

Madres

en cuarentena

CUADERNO 1

1

Economía de los Cuidados



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD



Pacto de Estado
contra la violencia de género



AYUNTAMIENTO DE CORDOBA
Delegación de Igualdad

La Delegación de Igualdad del Ayuntamiento de Córdoba, dentro de las acciones financiadas por el Ministerio de Presidencia, Relaciones con las Cortes e Igualdad y la Secretaría del Estado contra la Violencia de género, presenta este Estudio que pretende ser una herramienta básica de trabajo que oriente el desarrollo de las acciones municipales con el horizonte de una Córdoba Cuidadora y libre de violencias machistas, previsto en el II Plan Transversal de Género, prioridad de esta entidad local y del Consejo Municipal de las Mujeres.

Isabel Albas Vives, I Tte Alcalde del Ayuntamiento de Córdoba

Realiza



Subvenciona



© **Projeto Mães em Quarentena.**

Córdoba, verano 2021.

El Proyecto Madres en Cuarentena es una iniciativa independiente y colaborativa de madres que experimentaron la realidad del confinamiento a la raíz de la pandemia de la COVID-19 en diferentes contextos. El documento original en portugués ha sido diseñado y coescrito por Carolina Alves de Jongh (Janela 8), Márcia Alexandre (Tistu) y Sheila Prado Saraiva (@Eco.laborativa).

Las autoras agradecen a las personas que generosamente contribuyeron directa e indirectamente para la realización de esta versión en castellano, en el apoyo, en los aspectos administrativos, en las sugerencias y recomendaciones para la adaptación del contenido al contexto local, en las conversaciones en torno de las temáticas abordadas, análisis complementarios y correcciones que enriquecieron la elaboración del documento: Amelia Sanchís Vidal, Antonia Martínez Morello, Auxi León, Carmen M. León León, Carmen Ozuna, Esther García Navarro, Gema Zafra, Juliana Soares, Luiz Martínez Martínez, Nadiane Smaha Kruk, Patrícia Kanashiro, Sara Ruiz Cazalla y Thais Prado Saraiva e Yalbeiry Labarca Rojas.

Este Cuaderno 1, Economía de los Cuidados, es parte integrante del estudio *“Madres en Cuarentena: Una mirada hacia los desafíos del aislamiento social, a partir de las experiencias de las madres en teletrabajo, durante la pandemia de la COVID-19”* – Edición España, junio de 2021.

La versión completa en portugués puede ser consultada en: <https://linktr.ee/maesemquarentena>.

La versión completa en castellano puede ser consultada en: <https://igualdad.cordoba.es/actuaciones-pacto-estado-contra-la-violencia-de-genero-20-21/informe-madres-en-cuarentena>.

Para consultas sobre la utilización del estudio o para obtener más información sobre ©Proyecto Madres en Cuarentena, envíe un correo electrónico a eco.laborativa@hotmail.com

Autoría: Prado Saraiva, Sheila; Alves de Jongh, Carolina; Alexandre, Márcia.

ISBN: 978-84-09-33858-0

IBIC: JFSJ1

Coordinación editorial y diseño de la Edición España: Sheila Prado Saraiva

Revisión: Gema Zafra y Luiz Martínez Martínez

Prólogo: Amelia Sanchís Vidal

Colaboración: Gema Zafra y Yalbeiry Labarca Rojas

Imágenes: Pixabay y fotos del archivo personal.

Este es un estudio independiente, libre y voluntario, hecho de forma colaborativa por madres, en plena pandemia de la COVID-19. No se rige por las normas académicas y no tiene fines estadísticos. Se ampara fundamentalmente en la escucha y el acompañamiento de mujeres madres, en pleno asilamiento social; y en fuentes secundarias, que registran un momento histórico, la crisis de los cuidados agudizada por el contexto de la pandemia y las desigualdades de género que afectan a las mujeres madres.

En ese marco, buscamos un formato de documento poco ortodoxo, con la intención de visibilizar y ampliar la voz de las mujeres participantes, y que pudiera recoger informaciones relevantes sobre lo que hemos observado, contribuir al debate, incluso haciéndolo llegar a públicos diversos y ser leído tanto como un informe, como por bloques de contenidos disponibles, separadamente. Esperamos que os guste.



El papel de cuidadoras "naturales" que las sociedades asignan casi exclusivamente a mujeres y niñas crea una sobrecarga de trabajo.

Esto limita sus oportunidades y opciones y socava sus derechos, convirtiéndose en un obstáculo fundamental para la igualdad de género, el empoderamiento y la autonomía de las mujeres.

Por eso hablamos de la necesidad de reconocer, redistribuir y reducir el trabajo de cuidado no remunerado que realizan las mujeres, para que la responsabilidad de este trabajo fundamental sea valorada y asumida entre el Estado, el sector privado, la comunidad y los hogares.

Y entre hombres y mujeres ”

Economía de los Cuidados

Resumen

Aspectos socioculturales

Las **tareas de cuidado**, relacionadas con la reproducción y el mantenimiento de la vida en sociedad, **se delegan casi exclusivamente al entorno familiar y, dentro de él, el mayor peso sigue siendo de la mujer, incluso cuando hay mayor presencia de hombres en el hogar.**

Se les ve como una forma innata de afecto, principalmente por parte de las mujeres y madres, vinculándolas a una “obligación afectiva”. A pesar de su exigente dedicación de tiempo y disponibilidad física, al no ser remunerado no hay valoración social ni reconocimiento de quienes lo realizan. **No son percibidos como trabajo.**

Esta lógica de distribución del **cuidado limita las posibilidades de participación social, política y económica de las mujeres**, ya que se enfrentan casi en su totalidad al desafío de adaptar y conciliar el trabajo de cuidado con otras actividades.

En la vida cotidiana habitual, para que sea posible realizar otras actividades, **parte de este trabajo se redistribuye con escuelas, guarderías, cuidadores, abuelos/as, familiares y trabajadoras del hogar**, siendo casi en su totalidad mujeres, la mayoría de las cuales son mujeres negras en Brasil y mujeres inmigrantes en España.

Nos hemos distanciado de los modelos de crianza compartidos y colectivos. Nuestro estilo de vida, cada vez más individualizado, y viviendo en pequeños núcleos familiares, nos aparta de las posibles conexiones de apoyo en nuestro entorno cercano.

Las principales reivindicaciones

- 1 **redistribuir los cuidados en la sociedad**, comprendiendo que son trabajos que sostienen la economía.
- 2 **aumentar a participación y la responsabilidad masculina** en los cuidados (en la crianza, hogar y con personas dependientes)
- 3 **fomentar la creación de redes de apoyo a los cuidados**, sea en las ciudades, pueblos o comunidades.
- 4 **levantar datos e informaciones para entender los desafíos locales de los cuidados** y contar con las mujeres en el diseño de soluciones.

Economía de los Cuidados

Los datos de Oxfam estiman que el valor monetario global del trabajo de cuidados no remunerado, realizado por mujeres a partir de los 15 años, es de **\$10,8 mil billones por año**, **3 veces mayor** que lo estimado para todo el sector tecnológico en el mundo.



FUENTE: Oxfam. Relatório Tempo de Cuidar, 2020, Disponible en: <https://www.oxfam.org.br/justica-social-e-economica/forum-economico-de-davos/tempo-de-cuidar/>

PONIENDO LA LUPA

La Economía del Cuidado **sostiene a la sociedad casi de forma gratuita**, ya que gran parte del trabajo necesario para mantener la vida diaria y la economía lo realizan principalmente mujeres y de forma no remunerada. Sin estas actividades asistenciales, no sería posible mantener la economía y los mercados como los conocemos.

Una forma de visualizarlo, y trasladarlo a una escala individual y personal, es pensar en las personas asociadas al mantenimiento del cuidado en tu cotidianidad y en la de tus familiares: alimentación, limpieza y organización de espacios, cuidado de la ropa, higiene, compras, etc. Si tiene alguna ayuda, gratuita o pagada, esa persona se ocupará de alguna tarea en tu lugar. Si ponemos el foco en cómo se llevó a cabo el proceso de cuidados contigo, hasta que pudiste convertirte en un adulto independiente. **¿Cuántas personas participaron en este proceso? ¿Cuánto tiempo se dedicó exclusivamente a ti? ¿Fue este trabajo gratis? ¿Fue realizado por igual por hombres y mujeres?** Esta reflexión es un punto de partida importante, para comprender cómo este tiempo finito e invisible se convierte en billones.

Aquí, adoptamos la perspectiva del cuidado que incluye **cuatro aspectos**: el cuidado directo de quien lo necesita (cuidar a las personas que necesitan ayuda - niños, ancianos, enfermos), las condiciones previas para este cuidado (comida en el frigorífico, los útiles de limpieza disponibles, la casa en orden), la gestión mental de este proceso (planificación para que ocurra la dinámica diaria) y el autocuidado (que muchas veces se queda sin espacio considerando los otros tres).

Economía de los Cuidados

¿De qué estamos hablando?

Cuando hablamos de los cuidados nos referimos a todas las actividades y prácticas necesarias para la supervivencia diaria de las personas.

“El cuidado te permite cubrir las necesidades de las personas dependientes, por su edad o por sus condiciones / capacidades (niños, ancianos, enfermos o con alguna necesidad especial) y también de aquellas que podrían cuidarse por sí mismas.”

Autocuidado	Cuidado directo con otras personas	Condiciones previas para realizar los cuidados	Gestión de los cuidados
Dormir, comer, asearse, ir al baño, realizar actividades físicas, prácticas para el bienestar y salud mental, prácticas espirituales, descanso, etc.	Actividades de cuidado interpersonal como: dar de comer, bañar, cuidar a un enfermo, limpiar, ponerlo a dormir, ayudar en las tareas del hogar, jugar, guiar, hablar por teléfono con un familiar para saber cómo están, etc.	Limpieza y mantenimiento de la organización de la casa, compras y saneamiento, preparación de alimentos, lavado de ropa, planchado, almacenamiento, barrido, lavar platos, etc.	Gestión continua del funcionamiento del hogar (lo que falta, lo que hay que arreglar, documentación y trámites), planificación, coordinación de horarios, seguimiento escolar, supervisión del trabajo de los cuidadores remunerados, etc.

Economía de los Cuidados

Según la encuesta “Sem Parar”, realizada en 2020 con 2.641 mujeres en todo Brasil, el **64% de las mujeres en la pandemia indicó que durante el período de aislamiento social, la distribución de las tareas domésticas se mantuvo igual.**

Otro dato importante es que el número de mujeres que son las únicas responsables del trabajo doméstico y del cuidado en el hogar, es del 35,7%, aun considerando que sólo el 11% de las encuestadas indicó vivir solas.

La encuesta también indica que el **42% de las mujeres encargadas del cuidado de otra persona lo hacen sin el apoyo de personas ajenas al núcleo familiar.** En el caso de las mujeres negras, la falta de apoyo es aún mayor, correspondiente al 54% de estos casos.

LA INDIFERENCIA SOCIAL, ECONÓMICA Y CULTURAL POR LOS TRABAJO DE CUIDADO

Las tareas de cuidado son básicas, repetitivas y laboriosas. Están arraigadas en nuestra vida diaria. Sin embargo, no hay reconocimiento social ni valoración económica en un mundo regido por el capital, lo que las relega a la irrelevancia social, aunque imprescindibles. Cuando se llevan a cabo de forma profesional, suelen estar mal pagadas y subestimadas.

En casa, se entiende que son recompensados simbólicamente y con cariño. En ambos casos, son realizadas principalmente por mujeres y niñas, ya que son tareas culturalmente asociadas al pensamiento de que las mujeres se sienten satisfechas al cuidar, son más aptas para estas tareas y están disponibles para hacerlo, ya que el espacio de realización masculino está fuera de la casa (Lagarde, 2003).

¿CUIDAR ES UN TRABAJO?

En el estudio @maes_emquarentena, las madres identifican en su entorno el desinterés, el desconocimiento del trabajo y el tiempo real de dedicación, especialmente en lo que se refiere al cuidado de los niños/as. Así como, la minimización de estas tareas, como si en realidad fueran simples o menos importantes. **En definitiva, el cuidado no se percibe como trabajo ni se valora como tal cuando no es retribuido.**

Según una encuesta de Think Olga, **las madres dedican alrededor de 650 horas a la lactancia materna durante los primeros 6 meses de vida de un bebé.** Este cálculo podría extrapolarse a todas las demás funciones asistenciales, para demostrar las innumerables horas de dedicación libre, que obviamente conllevan elecciones personales (cuando es posible), pero esconden dilemas y privan a las mujeres del acceso a ingresos, oportunidades, participación, etc..

Cuidados, igualdad de género & ODS

5 IGUALDADE
DE GÉNERO



En la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de la ONU, la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres son prioridades. En concreto, en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), El tema de la atención se refleja explícitamente en la Meta 5.4

“Reconocer y valorar el cuidado y el trabajo doméstico no remunerado, a través de la prestación de servicios públicos, infraestructura y políticas de protección social, así como la promoción de la corresponsabilidad en el hogar y la familia, según los contextos nacionales.”

FUENTE: Plataforma Agenda 2030 Brasil: <http://www.agenda2030.org.br/> e https://verne.elpais.com/verne/2017/10/18/articulo/1508338868_011151.html

Estas actividades relacionadas con la reproducción de la vida y la sociedad, están delegadas casi exclusivamente al entorno familiar y, dentro de él, a las mujeres.

Ellas son responsables por más de tres cuartos de los cuidados no remunerados y constituyen dos tercios de la fuerza laboral involucrada en actividades de cuidado remunerado (Oxfam, 2020).

En promedio, las mujeres pasan **3 horas más al día que los hombres en actividades del hogar** y con menores. Eso datos son similares en diferentes países. Esta lógica de distribución del cuidado limita las posibilidades de participación social, política y económica de las mujeres y estructura varios aspectos de nuestra sociedad.

Además, impacta directamente en la autonomía, la independencia económica, la obtención de un ingreso digno e incluso la jubilación que reciben las mujeres, ya sea por la necesidad de salir del mercado laboral; la imposibilidad de cotizar en los sistemas de seguridad social; por el menor ingreso promedio que varones; y por la no remuneración del trabajo exhaustivo, realizado en la vida diaria.

En la pandemia, la concentración de actividades en un mismo espacio, la sobrecarga y la ausencia de una red de apoyo se intensificaron y visibilizaron las desigualdades que ya existían, abriendo espacio para el debate sobre la Economía del Cuidado.

Economía de los Cuidados

LA RESPONSABILIDAD ES DE LA MADRE

- Incluso cuando el confinamiento se llevó a cabo junto a otras personas adultas, las madres son las principales responsables de al menos el 60% en España y 70% en Brasil de las tareas de la cuidados: lavar, limpiar, cocinar, comprar, supervisar las clases, etc. En el caso de las madres solas, ellas realizan entre 90 al 100% de las tareas.

“¡Pregúntale a mamá!”

En general, son ellas quienes controlan lo que falta, lo que se debe hacer y cuándo, lo que se debe aprovisionar, a quienes distribuyen las tareas y guían la organización en su conjunto - cuándo y si hay ayuda.

Desde un punto de vista práctico: es la lista de la compra, "dónde están los calcetines", "qué hay para comer", "cómo se enciende la lavadora", "se acabó el papel higiénico", "lo haces mejor que yo", "ven a limpiarme", "ha cambiado de talla", "qué hay que hacer", el grupo de whatsapp de la escuela, "ven que no para de llorar", la junta de vecinos, la queja del vecino por el ruido de los niños/as. Para esto y mucho más, "Pregúntale a mamá" ... con o sin pandemia.

- Una de las mayores dificultades es la distribución de responsabilidades y la “carga mental” que conlleva. Las madres son las principales gestoras de los cuidados, de la casa y de la educación incluso cuando cuenta con apoyo de otras personas. Eso significa estar en constante planificación, gestión y acompañamiento de lo que “tiene que ser hecho”. El estudio detecta que un 65% de las mujeres contó con alguna ayuda diaria de sus parejas y un 10% contó con profesionales para tareas específicas. Pero la responsabilidad y la gestión del conjunto de las actividades recaen en la mujer.
- Además de las funciones habituales, 15% de las madres han cuidado de una persona enferma durante primera ola de la pandemia.
- ¿Quién cuida de las personas cuidadoras? Casi no existe una rutina de cuidados para las madres durante el confinamiento. El 25% de las madres, además de estar agotadas, no se sienten cuidadas por nadie y las que se sienten atendidas, mencionan que los cuidados son ocasionales o cuando la situación llega a extremos.

ACTIVIDADES EN QUE LAS MADRES HAN RECIBIDO MÁS APOYO

- ✓ Compras de alimentos
- ✓ Desinfección de las compras
- ✓ Solucionar cuestiones diversas (ej. Banco, cuentas etc.)
- ✓ Tareas de limpieza de la casa
- ✓ Jugar con los/as niñas.

Economía de los Cuidados

LAS PRINCIPALES TAREAS Y TIEMPO DE ATENCIÓN EN LA VIDA DIARIA DE LAS MADRES EN LA PANDEMIA

Listamos las actividades basadas en los testimonios y referencias disponibles. Es una estimación del tiempo medio empleado que puede variar mucho en cada contexto según el número de menores, edades, estructura, espacio de la casa y número de personas implicadas.

Con menores	min	Con la casa / diario	min	Semanal y otros	min
1. Lactancia materna (8 x 15 min)	120	1. Preparar el desayuno, lavar y guardar los platos.	30	1. Verificar lo que falta, desde alimentos hasta artículos para el hogar.	30
2. Apoyo para la higiene y el cambio matutino (ropa, cepillado de dientes y limpieza general)	20	2. Preparar el almuerzo, lavar y guardar los platos.	60	2. Hacer la lista de la compra	15
3. Cambio de pañales y / o apoyo higiénico (ir al baño)	60	3. Preparar la cena, lavar y guardar los platos.	40	3. Planificar comidas	30
4. Ayuda alimentaria – desayuno	15	4. Lavar, extender, recoger, planchar, doblar y guardar la ropa.	90	4. Hacer compras	90
5. Seguimiento escolar (ayuda con equipos, preguntas, tareas, gestión de whatsapp escolar)	60	5. Limpieza de rutina: barrer, pasar la aspiradora, pasar un paño, quitar el polvo, etc.	45	5. Desinfectar y organizar compras	40
6. Demandas de atención (4 x 10)	40	6. Organizar las cosas fuera de lugar, almacenar juguetes y artículos en general.	15	6. Limpieza profunda de la casa	180
7. Actividades recreativas	40	7. Hacer camas, cambiar sábanas, ventilar la habitación	20	7. Pago de facturas	45
8. Ayuda alimentaria – comida	30	8. Cuidando plantas y animales	20	8. Procedimientos burocráticos para dependientes y del hogar	45
9. Soporte para la higiene nocturna (baño, cepillado de dientes)	40			9. Programación y seguimiento de servicios y reparaciones en general	30
10. Ayuda alimentaria – cena	30			10. Programación y seguimiento de citas médicas, cartillas de vacunación y otros trámites sanitarios	60
11. Acostar y conciliación de sueño	40			11. Atención a los miembros de la familia que viven en otro hogar	40
12. Atención emocional	20			12. Rutinas de salud familiar	40
<i>Tiempo total estimado</i>					
4 a 9 horas diarias		3 a 5 horas diarias		5 a 10 horas a la semana	

FUENTE: Elaboración propia en base a referencias como: Mujeres cuidadoras: entre obligación y satisfacción (Lagarde, 2003), Maternativa, Think Olga y lista de tareas de investigación @maes_emquarentena

Economía de los Cuidados

ASPECTOS DESTACADOS

Lo que hace falta observar, debatir y transformar.



Somos la generación de madres menos acompañadas. El modelo de vida actual, sumado al concepto de familia nuclear centrada en los progenitores, ha sacado algo esencial de la historia: la red de mujeres alrededor de la maternidad y que se acompañaron durante el embarazo, parto, puerperio y desarrollo infantil.

Vanessa Requejo García, de Maternar Político

LOS CUIDADOS Y LAS DESIGUALDADES

El tema de los cuidados es complejo y necesita ser analizado desde diferentes perspectivas, y es fundamental para abordar las desigualdades de género, raciales y sociales, ya que parte de este trabajo es traspasado a otras mujeres por subcontratación, en general mujeres negras (en Brasil) y migrantes (en España).

CAMBIO CULTURAL

Como sociedad, tenemos el gran desafío de **cambiar nuestra mirada hacia el “Cuidar” y rescatar su posición central en la vida.** Necesitamos repensar el uso del tiempo en la vida cotidiana, entendiendo la importancia del cuidado, la infancia y la vida. Necesitamos fortalecer la aproximación de hombres y mujeres en la tarea de cuidar y recrear la organización comunitaria que nos permita el apoyo y el cuidado mutuos.

La mayor participación de los hombres en la economía de los cuidados es condición básica para el cambio.

RED DE APOYO Y REDISTRIBUCIÓN DE LOS CUIDADOS

Desde un punto de vista práctico, es fundamental apoyar a los cuidadores para que puedan ejercer plenamente esta función y con la dedicación que requiere, por ejemplo, la atención a la primera infancia o a las personas mayores y con discapacidades. También necesitamos revisar la distribución de las tareas de cuidado de manera más equitativa, lo que significa **inversión y rediseño de políticas y redes.**

CONTABILIZAR PARA MUDAR

Faltan datos, información y análisis sobre el uso del tiempo, los recursos y la economía del cuidado para conocer la realidad, identificar las necesidades de cambio y construir soluciones, infraestructura y políticas públicas que apoyen, remuneren, conciencien, eduquen y reorganicen el cuidado en la sociedad.

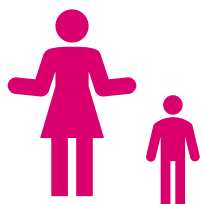
Economía de los Cuidados

Reparto de tareas y responsabilidades



En las casas con niños y niñas de 0 a 5 años que han estado con progenitores teletrabajando y sin la red escolar disponible, estimamos que se realizaran alrededor de

15 tareas de cuidado diarias.



TAREAS

Las madres son responsables de **al menos 70% de las tareas domésticas y de cuidado**. En España se nota un reparto un poco mejor de tareas, siendo ellas responsable de un **60% de las tareas**.

GESTIÓN DEL HOGAR

Las madres escuchadas son prácticamente, en el **100% las principales responsables de la gestión del hogar y de los cuidados con hijos e hijas**. La redistribución de las tareas y responsabilidades es un reto.

ESCUELA Y SALUD

Las madres son las principales responsables de **monitorear la salud, la escuela en línea y los grupos de whatsapp** de la escuela, durante la pandemia.

Estimamos que las cerca de 200 mujeres que participaron en el proceso de reflexión, realizaron, entre marzo y septiembre de 2020 (los primeros meses de la pandemia), al menos

180.000

horas de trabajos de cuidado, considerando un promedio de **4 horas diarias**.

Relatos

Mi esposo sale temprano para trabajar todos los días, mis padres son grupo de riesgo, la escuela está cerrada. Me quedo en casa con mi bebé y mi hijo de 5 años. Sin escuela y sin ayuda, ha sido agotador y no hay tiempo para detenerse a respirar. Tuve que parar mi negocio por ahora. ¿Cómo limpiar, cocinar, amamantar, hacer el papel de la guardería y trabajar al mismo tiempo?

La presión del trabajo fue enorme. Y a eso se suma preparar desayuno, almuerzo, cena, meriendas, lavar ropa, desinfectar compras, zapatos, piso, lidiar con el insomnio, la incertidumbre, la soledad, las ansiedades y tratar de que todo luzca bien para que mi hija no se asuste.

Con toda la familia dentro de casa, hay cosas por hacer todo el día.

El aislamiento les quita a las madres, valiosas herramientas de atención comunitaria.

Cuando insistí en que no podía trabajar el fin de semana porque estaría ocupada con la casa y mi hijo, soy madre en solitario y no tenía una red de apoyo, mi jefe respondió irónicamente (por escrito): “¡Qué buena vida!”.

La sociedad no tiene en cuenta que los niños pequeños demandan cuidados el 100% del tiempo y el trabajo se multiplica. No es lo mismo cuidarse. ¡Esta personita necesita a alguien a su lado desde que se despierta hasta la hora de acostarse!

Cuando los niños duermen, corro a hacer de todo: ordenar, limpiar, cocinar y trabajar, esperando que no se despierten. El padre, si está en casa, aprovecha este tiempo para hacer sus cosas, no le preocupa hacer lo que necesita en la casa.

Relatos

Tengo un gran compañero que ha compartido el cuidado de nuestro hijo y la casa por completo. Él se queda con el bebé de 6 a.m. hasta las 12 p.m., prepara el almuerzo y yo me ocupo de las pequeñas tareas por la tarde.

Además, yo me ocupo de la limpieza de la casa y él se ocupa de toda la comida. Pero eso no disminuyó nuestro cansancio (solo aumentó su sensibilidad hacia la maternidad). Reconozco mi enorme privilegio. Quizás incluso ha aumentado el dolor psíquico de ver que a pesar del cansancio, estoy mejor que la mayoría de la población femenina que tiene trabajo e hijos.

Me siento distante de mi pareja. Él espera de mí disponibilidad y devalúa mi labor profesional. Comparte algunas tareas pero no se responsabiliza por la bebé de forma plena. Si no doy pautas, si no le pido, él no se ocupa de las cosas como es debido. Su trabajo es siempre una prioridad, puede trabajar horas extra, pero espera que termine mi jornada laboral junto con la suya, aunque todavía no haya terminado todo lo que tengo que hacer. Empiezo a trabajar después de él porque no duermo bien por la noche (él duerme) y me dedico a los cuidados por la mañana. Estoy cansada hasta para discutirlo.

Cuidar a los niños es mucho más difícil que trabajar fuera, pero fue justo eso lo que me ha enseñado exactamente qué es la maternidad y me hizo consciente de lo femenino que vive en mí. Me entristece mirar atrás y ver que pasé tantos años con el lado masculino mucho más expuesto, pero estoy feliz de poder mirar hacia el futuro y darme cuenta de que hoy soy más consciente de ambos lados.

Creo que es importante que las empresas entiendan y refuercen que los padres deben tener la misma dedicación que esperan que tengan las madres en el cuidado de sus hijos, para que se permitan y asuman la responsabilidad del cuidado.