuidar, constatamos que este indicador es tremendamente alto por todo lo que conlleva llevarlo a cabo y, sin embargo, no se cuenta, no se visibiliza.**

“

*Estoy realmente agotada. A la vuelta del permiso de maternidad tuve que hacer números y malabares para que todo cuadrara. Decidí comer en menos tiempo, para poder llevar y recoger a mi hijo de la escuela infantil y así no perder sueldo ni gastar más en horas extras de la escuela. Me dejo medio sueldo en la escuela infantil, y no paso todo el tiempo que quisiera con mi hijo. Decidí no reducir mi jornada porque no me salían los números y porque no quería renunciar a mi trayectoria profesional. Pero el precio que pago es alto y me hace estar triste o agobiarme al pensar que quizás mi hijo tenga fiebre y de nuevo tenga que pedir “un favor” a mi jefa. Cansada de pensar si el uniforme está limpio, si hay plátano para hacerle las tortitas del desayuno, acordarme de descongelar el pescado para la cena, que no repita lo que ha comido en la escuela... Y lo que más triste me pone es que mi hijo cumplirá 2 años en septiembre y nos apetece tener otro hijo, pero me lo estoy replanteando por la falta de conciliación que hay. ¡Cómo me duele que sea la falta de recursos la que decida si puedo volver a ser madre o no!”*

**EL ORIGEN  
DEL COSTE DE LA CONCILIACIÓN:  
INVISIBILIZAR LAS HORAS DEDICADAS  
AL TRABAJO REPRODUCTIVO**



**D**esde 1810, Robert Owen, empresario galés, difundió la idea de que la calidad del trabajo de un obrero tiene una relación directamente proporcional con la calidad de vida del mismo. En el contexto de la Revolución Industrial en el que se trabajaban más de 15 horas, creyó necesario mejorar la vida de los trabajadores y, entre otras cosas, determinar una cantidad máxima de horas de trabajo. En 1817 planteó el objetivo de trabajar una jornada de ocho horas como máximo, y la defendió bajo el lema de “ocho horas de trabajo, ocho horas de recreo, ocho horas de descanso”.

Un planteamiento como este, que nació tras la Revolución Industrial, se empezó a cuestionar en el momento en el que la mujer se incorpora en el mercado laboral de forma masiva y el modelo tradicional de familia, en el que la mujer trabaja en casa atendiendo a las responsabilidades domésticas, entra en declive. Algo se escapa de este modelo laboral y de vida: y es que el trabajo de los cuidados nunca ha estado contemplado en este modelo de 8-8-8. Si se hubieran contabilizado las horas dedicadas al trabajo reproductivo, se deberían haber replanteado las horas de trabajo y de ocio, puesto que, para tener una calidad de vida saludable, es recomendable descansar 8 horas diarias. Las 16 restantes quedarían para repartir entre el ocio, trabajo en el empleo y trabajo en el hogar.

Hoy en día, puesto que el modelo laboral no contempla e invisibiliza el trabajo reproductivo, la conciliación está suponiendo un coste, especialmente para las mujeres, que son las que, además de estar presentes en el mercado laboral, son las que asumen con mayor intensidad el trabajo de los cuidados y doméstico. **Son ellas, por tanto, las que reparten sus horas entre los dos trabajos, reduciendo su tiempo de descanso, de ocio, su salario o incluso su salud mental.**

En este informe hemos querido poner el foco precisamente en los distintos tipos de costes que tiene para las personas tener que ejercer el trabajo de los cuidados sin medidas de conciliación:

- **El coste económico**, ya sea porque estás sacrificando parte de tu salario para poder cuidar (reduciendo la jornada, cogiendo una excedencia o abandonando temporalmente el mercado laboral) o porque estás pagando los cuidados a otras personas o servicios que lo atienden.
- **El coste personal**, que se refiere a la falta de tiempo libre para una misma. Este es el coste que cuesta más visibilizar, porque la educación que recibimos atribuye a la mujer las responsabilidades domésticas y por ello, al convertirse en madre, asume ese tiempo como propio y no como tiempo de trabajo para cuidar a terceras personas.

■ **El coste emocional.** El desgaste emocional y sentimental que tiene la crianza es muy alto, fruto de la falta de apoyo social, del individualismo que impera sobre todo en las ciudades y la falta de redes con las que se pueda compartir la crianza. La maternidad se entiende como una decisión personal y como tal, se considera que la implicación en la educación, la gestión emocional o el sostén en el desarrollo de los hijos e hijas es de las familias, concretamente de las madres. Como consecuencia, muchas mujeres ven afectada su salud mental, sin ni siquiera darse cuenta.

A continuación desarrollamos los datos recogidos según los principales costes que asumen las mujeres para equilibrar los tiempos de trabajo en el empleo, del trabajo en casa y el tiempo para ellas.

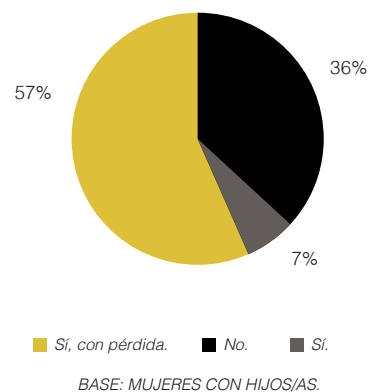
### EL COSTE LABORAL, SALARIAL Y FINANCIERO

A pesar de que la incorporación de la mujer en el mercado laboral de forma masiva ha sido un gran avance para la igualdad, existen bastantes sombras en este sistema más bien insostenible. El camino recorrido en el ámbito laboral no ha ido acompañado de cambios en la esfera doméstica, donde las mujeres, como hemos visto, siguen siendo las que asumen la gestión y organización del trabajo reproductivo. En consecuencia, las responsabilidades domésticas se perciben como un obstáculo en la trayectoria laboral

de las mujeres. Algunas mujeres optan por resolver esta tensión reduciendo la jornada laboral, cogiéndose una excedencia o ausentándose del mercado laboral. Otras prefieren cambiar de empleo y apostar por horarios que permitan compatibilizar los horarios escolares con los laborales y hay quienes prefieren apostar por el emprendimiento en busca de la flexibilidad horaria. En cualquier caso, se pone de manifiesto que las mujeres están asumiendo un coste laboral que, en la mayoría de los casos, supone una merma salarial.

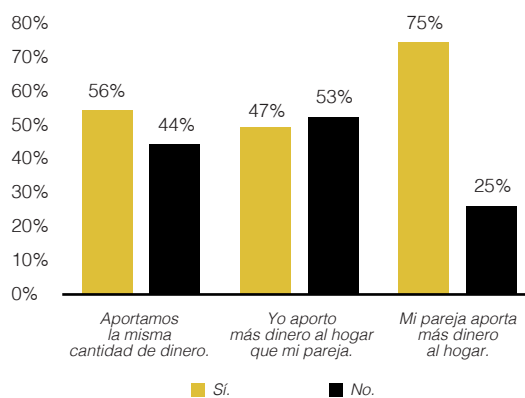
Concretamente, **el 64% de las mujeres con hijos e hijas ha asumido algún coste laboral, ya sea reduciendo su jornada, cogiendo excedencia, rechazando empleos por sus horarios o abandonando el mercado laboral. Y el 57% de ellas ha asumido esta pérdida de ingresos para poder ejercer el trabajo doméstico familiar.**

**Ha asumido un coste laboral con o sin pérdida de ingresos.**



Es relevante también destacar que asumir el coste laboral no tiene una correlación directa con el hecho de aportar más ingresos al hogar. Así, en aquellos hogares en los que ambos aportan la misma cantidad de dinero, el porcentaje de mujeres que asume el coste laboral es superior al 50%. Evidentemente, cuando la pareja aporta más dinero al hogar, el porcentaje que asume el coste laboral es mucho mayor.

**Ha asumido un coste laboral con o sin pérdida de ingresos según quién aporta más dinero al hogar.**



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS CON PAREJA.

“

Es muy difícil conseguir un trabajo que me permita cuidar de mis hijas estando sola. He vivido mucha precariedad económica y ha sido muy duro. Ahora, que son más mayores, estoy algo mejor”

“

Ahora mismo estoy sin empleo, pero hay ciertas temporadas que trabajo a jornada completa y me obliga a ir corriendo todo el día o dejar a ratos solos a mis hijos hasta que llega mi marido (cosa que no me gusta nada). Esos días apenas veo a mis hijos y no me compensa, la verdad. No podría estar así todo el año. Yo acepto los trabajos porque son cosa de un mes, dos como mucho, pero no lo aceptaría si fuera un contrato fijo. Es imposible, y me obligaría a tirar de mis padres o andar todo el día corriendo como pollo sin cabeza”

“

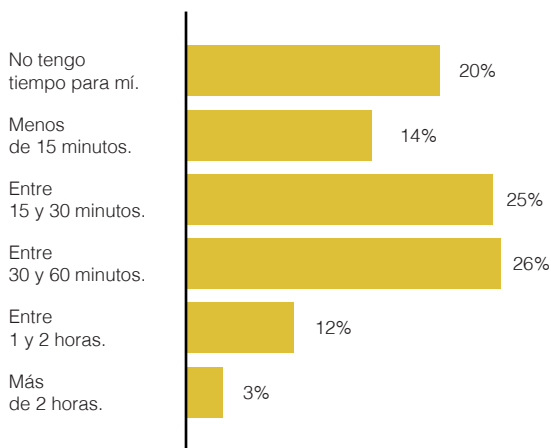
Pienso que cuando te conviertes en madre tu vida cambia totalmente, tienes una carga brutal enorme y decides seguir como sea porque tienes una pequeña persona a tu cuidado. Me hicieron la vida imposible en mi anterior trabajo, porque al ser madre y querer conciliar ya no interesaba, ya no era buena trabajadora... Y tienes que renunciar a todo para buscar un empleo que cotizas a media jornada y sobrevivir cuando el peque se pone malo. La conciliación es una mentira”

## EL COSTE PERSONAL

Las ocho horas de ocio a las que se referían tras la Revolución Industrial no son consumibles si no existe corresponsabilidad para llevar a cabo el trabajo de los cuidados. Los datos constatan, una vez más, que son las mujeres las que están sacrificando su tiempo libre para poder cuidar y ejercen la doble jornada sin prácticamente tiempo para el ocio personal. Según los datos recogidos, **el 65% de las mujeres tiene menos de una hora libre al día y el 20% declara no tener tiempo para ella.**

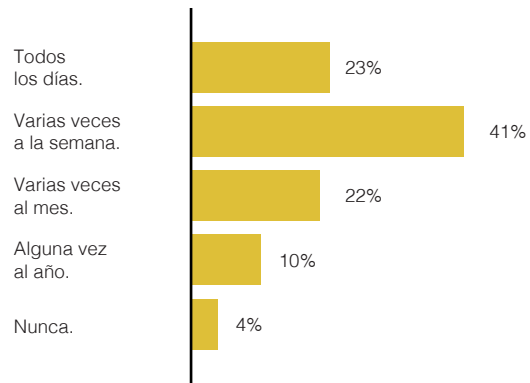
Además, soportar esta doble presencia (trabajar en tu empleo y trabajar en casa) supone un cansancio permanente que, en ocasiones provoca alteraciones en la salud mental de las mujeres. Concretamente **el 64% de las mujeres declara llegar cansada prácticamente cada día a su trabajo por las responsabilidades doméstico-familiares.**

### ¿Cuánto tiempo tienes para ti en un día laboral?



BASE: TOTAL MUJERES ENCUESTADAS

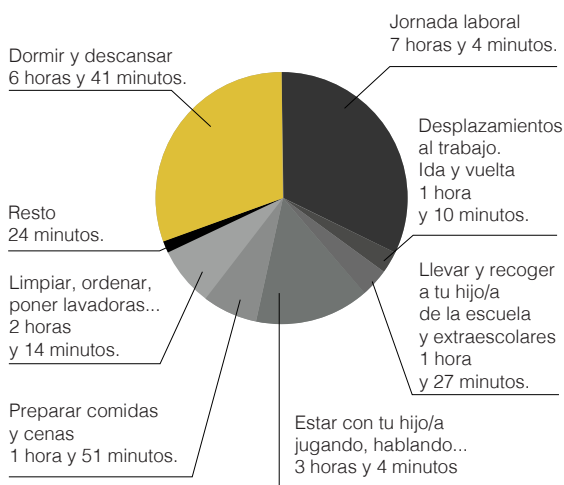
### ¿Llegas cansada al trabajo debido a las responsabilidades familiares y domésticas?



BASE: TOTAL MUJERES ENCUESTADAS

Teniendo en cuenta las necesidades domésticas —como preparar comidas, cenas o limpiar, ordenar, poner lavadoras, etc.— y familiares —como estar con los niños y niñas, desplazamientos para llevarlos a la escuela, etc.— necesitamos unas ocho horas y media diarias para llevarlo a cabo. Sin embargo, para disponer del tiempo personal, sin alterar el tiempo necesario para el descanso (ocho horas recomendadas) sería necesario replantear la jornada laboral y apostar por la corresponsabilidad para poder repartir la carga de trabajo y así disponer de tiempo personal. En este sentido, cabe destacar la idea de que no puede existir la conciliación si no se trabaja la corresponsabilidad en el hogar y social, que reparte la carga de trabajo reproductivo entre toda la sociedad.

**¿Cuántas horas dedicas a cada actividad?  
Promedio de tiempo.**



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS Y CON EMPLEO.



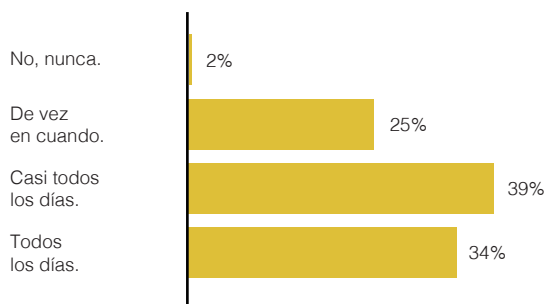
*Desde el minuto en que me convertí en madre, me he sentido sola. Pedí una excedencia de siete meses porque no me sentía preparada para dejar a ese bebé tan pequeño en una guardería. Me sentí desbordada muchos días, con obligaciones 24/7 sin poder hacer nada para mí, porque 'mi trabajo' era cuidar de la casa y del niño. Cuando acabó mi excedencia en mi trabajo me dijeron que no había un puesto en el que poder reincorporarme, por lo que me quedé en el paro. Para encontrar trabajo tuve que buscarlo a 130km de mi casa. Lo encontré. Tengo un trabajo que me gusta y estoy feliz, pero con un horario difícil. Salgo de casa a las 6:40 horas y vuelvo a las 21:00 horas. Cuando llego, baño a mi bebé de 15 meses, jugamos un ratito y rápido a dormir para que no se haga tan tarde. Siento que no tengo vida. Podría teletrabajar, pero los jefes no quieren. Tampoco quieren que hagamos jornadas intensivas o trabajar con flexibilidad horaria. No lo entiendo. Por otra parte, desde que empecé a trabajar hace tres meses, (cogí este trabajado estando de acuerdo con mi pareja, nos hacía falta el dinero y sabíamos el horario que era) todos los días tengo que oírle decir que se pega palizas a diario porque hace todo lo de la casa y que si llega él a saber esto cuando me ofrecieron el trabajo, me hubiera dicho que no lo cogiera... como si fuese una decisión suya”*

## EL COSTE EMOCIONAL

Cuidar es un trabajo que requiere de habilidades emocionales, como la empatía, la paciencia, la dedicación y esfuerzo (no solo físico, sino también psicológico). Fruto de esta dedicación, muchas cuidadoras viven en permanente cansancio que se traduce en el coste emocional que es, sin duda, el más invisible de todos. La carga mental que soportan generalmente las mujeres conlleva el desgaste diario que, acompañado de la falta de tiempo para el autocuidado, acaban mermando la salud mental. Según el trabajo presentado por el equipo de sociólogas de la Universidad Carlos III “El cuidado de las personas. Un reto para el siglo XXI”, las consecuencias psicológicas principales que viven las cuidadoras de menores son ansiedad, dejar el autocuidado en un segundo plano, falta de libertad, rigidez de la cotidianeidad, pérdida de tranquilidad, reposo, etc.

Los datos recogidos constatan este coste emocional y la falta de reciprocidad a la hora de recibir cuidados, ya que las personas que cuidan también deben reconocer su derecho a ser cuidadas. **El 73% de las mujeres declara sentirse agotada prácticamente a diario por la carga mental de las tareas doméstico-familiares.**

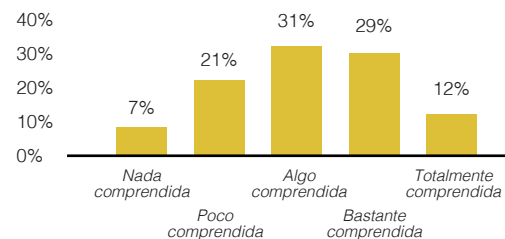
### ¿Te sientes agotada por la carga mental de las tareas domésticas y familiares?



BASE: TOTAL MUJERES ENCUESTADAS

Y ante este agotamiento, que genera tristeza o desbordamiento, el 28% de las mujeres conviviendo con pareja declara no sentirse comprendida por su compañero. **Solo el 12% se siente totalmente comprendida.** En el caso de las mujeres que no conviven con pareja, solo el 9% de ellas se siente comprendida por su entorno familiar o de amistades.

### Cuando has estado triste o te ha desbordado una situación, ¿te has sentido comprendida por tu pareja?



BASE: TOTAL MUJERES CONVIVIENDO CON PAREJA



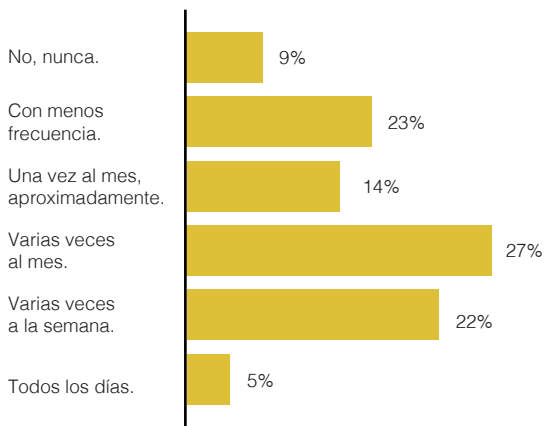
*Me siento una esclava en mi propia familia, sin que se valore todo lo que hago.*

*Estoy agotada de no poder dormir bien y no poder descansar por tanto trabajo. La factura que pago es la ansiedad, que está derivando en depresión”*



Esta falta de corresponsabilidad y de conciliación en los hogares también se cobra con un coste sentimental en las parejas. Las discusiones de pareja por el reparto de las tareas doméstico-familiares son frecuentes, algo que se ha puesto de manifiesto ante el incremento de divorcios tras el confinamiento por la Covid19<sup>1</sup> (en 2021 creció un 5,7% más respecto al mismo periodo del año pasado, según los datos del Consejo General del Poder Judicial (CGPJ) . En concreto, 7 de cada 10 mujeres declara discutir mínimo una vez al mes con su pareja: el 27% lo hace prácticamente cada día.

### ¿Discutes con tu pareja por el reparto de las tareas doméstico y familiares?



BASE: TOTAL MUJERES CONVIVIENDO CON PAREJA



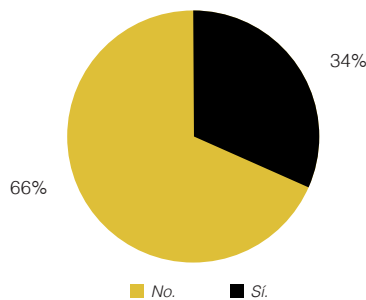
*Soy autónoma y esto me permite organizarme mejor, pero también es porque estoy divorciada y compartimos la custodia. Hasta que no me divorcié, no pude tener ni una hora libre que no fuera para trabajar. El bebé era solo mi responsabilidad y mi pareja no hacía nada para ayudarme. Fue muy difícil compaginar posparto, la maternidad sola y el trabajo (mi familia es de otra ciudad y aquí estoy sola y sin ayuda). Tenía que trabajar con el niño en brazos, un brazo en el portátil y otro agarrando al niño mientras mamaba. No llegué ni a tener la baja maternal. A los 10 días, ya estaba trabajando desde casa. Fue muy agobiante y agotador”*

<sup>1</sup> <https://www.elmundo.es/espana/2021/06/09/60c08bbce4d4d8910d8b4582.html>

## 2.- EL COSTE DE LA CONCILIACIÓN

Este coste emocional debe ser abordado con un replanteamiento de la corresponsabilidad social y en los hogares, pero también fomentando el autocuidado con la ayuda profesional. Lamentablemente, esta ayuda no es tan frecuente, a pesar de saber que es necesaria. Según los datos recogidos, **el 66% de las mujeres reconoce que no ha pedido ayuda psicológica, pese a sentir desbordamiento y tristeza.** En estudios cualitativos previos hemos profundizado sobre las barreras que existen para el autocuidado de la salud mental y son: por vergüenza, por no poder pagarlo o por falta de tiempo.

**¿Has recurrido alguna vez a alguna ayuda psicológica al sentirte desbordada o triste?**



*BASE: TOTAL MUJERES QUE SE HAN SENTIDO DESBORDADAS O TRISTES.*



**EL COSTE**  
*de la*  
**CONCILIACIÓN**  
*en la pandemia*

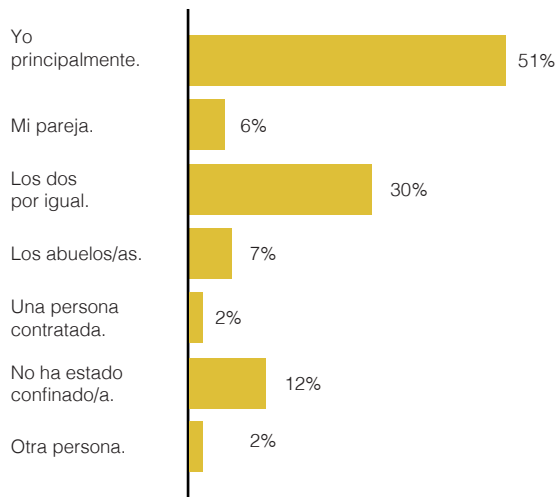
3



**D**esde que el 14 de marzo de 2020 se decretó el estado de alarma por la llegada de la pandemia de Covid-19, la sociedad ha tenido que vivir adaptaciones a su vida cotidiana para prevenir la expansión de los contagios, que han tenido consecuencias económicas, sanitarias, sociales y también familiares. En este sentido, las familias han tenido que soportar el cuidado de los menores durante la fase de confinamiento estricto, cuando los colegios permanecen cerrados, pero la vida laboral volvía a la normalidad y también, cuando los menores debían confinarse, cuando eran contacto de un positivo. En todos estos escenarios las familias se han enfrentado a la conciliación sin prácticamente medidas facilitadoras para poder atender las demandas de los hijos e hijas. Una de las medidas puestas en marcha por el Gobierno ha sido el *Plan Me Cuida* que, pese a la supuesta agilidad a la hora de tramitar la necesidad de cuidados, no ha sido efectivo porque supone un coste salarial, que no todo el mundo está en condiciones de asumir.

Teniendo en cuenta este contexto, en este estudio hemos querido indagar sobre el reparto del coste de la conciliación durante la pandemia. Los datos recogidos confirman, una vez más, que son las mujeres las que asumen la responsabilidad del cuidado principalmente. **En el 51% de los hogares con hijos, es la mujer la que ha cuidado principalmente y solo en un 6% ha sido su pareja.** En el 31% de los casos se han repartido este trabajo durante las fases de confinamiento.

### ¿Quién ha cuidado de tu hijo o hija cuando ha estado confinado/a durante la pandemia?



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS

La organización para atender el cuidado se ha llevado a cabo haciendo lo que se ha podido, ya que ha sido muy difícil poder compatibilizar el trabajo doméstico-familiar con el empleo. A pesar de que la organización se ha llevado a cabo mayoritariamente gracias al teletrabajo y la flexibilidad horaria, no todo el mundo ha tenido las facilidades por parte de la empresa y eso ha dificultado la conciliación. En la mayoría de casos se ha teletrabajado o se ha contado con flexibilidad horaria.



*Durante el primer confinamiento tuve que pedir el permiso sin sueldo y después, en cada cuarentena, he hecho exactamente lo mismo. Mi empresa me denegó el teletrabajo y mi situación económica se hizo insostenible. Actualmente estoy de baja por un trastorno de ansiedad”*



# EL VALOR

*social y económico*

## DEL CUIDADO

4



**L**a invisibilidad del trabajo reproductivo en una sociedad en la que lo que ocurre en el hogar es un asunto privado, hace más complicado poner los cuidados en el centro de las cuestiones institucionales y empresariales. “Lo que no se ve no existe”, pero al referirnos al trabajo doméstico-familiar, no es solo una cuestión de que se vea, sino que se reconozca el valor que tiene para la sociedad. Como indica Ana de Miguel en su libro “Ética para Celia”, el reconocimiento es un concepto filosófico que se relaciona con la justicia y nombra la necesidad de ser reconocidos en igualdad con el resto de los seres humanos, de no ser tratados como inferiores. Además, Ana de Miguel señala que el no reconocimiento puede mutilar nuestras expectativas y la imagen de nosotras mismas, la confianza en nosotras y en la vida.

En este sentido, para hablar de igualdad real, es necesario que el reconocimiento de las tareas atribuidas socialmente a la mujer también sea real. No solo debemos apostar por acabar con la brecha salarial o económica, sino que, además, también hay que acabar con **la brecha de reconocimiento**. Y en este sentido, poner en el centro el trabajo reproductivo para que éste esté reconocido socialmente es clave para avanzar en igualdad.

Además, también es fundamental destacar la invisibilidad del trabajo reproductivo por no estar valorado económicamente. Se han hecho algunas investigaciones sociológicas al respecto, que sitúan **el precio del trabajo doméstico-familiar en 8,09 euros por hora trabajada**<sup>2</sup>. No olvidemos que el PIB, el principal indicador del sistema de cuentas nacionales y de la economía de un país, no contabiliza las actividades realizadas en los hogares porque no hay una relación mercantil entre quien ofrece el servicio y quien lo recibe. Es el caso, como estamos viendo en este informe, del trabajo de atender el cuidado de niños y/o dependientes, de cocinar o de limpiar en casa. De haberlas tenido en cuenta, **el trabajo no remunerado representaría el 40,8% del PIB**, según el trabajo realizado por la socióloga Marta Domínguez Folgueras.

---

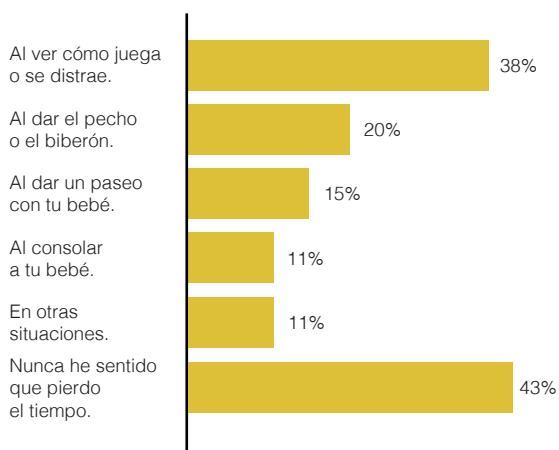
<sup>2</sup>El coste económico de estas actividades se estima calculando el tiempo que los miembros del hogar invierten en las tareas domésticas y multiplicando este tiempo por el salario neto que se pagaría a una persona externa por hacerlas (8,09 euros por hora). Estudio de Marta Domínguez Folgueras, Departamento de Sociología de Sciences Po (Instituto de Estudios Políticos de París). “¿Cuánto vale el trabajo doméstico en España?”

Partiendo de estas dos barreras para visibilizar el trabajo de los cuidados, en este informe hemos querido indagar sobre la percepción que se tiene de él. En reflexiones cualitativas previas, hemos detectado que hay tareas doméstico-familiares que se perciben como improductivas, ya que al no estar remuneradas ni valoradas, dan la sensación de estar “perdiendo el tiempo”. Es por ello que hemos querido profundizar en esta idea y los resultados confirman que hay **algunas actividades del trabajo reproductivo que generan la inquietud de no estar haciendo nada productivo, cuando no es así**. Según los resultados, **el 38% de las mujeres han sentido que pierden el tiempo cuando ven cómo su hijo o hija juega o se distrae** y una de cada cinco lo siente mientras alimenta a su hijo o hija dando el pecho o biberón. Otras opciones que mencionan las mujeres encuestadas es el tiempo dedicado a dormir a sus hijos o hijas y también el tiempo destinado a los desplazamientos (para ir a extraescolares o la escuela).

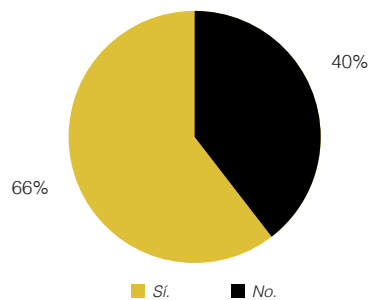
Otra de las formas en las que se detecta la falta de reconocimiento social que tiene la maternidad es la percepción que tienen las mujeres de sentirse menos valorada por la sociedad. Esta percepción se adquiere a través de comentarios, desprecios o comportamientos que penalizan socialmente que una mujer sea madre. Según las cifras recabadas, **cuatro de cada diez mujeres se han sentido menos valoradas en su empleo o en su entorno familiar y de amistades al convertirse en madre**. Los principales motivos tienen que ver, por un lado, con infravalorar las capacidades de una mujer cuando tiene hijos en la esfera laboral y, por otro lado, destaca la percepción de que la crianza no es un trabajo, sino más bien un estado de plenitud y felicidad elegido libremente, que no conlleva esfuerzo físico y mental.

**¿Te has sentido menos valorada por tus compañeros/as en el trabajo, por tu familia o por tus amigos/as al convertirte en madre?**

**¿Has sentido que pierdes el tiempo haciendo alguna de estas actividades?**



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS



BASE: MUJERES CON HIJOS/AS

Algunos comentarios que reciben las mujeres al convertirse en madres son:

“

*Tengo que oír reproches por no aceptar reuniones fuera de mi jornada reducida. Y a menudo, tengo que oír comentarios de que las madres nos cogemos jornada para estar protegidas laboralmente”*

“

*Mi jefe me dijo un día: ‘Tú, por lo menos, no te volverás a quedar embarazada”*

“

*Cuando me reduje la jornada para poder cuidar de mi hija me dijeron: ‘Qué suerte, jornada reducida, ahora a descansar”*

“

*Un día, durante mi cuarentena me dijeron que por qué me quejaba tanto si yo estaba de vacaciones en la casa con mi hija”*

“

*Perdí una oportunidad de ascenso, porque al reincorporarme, según ellos, no estaba centrada al 100% por ser madre”*

“

*Si te sientes mal o agotada por la maternidad, siento que no me puedo expresar con libertad porque siempre tengo que escuchar ‘es lo que has elegido”*

“

*A menudo me dicen: ‘Eres una exagerada, ser madre es eso y tú lo decidiste”*



## CONCLUSIONES



Con el estudio 'El Coste de la Conciliación' se ha querido dejar de manifiesto que **la falta de medidas de conciliación no es gratis**, especialmente para las mujeres que llevan a cabo el trabajo doméstico-familiar. Este mal planteamiento de las medidas y mala organización del sistema de horarios provoca que **equilibrar los usos de los tiempos sea una misión imposible y se consiga a costa del sacrificio de las personas**, concretamente de las familias y las mujeres.

Se pretende, por tanto luchar por un cambio de paradigma, que no solo ponga en el centro aquello que es necesario para la reproducción social (los cuidados) sino que, además, lo considere una responsabilidad de todas y todos y no únicamente un deber de las mujeres que eligen ser madres. **Es urgente, por tanto, dar el valor social y económico a este trabajo invisible para que, así, la sociedad se responsabilice de ello, como le corresponde.**

En este capítulo final queremos exponer las conclusiones a las que llegamos después de analizar las respuestas recogidas en la encuesta "El Coste de la Conciliación", realizada en febrero de 2022 y en la que alzaron la voz más de 50.000 mujeres.

Los principales resultados obtenidos destacan que las mujeres asumen un alto coste para poder llegar a todo, haciendo malabares, y asegurar el cumplimiento de la doble jornada (la que cumplen en su empleo y la que realizan para el ámbito familiar). Estos datos explican con detalle el coste que están soportando las mujeres y por el cual no se está preocupando el sistema (ni las instituciones, ni las organizaciones ni la sociedad en general) a partir de las siguientes reflexiones extraídas del estudio:



**El coste laboral y salarial.** Las medidas de conciliación más solicitadas son aquellas que tienen que ver con la reducción de horas de trabajo, con la consiguiente pérdida salarial. El poder facilitar la adaptación de la jornada y la flexibilidad horaria o incluso compactar las jornadas laborales podría evitar este coste, sin embargo, no son medidas que se soliciten con la misma frecuencia.



**El coste personal.** El planteamiento de los tiempos de trabajo y de ocio obliga a que las personas, que tienen la responsabilidad social de cuidar, lo hagan a costa de su tiempo personal. Además, el poco tiempo libre que tiene una mujer al día se disfruta generalmente durante las últimas horas, después de haber cumplido con la doble jornada laboral, lo que supone un incremento del cansancio por no poder desconectar a lo largo del día.



**El coste emocional.** Se constata una vez más la falta de reciprocidad a la hora de recibir cuidados, ya que las mujeres que cuidan no están siendo cuidadas y tampoco tienen tiempo para el autocuidado. Más bien están soportando una alta carga mental derivada de llevar las tareas doméstico-familiares y que, además, acaba afectando a su salud mental.

## CONCLUSIONES

Este coste, sin embargo, podrá verse reducido si las políticas públicas se plantean con perspectiva de género y de infancia y, por tanto, tienen en cuenta las necesidades y recursos que requiere el trabajo de los cuidados. Pero, además, también podemos evitar el alto coste si existe corresponsabilidad en el hogar y en el entorno familiar o de amistades. Para lograrlo, las personas requieren de más tiempo para poder ejercer la corresponsabilidad por igual y no se produzcan desigualdades a la hora de repartir las tareas doméstico-familiares, como está ocurriendo actualmente.

En encuestas anteriores de la Asociación Yo No Renuncio ya se puso de manifiesto que **las mujeres son las responsables principales de los cuidados**, especialmente de las tareas que tienen que ver con la planificación y organización del hogar. Y en esta encuesta, hemos querido seguir profundizando en las tareas más invisibles, como son la gestión emocional, el apoyo a los niños y niñas o la atención diaria a sus necesidades. Con los datos recogidos, se pone en evidencia que el reparto es todavía más desigual que en otro tipo de tareas.

Cabe destacar la importancia que tienen las creencias a la hora de asignar los roles de género. Según las cifras recogidas en el informe, las mujeres perciben que se les exige más a ellas el estar presente en el hogar y ser responsable de las tareas doméstico-familiares. En este sentido, **desde la Asociación Yo No Renuncio, destacamos la importancia de trabajar tanto en políticas que corrijan este sesgo social, como en proyectos de sensibilización para derribar las creencias tan asentadas en la sociedad y que acaban penalizando a la mujer en diferentes ámbitos.**

En definitiva, insistimos en constatar que **el trabajo reproductivo, el que tiene que ver con los cuidados, no tiene valor social ni económico.** Y el hecho de invisibilizar este trabajo no solo tiene un coste personal, que afecta principalmente a las mujeres, sino que también acaba teniendo un coste altísimo para la sociedad, porque las mujeres y familias acaban rechazando su deseo de tener hijos o tener más hijos, al no verse apoyadas ni respaldadas por la sociedad.

Después de este análisis e informe de “El coste de la conciliación”, elaboramos las principales claves del diagnóstico para trabajar en los ejes principales que serán inicio de nuestros próximos pasos a la acción en el ámbito político y social. Nuestros estudios no se quedan aquí, siempre nos llevan a trabajar en nuevos planteamientos y servicios que debemos poner en marcha desde la Asociación Yo no renuncio por la conciliación que lideramos. Este es nuestro compromiso con la sociedad en general y con las mujeres madres en particular. Para que ninguna mujer tenga que renunciar por el mero hecho de ser madre.

**No renunciamos. Ahora ni nunca.**

**Laura Baena Fernández  
y Maite Egoscozabal Solé**

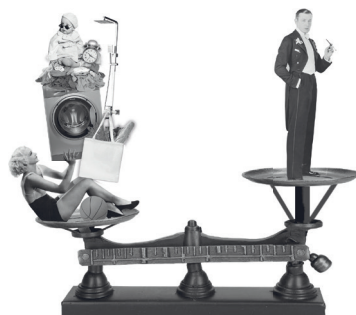
Responsables del equipo de la Asociación  
Yo no renuncio por la conciliación desde 2015.

## CONCLUSIONES

Todos nuestros estudios e información  
sobre cómo convertirte en una activista de la conciliación en

[yonorenuncio.com](https://yonorenuncio.com)

## NOTAS METODOLÓGICAS



## FICHA TÉCNICA Y ASPECTOS METODOLÓGICOS

---

**Universo:**  
mujeres con o sin hijos/as.

**Ámbito:**  
nacional.

**Tamaño de la muestra:**  
51.627 encuestas válidas.

**Error muestral:**  
para un nivel de confianza del 95,5%,  
el margen de error de la muestra es del  
+-0,4%.

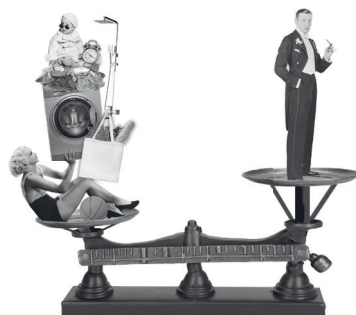
**Metodología:**  
encuestas online.

**Fechas de realización:**  
del 8 al 13 de febrero de 2022.

**Equipo de investigación social:**  
Asociación Yo No Renuncio con Laura  
Baena y Maite Egoscozabal como  
responsables.



## BIBLIOGRAFÍA



## BIBLIOGRAFÍA

Cristina Carrasco, Cristina Borderías y Teresa Torns,  
**“El trabajo de cuidados. Historia, teoría y políticas”** (2011).

Ana de Miguel  
**“Ética para Celia”** (2021).

Marta Dominguez Folgueras, Departamento de Sociología de Sciences Politics.  
(Instituto de Estudios Políticos de París)  
**¿Cuánto vale el trabajo doméstico en España?**  
*Observatorio Social de “La Caixa”*

M<sup>a</sup> Ángeles Durán,  
**“La riqueza invisible del cuidado”** (2018)

Silvia Federicci,  
**“El patriarcado del salario. Críticas feministas al marxismo”** (2018)

Jose María Fernández-Crehuet Santos,  
**“La conciliación de la vida profesional, familiar y personal”** (2016)

Lina Gálvez Muñoz,  
**“La economía de los cuidados”** (2016)

Teresa Jurado y María José González,  
**“Padres y madres corresponsables”** (2015)

Iria Marañón,  
**“Educar en el feminismo”** (2018).

Iria Marañón,  
**“Libérate de la carga mental”** (2018).

Constanza Tobío.  
**“El cuidado de las personas. Un reto para el siglo XX”** I. Fundación la Caixa. (2010)



[yonorenuncio.com](https://yonorenuncio.com)