



UNIVERSIDAD UCINF
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y JURÍDICAS
MAGISTER EN INTERVENCIÓN SOCIAL Y
FAMILIAR

CONSECUENCIAS DE LA DOBLE
PRESENCIA EN FUNCIONARIAS CON
HIJOS ENTRE 2 Y 5 AÑOS DEL CESFAM
SAN JOSÉ DE CHUCHUNCO DE ESTACIÓN
CENTRAL

**Seminario de Tesis para optar al Grado de Magíster en Intervención Social
y Familiar**

Autor:

Yasna Calderón Pizarro

Docente Guía:

Wilsa Szabo Lagos

SANTIAGO, AGOSTO 2019



**UNIVERSIDAD UCINF
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y JURÍDICAS
MAGISTER EN INTERVENCIÓN SOCIAL Y
FAMILIAR**

**CONSECUENCIAS DE LA DOBLE
PRESENCIA EN FUNCIONARIAS CON
HIJOS ENTRE 2 Y 5 AÑOS DEL CESFAM
SAN JOSÉ DE CHUCHUNCO DE ESTACIÓN
CENTRAL**

**Seminario de Tesis para optar al Grado de Magíster en Intervención Social
y Familiar**

Autor:

Yasna Calderón Pizarro

Docente Guía:

Wilsa Szabo Lagos

Firma: _____

SANTIAGO, AGOSTO 2019

Dedico esta Tesis a mi hija Florencia, quien ha sido el motor principal para el logro de todos mis objetivos y metas. Eres lo que siempre soñé, soy la mujer más feliz del mundo de tenerte conmigo. Te amo y todo lo que hago, lo hago pensando siempre en ti.

AGRADECIMIENTOS

En primera instancia quiero agradecer a mi hermosa familia, ya que sin su apoyo, amor y contención no hubiese logrado nunca estar donde estoy. Agradezco infinitamente a mi madre Pamela quien fue y ha sido un pilar fundamental en la realización de esta Tesis, gracias por cuidar de mi gordita y por sus contactos en el consultorio, sin su ayuda créame que no hubiese sido posible la realización de ésta. Siempre confiando en mí y apoyándome como siempre lo ha hecho.

Así mismo quiero agradecer a mi gemela preciosa Lesly, quien es mi otra mitad, mi complemento y contención constante. Eres maravillosa, gracias por todo tu apoyo, parte de la realización de esta Tesis también fue gracias a ti.

Ambas fueron un gran apoyo, en cuanto a contención, amor y motivación, las amo y estaré infinitamente agradecidas por todo el apoyo brindado con mi gordita cada vez que lo necesita para poder avanzar en mi tesis.

Gracias a mis amigas Macarena Raymond y Natalia Mellado, por estar ahí cada vez que lo necesitaba, porque cuando sentía que no podía seguir, siempre me alentaron y motivaron diciéndome que yo si podía. Ha sido un camino arduo, pero junto a su apoyo y amistad, puedo decir que lo logré y que las adoro con la vida.

Agradezco igualmente a mi profesor guía Wilsa Szabo, quien fue mi mentora en todo este proceso, quien, junto a su amor, dulzura, apoyo, y respaldos desde el conocimiento, confió en mí desde un principio. Gracias por siempre exigirme más y creer en este bello proyecto.

Por último, y no menos importante agradecer al amor de mi vida, mi puntito bella, la luz de mis ojos y mi motivación diaria. Eres tan pequeñita, tan solo con 8 meses y ni siquiera te imaginas lo mucho que te amo y la felicidad que me entregas a diario. Todo lo que hago es solo por ti, si quiero superarme es solo para ti y para que nunca te falte nada, ni material ni mucho menos emocional, porque eres la niña más buscada y querida del Universo. Te amo y siempre me tendrás a tu lado, en cualquier paso que des, eres la razón de mi vida.

Muchas gracias a Diosito y al Universo por conspirar siempre a mi favor, hoy puedo decir que me siento completamente plena.

Índice

| | |
|--|-------------|
| Resumen..... | 1 pág. |
| Introducción..... | 2-3 pág. |
| Planteamientos básicos..... | 4-7 pág. |
| Antecedentes teóricos y empíricos..... | 8-40 pág. |
| Referentes metodológicos..... | 41-45 pág. |
| Análisis de resultados..... | 46-63 pág. |
| Conclusión y discusión..... | 64-70 pág. |
| Bibliografía..... | 71-81 pág. |
| Anexos..... | 82-146 pág. |

Resumen

La doble presencia es aquella situación en la que recae sobre una misma persona la necesidad de responder al trabajo doméstico y al asalariado, cuando hay que asumir responsabilidades de las dos esferas de actividad, de forma simultánea, tanto durante el tiempo de trabajo como durante el tiempo privado (Candía, Pérez y González, 2016).

Es por esto, que es imprescindible no reconocer el cambio que ha generado en la dinámica familiar, el cómo las mujeres se van incorporando cada vez más al campo laboral. Sin embargo, el que tengan hijos, les dificulta en ciertas ocasiones la realización de sus tareas en cuanto al hogar y al trabajo, más aún si los niños son pequeños.

Es por esta razón, que la pregunta de investigación es la siguiente ¿Cómo es la experiencia de compatibilizar la vida doméstico-familiar con el ámbito laboral (doble presencia) en aquellas funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central? En este contexto es que se busca indagar y conocer la percepción de las mujeres en cuanto a este fenómeno, el como se organizan, si tienen redes de apoyo con los niños, que tan presente es el Cesfam en cuanto a medidas de autocuidado con estas funcionarias, y por último pesquisar cuales han sido las consecuencias psicológicas y/o físicas que han sufrido éstas, en base a la doble presencia.

Se realizó esta investigación y los principales resultados apuntan a una entrevista semi estructurada, para conocer en profundidad las percepciones y opiniones de las funcionarias más una ficha con datos sociodemográficos.

En conclusión se evidenció y confirmó que las mujeres en su totalidad, son las encargadas de la organización de sus hogares, viéndose en su mayoría, sobrepasadas por tener que cumplir con esta doble presencia, tanto en el área laboral como doméstica, arraigando diversas consecuencias tanto psicológicas como físicas en su cotidianidad.

Introducción

En Chile la ocupación laboral femenina ha ido en aumento considerablemente, por lo que es imprescindible conocer como ha sido el impacto que ha tenido este cambio en el rol de las mujeres en sus núcleos familiares. De qué manera ha afectado o beneficiado que mujeres, dueñas de casa, se incorporen al mercado laboral, que aporten económicamente en sus hogares y en cómo deben responder a su vez a las demandas doméstico- familiares.

Es por esta razón que la presente investigación aborda la temática de la “doble presencia” que repercute en las funcionarias del Cesfam e indagar si poseen redes de apoyo con los infantes ya después de haber sido beneficiarias del fuero maternal. Así mismo conocer como la sobre carga del trabajo formal/profesional y el trabajo doméstico afectan en su desarrollo personal y salud mental y cuáles son las consecuencias que influyen en su vida familiar y social.

La familia y el empleo simultáneos constituyen responsabilidades que con frecuencia representan exigencias que se podrían vincular con el estrés de las personas. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2001), el estrés constituye un conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción, por otra parte, Trucco (2002), lo definió como un conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor y a su vez una amenaza. Se trata de una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos generados a nivel educativo, y para cuyo análisis propone tres ámbitos, uno centrado en los estresores, otro en las manifestaciones clínicas y finalmente en las estrategias de afrontamiento, es por eso que resulta razonable que el estrés en las funcionarias se debería analizar integralmente, desde la exposición a diversos estímulos como jornadas extensas, redes de apoyo en cuando a la realización de los quehaceres en el hogar, limitaciones del tiempo, actividades de autocuidado en el Cesfam, entre otras.

La doble presencia, o situación social de desempeño en dos frentes simultáneamente, es un factor de riesgo interesante a la hora de valorar cómo afecta a las mujeres, en este caso a las funcionarias del Cesfam, y cuáles son las circunstancias más frecuentes con las que se asocia. La valoración de la doble presencia en la mujer que trabaja, no se ha estudiado mucho, sin embargo, Alvarez & Gómez (2011), han reportado resultados observados en su estudio centrado en el conflicto trabajo-familia en mujeres profesionales, los que concluyeron que la sobrecarga de rol laboral y familiar generaba conflictos en este último y cuyas causas eran ciertas condiciones laborales (carga de trabajo y formas de contratación) y la doble jornada de trabajo.

Sin embargo, aludiendo a la anterior, ¿solo deben mejorarse las condiciones laborales para que este fenómeno no se produzca en las mujeres? ¿que pasa cuando los empleadores mantienen buenas relaciones con sus trabajadoras? ¿Padecen de igual forma doble presencia? ¿Qué pasa en el hogar? ¿Poseen redes de apoyo con los niños? ¿Con quién se distribuyen y organizan las labores del hogar? Estas y otras interrogantes se pretender responder en esta investigación.

Por último y según el Instituto Nacional de Estadísticas (2015), se puede visibilizar que existen escasos estudios respecto a este fenómeno, siendo la superintendencia de seguridad social, una de las pocas instituciones que ha investigado respecto al tema, y quien en uno de sus apartados le dedica algunas interrogantes a esta problemática, sin embargo, es importante mencionar que existe un vacío teórico, y que esto podría abrir un campo de investigación para futuras generaciones.

Planteamientos básicos

En Chile la ocupación laboral femenina ha ido en aumento considerablemente, por lo que es imprescindible conocer como ha sido el impacto que ha tenido este cambio en el rol de las mujeres en sus núcleos familiares. De qué manera ha afectado o beneficiado que las dueñas de casa se incorporen al mercado laboral, que aporten económicamente en sus hogares y en cómo deben responder a su vez a las demandas doméstico-familiares.

Es por ello que, en ocasiones las mujeres no tienen o se les hace difícil tener tiempo para practicar hobbies, descansar o tener recreación, por el contrario, gracias a las exigencias suelen tener más y más trabajo. Dicho esto, la doble presencia es aquella que define la vida cotidiana de todas aquellas personas sobre las que recae la necesidad de responder a las demandas del espacio trabajo doméstico- familiar y a las demandas del trabajo asalariado, cumpliendo en ambos casos con la atención de su entorno familiar y social respectivamente.

Es por esta razón que se decide investigar las problemáticas de la “doble presencia” que repercuten en las funcionarias del Cesfam San José de Chuchunco de la Comuna de Estación Central e indagar si poseen redes de apoyo con los infantes ya después de haber sido beneficiarias del fuero maternal. Así mismo conocer como la sobre carga del trabajo formal/profesional y el trabajo doméstico afectan en su desarrollo personal y salud mental y cuáles son las consecuencias que influyen en su vida familiar y social.

En torno a esta temática, varios autores Torns; Carrasquer; Tejero; Romero (1998), se han interesado por hacer investigaciones con relación a la doble presencia y el papel de la mujer en labores de trabajo- hogar (también llamado trabajo reproductivo), afirmando que las mujeres, por lo general, son las primeras encargadas de llevar a cabo el trabajo del hogar y de la familia. En las tareas donde existe una mayor presencia es en la limpieza, preparación de comida, ir al supermercado y asistir a las actividades escolares de los hijos.

La Organización Mundial de la Salud indica que la salud mental no es sólo la ausencia de trastornos mentales, sino un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS, 2001)

Existen diferentes aspectos relacionados con la conciliación entre el trabajo, la vida familiar y su entorno social. Recayendo simultáneamente además de la carga laboral, otras responsabilidades que deben asumir en su mayoría las mujeres, como son las tareas y preocupaciones del hogar, el cuidado y la solución de problemas de salud de los hijos y de otros miembros del hogar como enfermos y ancianos.

Esta situación lleva a una doble carga en las mujeres que impacta no sólo en su trabajo, sino también en su vida familiar y social, lo que puede producir o facilitar la aparición de problemas de salud, impidiendo muchas veces la posibilidad de uso del tiempo libre.

Así mismo, una de las consecuencias más visibles de la doble carga de trabajo que llevan las mujeres a diario, es el hecho de no contar con tiempo libre para su desarrollo personal. De hecho, según la Encuesta Nacional de Empleo (2009) un 23% de las trabajadoras señalaron no contar con tiempo para el ocio por tener que cumplir con actividades domésticas o familiares.

En relación al tema de dejar las tareas domésticas sin hacer cuando se está en el trabajo, las diferencias entre hombres y mujeres son significativas. Las cifras muestran que el 41,2% de las mujeres siempre o casi siempre está en esta situación, a diferencia de los hombres que llegan sólo a un 7,4%. Estas cifras indican que la mujer asume en mayor proporción el trabajo doméstico, carga que se suma a su actividad laboral (ENETS, 2009)

Esta situación indudablemente genera discriminación laboral hacia la mujer, pues no está en la misma posición que sus pares. La imposibilidad de compatibilizar y conciliar los tiempos laborales con los familiares genera tensiones y problemáticas en el desempeño laboral-familiar, teniendo que optar muchas veces entre familia o trabajo, no pudiendo lograr un desarrollo integral en ambas áreas (Fuentes, 2015).

Es en este sentido que la equidad de género es fundamental para poder entender las modificaciones que se requieren en la sociedad, para que la mujer no sea discriminada en los distintos ámbitos en los que se desenvuelve, y a su vez, para que el hombre comience a asumir nuevas tareas que antes no se le habían asignado (SERNAM, 2002).

Objetivos

Pregunta de Investigación

¿Cómo es la experiencia de compatibilizar la vida doméstico-familiar con el ámbito laboral (doble presencia) en aquellas funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central?

Objetivo General

Conocer la experiencia respecto a la doble presencia de las funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central

Objetivos Específicos

- 1) Conocer la percepción respecto a la doble presencia de las funcionarias del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central
- 2) Describir las medidas de cuidado y recreación implementadas por el Cesfam para funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años
- 3) Indagar el cómo compatibilizan las tareas del hogar con su jornada laboral las funcionarias del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central
- 4) Describir las principales consecuencias psicológicas y/o físicas de las funcionarias que sufren doble presencia y cómo se ve afectado su entorno (pareja, amigos, hijos, familiares)

Antecedentes teóricos y empíricos

La familia y el trabajo constituyen los principales ejes en la vida de los seres humanos, que al dar más importancia a uno de ellos podría generar un desequilibrio en las relaciones de hombres y mujeres. En la actualidad, esto lo podemos ver reflejado principalmente en las mujeres que dejaron atrás el rol principal, el cual que se le atribuyó socialmente, al ser la cuidadora de la familia y la encargada de las tareas del hogar.

Definición de conceptos centrales

Para ahondar en esta temática es necesario tener claros los conceptos centrales de la investigación.

La percepción obedece a los estímulos cerebrales logrados a través de los 5 sentidos, vista, olfato, tacto, auditivo y gusto, los cuales dan una realidad física del entorno. Es la capacidad de recibir por medio de todos los sentidos, las imágenes, impresiones o sensaciones para conocer algo (Merleau, 1985). Las personas somos pensamiento, emoción y conducta, los pensamientos suelen ser todas las ideas que conviven con nosotros en nuestra mente, las emociones hacen referencia a todo lo que sentimos y por ultimo la conducta es la acción y ejecución que se lleva a cabo (Milla, 2017).

La familia es una complejidad organizada en «holón», compuesto de subsistemas en mutua interacción Preister (1985), la define como una unidad básica de salud y enfermedad.

El trabajo por otra parte se considera como el conjunto de actividades que son realizadas con el objetivo de alcanzar una meta, solucionar un problema o de producir bienes y servicios para atender las necesidades humanas. El trabajo les da posibilidades a los hombres y mujeres para lograr sus sueños, alcanzar sus metas y objetivos de vida, además de ser una forma de expresión y de afirmación de la dignidad personal. En este sentido, el trabajo es el que hace que el individuo actúe, proponga iniciativas y desarrolle y mejore sus habilidades (Pérez y Merino, 2008).

La doble presencia se trata de aquella situación en la que recae sobre una misma persona la necesidad de responder al trabajo doméstico y al asalariado, cuando hay que asumir responsabilidades de las dos esferas de actividad, de forma simultánea, tanto durante el tiempo de trabajo como durante el tiempo privado. La doble presencia significa que, durante el tiempo de trabajo remunerado, la persona debe gestionar sus responsabilidades domésticas y, durante el tiempo privado, debe organizar o gestionar de alguna forma, sus responsabilidades profesionales (Candía, Pérez y González, 2016).

La doble presencia, doble jornada o doble carga, es un concepto que surge del fenómeno observable en las economías desarrolladas, por el cual hay una presencia de las mujeres en el empleo (ámbito productivo) que siempre se presenta acompañada de una presencia en el ámbito doméstico-familiar (ámbito reproductivo). Para las mujeres la doble presencia supone, por un lado, una “doble carga de trabajo” lo cual repercute en sus posibilidades de empleo y de carrera profesional; por otro lado, esta doble presencia pone de relieve un cambio en la identidad femenina, en el cual, el protagonismo de la mujer no está restringido únicamente al ámbito doméstico-familiar, sino que su protagonismo es ambivalente, con una síntesis entre el ámbito público y privado, entre empleo y trabajo doméstico-familiar (Carrasquer, 2009).

La doble presencia, en opinión de la socióloga italiana Laura Balbo, que utilizó el término en el año 1978 en su artículo "La doppia presenza", es un fenómeno que surge en la modernidad tardía, es por ello un fenómeno típico de una sociedad basada en un capitalismo industrial, en el que se da una rígida separación de espacios, actividades y géneros (Balbo, 1994).

El concepto de doble presencia, para esta autora, es diferente del concepto de doble jornada, ya que se quiere incidir, no ya en las dos jornadas de trabajo distintas y separables, sino en la doble carga de trabajo en un mismo espacio, tiempo y jornada (Rubio, 2003).

La triple jornada, concepto similar al de la doble presencia se conoce según Muruaga (2008), como una jornada laboral externa, todo lo que encontramos en casa, las tareas

domésticas, y así mismo el esfuerzo que hacen por mantener las redes afectivas en todas las direcciones, que descansa sobre ellas, reuniones familiares, mantener unidos los grupos, etc.

El término micro-machismo fue acuñado por Bonino (2004), a partir de los conceptos de micro-relaciones de poder, elaborado por Foucault, y el de violencia simbólica de Bourdieu. Se denomina micro-machismo a las injusticias de la vida cotidiana: pequeñas tiranías que pasan prácticamente desapercibidas por el carácter de normalidad que se les da. Basado en un paradigma mecanicista, produce un constante sesgo de confirmación por el que se aceptan implícitamente situaciones de desigualdad de la mujer con respecto al hombre.

El estrés laboral se trata de una situación de sobrecarga de demandas o presión que afecta a una persona. Ante una situación laboral valoramos la demanda que tenemos que afrontar y nuestras capacidades, resultado de este compendio nuestro organismo se activa mediante el estrés, alargándose durante el tiempo que dure esta demanda estresante. Es lo que llamaríamos estrés positivo. Sin embargo, el problema surge cuando el individuo no cuenta con los recursos en cantidad suficiente para afrontar la demanda o valora incorrectamente sus capacidades o las exigencias de la propia demanda y es incapaz de afrontar la nueva situación, se intenta reactivar en repetidas ocasiones, sin descanso, y finalmente se siente sobrecargado (estrés patológico), una situación que le sucede a muchas personas en el trabajo (Cid, 2017)

Historia del rol de la Mujer

La mujer desde el principio de la humanidad ha debido recorrer un camino lleno de obstáculos para lograr trascender su condición de madre y tener la posibilidad de participar en la sociedad. Su constitución física, más pequeña que la del hombre, la mantuvo alejada de las actividades que demandaban esfuerzo físico, tareas reservadas a los hombres, que cuentan naturalmente con una estructura más robusta. Mientras tanto, con el aumento de la población y la necesidad del intercambio comercial, fueron naciendo las ciudades y surgiendo de ellas una nueva clase social, la burguesía,

compuesta de comerciantes y artesanos. En esa época, la vida de la mujer se limitó durante mucho tiempo al cuidado de los hijos, las tareas domésticas y los trabajos manuales artesanales. Este estado de cosas fue creando a su vez una cultura de roles rígidos difíciles de trascender, sostenidos además por la religión, manteniéndose la educación y la participación en el poder civil reservada a los hombres durante siglos (Gómez, 2008)

La mujer tiende, en virtud del aprendizaje del rol, y no por determinismo biológico, a priorizar la familia sobre el resto de sus fuentes de realización o satisfacción personal o profesional (estudios, trabajo, política, aficiones). Su autovaloración y su felicidad están mediatizadas por su éxito o su fracaso en este ámbito, más que en otros, es decir, por lo que "se espera" socialmente de ella.

Las energías vitales de las mujeres deben destinarse por "mandato social", asumido e internalizado por vía educativa y mimética con su modelo de referencia, a satisfacer las necesidades y deseos de otros/as, a ser generosas y entregadas en lo que se consideran "sus funciones" (reproducción, asistencia, educación), funciones de servicio a otras personas, a las que siempre deben supeditarse las necesidades, intereses y deseos de las mujeres, que quedan en un segundo plano o definitivamente relegados en la escala de prioridades familiares y sociales (Peña, 2009)

El cambio de rol de la mujer

La mujer en la revolución industrial, en ese entonces tenía los mismos derechos de un niño, por lo tanto, era considerada políticamente incapaz. La revolución industrial en Europa, a partir de 1789, con el descubrimiento de la máquina a vapor, da origen a una nueva tecnología que exige brazos para trabajar en las fábricas. La mujer se vuelve a convertir en un instrumento útil para participar en la vida laboral, percibiendo salarios más bajos que los hombres y sometidas a un régimen de trabajo infrahumano (Gómez, 2008)

Recién a fines del siglo XIX y a partir de la primera guerra mundial, la mujer comienza a incorporarse a la educación universitaria y a participar con su trabajo en ciertas áreas específicas. Antes de esa época, no era bien visto por la sociedad que una mujer trabajara, viéndose relegada a hacer tareas de servicio o ejercer la docencia, si no tenía fortuna o no se casaba; ya que la expectativa de rol en esos tiempos era que fuera casada, que tuviera hijos y que se dedicara a cuidar su hogar, y por lo tanto esos eran generalmente también sus objetivos (Peña, 2009)

La fabricación de electrodomésticos alivió a las mujeres de las tareas hogareñas, que en esos momentos no eran compartidas por los hombres. Después de la segunda guerra mundial se produce un gran cambio de cosmovisión. El relativismo cultural cambia los valores y comienza una nueva era de rebeldía hacia la tradición, la familia y la religión.

Históricamente y como lo señala Hirdmann (1989, citado por Schvarstein y Leopold, 2005), la relación laboral normal funcionó sobre la base de un modelo de familia de "padre proveedor-madre cuidadora", demarcando claramente una división sexual del trabajo, donde la mujer asumía un rol reproductivo sin que tuviera remuneración alguna; el hombre, por el contrario, asumía un rol productivo en cuanto por norma debía asumir su trabajo como fuente de ingreso económico para proveer la subsistencia familiar. Kanter (1977, citado por Marín et al., 2002) plantea que hasta hace unas décadas las responsabilidades y roles inherentes a estos ámbitos eran desempeñados por hombres y mujeres de forma separada debido a la tradicional división de roles por sexos. Sin embargo, los cambios sociales, políticos e ideológicos han llevado a la mujer a la búsqueda de igualdad en relación con los hombres, siendo la incorporación de la mujer al mercado de trabajo, una de ellas. En este sentido, la transformación del trabajo tanto a nivel productivo como reproductivo marca, a finales del Siglo XX, una resignificación en la relación de estos ámbitos (Schvarstein y Leopold, 2005).

Mientras tanto, en el siglo XX, en todos los países civilizados se reconocen los derechos de la mujer como persona adulta en iguales condiciones que los hombres. Actualmente, las mujeres tienen pleno protagonismo, invaden las universidades y compiten con los

hombres en todas las áreas de la sociedad; tanto en los puestos de trabajo de jerarquía, como en las investigaciones científicas y la medicina; los puestos políticos de más alto nivel y en todos los campos de la cultura (Gómez, 2008)

Se trata de abordar la problemática de la mujer como una ausencia de igualdad frente a los hombres en las oportunidades para participar en la obtención de bienestar y de las posiciones sociales. Hoy, la pobreza se ha feminizado, y así también la informalidad. Las mujeres se han incorporado masivamente al trabajo, pero ello no se ha visto retribuido con salarios similares a los de los hombres

Son los hombres los que optan mayoritariamente a puestos de responsabilidad. La presencia de las mujeres en la política sigue siendo minoritaria, en escalas de poder inferiores y pagando un alto coste personal por esta dedicación pública: la triple jornada y el desdoblamiento imposible o la disyuntiva forzada entre el desarrollo político y profesional y la maternidad.

Lejos de su rol de ama de casa, el ascenso del género femenino a puestos políticos de importancia marca una tendencia que signará el futuro del universo. La mujer firme, segura, intrépida, exigente y competitiva que tuvo que emular al hombre para abrirse paso dentro de las sociedades patriarcales, tendrá un nuevo lugar en los próximos años. El nuevo mundo se perfila femenino y las mujeres actuales, todavía empapadas de competencia con el hombre, deberán redescubrir su verdadera naturaleza para lograr un equilibrio que se perdió varios cientos de años atrás. Hoy, el protagonismo político de las mujeres es notorio y, al parecer, nada indica que será detenido (Gómez, 2013)

El trabajo es una categoría central en la organización social, que ligado a una concepción positiva, se convierte en una fuente de bienestar y salud. Sin embargo, su transformación demanda nuevas exigencias por parte de las personas, lo que puede llevar a marcar una relación negativa que compromete no sólo a la persona en sí misma, sino también a su entorno, del cual forma parte la familia. Al respecto, la incorporación de la mujer al mercado de trabajo brinda una nueva visión de la dinámica familiar, en cuanto sus roles se modifican, si se piensa desde una perspectiva tradicional de modelo de familia (ya

que se asume un rol productivo, además del rol de cuidadora), lo que pone de manifiesto un modelo nuevo de familia pero a su vez la capacidad de adaptación que le demanda a las mujeres un nuevo orden laboral por un lado, y por otro, el viejo orden social. Lo anterior, conlleva a que la relación entre la dimensión laboral y familiar puede en algún momento superponerse llevando a una interferencia de roles ya que las mujeres interactúan de forma paralela entre las actividades laborales con las actividades familiares, lo que puede llevar al conflicto trabajo-familia (Williams y Aliger, 1994, citados por Otálora, 2005).

Condiciones laborales de las mujeres en Chile

La inserción laboral femenina es un tema en la actualidad, y una tarea pendiente tanto con el estado como con la sociedad, a pesar de que han existido avances en cuanto a la participación de la mujer en el campo laboral, aún estamos al debe, sobre todo en la brecha salarial en la cual nos encontramos hoy en día. La falta de oportunidad en cuanto a cargos ejecutivos y de alta dirección es bastante escasa a diferencia de los hombres, sin embargo, aún las empresas no comprenden y desaprovechan la oportunidad de contar con el talento femenino entre sus filas, el que complementario al trabajo de los hombres, puede hacer aún más productiva y sustentable la compañía (Neumann, 2017).

Cuatro de cada 10 mujeres que están fuera de la fuerza de trabajo se encuentra en esa situación por razones familiares permanentes. En materia de ingresos, las mujeres ocupadas percibieron en 2016 un ingreso medio mensual 31,7% menor que el del hombre y un ingreso mediano mensual un 25% inferior. Del total de mujeres ocupadas, un 31,9% se desempeña en el sector informal (INE, 2018)

Las mujeres se han incorporado al mundo del trabajo sin abandonar los roles tradicionalmente asignados, por tanto, junto con el trabajo siguen siendo las principales responsables de la mantención de la casa y el cuidado de los hijos, esto ha derivado que muchas se desempeñen en jornadas parciales, las que generalmente no están sujetas a ningún tipo de regulación, además de generar menores ingresos.

La segregación y la marginación de las mujeres en el interior de ciertos sectores económicos y de ciertas categorías profesionales persisten. En este sentido, las distribuciones de los hombres y las mujeres entre las ocupaciones de los distintos sectores de la economía son muy diferentes. La mayoría de los empleos femeninos se concentran en un pequeño número de oficios y sectores de actividad. Además, se comprueba una bipolarización del empleo femenino. Una minoría de mujeres ocupan empleos muy cualificados, mientras que una gran mayoría trabajan en empleos poco cualificados (Castello, 2003)

En definitiva, las mujeres continúan ocupando mayoritariamente oficios que reproducen, en el universo profesional, las tareas que realizan en el hogar. Las mujeres son enfermeras, cuidadoras de personas mayores, enfermos y discapacitados, cuidadoras de guarderías, empleadas de hogar, etc. Tareas a menudo muy mal remuneradas por estar a la cola de la jerarquía salarial, a veces porque requieren poca cualificación, y porque son mujeres quienes la realizan. Paradójicamente, la mujer está fuertemente representada en ocupaciones que exigen una amplia disponibilidad de horario.

Según Castello (2003) El análisis de la encuesta del INE pone también de relieve algunas cuestiones como: la rigidez al cambio, la persistencia de los datos y que hombres y mujeres aún tienen asignadas diferentes ocupaciones en función del género. Ello evidencia una división del trabajo entre ambos sexos y una fuerte concentración del trabajo femenino. Fenómeno que se conoce por segregación ocupacional, es decir, sectores y ocupaciones típicas femeninas con unos pocos trabajos específicos y proporciones muy altas de empleo femenino (el 76,4% trabajan en el 30% de los subsectores). En consecuencia, se deduce que la segregación ocupacional es uno de los factores fundamentales para explicar las diferencias salariales basadas en el género. Las remuneraciones de las mujeres son unos 30% inferiores a la de los hombres.

Ahora, es importante mencionar que cuando una actividad que es común a todos los seres humanos se mantiene en el tiempo y de esta depende nuestro bienestar y seguridad es conocida como “trabajo cotidiano”, siendo imposible concebir la vida sin este trabajo,

por ejemplo, al realizar acciones básicas en el hogar como, sacar los papeles sucios del baño, hasta ordenar la mesa para cenar, entre otros.

Estadísticas en Chile

La doble presencia, o situación social de desempeño en dos frentes simultáneamente, es un factor de riesgo interesante a la hora de valorar cómo afecta a la mujer, y cuáles son las circunstancias más frecuentes con las que se asocia.

La valoración de la doble presencia se ha estudiado en la mujer que trabaja y se han reportado resultados observados en estudios centrados en el conflicto trabajo-familia en mujeres profesionales los que concluyeron que la sobrecarga de rol laboral y familiar generaba conflictos en este último y cuyas causas en su mayoría eran ciertas condiciones laborales como la carga de trabajo, las formas de contratación y las dobles jornadas de trabajo (Álvarez, Gómez, 2011).

Es por estos mismos factores que en Chile han realizado algunos cambios, según DT (2004), A partir del 1° de Enero del 2005, la jornada ordinaria de trabajo disminuirá de 48 a 45 horas semanales. Por lo tanto, aquellas empresas en que se hayan pactado jornadas superiores a 45 horas semanales, ya sea en contratos individuales, en instrumentos colectivos de trabajo y en los reglamentos internos, cuando corresponda, deberán ajustar su jornada semanal de trabajo a la nueva normativa.

Sin embargo, podemos vislumbrar que según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) Chile es el quinto país en donde poseen las jornadas de trabajo más extensas del mundo con 1974 horas al año, siendo México el primer país con 2225 horas laborales y Alemania en la última posición con 1363 horas según la *Fuente: de Perspectivas de Empleo 2017 OCDE.*

Estudios llevados a cabo por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) muestran que los países de ingresos bajos y medios tienden a trabajar más horas que sus contrapartes más ricas.

Sola (2016), Chile está ubicado en el quinto puesto entre los países con la jornada laboral más extensa; sin embargo, es el segundo con menos productividad. ¿La razón? Expertos coinciden que no es una cuestión de tiempo, sino de una mejor organización de las tareas a realizar. En Chile, trabajar 45 horas laborales semanales es excesivo a juicio de muchas personas. Aún más si se considera el tiempo de traslado hacia el lugar de trabajo y de regreso al hogar, lo cual deja alrededor de 12 horas para desarrollar actividades de tiempo libre, familiar y dormir.

El mismo informe de la OCDE (2017), sitúa a Chile en el segundo lugar con menos productividad, por debajo de los US\$30 del PIB por hora trabajada. Es decir, se trabaja mucho, pero se tiene baja productividad.

Este año el escenario laboral chileno está marcado por la polifuncionalidad de los trabajadores, la demanda organizacional de cumplir metas productivas y la inestabilidad laboral. La inestabilidad en el empleo y el nivel de remuneraciones per cápita que aún se diferencia del promedio de países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, hacen que Chile sea un país altamente desigual en cuestión de ingreso, riqueza y educación (OCDE, 2015).

El crecimiento de la inserción laboral de la mujer no garantiza su plena realización personal ni profesional, ya que su ingreso al trabajo ha sido proporcional, por ejemplo, a la ocupación de cargos de liderazgo dentro de las organizaciones. A nivel latinoamericano, se evidencia que en Ecuador menos del 4% de los presidentes y vicepresidentes son mujeres; en México menos del 12% y en Brasil sólo el 8% (Debeljuh & Las Heras, 2010). En Chile, la situación no es muy diferente. En el año 2007 las mujeres conformaban sólo el 7,1% de los cargos de gerencias y directores/as de empresas (3,1% en el caso de las grandes empresas). En el caso de los subgerentes de área, en el mismo año, las mujeres ocupan un 13,5% y en jefaturas un 28,4% (Mladinic, 2009)

Respecto a las dificultades en el acceso laboral de la mujer, se evidencia que, en Chile según la Encuesta Nacional de Empleo, ejecutada por el Instituto Nacional de Estadísticas, al trimestre enero-febrero-abril del año 2015, que la tasa de ocupación femenina es de 44,5% y la masculina un 67,7%, muy por debajo de la tasa de ocupación nacional (55,9%) (INE, 2015).

Se evidencia entonces, que a pesar de que las dificultades son vivenciadas por hombres y mujeres, son estas últimas las que se llevan la mayor parte de las tensiones y conflictos derivados de su inserción al mundo laboral. Se puede decir entonces que la conciliación laboral-familiar tiene “rostro de mujer” (Bejarano, 2011), pero es un tema relevante para ambos sexos.

Fuentes (2015), menciona que, las políticas en Chile sobre conciliación abordan temas como la obligación de salas cunas en menores de hasta 2 años en empresas que tengan 20 o más mujeres, descanso de maternidad (pre y post natal) y de paternidad, permisos por enfermedades graves o fallecimiento de hijos/as y cónyuges y autorización de permisos para trabajadores/as que tengan a su cargo familiares con discapacidad.

Si analizamos estas políticas, están orientadas principalmente hacia la mujer pues la persistencia de la concepción tradicional del rol de la mujer, que la instala como la principal responsable del cuidado de los hijos y adultos mayores, además del trabajo doméstico, sigue siendo una fuente permanente de tensiones entre el ámbito familiar y laboral. Un claro ejemplo de esto es que, en el año 2011, el permiso postnatal parental fue utilizado por sólo 263 padres de un total de 28.219 (Dirección del Trabajo, 2011b).

Investigaciones y estudios internacionales

Según el estudio realizado por Data Popular, órgano de encuestas de Brasil, las mujeres brasileñas están más satisfechas con sus trabajos que hace un año. Han constatado que 48,6% de ellas están más satisfechas con su empleo y que 63,1% están más felices con su vida en general. El mismo estudio apuntó que 60,6% están más felices con la vida en

familia y 48% con las finanzas. No obstante, 57,3% las mujeres contestaron que estaban más infelices con el mundo, 26,7% con su país y 25,8% con las relaciones amorosas. Así, se puede constatar que, aunque las mujeres brasileñas estén más realizadas con su vida profesional, en la vida personal han aumentado su insatisfacción. Inclusive, en el ámbito de las relaciones afectivas se evidencia que las crecientes exigencias del mercado laboral han dificultado la vida de la mujer brasileña, pues ahora ella tiene que dividirse con los cuidados con la casa, con los hijos, con el trabajo y con los estudios (Gochinha, 2012)

Por otra parte, en España, un 57% de las mujeres ha renunciado a trabajos por ser incompatibles con la maternidad, Así se titula una noticia reciente publicada por “El Público”. Las estadísticas avalan que, en general, las mujeres renuncian a sus empleos cuando se convierten en madres. Otras, reducen su jornada laboral. En cualquier caso, el empleo de la mujer se ve afectado cuando elige la maternidad por las incompatibilidades entre la vida familiar y laboral. El estudio, llamado Maternidad y Trayectoria Profesional y elaborado por la investigadora y decana de la Facultad de Educación de la Universidad Internacional de Catalunya (UIC) Esther Jiménez, y la profesora del IESE Business School Nuria Chinchilla, recoge datos sobre esta incompatibilidad, como el 40% de las mujeres no ha podido acceder a un empleo y al 35% no la han promocionado por el hecho de ser madre (Flores, 2019).

Además de esto, las autoras destacan que las mujeres realizan una doble jornada laboral y están muy lejos de la corresponsabilidad con el hombre en las tareas domésticas, por ello, sigue siendo menos costoso para el hombre mantener y conciliar la vida familiar y laboral. Esto queda avalado por los datos de la investigación, los cuales revelan que el 92% de las mujeres que trabaja a jornada completa lava siempre la ropa, frente al 22% de los hombres, y que ocurre lo mismo con la limpieza de la casa (73% contra 28%) o con la plancha (46% contra 10%) (Flores, 2019).

Por otra parte, el 94% de los europeos afirman que la igualdad entre hombres y mujeres es un derecho fundamental, y el 91% considera extremadamente necesario trabajar para reducir esta desigualdad para tener una sociedad mejor y más justa (Eurobarometer, 2015).

La contribución del hombre, junto a las políticas familiares y la flexibilidad de las empresas, es un elemento fundamental para que las mujeres puedan integrar plenamente la vida familiar y laboral.

En España de acuerdo con el estudio realizado por el Instituto Catalá de les Dones (ICD) y el Observatorio Mujer, Empresa y Economía (ODEE) de la Cámara de Comercio de Barcelona en febrero de 2017, si se pagase a precio de mercado, el valor del trabajo doméstico no remunerado incrementaría el Producto Interior Bruto (PIB) de Cataluña, como mínimo, un 23,4%. Dicho estudio pone de manifiesto que las mujeres son las que realizan una mayor aportación a la sociedad, a través de la economía doméstica y del cuidado (67% frente al 33% de los hombres). Así mismo las mujeres que participaron en el estudio consideran que en la sociedad española está muy presente el micro-machismo. Un 70% de las mujeres afirma que en general los hombres tienden a no responsabilizarse de las actividades domésticas; el 69% percibe que generalmente los hombres se aprovechan de las capacidades “femeninas de servicio”; y el 74% de las mujeres está de acuerdo o totalmente de acuerdo en que los hombres, en general, disfrutan de una situación de ventaja en el hogar (Chinchilla, Jiménez, & Grau, 2017).

Jornada Laboral

En el transcurso de los años y gracias a los cambios en el mercado, las organizaciones han tenido que cambiar sus estructuras y políticas internas, como comprendimos anteriormente, debido a que en Chile la jornada laboral completa era de 48 horas semanales y en la actualidad son solo 45 horas.

Se entiende como jornada laboral el tiempo que dispone el trabajador para desarrollar las tareas recomendadas y que ha sido estipulado por el empleador al momento del contrato.

Este término proviene del catalán *jorn*, que significa día; en donde se plantea como el “trabajo en un día” o el “camino que suele andarse en un día”. De esta forma en 1930, la Conferencia General de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) señaló que debía entenderse como jornada laboral “el tiempo durante el cual el personal está a disposición del empleador (Cueva, 1972).

Aun cuando las dos partes –organización y empleado- estipulen desde un principio las condiciones del trabajo, el contrato y su duración, y dentro de él las horas de la jornada; no exceder los límites establecidos es una tarea que para algunas empresas es difícil de cumplir. Así, se ha observado que en algunas organizaciones se reducen, se amplían y/o se modifican periódicamente estas jornadas; causando un agotamiento a la clase trabajadora y perjudicando directamente a la organización. Deveali (1983), demostró que la reducción o limitación de las jornadas resultaba en una producción de mejor calidad y mayor cantidad, dado que los trabajadores estaban descansados y con energía suficiente para el desarrollo de sus labores.

Es por esto que, si no se sabe organizar como empresa correctamente las jornadas laborales de sus empleados y los sobre exigen, lo más probable es que su desempeño se vea interferido por el cansancio, el agotamiento físico y/o psíquico, o en muchos casos mezclados con algún problema familiar el cual debido al poco tiempo con el que cuentan no sean capaces de hacer a un lado estas responsabilidades y conflictivas que se producen en el hogar.

Por otra parte, y no menos importante debemos señalar que las alteraciones del sueño son uno de los principales problemas en este tipo de trabajadores (Knauth, 1993; Akerstedt, 1998). La tasa de prevalencia de dichos trastornos varía entre el 5% en los trabajadores con turno de día, hasta el 90% en los que tienen turno de noche (Knauth, 1993).

Entre los trastornos más frecuentes están el insomnio, el síndrome de las piernas inquietas y la hipersomnía (Garbarino y cols., 2002). Así esta función vital presenta una disminución importante en su duración y una alteración significativa en su calidad

(Costa, 1996; Akerstedt, 1990) debido a que, al trabajar en el turno de la noche, la persona dormirá durante el día. Sin embargo, las condiciones de temperatura, las actividades y responsabilidades familiares, terminarán disminuyendo las horas de sueño del individuo, y por lo tanto éste no llegará a ser completamente reparador.

Adicional a esto las constantes variaciones en el patrón del sueño generan alteraciones en las funciones psicomotoras (Weinger & Ancoli, 2002); en las capacidades mentales y cognoscitivas, ya que el funcionamiento cognoscitivo disminuye en un 25% cuando falta una noche de sueño y disminuye en un 40% cuando faltan dos noches de sueño (Krueger, 1989).

Una situación de estrés prolongado puede convertirse en un fenómeno llamado Síndrome de Quemado o Burnout, considerado como la respuesta que tiene una persona ante la exposición de niveles de estrés crónico. En la literatura se ha visto que puede afectar a todos los trabajadores independientemente de su profesión o jornada laboral, pero que tiene mayor probabilidad de ser percibido en los trabajadores con turnos rotativos/nocturnos.

Este síndrome involucra tres elementos fundamentales: la baja realización personal en el trabajo, dado por la dificultad de poner en prácticas sus conocimientos; la despersonalización que aparece durante el desarrollo de las actividades laborales, donde se produce en el trabajador una alteración en la forma en que se percibe así mismo y por último un agotamiento emocional donde el empleado experimenta fatiga y cansancio emocional (Sierra, 2006).

Cortés (2010), menciona que la disminución en el estado de alerta y habilidad de concentración producto de las alteraciones en el ritmo circadiano generadas por los turnos laborales, tienen como resultado una baja en la capacidad de productividad del trabajador y una disminución en el nivel de seguridad laboral (un trabajador cansado pierde su capacidad de alerta y concentración, por tanto, es más propenso a tener accidentes laborales).

Por último, el trabajador suele presentar malestar psicológico, baja autoestima, desmotivación, mal humor y por ende una disminución del bienestar psicológico (Beatty, 1996; Howard, Gaba y Smith, 2003).

Riesgos psicosociales y consecuencias

Es de suma importancia a su vez dedicar un apartado a este tema, debido a las grandes demandas psicológicas y/o físicas que podrían presentarse ante la doble presencia.

Moreno (2014), refiere en su artículo titulado “Los riesgos laborales psicosociales, marco conceptual y contexto socio-económico”, que dichos riesgos psicosociales pueden ser consecuencia de la organización del trabajo y que tienen una alta probabilidad de afectar negativamente la salud del trabajador, entendiendo que no derivan necesariamente en daño, pero que dependen de la susceptibilidad personal del individuo, experiencia, historia y contexto en que se desenvuelve la persona y que los factores de riesgo psicosocial se asocian a interacciones entre el trabajo, el medio ambiente, la satisfacción laboral y condiciones de su organización, además de las capacidades, necesidades, cultura y situación personal del trabajador fuera del ambiente laboral.

Cada persona es única en ser y especie, y cada una experimenta de diversas formas las situaciones que pudiesen presentarse tanto en el trabajo como en el hogar. Sin embargo, todos comparten algo en común y es que en el momento en que se ven sobrepasados requieren de algún factor protector que acompañe este agotamiento.

La OIT (2014), coincide con algunos estudios especializados de salud y seguridad en el trabajo a la hora de identificar cinco grandes grupos de riesgos psicosociales:

1. El exceso de exigencias psicológicas del trabajo
2. La falta de control, la influencia y desarrollo
3. La falta de apoyo social y de calidad de liderazgo
4. Las escasas compensaciones del trabajo
5. La doble jornada

Estos son solo algunos de los riesgos psicosociales que se pudieron confirmar por la Organización Internacional del Trabajo, ya que se presume puedan existir muchos más, debido a las grandes demandas que conlleva en este caso ser mujer, y tener que rendir de manera óptima en el trabajo y no descuidar a sus hijos y familia en la casa.

Es por esto que es sumamente importante que con esta investigación podamos visibilizar en gran medida cuales son los factores de riesgo y consecuencias de la doble presencia que se desatan en funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años en el Cesfam de Estación Central.

La OMS (2010), reportó a Chile como uno de los países con mayor carga de morbilidad por enfermedades psiquiátricas (23,2%) en el mundo, y evidenció un problema que constituye un desafío constante para la Salud Pública del país en razón de generar políticas de intervención a nivel académico y laboral en todos sus niveles. Así lo menciona el convenio de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) N° 187 al proponer el año 2013, que cada país debe identificar nuevos y emergentes peligros en el lugar de trabajo particularmente los de naturaleza psicosocial para favorecer los entornos seguros y saludables.

De hecho, en la Encuesta nacional de empleo, trabajo, salud y calidad de vida de los trabajadores y trabajadoras en Chile del Ministerio de Salud de Chile (ENETS 2009 - 2010), se reconoce que un 20 % de trabajadores dependientes percibe su situación laboral como inestable y que la ausencia de contratos de trabajo llega a un 10% en el caso de las mujeres y un 5% en los varones, la misma encuesta reveló que los principales síntomas que se asociaban al trabajo eran la sensación continúa de cansancio, dolor de cabeza, problemas para dormir y sentirse tenso o irritable, no obstante lo anterior los trabajadores (as) referían que casi siempre disfrutaban de su trabajo.

Según la OMS (2001), los trastornos mentales se han posicionado entre las enfermedades que reportan mayor carga de enfermedad en términos de años de vida saludables perdidos por discapacidad o muerte prematura. La depresión ha sido

clasificada a nivel mundial como la causa más importante de discapacidad en mujeres y en personas entre 15 y 44 años, por tanto, nos referimos a población potencialmente trabajadora.

La literatura muestra consistentemente mayores prevalencias para trastornos depresivos en mujeres y que los cambios en los tradicionales roles de género, acontecidos en los últimos 50 años, no han sido capaces de reducir las diferencias de género en el riesgo de por vida de la mayoría de los trastornos mentales (Seedat et al., 2009)

Hombres y mujeres están representados desigualmente en las ocupaciones y en los sectores de la economía, y están expuestos de manera diferencial a los riesgos propios del trabajo. Mientras las mujeres trabajan mayoritariamente en sectores de servicios comunitarios y atención de público, los hombres lo hacen en su gran mayoría en el sector manufacturero y de la construcción. Pero aún más, hombres y mujeres que trabajan en el mismo sector e incluso en el mismo puesto de trabajo experimentan riesgos y condiciones diferenciales, producto de las diferencias antropométricas y de las condiciones sociolaborales.

A pesar de las diferencias de género, el trabajo ocupa un rol central en la vida de las personas, en tanto actividad a la que dedicamos mayor cantidad de tiempo, así como también por las funciones psicosociales que nos provee: el trabajo estructura el tiempo, permite poner en juego nuestras habilidades, cumple una función expresiva, nos provee de estatus, posibilita intercambios sociales y está estrechamente vinculado al desarrollo de la identidad personal y colectiva. Los cambios en las condiciones y en los modos de organización del trabajo, exponen a la población a un nuevo tipo de riesgos para la salud: los denominados factores de riesgo psicosocial laboral, los cuales pueden generar diversos resultados adversos en la salud física y mental (Houtman & Kompier, 2001).

El mecanismo por el cual estos factores de riesgo se asocian al surgimiento de enfermedades es lo que se conoce como el distrés laboral. De esta manera, los actuales modos de organización del trabajo, afectan la calidad y condiciones del trabajo y se

reflejan en procesos de intensificación: hacer más con menos tiempo y/o recursos, densificación (cero tiempo muerto) y extensificación del trabajo: sobretiempo o movilidad espacial de un trabajo demandando al trabajador emocional y cognitivamente, lo que se traduce en un aumento de la denominada carga psíquica y mental en el trabajo, que sostenida en el tiempo provocará efectos en la salud mental. (Derriennic & Vézina, 2006)

Las diferencias de género son muy relevantes al analizar la relación entre salud mental y trabajo, puesto que las mujeres, junto con estar más expuestas a los riesgos psicosociales derivados de la organización del trabajo, están expuestas a dobles jornadas de trabajo provenientes del trabajo doméstico y de cuidado –que sigue siendo responsabilidad principal de ellas–, y están expuestas a las tensiones cotidianas derivadas de las fallas en el cumplimiento de las obligaciones domésticas y del trabajo remunerado (Houtman & Kompier, 2001).

De igual forma la dificultad derivada de la ejecución de múltiples actividades no sólo afecta a las personas sino también a las empresas, causando insatisfacción con el trabajo, menor desempeño, disminución en los niveles de compromiso con la organización, ausentismo y rotación; todos estos efectos son derivados de las tensiones provocadas por el desempeño simultáneo de los roles laborales y familiares (Greenhaus y Beutell, 1985).

Allen y sus colaboradores (2000), demostraron que en la existencia de conflictos entre el ámbito laboral y el familiar se presentan consecuencias como la hipertensión, taquicardia, ansiedad y agotamiento. Adicional a éstas el doctor Valtueña (1925), en su investigación afirma la presencia de cefaleas, temblores en las extremidades superiores y problemas en la alimentación.

El 10.8% de todos los trastornos mentales y del comportamiento podrían atribuirse a factores laborales, el 13.14% en los hombres, y el 8.29% en las mujeres. La incidencia de problemas de salud mental en las bajas por incapacidad temporal, tienen una incidencia del 63.92% en mujeres y del 36.08% en hombres, de un total de 9.751 bajas (Observatorio de Riesgos Psicosociales, 2010).

De todos los trastornos mentales, la ansiedad es la que supone un mayor número de días de baja, siendo, en las mujeres, la proporción de baja médica por ansiedad del 62.83%, del 20.47% por estrés y del 9.61% por depresión; en los hombres es del 58.44% por ansiedad, del 18.39% por estrés y por del 9.18% en depresión. Estos datos varían de acuerdo a la edad y el sexo del trabajador, observándose que en el caso de las mujeres disminuyen los días de baja con la edad, mientras que en los hombres aumenta (Rodríguez et al., 2011).

La mayor prescripción de psicofármacos en las mujeres podría deberse a las diferentes formas de manejo de la ansiedad y el estrés entre hombres y mujeres, el acudir o no al médico y la percepción que tienen ambos de la enfermedad (Markez et al., 2004).

El consumo de tranquilizantes (prescritos o en autoconsumo) es tres veces superior en las mujeres (EDIS, 2000), sin embargo, el autoconsumo de hipnóticos adquiridos fuera de control médico es mayor en hombres que en mujeres, lo que se explicaría por qué estos están menos dispuestos a contar sus problemas emocionales y evitan ir al médico, mientras que ellas usan los tranquilizantes para aliviar la ansiedad, el estrés y la depresión (Romo et al., 2003).

Por último, también se encuentran diferencias en la respuesta a los medicamentos, siendo las mujeres las que mejor reaccionan a los inhibidores de la receptación de serotonina en algunos trastornos mentales como la depresión (Phillips & First, 2009; Wisner & Dolan-Sewell, 2009; Yonkers, Narrow, & Halmi, 2009).

Relación trabajo y familia

El trabajo, junto con la familia y el tiempo libre son los tres pilares fundamentales de nuestra vida considerados como un sistema de actividades que están en interacción, el trabajo, la familia y la sociedad (Curie & Hajjar, 1987).

Acuña y Olavarrieta (1993), definen familia, como un grupo de personas que busca resolver el dilema de posibilitar la existencia humana, a través de la satisfacción de las necesidades básicas y primarias, como lo son: tener un hogar, alimentación, afecto y

estabilidad. No obstante, este último aspecto debido a los cambios en el mercado laboral, se ha visto afectado generando consecuencias en las familias como la disminución de la natalidad, el aumento de los divorcios y separaciones, el menor número de hijos por pareja y el bajo rendimiento de éstos en los colegios y/o universidades.

Por otra parte, el trabajo se convierte en el medio por el cual el sujeto se integra a la vida social, a partir de la independencia económica, de las relaciones sociales que se establecen alrededor de la actividad laboral, el estatus y el nivel de vida que se lleva; siendo aspecto modular la satisfacción y percepción que tenga el individuo de su vida y su familia (Fernández-Montalvo, Báez y Echeburúa, 2000).

El trabajo y la familia se constituyen en las dos esferas fundamentales donde actúa el ser humano y a las cuales dedica la mayor parte de su tiempo y recursos; todo lo que sucede en uno de estos dos ámbitos afectará el otro de manera bidireccional (Casas, Repullo, Lorenzo y Cañas, 2002).

La familia y el trabajo se constituyen en dos ejes centrales de la vida de hombres y mujeres, ambos generadores de desarrollo y satisfacción. El primero, se convierte en una dimensión donde hombres y mujeres se ven influenciados por diferentes roles que deben asumir y a los cuales no pueden renunciar fácilmente. El segundo, se convierte en un espacio que permite tanto el desarrollo personal como el profesional y en el cual se colocan a disposición de otros, las capacidades, conocimientos y experticias.

Marín, Infante y Rivero (2002), plantean que el trabajo y la familia son dos ámbitos importantes para el desarrollo personal y social de los ciudadanos; por su parte, Navarro Ardoy (2004), anota que el trabajo y la familia son las dos redes sociales más significativas con que los seres humanos se relacionan entre sí y con la sociedad en su conjunto y en las que las personas pasan la mayor parte del tiempo.

Dado que en los diferentes países del mundo se han estado experimentando cambios sociales y económicos masivos, que afectan estas dos esferas centrales de la vida de muchos individuos, se ha encontrado que estas influencias macro-ambientales irrumpen

en la vida cotidiana de los individuos y hacen que se den cambios en las estructuras del trabajo y la familia. Ejemplos, situaciones tales como si las tasas de divorcio aumentan y las mujeres frecuentemente tienen que salir a buscar trabajo fuera del hogar o cuando tanto el padre como la madre deben trabajar para poder enfrentar las obligaciones financieras; padres y madres comienzan a comunicarse con sus hijos a través de medios electrónicos y digitales, mientras éstos son cuidados por "niñeras", incrementan las demandas de rol y estrés en los trabajadores que deben hacer esfuerzos por equilibrar las relaciones de la interface y trabajo-familia (Joplin, Francesco, Shaffer y Lau, 2003).

Abarca (2007), anota que algunas de las causas por las cuales la mujer se ha incorporado en el mundo del trabajo ha sido el aumento de la educación, la necesidad de contar con dos ingresos en una familia y los cambios sociológicos que promueven una mayor igualdad con los hombres. Sin embargo, la vida familiar no se ha dejado de lado, planteando de esta manera un dilema difícil de resolver en cuanto existe una implicación personal y social, en donde las mujeres, sus familias y las empresas se ven afectadas. Las mujeres terminan dejando de lado su desarrollo de carrera profesional para responder por los cuidados de la familia, específicamente el de los hijos, aspecto que influye en la empresa ya que se pierde el aporte que éstas puedan dar a la misma, pero al mismo tiempo, la sociedad se ve afectada en cuanto los hijos terminan siendo cuidados por terceros y no directamente por la mujer como referente principal en el proceso de crianza.

Geurts et al. (2005), definen el concepto de interacción trabajo-familia como un proceso en el que el comportamiento de un trabajador en un dominio (por ejemplo, en casa) es influido por determinadas ideas y situaciones (positivas o negativas) que se han construido y vivido en el otro dominio (por ejemplo, en el trabajo).

En este orden de ideas, Aguirre y Martínez (2006), anotan que, aunque la relación trabajo-familia ha sido objeto de estudio, desde un enfoque negativo, no se puede dar por sentado dicho principio, ya que existen propuestas que ubican dicha relación desde un enfoque positivo, poniendo de manifiesto que las experiencias laborales pueden

ayudar en el ámbito de lo familiar. Este último ha servido de base para el planteamiento de la teoría ajuste trabajo-familia, la cual comprende el conflicto trabajo-familia; el conflicto familia-trabajo; facilitación trabajo-familia y facilitación familia-trabajo.

Greenhaus y Beutell (1985), explican el conflicto trabajo-familia teniendo como base los roles que ejerce la persona. Así, cuando los roles que se asumen en lo laboral impiden el desarrollo de roles en el contexto familiar, la relación se hace incompatible por presión que surge producto de las exigencias en lo laboral. A partir de esta definición, diversos autores señalaron la necesidad de explorar ambas direcciones del conflicto, con el fin de identificar si son los roles en el trabajo lo que dificulta el desempeño de las responsabilidades familiares (conflicto trabajo-familia) o si son los roles familiares que dificultan las responsabilidades laborales (conflicto familia-trabajo).

Guerrero (2003), señala que el conflicto trabajo-familia se explica por tres dimensiones:

- Conflicto inter-rol, que surge cuando el comportamiento de un rol impide el desarrollo del otro. Dicho de otro modo, cuando el rol familiar es incompatible con el laboral; un ejemplo lo constituye, cuando los horarios laborales se cruzan con los familiares.
- Sobrecarga de rol, cuando tanto el rol laboral como el familiar poseen las mismas exigencias haciendo que se compita por los recursos personales. Éste tiene que ver con las limitadas energías con que se cuenta para cumplir con el rol.
- Acumulación de roles, contraria a las otras dimensiones, se define como el ejercicio de múltiples roles, permitiendo mayor interacción social y desarrollo personal.

Marín et al. (2002), señalan que la literatura ha identificado numerosos antecedentes del conflicto trabajo-familia. La interferencia entre los ámbitos laboral y familiar procede tanto de fuentes internas a los ámbitos (intra-ámbitos) como entre los ámbitos (inter-ámbitos). Las fuentes entre ámbitos analizan el conflicto trabajo-familia como un conflicto inter-rol en el que los comportamientos a realizar en un determinado rol laboral son incompatibles con expectativas propias del rol familiar o viceversa.

Por su parte, Otálora (2007), anota que un sinnúmero de circunstancias confluye para promover el conflicto trabajo-familia; principalmente, entre ellas están el aumento en el número de familias con dos salarios, el del número de padres solteros y el de las cifras de expectativa de vida, que obliga a un grupo importante de empleados a hacerse cargo de sus padres adultos mayores.

Katz y Kahn (1997), plantean que los roles son un conjunto de acciones recurrentes del individuo que se interrelacionan con las acciones repetitivas de los demás para obtener los resultados deseados. En este sentido, se pensaría que las personas al asumir distintos roles podrían verse enfrentadas a una exigencia en el desempeño de éstos, lo cual dependiendo de los recursos propios de la persona y de su entorno afectarían positivamente o negativamente.

Por su parte, Greenhaus y Beutell (1985), señalan que la demanda de roles puede desencadenar lo que se conoce como el conflicto trabajo-familia. Los autores plantean que dicho conflicto posee tres componentes:

- El primero, se relaciona con el tiempo, sustentando, en que el tiempo es un recurso muy escaso. De esta manera, cuando las personas dedican más tiempo al cumplimiento de uno de los roles, ya sea de índole laboral o familiar, se limita la posibilidad de cumplir con las exigencias del otro, lo cual puede repercutir negativamente en el bienestar de la persona en cuanto invierte energías que sobrepasan su capacidad.
- El segundo, se basa en las presiones, éste se relaciona con la tensión que genera uno de los roles, interfiriendo en el cumplimiento del otro.
- El tercero, basado en el comportamiento, se relaciona cuando en un rol exige comportamientos que son incompatibles con el otro.

Lo anterior, muestra claramente la relación directa entre trabajo y familia, lo que hace pensar en la interferencia recíproca que puede darse entre estas dos dimensiones, generando un conflicto entre trabajo y familia o entre la familia y el trabajo, sino se cuenta con un ajuste entre los roles de la familia y del trabajo. El conflicto entre trabajo

y la vida familiar se manifiestan por la excesiva demanda de tiempo en el trabajo, incompatibilidad en los horarios y la tensión causada por los intentos de la persona para cumplir con sus deberes tanto en la casa como en el trabajo. De igual forma, entre los factores que pueden influir desde la familia hacia el trabajo, se encuentran: el cuidado de los niños y adultos mayores. Las familias en donde ambos cónyuges trabajan, en las que sólo la madre o el padre vive en la casa y en las que hay hijos pequeños, son más vulnerables a experimentar el conflicto trabajo - familia (Aryee, 1999).

Por otra parte, el ámbito familiar como laboral requieren, para el ejercicio de roles, dos aspectos vitales: tiempo y energía. Por lo tanto, las exigencias de uno y otro pueden afectar negativamente a la persona, ya que las demandas de uno no sean compatibles con las del otro. Este aspecto hace que se entre en contradicción y que se haga difícil responder de la misma manera al trabajo como a la familia (Zedecky & Mosier, 1990).

Complementando lo anteriormente expuesto se puede percibir que cuando un rol se sobrepone a otro, se obtienen efectos negativos sobre el bienestar de las personas, ya que no se existiría un complemento entre ambas, lo que obligaría a inclinarse por uno o por otro, viéndose interrumpido un ejercicio idóneo de aquellos roles.

Frone, Yardley y Market (1997), plantean un modelo de interfase trabajo-familia, en donde el apoyo social, el compromiso de tiempo y la sobrecarga se consideran antecedentes; el conflicto trabajo-familia y familia-trabajo como las variables centrales, y el sufrimiento, insatisfacción y desempeño como los impactos o consecuencias.

Desde esta perspectiva, el conflicto trabajo-familia tiene una incidencia negativa sobre la salud de las personas, en cuanto la implicación laboral influye en el conflicto, especialmente porque el tiempo que se dedica al trabajo disminuye, en cantidad y calidad, el tiempo dedicado al ámbito familiar; de otro lado, la inversión de esfuerzos y energías en el trabajo hace que se disminuya la capacidad de la persona por la interferencia que se puede tener a la hora de responder por las actividades laborales en los espacios familiares (Rodríguez, 2009).

El grado en que el trabajador perciba su equilibrio trabajo-familia va a depender de dos aspectos fundamentales. El primero de ellos, son sus recursos personales, los cuáles hacen referencia al optimismo, la autoestima, la autoeficacia, el compromiso y control de la situación (Aquino, 1997) y por otro lado, los recursos laborales como autonomía, retroalimentación en el trabajo, un buen soporte social por parte de colegas y una buena relación con su propio supervisor que contribuyen a la existencia de un equilibrio trabajo-familia (Bakker, Demerouti y Euwema, 2005).

Dependiendo del modo en que ambas esferas se interrelacionan TRABAJO/FAMILIA se pueden generar según Zedeck & Mosier (1990), O'Driscoll (1996) y Greenhaus & Beutell (1985), siete mecanismos vinculantes los cuales son los siguientes:

- La segmentación fue el primer mecanismo planteado para relacionar el trabajo y la familia, donde se consideran éstas dos esferas separadas una de la otra. Lambert (1990), consideraba que esto podría ocurrir por ser una condición inmanente o porque el empleado se empeñaba por lograr esta condición; en efecto Edwards & Rothbard (2000) lo comprueban planteando que los mismos trabajadores se esfuerzan por mantener el trabajo y la familia separados como forma de evitar tensiones en ambas. Al poner barreras entre las dos, se busca neutralizar, suprimir o separar los comportamientos, sentimientos y pensamientos relacionados con un dominio y el otro.
- El segundo mecanismo es la contaminación, definida como los efectos que produce un ámbito sobre el otro y que generan similitudes entre ambos. Leiter y Durup (1996) encontraron evidencias acerca de cómo los sucesos laborales afectan directamente y en mayor cantidad al hogar, es decir hay más contaminación.
- El modelo de la congruencia es el tercer mecanismo y plantea que los dominios se relacionan gracias a la actuación de una tercera variable como rasgos de la personalidad o fuerzas sociales y/o culturales, dónde éstos permiten a la persona responder en ambos dominios de una manera similar y que sean congruentes.

Aunque este modelo permitiría tener un buen equilibrio entre las dos áreas de la vida, el problema es que atribuye a un aspecto externo el éxito de éste y no a la relación entre un dominio y el otro (Larson et col., 1994)

- El cuarto modelo es, consumo de recursos, que plantea que los recursos personales que tiene el trabajador, como lo son el tiempo, la energía y la salud; al ser utilizados en un dominio, se agotarán y no estarán en la misma cantidad para utilizar en la otra esfera. Esto quiere decir, que si el trabajador gasta toda su energía y tiempo en el trabajo, cuando regrese a casa con su familia no podrá compartir con ellos en la misma medida que lo ha hecho en el trabajo y tendrá repercusiones a nivel familiar.
- El quinto modelo es el de compensación, también conocido como facilitación, termino atribuido por Grzywacz & Bass (2003), siendo la situación en donde las experiencias, habilidades y oportunidades desarrolladas por un dominio (laboral o familiar) logran ser transferidas de una manera positiva y reforzante en el otro dominio. Esto se logra a través del esfuerzo por equilibrar ambas partes, siendo una búsqueda continua y que se hace de manera intencional; dedicando igual cantidad de tiempo, atención y energía a los dos dominios. Así mismo, afirman que individuos que manifiestan satisfacción y sentido de logro en el trabajo, también muestran satisfacción en las relaciones íntimas y felicidad personal. Por ende, la facilitación ha sido correlacionada con el bienestar físico y mental, como con la satisfacción familiar y organizacional (Wayne, Musisca & Fleeson, 2004).
- En relación al sexto modelo tenemos al conflicto en donde Greenhaus & Beuttel (1985), establecen que se presenta cuando los dominios familiares y laborales se influyen mutuamente produciendo incompatibilidades, es decir, el trabajo puede interferir negativamente en la familia (conflicto trabajo-familia) y la familia puede interferir negativamente en el trabajo (conflicto familia-trabajo); Así por ejemplo, el hecho de estar irritado o tenso por asuntos familiares puede afectar el comportamiento a nivel laboral, más conocido como la doble presencia.

- Finalmente, el séptimo modelo es, equilibrio de roles entre el trabajo y la familia, en donde las personas a diario se relacionan e interactúan en varios ambientes existiendo situaciones de conflicto y estrés afectando las diversas áreas de su vida, siendo importantísimo mantener al margen sus problemas, principalmente para no interferir en su desempeño laboral debido a problemas familiares, por ejemplo.

De esta manera, cuando las personas dedican más tiempo al cumplimiento de uno de los roles, ya sea de índole laboral o familiar, se limita la posibilidad de cumplir con las exigencias del otro, lo cual puede repercutir negativamente en el bienestar de la persona en cuanto invierte energías que sobrepasan su capacidad.

Es así como diversos estudios han mostrado correlaciones entre el conflicto trabajo-familia y problemas de ansiedad, agotamiento, descontento ante la vida, depresión, ansiedad, irritación, hipertensión, malestar psicológico, trastornos en el sueño, insatisfacción familiar, problemas con el alcohol, problemas matrimoniales y un mal desempeño en la función parental (Story & Repetti, 2006; Guitián, 2009).

Equilibrio Trabajo-Familia

Diversas investigaciones han comprobado que para lograr un impacto sostenido de las políticas organizacionales en el equilibrio trabajo-familia, es indispensable que exista una cultura organizacional que apoye y promueva un equilibrio entre estas dos esferas.

Lagos (2007) junto a Fundación Chile Unido han estructurado el concepto “Conciliación Trabajo-Familia” en cinco dimensiones centrales, en las cuales las organizaciones pueden trabajar para contribuir al equilibrio y armonía de la vida laboral, familiar y personal de sus colaboradores:

1. Flexibilidad Laboral
2. Ayudas a la Maternidad y Paternidad
3. Apoyo Económico
4. Integración Familiar

5. Desarrollo Personal

Desde el 2003 Fundación Chile Unido realiza el estudio “Mejores Empresas para Madres y Padres que Trabajan” junto a Revista Ya de El Mercurio, a partir de lo cual ha recopilado diversas prácticas que realizan las organizaciones para lograr la Conciliación Trabajo-Familia.

A continuación, se enumeran algunas de las prácticas que favorecen la Conciliación Trabajo-Familia:

1. Prácticas en Flexibilidad Laboral:

- Flexibilidad de horario en la entrada o salida
- Trabajo según objetivos y metas
- Banco de Tiempo Libre (cantidad de horas al año para realizar trámites)
- Días de permiso por matrimonio, nacimiento o muerte de un familiar
- Permisos para trámites y cuidado de hijos (médico, dentista, sala cuna, jardín infantil, reuniones en el colegio u otros)
- Trabajo en forma remota y Teletrabajo

2. Prácticas en Ayuda a la Maternidad y Paternidad:

- Descanso maternal/ paternal con más días a lo dispuesto por la ley, con goce total o parcial de sueldo
- Retorno paulatino al término del descanso maternal, con goce total o parcial de sueldo
- Modificación temporal del horario luego del retorno al trabajo
- Pago del costo del servicio de sala cuna para los hijos/as de hasta 2 años de los colaboradores (a una empresa o a una cuidadora)
- Entrega de un bono para cubrir el costo total o parcial del jardín infantil de los hijos/as de 2 a 5 años de los colaboradores/as
- Ayuda económica, psicológica y social para padres que tengan hijos con alguna enfermedad grave o discapacidad.

3. Prácticas en Apoyo Económico:

- Bono por matrimonio, natalidad y defunción
- Bono escolar para trabajadores con hijos (para material escolar, mensualidad, excelencia académica u otro, a lo largo de los años de estudio básico, medio y superior)
- Becas de estudios para los trabajadores
- Seguro médico complementario para la familia

4. Prácticas en Integración Familiar:

- Lugares propios -o convenios- de recreación para la familia (estadios, áreas verdes)
- Lugares propios -o convenios- de vacaciones (Hoteles, cabañas, recintos privados en la playa, etc.)
- Actividades recreativas con las familias /campeonatos deportivos, actividades culturales
- Día del niño en la oficina
- Programa de vacaciones (verano / invierno) para los hijos de los colaboradores

5. Prácticas para el Desarrollo Personal:

- Programa de rehabilitación en drogadicción, alcoholismo u otra adicción
- Escuela para Padres a través de charlas y talleres en temas de familia y relación de pareja
- Programas de Vida Saludable (alimentación sana, ejercicios durante la jornada laboral, nutricionista, entre otros)
- Asesoría psicológica-familiar, legal y financiera

No obstante, la mayoría de las políticas de conciliación se asocian a solucionar los “problemas de las mujeres”, apuntando a una mejor “integración” de ésta en el mundo laboral, siendo que las estrategias que apuntan a lograr una verdadera conciliación familiar y laboral deberían tener como uno de sus objetivos conseguir que los hombres asuman su parte de responsabilidad en las tareas familiares y domésticas y que las compartan, plenamente con las mujeres. Dicho lo anterior, se definirá conciliación laboral y familiar como “la capacidad de compaginar, ambos, hombres y mujeres, la vida familiar, laboral y personal” (Hernández-Sampelayo, 2008).

La asociación de este concepto con la mujer no es antojadiza, ya que es conocido que es ésta quien sigue asumiendo una doble jornada laboral, lo que desencadena muchas veces un nivel de tensión que hace cuestionarse sus prioridades entre trabajo y familia, replantearse constantemente su situación laboral en cuanto a la trayectoria y posicionamiento que querría obtener dentro de la institución. Así mismo, el ciclo biológico reproductivo de la mujer coincide con los “años claves” para hacer carrera profesional y esta dificultad desencadena en varias consecuencias para la mujer, entre ellas el sentido de culpabilidad al inclinarse por uno u otro espacio (trabajo o familia), un conflicto para realizarse profesionalmente, y a su vez, obtener cargos de liderazgo en la organización. De esta forma se reproducen los roles tradicionales de género que han perdurado hasta el día de hoy (Fuentes, 2015).

Mabel Burín (2007), identifica como otra barrera de la mujer en el ámbito laboral el establecimiento de la familia o el inicio de una vida en pareja pues la demanda de tiempo que esto implica es incompatible con los modelos organizacionales para la mujer que trabaja, sobre todo, si tiene algún cargo directivo, pues esto implica una “adaptación” de la mujer a viajes permanentes, horas extras, reuniones después del horario de trabajo, etc. En este sentido, las mujeres que son madres y con pareja establecida, aunque no tengan hijos, presentan conflictos, pues la atención del hogar y los hijos/as es atribuida exclusivamente a ellas, y las organizaciones no consideran esto a la hora de organizar el trabajo. Por ejemplo, las reuniones se hacen en horarios

extralaborales, haciéndoles sentir mal cuando tienen que faltar a ellas por compromisos familiares (Nicolson, 1997).

Las mujeres que decidan hacer una carrera deben enfrentarse a que sus ciclos de vida están estrechamente relacionados con las oportunidades que se dan en el trabajo (Heller, 2008; Luci, 2009). El dilema de cuándo tener un hijo/a, cuántos hijos/as tener, costos de tiempo con la pareja, etc., son cuestiones que se les hacen presente:

“Es muy poco probable que una mujer casada haya seguido una trayectoria profesional que le permita llegar a puestos de responsabilidad. A la mujer casada, las responsabilidades domésticas le han restado el tiempo y la disponibilidad emocional que requiere una carrera profesional” (Bejarano, 2011).

Ya existe la claridad suficiente de afirmar que esta inequidad en la distribución de roles entre hombres y mujeres produce conflictos en el ámbito familiar y laboral. Los hombres no están dispuestos a dejar lo que siempre han sido, salvo en pequeñas dosis de cooperación en el hogar. De esta forma, son las mujeres las responsables de compaginar la vida cotidiana, lo que produce mayormente a ellas un cúmulo de tensiones, pues se destaca la intensa tarea que realizan para armonizar el trabajo con la vida familiar (López, y otros, 2011).

El estudio del estrés en las mujeres trabajadoras está estrictamente relacionado con la doble jornada laboral, que genera problemas como la sensación de dejar todo incompleto y por ende, insatisfacción en las mujeres (por ello que también el estrés está tomado de la mano con la satisfacción laboral-familiar, que será abordado en el próximo apartado), llamado por algunos autores como al “síndrome de estrés femenino” (Garduño & Márquez, 1995).

Este síndrome de estrés se asocia a distintos factores. Gaviria (2009), postula que son las mujeres en edad reproductiva (entre los 15 y 44 años) son más vulnerables a padecer de estrés. Durante estos años éstas asumen más roles y responsabilidades, y por ende, están más en desventaja, tanto en el estatus social como en el financiero frente a los hombres.

Así, otro factor asociado directamente a la edad reproductiva y elemento estresor es la maternidad.

Otro factor que influye en el nivel de estrés de las mujeres trabajadoras es la convivencia con una pareja. Las mujeres dentro de un matrimonio o convivencia infeliz son más proclives a deprimirse que los hombres. Para ejercer adecuadamente el rol laboral, la mujer que tiene pareja necesita que ésta posea una actitud positiva frente a su doble rol, “liberando” a la mujer de ciertas actividades y en cómo genere la suficiente contención y tranquilidad para afrontar los desafíos. Así lo ejemplifica el estudio “Rol de la Mujer en la gran empresa”: “Si uno estudió una carrera y quiere ejercerla, fijate bien en el marido que elijas” (Pizarro & Guerra, 2010). La condición laboral y la tenencia de hijos también son factores influyentes en el nivel de estrés.

Los soportes que utilizan las mujeres comúnmente como recurso de ayuda para enfrentar el estrés laboral están relacionados con el apoyo de otros (as). Por ello, son llamados “soportes sociales” (Guerrero, 2003).

Fuentes (2015), el apoyo del esposo, pareja o familia puede llegar a disminuir la tensión de roles que se postula en apartados anteriores. Las familias en general sirven como fuentes significativas de apoyo social para enfrentar los eventos estresantes de la vida diaria, por eso el apoyo familiar juega un rol trascendental en la vida ocupacional de un empleado. De ahí la importancia de preocuparse de las medidas de conciliación existentes en nuestro país y organizaciones en la actualidad.

Referentes Metodológicos

Luego de haber observado en los apartados anteriores la razón de ser de la investigación y la perspectiva teórica que la dirige y sustenta, es importante conocer ahora cuáles son los parámetros metodológicos que guiaron el curso de esta investigación.

Descripción de la investigación

Esta investigación tiene la finalidad de identificar las consecuencias psicológicas y/o físicas percibidas respecto a la doble presencia en las funcionarias del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna de Estación Central.

Tipo de investigación

De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2003), esta investigación es de tipo cualitativa, utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes, y después, para refinarlas y responderlas. La acción indagatoria se mueve de manera dinámica en ambos sentidos: entre los hechos y su interpretación, y resulta un proceso más bien “circular” y no siempre la secuencia es la misma, varía de acuerdo con cada estudio en particular. (Hernández, Fernández y Baptista, 2003, p. 49).

Esta metodología "relaciona datos de manera sistemática y analizados por medio de un proceso de investigación" (Strauss & Corbin, 2002, p. 14) esto deriva en una teoría donde los datos están muy relacionados entre sí, entonces la teoría surge producto de la interacción de estos datos analizados de manera científica que serán un reflejo más preciso de la realidad que se está estudiando, el factor principal de esta teoría es el descubrir nuevos conceptos y preposiciones.

Este estudio es una investigación de tipo descriptiva la cual “busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice” (Hernández, Fernández y Baptista, 2003, p. 119). En este caso se busca conocer y describir las consecuencias físicas y/o psicológicas que puede experimentar una mujer, en este caso la funcionaria del Cesfam, al padecer este fenómeno de la doble presencia trabajo-familia.

Diseño de investigación

El diseño de este estudio es la Teoría Fundamentada, ya que recolecta datos sobre las historias de vida de funcionarias que han experimentado este fenómeno llamado la doble presencia. Es pertinente para la investigación la Teoría Fundada ya que sus planteamientos básicos son las proposiciones teóricas que surgen de los datos obtenidos en la investigación, más que de los estudios previos es especialmente útil cuando las teorías disponibles no explican el fenómeno o planteamiento del problema, o bien, cuando no cubren a los participantes o muestra de interés (Creswell, 2005). Por lo que es necesario que la funcionaria, narre su experiencia de manera que, al escucharlo, se obtenga información enriquecedora, llegando al punto de saturación de la información en todas sus dimensiones.

La Teoría Fundada está relacionada con la interacción permanente que el investigador logra en el proceso de recolección de datos; de los cuales pueden ir surgiendo nuevas conjeturas para ser verificadas, esta teoría es el resultado del procesamiento sistemático de los datos de campo (Glaser & Strauss, 1967, p.13).

Todo aquel investigador que desarrolle su labor tomando como base la teoría fundamentada se acerca a los escenarios sin una teoría previa; "la observación y las preguntas son guiadas por conjeturas generadas en el campo a partir de los datos mismos; la teoría se genera y desarrolla a través del Inter juego entre los datos recolectados y su análisis y elaboración teórica" (Aigner, 2012, p. 96).

Definición del Marco Muestral

Población: Se compone por funcionarias del área de la salud del Cesfam San José de Chuchunco que tengan hijos entre los 2 y 5 años.

Muestra: Subgrupo de 10 funcionarias escogidas intencionalmente

Procedimiento: Como primer paso, fue conseguir una entrevista con el director del Cesfam San José de Chuchunco, quien amablemente accedió a escuchar de que se trataba la investigación, y paralelamente autorizar su aplicación. Una vez firmado el consentimiento informado del director se procedió a trabajar con el coordinador general y la secretaria, para conseguir el registro de todas las funcionarias que tenían hijos entre 2 y 5 años.

Por último, poco antes de realizar las entrevistas, se les solicitó a las funcionarias llenar una ficha con datos sociodemográficos, y a su vez firmar un consentimiento informado, respecto a su participación, voluntariedad y confidencialidad para con la investigación, el cual fue leído por la entrevistadora en un comienzo para no dejar dudas pendientes.

Criterios de inclusión:

- ❖ Mujeres con hijos entre 2 y 5 años.
- ❖ Funcionarias vigentes en el Cesfam.
- ❖ Mujeres entre los 18 y 45 años.
- ❖ Mujeres profesionales de la salud.
- ❖ Mujeres con contrato, planta y honorarios.
- ❖ Mínimo 1 año de experiencia trabajando en el Cesfam.

Criterios de exclusión:

- ❖ Funcionarias con licencias médicas vigentes.
- ❖ Mujeres con hijos que tengan patologías severas, ejemplo discapacidad física y mental, niños que requieran hospitalización constantes etc.
- ❖ Funcionarias administrativas, auxiliares de aseo y casino.

Consideraciones éticas:

- ❖ Se considerará un consentimiento informado por parte de las funcionarias, las cuales serán expuestas a entrevistas.
- ❖ Exhibir que las grabaciones serán utilizadas solamente para esta investigación y no serán reveladas en otros medios, siendo eliminadas una vez terminado el estudio.
- ❖ La información recabada será anónima para no interferir en las respuestas de las funcionarias, serán utilizados nombres ficticios que resguarden la identidad de ellas, como profesional 1, sujeto 1 etc.
- ❖ Una vez terminada la tesis y ya sabiendo los resultados serán compartidos con el director del Cesfam para que pueda considerar mejoras en el ámbito laboral de funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años.
- ❖ En caso de que exista alguna funcionaria que padezca alguna enfermedad o patología severa derivar y apoyar en la búsqueda de alguna ayuda profesional
- ❖ En caso de que exista alguna funcionaria que esté sufriendo acoso laboral, sugerir que se observe e indague este tema.

Instrumento de recolección de información:

- ❖ Entrevistas semi estructuradas
- ❖ Ficha sociodemográfica

Procedimiento general de análisis de datos utilizados

Se utilizó la Teoría Fundada, por ser un enfoque de investigación que requiere un acercamiento íntimo al fenómeno de estudio. Es un método el cual ayuda a la investigación, a construir nuevas teorías, conceptos y proposiciones, trabajando de lo inductivo a partir de un cuerpo de datos (Glaser y Strauss, 1967).

La recogida de datos y el análisis se producen simultáneamente, el proceso comienza con códigos abiertos sobre los datos recogidos hasta que se descubren variables centrales, la muestra llega a ser selectiva y se dirige a los temas centrales. El investigador debe estar abierto a cambios hasta que se llegue al nivel de saturación (Glaser y Strauss, 1967).

Según Glaser y Strauss (1967), el procedimiento general para definir la muestra final consiste en identificar códigos de los datos obtenidos desde el comienzo (en la recogida de la información) y lograr su saturación a través del análisis comparativo constante.

Análisis de Resultados

Tabla 1

Descripción de la Muestra

| <u>Funcionarias</u> | <u>Edad</u> | <u>Ocupación</u> | <u>Hijos - Edad</u> | <u>Estado civil</u> | <u>Con quien vive</u> |
|---------------------|-------------|------------------|---------------------|---------------------|---------------------------|
| Sujeto 1 | 42 años | Tens | 2 (4 y 15 años) | Soltera | Pareja e hijos |
| Sujeto 2 | 40 años | Tens | 3 (3 y 15 años) | Soltera | Sola con hijos |
| Sujeto 3 | 36 años | Enfermera | 1 (4 años) | Soltera | Hija y abuelo |
| Sujeto 4 | 26 años | Podóloga | 1 (5 años) | Casada | Marido e hijo |
| Sujeto 5 | 36 años | Kinesióloga | 2 (2 y 7 años) | Casada | Marido e hijos |
| Sujeto 6 | 24 años | Tens | 1 (5 años) | Soltera | Pareja e hija |
| Sujeto 7 | 29 años | Tens | 2 (4 y 6 años) | Soltera | Pareja e hijos |
| Sujeto 8 | 30 años | Tens | 1 (5 años) | Soltera | Padres, hermana e hijo |
| Sujeto 9 | 32 años | Trab. Social | 2 (2 y 12 años) | Casada | Marido e hijas |
| Sujeto 10 | 29 años | Enfermera | 1 (4 años) | Soltera | Pareja e hija |

Tal como se observa en la tabla n°1, la muestra estuvo constituida por 10 mujeres de entre 24 y 42 años, funcionarias del Cesfam San José de Chuchunco de Estación Central, de las carreras de enfermería, kinesiología, podología, trabajo social y técnicos en enfermería, quienes referían tener hijos entre 2 y 5 años.

Se aplicó como técnica e instrumento de evaluación una entrevista cualitativa semiestructurada, donde se tomaron los objetivos como base para el guión de la entrevista. Una vez realizadas las 10 entrevistas, se procedió a llevar a cabo el análisis cualitativo.

Tabla 2

Categorías Centrales

| <u>Categorías</u> | <u>Macro Categorías</u> | <u>Micro-Categorías</u> |
|--------------------------|-------------------------|------------------------------|
| Doble presencia | Definición | Percepción individual |
| | Consecuencias | Físicas |
| | | Psicológicas |
| Actividades Post Trabajo | Traslado | |
| | Quehaceres domésticos | |
| | Organización con hijos | |
| Trabajo Doméstico | Organización | Con quién y cómo se organiza |
| | Tiempo | |
| | Dificultades | |
| | | |

| | | |
|-------------------|------------------|---------------|
| | Presión y estrés | |
| Redes de Apoyo | Primarias | Familiares |
| | | Sociales |
| | Secundarias | Profesionales |
| | | Laborales |
| Autocuidado | Personal | |
| | Laboral | |
| Licencias Médicas | Sintomatología | |
| | Tratamiento | |

Como se observa en la tabla n°2, se detallan 6 Categorías Centrales, de las cuales se desprenden varias subcategorías, en base a 10 testimonios de las funcionarias del Cesfam, siendo especificadas en los siguientes apartados:

1) Doble Presencia

| | | |
|-----------------|---------------|-----------------------|
| Doble presencia | Definición | Percepción individual |
| | Consecuencias | Físicas |
| | | Psicológicas |

Se refiere a la percepción de las entrevistadas al respecto de cómo compatibilizan trabajo y tareas domésticas.

Según las entrevistadas la doble presencia se refiere al hecho de que recaigan sobre una misma persona, en este caso las mujeres, la necesidad de responder a las demandas del espacio de trabajo doméstico- familiar y a las demandas del trabajo asalariado. A su vez, es un riesgo para la salud, cuando estas demandas se producen de manera simultánea. En general, la mayoría de las entrevistas conocían o habían escuchado hablar respecto a éste fenómeno, sin embargo una vez que comenzábamos con las preguntas se daban cuenta que el 100% de ellas se sentían identificadas con esta doble presencia, y que es una carga sumamente grande que se lleva en gran parte la mujer, y que a pesar de contar con “ayuda” como ellas comentaban, aún así la sobre carga era enorme, de hecho algunas entrevistadas manifiestan:

“Es como estar en dos lugares en el mismo momento, que pasa siempre en nosotras las mujeres que somos mamás, porque imagínate estoy acá en el trabajo y si mi hija está enferma en mi cabeza está pensado todo el tiempo cómo está ella” (Sujeto 3).

“...bueno principalmente eso, que en realidad el rol que tenemos como las mamás de estar trabajando todo el día y después de seguir como con el trabajo en la casa...” (Sujeto 5).

“...Ehh, eso que hay muchas mujeres que tienen problemas en el trabajo por problemas en la casa de repente, por ejemplo, no tiene tal vez con quien dejar a su hijo y les afecta mucho eso...” (Sujeto 8).

“Bueno, yo lo vivo po, la doble presencia generalmente es estar 24/7 no tiene un horario establecido, osea en el trabajo es más establecido, pero en la casa, uno tiene que hacer miles de funciones y uno no tiene un horario, es no tener descanso” (Sujeto 9).

➤ Consecuencias físicas

Se refiere a la sintomatología que provoca el fenómeno en las entrevistadas, éstas pueden presentarse de formas muy variadas. La totalidad de la muestra menciona sufrir de alguna complicación física debido a esta sobre carga, sin embargo la mayoría de los síntomas suelen presentarse una vez instaladas en su hogar, cuando terminan con su jornada laboral y comienzan con los quehaceres del hogar, es allí cuando son más frecuentes los dolores, ya que al día siguiente deben trabajar de igual forma, haciéndose el ánimo para enfrentar de mejor manera su día laboral, debido a que trabajan con pacientes, y eso no las excluye de sus responsabilidades. Tal como se observa en las siguientes citas:

“...Mira yo siempre he dicho, que como me responde el cuerpo frente al estrés osea físicamente es terrible, ya que a mí me afecta mucho ya que yo sufro de muchas jaquecas y me afecta al grado que a veces he tenido que estar en cama y me genera eso el dolor” (Sujeto 3).

“... yo ya he tenido varios problemas en la columna, debido al cansancio y al estrés, he tenido hasta lumbago tensional...” (Sujeto 6).

“... paso con lumbago, dolor de cabeza, osea cefaleas intensas y cansancio corporal, como que estás con todo el cuerpo cortado...” (Sujeto 10).

➤ Consecuencias psicológicas

Se considera al mecanismo que se pone en marcha cuando una persona se ve envuelta por un exceso de situaciones que superan sus recursos. En este caso, se ven superadas para tratar de cumplir con las demandas que se les exigen. En esta subcategoría se pudo observar que algunas entrevistadas han concurrido al apoyo de profesionales de la salud mental respecto a este fenómeno, sin embargo las otras entrevistadas mencionan, no haber consultado netamente por tiempo, aun así comentan haber sufrido varias situaciones en la cual ya no soportaron y explotaron, comentándonos que es constante la presión psicológica que deben ejercer a diario, el estrés y cansancio emocional que conlleva pensar siempre en el otro y nunca en ellas mismas, viéndose sobrepasadas a diario, aludiendo lo siguiente:

“Bueno la verdad es que, tuve crisis de pánico por el estrés, y estuve muy mal y tuve que pedir apoyo de otras personas” (Sujeto 2).

“... A mí me trajo muchas consecuencias, terminando al final con una depresión y un trastorno de ansiedad por no poder cumplir en ambos lugares...” (Sujeto 5).

“... vivimos un estrés y cansancio mental constantemente...” (Sujeto 7).

2) Actividades Post Trabajo

| | |
|--------------------------|------------------------|
| Actividades Post Trabajo | Traslado |
| | Quehaceres domésticos |
| | Organización con hijos |

Las actividades post trabajo, son todas aquellas actividades que se realizan diariamente una vez terminada su jornada laboral.

➤ El Traslado

Hace referencia a la distancia recorrida entre dos lugares, en este caso es el trayecto del trabajo a la casa. En este apartado solía depender mucho de donde vivían las entrevistadas la dificultad del traslado, debido a que varias de ellas tenían sus domicilios cerca, lo que les permitía llegar a buena hora a sus hogares, comentando que tenían un poco más de tiempo para comenzar con las labores domésticas, sin embargo otras entrevistadas nos comentan que el traslado se les dificulta a diario, ya que les toma más tiempo llegar a sus hogares o responder a alguna emergencia que se les pueda presentar, así mismo las funcionarias que vivían más retirado mencionan tener movilización propia lo cual es un recurso necesario y primordial para su traslado diario, aludiendo lo siguiente:

“...salgo a las 5, sin embargo, vivo afortunadamente cerca de mi trabajo, así que llego aproximadamente 5:30 de la tarde a la casa...” (Sujeto 2).

“...igual tengo que correr porque entre la distancia de acá de mi trabajo a la casa es como aproximadamente 1 hora así o'clock...” (Sujeto 3).

“...primero el traslado a mi casa, yo vivo en Talagante, y bueno ando en vehículo si porque, si no me demoraría mucho en realidad en llegar, trato de irme lo más rápido posible por la autopista ya que es ahí donde menos me demoro, 40 a 45 minutos, a mi casa...” (Sujeto 5).

➤ Quehaceres Domésticos

Por quehaceres domésticos se entienden todas las tareas o actividades que llevan a cabo las entrevistadas al interior de su hogar. La mayoría de ellas comentaron que no era una opción, es una obligación, es una tarea bastante monótona, agotadora y dirigida mayoritariamente a las mujeres. Algunas entrevistadas mencionaron que tienen arraigado este concepto de limpiar y mantener todo “impeque” en sus hogares debido a la educación y crianza que recibieron por parte de sus madres, enseñándoles el orden y la perfección en la ejecución de sus quehaceres domésticos, en donde no podrían acostarse

tranquilas hasta tener todo listo para el otro día, es por esta razón que hubieron opiniones divididas en cuanto a esta subcategoría, aludiendo las entrevistadas lo siguiente:

“...después de haber estado todo el día trabajando en el consultorio, tengo que llegar a cocinar, a ver a los niños, a preparar la ropa para el otro día, a preparar las colaciones, ayudar hacer tareas a los niños, todos los días es lo mismo, me canso...” (Sujeto 2).

“...es algo estigmatizado para la mujer...” (Sujeto 3).

“...es algo que se tiene que hacer...sí o sí...” (Sujeto 5).

➤ Organización familiar

Se refiere a las personas que forman parte del mismo grupo familiar unida por lazos afectivos, con el fin de cumplir ciertas metas. Esta ejerce, ampliamente influencia a nivel del desarrollo vital de todos sus miembros. Siendo un plan por medio del cual se organiza a la familia para poder satisfacer las necesidades de su existencia diaria. Y en este caso es imprescindible conocer cómo se organizan en cuanto a los niños del hogar. Es aquí en donde se conoció el cómo las entrevistadas se organizaban una vez que salían de sus trabajos para estar con sus hijos, el cómo la ayuda de terceros puede beneficiar la labor de las funcionarias y disminuir muchas veces la carga familiar que poseen, encontrándose en este apartado respuestas un poco divididas en cuanto a su organización, algunas entrevistadas refieren ellas mismas ir a buscar a sus hijos al jardín y/o colegio, y las otras refieren contar con el apoyo de algún familiar directo que los ayudaba con esa labor, como abuelo, padre o hermana que se hacían cargo de los niños hasta que ella llegara a recogerlos, y una vez ya instalados en el hogar comenzar con los quehaceres domésticos, en donde las entrevistadas aluden lo siguiente:

“...llego directo a la casa ya que mi marido va a buscar a los niños, y luego hacer el almuerzo, porque tengo que cocinar para mí y para mis hijos, para los 3, tengo que llegar a bañar a la chica a preparar las cosas para su jardín...las tareas, las cosas que le piden en el jardín y hacer un poco de aseo rapidito, así “como por aquí paso” (Sujeto 1).

“...paso a buscar a mis hijas que después del jardín y el colegio están al cuidado de mi abuela y las paso a buscar, compartimos un rato con mi abuela y de ahí directo a la casa, al segundo trabajo jajaja...” (Sujeto 9).

“...bueno saliendo de aquí, me voy volando a buscar a mi hija al jardín, después nos vamos a la casa, y le reviso la mochila, su libreta, y comienzo a preparar algo para la once...” (Sujeto 10).

3) Trabajo Doméstico

| | | |
|-------------------|------------------|------------------------------|
| Trabajo Doméstico | Organización | Con quién y cómo se organiza |
| | Tiempo | |
| | Dificultades | |
| | Presión y estrés | |

El trabajo doméstico se refiere a las tareas que se realizan al interior del hogar. Este tipo de trabajo es muchas veces invisibilizado ya que, al aparentar ser evidente, termina convirtiéndose en algo que pierde preeminencia frente a otras formas de trabajo más específicas.

➤ Organización

Se refiere a cómo un grupo de personas, en este caso una familia, se organizan con un fin determinado para la realización de las tareas domésticas. Las entrevistadas nos comentan de qué forma y con quien se distribuyen las tareas del hogar, en donde la totalidad de la muestra reconoce apoyarse bastante en su familia, en este caso, su marido, los hijos mayores, sus padres etc., ninguna de las entrevistadas refiere haber contratado o solicitado ayuda externa para la realización de las labores del hogar, al contrario tratan de organizarse siempre con los mismos integrantes del hogar, sin embargo aluden que las tareas nunca son equitativas y que en su mayoría ellas siempre terminan llevándose la mayor carga, y es aquí donde se ve reflejada la doble presencia,

la responsabilidad que conlleva tener que hacerse cargo de dos esferas, las cuales podrían ser disminuidas contando con mayor ayuda de su familia, aun así agradecen la ayuda que reciben, aludiendo lo siguiente:

“...mis hijas me ayudan con el cuidado de mi hijo menor, con tareas, con juegos, mientras ellas lo cuidan o lo entretienen yo aprovecho de cocinar, limpiar y tratar de preparar las cosas para el otro día” (Sujeto 2).

“...con mi esposo, dependiendo de los turnos de él nos repartimos las tareas. Si yo estoy cocinando él baña al niño, o si él está cocinando yo me encargo del niño, para estudiar lo mismo, todo compartido...” (Sujeto 4).

“... mi marido se encarga de la cocina y yo como del aseo general, nose po de los baños, de las piezas, del aspirado y cosas así...” (Sujeto 5).

➤ Tiempo

El tiempo es un concepto amplio que se aplica en diversos contextos, puede ser visto como la magnitud física que permite secuenciar hechos y determinar momentos, siendo este caso la idea conocer cuántas son las horas que dedican al trabajo doméstico las entrevistadas, cuánto es el tiempo que invierten en la semana y el fin de semana en dicha labor, y en qué momento del día comienzan a realizarlas. Al conocer estas realidades se puede vislumbrar que al invertir tantas horas en los quehaceres domésticos es muy ínfimo el tiempo que dedican a ellas mismas, siendo esta en ocasiones casi nulo. Aludiendo las entrevistadas lo siguiente:

“...llego aproximadamente 5:30 de la tarde a la casa, porque vivo cerca gracias a Dios y estoy por lo menos hasta las 22:30 de la noche haciendo tareas, cocinando y ordenando para el otro día...” (Sujeto 2).

“...nose po de repente hago como 2 a 3 horas, cuando uno sale de acá y es re poco el tiempo que uno tiene para los hijos, y menos para uno, ya que uno llega hacer las cosas nomas, para poder dormir tranquila...” (Sujeto 7).

“...a las 7 u 8 de la tarde llego a la casa y de ahí no paro hasta como las 23:30 o 00:00... ¿Así que tiempo para mí? Imposible...” (Sujeto 9).

“...desde que llego, entro a la casa y ya estoy ordenando, mi hija deja la mochila y empieza a jugar con sus juguetes, entonces ahí ya me está quedando la escoba jajaja... en ordenar todo y cocinar deben ser unas 4 horas diarias...” (Sujeto 10).

➤ Dificultades en torno a esta doble carga

Las dificultades son inconvenientes o barreras que hay que superar para conseguir un determinado objetivo. En este caso las entrevistadas nos comentan algunas de las dificultades que se les presentan a la hora del trabajo doméstico, en donde la mayoría de ellas aludieron la cocina como el quehacer doméstico que más les problematiza, debido al tiempo que requiere y necesita la comida a diario, de hecho algunas optan por cocinar algo rapidito en la semana y el fin de semana algo más preparado o que demande mayor tiempo. Paralelamente existen otras dificultades que se presentan ocasionalmente en las entrevistadas, siendo estos los cuidados de sus hijos cuando se enferman, como se organizan, quien los ayuda, etc. Debido a estas situaciones es que las entrevistadas aluden lo siguiente:

“Cocinaaaaaarrrrr...jajaja odio cocinar, me estresa, toma demasiado tiempo y me atrasa todo lo demás que tengo que hacer...” (Sujeto 4).

“...cocinaaaarr, jajaja osea me gusta cocinar, pero por ejemplo eso de todos los días no saber qué hacer me complica jajaja o después hacer el aseo, porque tengo un perrito, entonces tengo que estar limpiando el patio, y a veces digo, ahh me gustaría dejar todo así porque estoy cansada, pero no se puede...” (Sujeto 6).

“...hay que tratar de jugar con los tiempos, porque mi abuela me ayuda algunas veces, pero si se enferman y necesitan de cuidados mis hijos, yo pido permiso nomas” (Sujeto 7).

“...Igual me complica cuando mi hija se enferma...lo bueno es que mi mamá trabaja en las tardes, entonces de repente si ella está en la casa yo lo puedo dejar con ella, y yo irme rápido de acá y ella llegar más tarde al trabajo. Y en caso de no tenerla, ahí tendría que pedir permiso, porque ella es como el apoyo principal que yo tengo, si no me dificultaría mucho más la tarea...” (Sujeto 8).

➤ Presión y Estrés

El estrés se refiere a una situación donde existen demasiadas demandas y pocos recursos –tiempo, dinero, energía– para cumplir con ellas. Es por esta razón que las entrevistadas en su totalidad refieren estar en constante estrés debido a la percepción de estar permanentemente corriendo, para cumplir con todo, o en “deuda” con alguna de las tareas domésticas al querer compatibilizar todos los ámbitos o áreas de su vida. De la misma forma la mayoría de las entrevistadas aluden al poco tiempo con el que cuentan para realizar estas labores, dificultando a su vez la relación interpersonal y social con sus pares y familia, aludiendo a que este estrés y presión inquebrantable se debe solamente al cansancio acumulado que presentan día a día, aludiendo lo siguiente:

“... no tengo casi tiempo para los niños po, porque yo ponte tú llevo hacer las cosas, a leerle el cuento a la chica porque le dan un cuento mensual en el jardín y sería, más no puedo, no tengo tiempo como para salir, ir a un parque a jugar, no alcanzo, es una presión constante...” (Sujeto 1).

“Todo nos afecta po psicológicamente, uno vive en un constante estrés. Obviamente si es que sales un poco más tarde, llegarás más tarde a tu casa, te acuestas más tarde, e igual te tienes que seguir levantando temprano...” (Sujeto 4).

“...Si no los hago yo... ¿Quién los hace? (quehaceres domésticos) Igual a mí me gusta mantener siempre mi casa limpia y ordenada, lo malo es que no me alcanza el tiempo y ahí es cuando me estreso...” (Sujeto 7).

4) Redes de Apoyo

| | | |
|----------------|-------------|---------------|
| Redes de Apoyo | Primarias | Familiares |
| | | Sociales |
| | Secundarias | Profesionales |
| | | Laborales |

Se refiere a personas o instituciones que colaboran en el cumplimiento de las metas de las entrevistadas.

➤ Primarias – Familiares y Sociales

Se refiere al apoyo del grupo familiar directo. En esta subcategoría la totalidad de la muestra refiere tener apoyo de algún familiar cercano en caso de cualquier dificultad que se pudiese presentar con los niños, en este caso con los más pequeños. De hecho, algunas de las entrevistadas optaron por cambiarse de domicilio, sin importar la comuna, para contar con el apoyo de sus padres en el cuidado de estos, aliviando bastante sus responsabilidades, a su vez reconocen la tranquilidad que les otorga el saber que están al cuidado de ellos y no de un tercero, sin embargo, la mayoría de las entrevistadas refiere, que a veces no les gusta molestar mucho y tratan de organizarse con su pareja. Ahora, algunas entrevistadas exteriorizan lo siguiente:

“...igual mi papa está ahí alerta, o mi hermano igual me ha dicho, mi cuñada, que viven cerca, ellos igual están dispuestos a colaborar en caso de cualquier cosa que necesite con la niña...” (Sujeto 3).

“...100% con mi mamá, ella me ayuda con el niño, así yo no faltó al trabajo...” (Sujeto 4).

“...llamo a mi mama y le pregunto qué turno tiene y si me la puede ver un ratito, o a mi tía o a mi abuela, pero generalmente no me gusta eso de estar molestando...” (Sujeto 6).

“...Lo bueno es que mi mamá trabaja en las tardes, entonces de repente si necesito ayuda, ella está en la casa y yo lo puedo dejar con ella...” (Sujeto 8).

➤ Secundarias - Profesionales y Laborales

Las redes secundarias son de tipo más circunstanciales y pasajeras, se dan a partir de una tarea o de un contexto más institucional. Ejemplo de esto es el trabajo, en donde la mayoría de las entrevistadas se muestran bastante satisfechas y contentas con sus relaciones con jefaturas, compañeras de trabajo y con el mismo Cesfam, comentan que cuentan con todas las redes necesarias en caso de necesitarlas en alguna ocasión, así mismo mencionan tener bastante apoyo en cuanto a solicitar algún permiso, debido a enfermedades o requerimientos de sus hijos, aludiendo dos de ellas lo siguiente:

“...ehh hay hartoo apoyo, yo no tengo nada que decir de acá (Cesfam), y de mis jefaturas tampoco. Encuentro que está súper bien el apoyo que nos brindan...” (Sujeto 5).

“...mi jefa es super flexible y cuando tengo algún problemita, por ejemplo, mi hija está acá cerca del Cesfam entonces, el jardín queda cerca, y cualquier eventualidad yo pido permiso y ningún problema...” (Sujeto 9).

5) Autocuidado

| | |
|-------------|----------|
| Autocuidado | Personal |
| | Laboral |

Las necesidades se manifiestan a través de conductas, las cuales son la expresión de dichas necesidades. Estas necesidades se encuentran presente a lo largo de nuestra vida y van desde las necesidades fisiológicas básicas, hasta la autorrealización que representa a necesidades y deseos más elevados. Para mantener estas necesidades en equilibrio y poder, surge el autocuidado.

➤ Autocuidado Personal

Se define como el conjunto de acciones que realiza la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior. El autocuidado, por tanto, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma, o hacia el entorno para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y actividad en beneficio de su vida, salud y bienestar. En este caso la totalidad de las entrevistadas, nos comentan que no existe este espacio para ellas, el ser madres, dueñas de casa y trabajadoras les limita, sin embargo existe 1 entrevistada, que a pesar de no tener mucho tiempo, refiere hacer actividad física 3 veces a la semana, debido a un tratamiento psicológico que está realizando a causa de sufrir este fenómeno de doble presencia, sin embargo como se mencionó anteriormente ninguna de ellas cuentan con este espacio de autocuidado personal, a lo que aluden:

“...Casi nada, porque no tengo tiempo, la verdad es que casi no tengo tiempo...”
(Sujeto 2)

“...tiempo que he dedicado para mí? Te podría decir con los dedos de una mano el tiempo que he dedicado para mí, así como a modo personal, como salir con mis amigos, o no sé un spa o unas vacaciones sola, no nunca...lo más recreativo que he hecho ha sido juntarme con algunos amigos para ir a un cumpleaños 2-3 horas y luego me devuelvo...” (Sujeto 3).

➤ Autocuidado Laboral

Se refiere a las actividades realizadas en el contexto laboral con el fin de prevenir enfermedades laborales y/o psicológicas. En esta sub categoría la mayoría de las entrevistadas reconocen contar con el apoyo de la Red de Salud interna del Cesfam en su totalidad y además aluden a que existen actividades de autocuidado en él, sin embargo comentan que son muy escasas, y que podrían ser mayores debido al estrés que viven a diario al trabajar con pacientes, comentan quedar agotadas también anímicamente, sin

embargo algunas de ellas agradecen estos espacios y los aprovechan al 100% para compartir con otros sectores del mismo consultorio. Es por este motivo que las entrevistadas aluden lo siguiente:

“...Y lo bueno es que tenemos el apoyo acá (Cesfam), porque yo me estoy viendo todo por el sistema interno de la UST que tenemos, así que me ve el medico acá, me ve el psicólogo, todo dentro del sistema, entonces igual no me implica ningún gasto extra de dinero ni tiempo, acá te dan el tiempo para ir, si tengo una atención te bloquean la agenda, si te coinciden con los pacientes... Entonces eso igual ha sido como super bueno” (Sujeto 5).

“... En el Cesfam existen las tardes protegidas, en las cuales se hacen distintas actividades... lo pasamos super bien, yo agradezco estas instancias, porque a pesar de ser poquitas veces, nos ayudan bastante para distraernos y compartir con los demás compañeros de los otros sectores... nos hacen salir un poquito de la rutina y de la monotonía del trabajo diario...” (Sujeto 10).

6) Licencias Médicas

| | |
|-------------------|----------------|
| Licencias Médicas | Sintomatología |
| | Tratamiento |

Se refiere a los periodos de tiempo no trabajados, debido a problemas de salud, en donde el reposo puede ser parcial o total.

➤ Sintomatología

Se conoce por sintomatología al conjunto de síntomas que presenta una persona en un momento dado y que obedecen a la presencia de un trastorno específico de la salud. Los síntomas muchas veces son importantes señales de alarma que deben ser atendidas, ya que son la forma en la que el organismo expresa que está sucediendo algo.

La mayoría de las entrevistadas refiere que en algún momento se vieron sobrepasadas debido a cumplir con estas dos labores, y se vieron obligadas a consultar a algún profesional de la salud mental para su ayuda, sin embargo, solo 1 entrevistada relata haber tomado una licencia médica referente a este fenómeno, siendo para esta investigación bastante importante su relato, quien alude lo siguiente:

“...bueno a la larga a mí me afecto como emocionalmente este tema, y a mi familia igual, porque me veían mal a mí...andaba más irritable...llegas a somatizar un poco el tema también, siempre andas más cansada, o con dolor de cabeza, de cuello, me duele el cuerpo nose, ehh pero pasa que uno esta acá pero siempre está pensando en las cosas que tiene que hacer, y es difícil como aislarse. Ahí yo decidí que tenía que hacer algo, y que sola no iba a solucionar el tema, y me di cuenta y dije, bueno ya, voy a pedir ayuda...”
(Sujeto 5).

➤ Tratamiento

Se refiere al conjunto de medios que se utilizan para aliviar o curar una enfermedad, buscando alcanzar el más completo potencial físico y mental posible.

En esta subcategoría, la minoría de las entrevistadas refiere haber consultado y seguido algún tratamiento, debido a padecer este fenómeno, siendo la razón principal la falta de tiempo. Sin embargo, las entrevistadas que por alguna u otra razón consultaron o pidieron ayuda, refieren en la actualidad no seguir con ningún tratamiento, a diferencia de la entrevistada n°5 quien alude lo siguiente:

“...entonces ahora igual he tomado otras medidas, obviamente con el tema del tratamiento parte de eso es tener más autocuidado, y poder hacer otras cosas, entonces los días en los que está mi marido con los niños, yo voy lunes, miércoles y viernes hacer actividad física, sí o sí... aunque a veces uno se siente culpable, porque haces esas actividades y dejas entre comillas a los hijos de lado o los ves menos tiempo...sin embargo yo sé que si dejo mi tratamiento voy a colapsar de nuevo...” (Sujeto 5).

Conclusión y discusión

Se puede afirmar que tener hijos puede llegar a ser una de las experiencias más gratificantes de la vida. Ser madre o padre implica iniciar una nueva etapa vital que altera las prioridades, y repercute en los diferentes ámbitos de la vida.

Carpenter (2005), sostiene que, aunque la experiencia de cada persona es única, hay algunos patrones que se repiten, por lo que identificarlos contribuye a explicar las prácticas sociales de una sociedad determinada. Ahora, tampoco se pierde en lo anecdótico de cada testimonio de las funcionarias, sino que persigue identificar los patrones que caracterizan al conjunto de los actores.

Ahora, como respuesta a la pregunta general de investigación, en donde se refiere a cómo es la experiencia de compatibilizar la vida doméstico-familiar con el ámbito laboral (doble presencia) en aquellas funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años de edad, se pudo indicar, que de acuerdo a los resultados obtenidos en la presente investigación, la totalidad de las entrevistadas comentaron verse sobrepasadas, estresadas y muchas veces presionadas por tener que cumplir con estas dos responsabilidades. Es por esta razón que las funcionarias partícipes de esta investigación entienden la doble presencia como la acción de estar en dos lugares al mismo tiempo y poder responder a ambas de la manera más óptima y eficazmente.

De acuerdo a las categorías analizadas, la tendencia respecto al nivel de conciliación laboral y familiar que pueden poseer las entrevistadas, no responde de manera positiva al equilibrio entre trabajo y familia, puesto que se evidencian altos niveles de estrés, bajos niveles de satisfacción y la presencia del sentimiento de culpabilidad y abandono familiar luego de ingresar o mantenerse en el mundo laboral, siendo la causa principal la falta de tiempo con el que contaban a diario.

Se constata, además, que a pesar de que en la actualidad y según los resultados expresados en esta investigación mostraran que las parejas (hombres) de las entrevistadas si bien realizan quehaceres del hogar, la carga femenina sigue siendo considerablemente más alta y, por tanto, la desigualdad de género persiste.

Esta realidad no es exclusivamente chilena. Diversos autores han bautizado a estas parejas de doble inserción laboral, como aquellas sustentadas por un “proveedor principal y una doble presencia femenina” (Prieto & Pérez de Guzmán, 2013). Se caracterizan porque, aun cuando ambos están empleados, ellas siguen siendo las principales gestoras del día a día en el hogar, lo que no solo implica las ya reconocidas “dobles jornadas laborales femeninas”, sino que las transforma en responsables principales de la conciliación de la esfera doméstica con la productiva.

Queda de manifiesto que, en el contexto de este estudio, en los hogares con doble inserción laboral, son las mujeres quienes llevan los tiempos del hogar, adaptando su tiempo de trabajo remunerado y personal a las demandas del cuidado familiar. Mientras ellos, liberados de tales responsabilidades, siguen estructurando su tiempo cotidiano en torno al trabajo remunerado. En este desigual modelo, las trabajadoras asumen una simultaneidad de funciones y preocupaciones que, de hecho, no distinguen entre tiempo de trabajo remunerado y tiempo de trabajo doméstico, sino que se articulan en la cotidianidad, demandando una doble presencia femenina en ambos espacios, con extenuantes jornadas, cargas mentales y preocupaciones sumamente desgastantes para su salud y calidad de vida (Eldén & Anving, 2016).

Así mismo, estrategias como la reducción o flexibilización de jornadas o empleos a tiempo parcial suelen feminizarse, expresión de que la conciliación entre vida familiar y laboral sigue siendo “cosa de mujeres” (Eldén & Anving, 2016). Sin embargo, todas las funcionarias reconocieron tener un buen ambiente laboral, pero con presiones externas, aun así, admiten tener excelentes relaciones con compañeras y jefaturas lo que les permite compatibilizar en ocasiones sus tiempos y disponibilidades en caso de alguna emergencia con sus hijos.

Por otra parte, el que las mujeres se hayan insertado en gran cantidad al ámbito laboral, implica que muchas familias deben diversificarse y buscar redes de apoyo que le permitan emprender con la vida laboral y doméstico familiar, en donde muchas veces se verán complicadas al momento de cuidar propiamente de sus hijos o estar a cargo de la organización general de sus casas, es aquí cuando se necesita una contratación de una asesora del hogar quien se desenvuelva al interior de las casas y en el sistema familiar cumpliendo tareas domésticas con una diversidad de procesos personales que se construyen en base a su rol (Alarcón, 2015). Sin embargo y como punto fuerte de la discusión de esta investigación es que se pudo constatar que independientemente del cargo que tuviese la entrevistada, profesión, o estatus socioeconómico, ninguna de ellas se ve apoyada por un agente externo a la familia para la realización de sus quehaceres domésticos. De hecho, recalcan que al momento de necesitar ayuda siempre se apoyan en su familia de origen, en cuanto al cuidado o atención de los niños, sin embargo, al momento de hablar de las tareas domésticas, reconocen ser ellas, las que no han optado por una ayuda externa, netamente porque es una labor que ellas mismas han incorporado en su diario vivir, siendo las que toman la mayoría de las decisiones del hogar y privilegiando el ahorro a su vez.

Según Zimmerman (2000), el empoderamiento se refiere a “Procesos de aprendizaje que las personas experimentan en la toma de decisiones y en el manejo de recursos. Señalando que el proceso tiene un componente intrapersonal y un aspecto cognitivo que apunta a cómo las personas usan sus destrezas analíticas para influir en su medioambiente. Es por esta razón que muchas de las funcionarias, a pesar de reconocer su cansancio físico y mental al cumplir con estas dos responsabilidades, prefieren ellas mismas hacerse cargo de la organización del hogar, tanto con los niños como con las tareas domésticas.

Sin embargo, al hacerse cargo de esta gran responsabilidad, es que todas las entrevistadas presentaron y reconocieron sufrir o haber experimentado consecuencias psicológicas y físicas al mediar con ambas labores. Estos resultados avalan a la literatura

en cuanto la OMS (2001), refiere que, los trastornos mentales se han posicionado entre las enfermedades que reportan mayor carga de enfermedad en términos de años de vida saludables perdidos por discapacidad o muerte prematura, llevando a la vez consigo, varios síntomas físicos, como la sensación continúa de cansancio, dolor de cabeza, problemas para dormir y hasta sentirse tensa o irritable.

Paralelamente, otro punto importante que responde a los objetivos, es el autocuidado que proporciona el Cesfam a sus funcionarias, lo que en gran medida parece, óptimo, en ocasiones podría mejorarse, como por ejemplo las actividades de recreamiento o espacios de distracción, siendo éste el punto más crítico y con el cual podríamos sugerir o recomendar algunas acciones, tales como: una tarde libre o gestionar por lo menos una vez a la semana, instancias de autocuidado para el personal, como terapias alternativas, o actividades físicas como yoga, pilates, zumba, pensando simplemente en que a diario la mayoría de las funcionarias atienden a más de 100 usuarios, siendo esta iniciativa beneficiosa en gran medida para la realización de sus labores.

Según Milla (2017), una empresa que fomente hábitos de autocuidado estará promoviendo un equipo más eficiente, comprometido con su trabajo y con relaciones laborales armónicas, teniendo como resultado que las personas logren un mayor equilibrio en sus vidas. De esta forma se evitarían ciertas enfermedades y/o complicaciones en las trabajadoras, tales como el ausentismo laboral, depresión, ansiedad, cansancio o pérdida de interés.

Es por esta razón que parece imprescindible reforzar y coordinar estos espacios, ya que, según el testimonio de la mayoría de las entrevistadas, suele ser muy escaso el tiempo que le dedican a estas actividades.

Según Gómez (2008), en el entorno laboral, la llegada de los hijos impacta de manera desigual en las trayectorias profesionales de los hombres y de las mujeres. Una misma situación, el hecho de ser padres, tiene impactos opuestos en función del sexo del trabajador: con carácter general se suele premiar a los padres y penalizar a las madres. A las mujeres el hecho de ser madres les penaliza y conlleva menores oportunidades

laborales y salariales. La paternidad se asocia mayormente a lealtad, equilibrio, compromiso y seriedad, lo cual lleva implícito una mayor remuneración y más oportunidades de promoción, en cambio, se asocia la maternidad con una menor predisposición hacia el trabajo y un bajo compromiso y, consecuentemente, las mujeres reciben salarios inferiores a los hombres y tienen menos oportunidades de ascenso.

Según Neumann (2017), es de esperar que tanto los líderes empresariales de hoy, como aquellos que están formándose para el mañana, tomen conciencia del aporte que las mujeres podemos hacer a las empresas, de lo necesario que es que establezcan políticas corporativas que permitan conciliar mejor trabajo y familia, tales como mayor flexibilidad horaria, adaptabilidad laboral, reconocimiento a la productividad y no al “presentismo”, es decir, premiar el cumplimiento de metas y objetivos, no simplemente el hecho de estar sentado detrás del escritorio, y la preocupación real por contar con líderes empáticos, que reconozcan la necesidad de aplicar este tipo de mecanismos en sus organizaciones y que cumplan efectivamente con las políticas que en este sentido haya definido la empresa.

En conclusión, a nivel macro y micro social se requieren negociaciones y transformaciones que den paso a una reestructuración que, de una vez por todas, supere la tradicional división sexual del trabajo, que aliviane a las familias, sobre todo a las mujeres, tendiendo a la corresponsabilidad familiar y social (Comunidad Mujer, 2016).

Por otra parte, se sugiere realizar investigaciones adicionales, debido a la escasa literatura que existe respecto a las consecuencias que genera este fenómeno, con eso podrían identificar otros factores a tener en cuenta a la hora de compatibilizar estas dos labores, siendo de gran utilidad para las organizaciones, ya que así, podrían ayudar en cierta forma a que una de estas dos funciones sea más llevadera.

Se hace imperioso reformar el Código Laboral, cuyas normativas claramente patriarcales y machistas, hacen de la conciliación una responsabilidad femenina, al asignar garantías de cuidado prioritarias, e incluso exclusivas, para las mujeres. Con ello no solo se reafirma su rol como responsables casi únicas del cuidado del hogar, sino que se persiste

en el desconocimiento del valor del cuidado y de la necesidad de armonizar colectivamente los tiempos de trabajo remunerado y doméstico.

Es por esto que los datos presentados en esta investigación reflejaron que las mujeres son las principales responsables del control y organización en sus hogares, debiendo resolver la mayoría de las veces solas situaciones de doble presencia y de altas cargas mentales que las obligan a adaptar su cotidianidad a los acontecimientos que marcan la formación del núcleo familiar, postergando responsabilidades remuneradas y, evidentemente, el tiempo de ocio y de autocuidado, quedando de manifiesto que en este caso es completamente nula.

Complementando lo anterior es que según Izquierdo (2004), otra noción importante para este análisis: la subjetividad es el conjunto de características sociales y corporales que definen la identidad a partir de la experiencia vivida. Las mujeres como "seres-de-otros" y "cuerpo-para-otros" tienen subjetividades cautivas, lo que significa que -al hallarse motivadas por una ética del cuidado- desplazan sus propios intereses hacia los de los demás. Desde esta identidad se encuentran en posición de ser explotadas porque pierden de vista sus propias necesidades e intereses. Esta desatención de sí mismas favorece que las mujeres proporcionen servicios constantes y permanentes a otros integrantes de la familia

Por último es necesario discutir, algunos aspectos de gran importancia en esta investigación, tal como lo es la jornada laboral, en la actualidad el gobierno está presentando un proyecto de ley para reducir las 45 horas semanales de trabajo ¿será la solución disminuir la jornada laboral? ¿Eso ayudaría a las funcionarias a prevenir y padecer esta doble presencia? ¿Podrán organizarse en cuanto a la atención de público y a sus responsabilidades domésticas? Estas y otras interrogantes surgen en función de que, estas alternativas muchas veces se perciben como "parches temporales" a un conflicto mucho más complejo, como lo es el tema de tratar de organizar los tiempos y la carga laboral que presentan las funcionarias a diario, la falta de personal y la poca participación a las escasas actividades recreativas que realiza el Cesfam para el

autocuidado de ellas. Es por esta razón que se sugiere realizar futuros estudios en cuanto a la prevención de este fenómeno llamado doble presencia, evitar que en su mayoría las mujeres lo padezcan y tratar de ver opciones como terapias alternativas, tiempos libres, división equitativa de tareas y roles en cuanto al hogar, espacios laborales que permitan distraer y entender a las mujeres, que no es una ayuda que los miembros del hogar colaboren con los quehaceres del hogar, sino que al contrario, estamos ayudando a mantener un espacio limpio en donde todos conviven a diario, entendiendo que no es solo responsabilidad de la mujer, por el simple hecho de ser mujer, realizar todos los quehaceres del hogar.

Las mujeres internalizan, somatizan e incorporan a su acción cotidiana los valores dominantes del patriarcado. Más que elegir, actúan conforme a las normas de género aprehendidas a lo largo de su vida (Bourdieu, 1998).

Bibliografía

Abarca, N. (2007). *Mujer y Trabajo*. Encuesta Nacional Bicentenario UC Adimark: Una mirada al alma de Chile. Pontificia Universidad Católica de Chile, 36-41.

Acuña, E. y Olavarrieta, S. (1993). Empresas Familiares: características y su diversidad. *Revista Académica*, 12, 23-51.

Aignerren, M. (2012). Teoría fundandada: arte o ciencia, Universidad de Antioquia: Madrid; pp.96.

Aguirre, Z. y Martínez, M. (2006). Influencia de la situación laboral en el ajuste familia-trabajo. *Mapfre Medicina*, 14-24.

Akerstedt, A. (1990). Efectos psicológicos y psicofisiológicos del trabajo por turnos. *Revista Escandinava de Ambiente de Trabajo y Salud*, 16, 67-73.

Akerstedt, T. (1998). Trabajo por turnos y perturbación del sueño / vigilia. *Revisión médica del sueño*, 2, 117-128

Alarcón, C (2015). *Análisis del rol en las asesoras de hogar bajo el modelo Aro Chile*, Universidad de Chile Facultad de economía y negocios, Santiago.

Allen, T., Herst, D., Bruck, S y Sutton, M. (2000). Consecuencias asociadas al trabajo para Conflicto familiar: una revisión y agenda para futuras investigaciones. *Diario de Ocupación Salud y Psicología*, 278-308.

Álvarez, A. Gómez, I. (2011). Conflicto trabajo-familia, en mujeres profesionales que trabajan en la modalidad de empleo. *Revista Pensamiento Psicología*. 9(16) 89-106.

Aquino, E. (1997). Doble jornada e hipertensión arterial. Cuadernos Mujer Salud: *Trabajo y Salud, Mujeres en Riesgo* pp 98-102.

Aryee, E. (1999). *El conflicto trabajo-familia: Consecuencias para las organizaciones*. Bogotá: Ediciones Uniandes.

Bakker, A., Demerouti, E. y Euwema, M. (2005). Los recursos de trabajo amortiguan el impacto del trabajo demandas de agotamiento. *Revista de psicología de la salud ocupacional*, 10 (2), 170-180.

Balbo, L. (1994). [La doble presencia](#). Consultado el 23 de diciembre de 2018.

Beatty, C. (1996). El estrés de las mujeres directivas y profesionales: también es el precio ¿Alto? *Diario de comportamiento organizacional*, pp, 233-251

Bejarano, Z. (2011). *Mujeres bajo un techo de cristal: Barreras de ascenso en la carrera laboral de las gerentas del sector privado en Hermosillo*. Alemania: Editorial Académica Española.

Bonino, L. (2004). Los Micromachismos. *Revista La Cibeles*, 2, 1-6.

Bourdieu, P. (1998). *La dominación masculina*, París, Ediciones du Seúl.

Burín, M. (2007). *El Techo de Cristal en la carrera laboral de las mujeres*. Acerca del deseo de poder en las mujeres. El Techo de Cristal, Perspectivas Psicoanalíticas sobre las mujeres y el poder (págs. 102-122). Buenos Aires: Lumen.

Carrasquer Oto, P. (2009). [La doble presencia. El trabajo y el empleo femenino en las sociedades contemporáneas](#). *Tesis Doctoral*. Consultado el 23 de diciembre de 2018.

Casas, J., Repullo, J., Lorenzo, S. & Cañas, J. (2002). Dimensiones y medición de la calidad de vida laboral en profesionales sanitarios. *Revista de Administración Sanitaria*, 6 (23), 143-160.

Castello, V. (8 de marzo de 2003). ¿En que trabajan las mujeres? El País, Recuperado de <https://elpais.com/diario/2003>

Candía, M. Pérez, J. y González, D. (2016). *Manual de uso del Cuestionario SUSESO/ISTAS 21*, Superintendencia de Seguridad Social, Santiago Chile.

Carpenter, L. (2005). *Un retrato íntimo de las primeras experiencias sexuales*, Nueva York, University Press.

Chinchilla, N., Jiménez, E., & Grau, M. (2017). *Maternidad y trayectoria profesional en España*. IESE Business School (Universidad de Navarra).

Cid, S. (2017). Estrés laboral, ¿Qué es?, Causas y tratamiento. Recuperado de <https://www.psicologoenmadrid.com/blog/>

Comunidad Mujer. (2016). Informe GET, Género, Educación y Trabajo: la brecha persistente. *Primer estudio sobre la desigualdad de género en el ciclo de vida*. Una revisión de los últimos 25 años. Santiago (Boletín).

Cortes, P. (2010). Implicaciones del Trabajo nocturno y rotativo en la Salud. *Acta Académica*, 47, 239 – 250.

Costa, G. (1996). *El impacto del trabajo por turnos y nocturno en la salud*. Ergonomía aplicada, 27, 9-16.

Creswell, J. (2005). *La investigación educativa: Planificación, realización, y la evaluación de la investigación cuantitativa y cualitativa*. Alta Saddle River: Pearson Educación.

Cueva, M. (1972). *El nuevo derecho mexicano del trabajo*. México: Editorial Porrúa.

Curie, J., & Hajjar, V. (1987). *Vida laboral, Vida fuera de trabajo: Vida de tiempo compartido*. Psychology of Work (pp. 37-55). París: Prensas universitarias de Francia.

Debeljuh, P., & Las Heras, M. (2010). *Mujer y Liderazgo: Construyendo desde la complementariedad*. Ciudad de México: LID Editorial Mexicana.

Derriennic F., & Vézina, M. (2006). Intensificación del trabajo y repercusiones sobre la salud mental. Argumentos epidemiológicos aportados por la encuesta ESTEV. Organización e intensidad del trabajo. Toulouse: Ediciones Octares; p. 327-33.

Deveali, M. (1983). *El derecho del trabajo*. Buenos Aires: Astrea.

Dirección del Trabajo. (2004). *Nueva jornada laboral*. Santiago de Chile

Dirección del Trabajo. (2011b). Conciliación, Trabajo y Familia. En D. d. Trabajo, Séptima Encuesta Laboral (págs. 356-379). Santiago: Dirección del Trabajo de Chile. Recuperado el viernes de enero de 2014, de http://www.dt.gob.cl/1601/articles-101347_recurso_11.pdf

Edwards, J. y Rothbard, N. (2000). Mecanismos que vinculan el trabajo y la familia: aclarando las relaciones entre el trabajo y las construcciones familiares. *Academy of Management Review*, 25 (1), 178-199.

Eldén, S., & Anving, T. (2016). *Nuevas formas de hacer el bien e igualdad de género para la familia: padres que emplean niñeras y sus pares en Suecia*. *Investigación sociológica en línea*, 21 (4).

Equipo de Investigación Sociológica, EDIS. (2000). *El consumo de alcohol y otras drogas en el colectivo femenino*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto de la Mujer.

Eurobarometer. (2015). *Igualdad de género*. Eurobarómetro especial 428.

Fernández-Montalvo, J., Báez, C, & Echeburúa, E. (2000). Ludopatía y trabajo: análisis de las repercusiones laborales de los jugadores patológicos de máquinas tragaperras. *Revista Clínica y Salud*, 11,5-14.

Flores, J. (2019). *Trabajos incompatibles con la maternidad*. Blog Género y economía, Desigualdades de género en el mercado del trabajo.

Frone, M., Yardley, J., y Market, S. (1997). Desarrollando y probando un modelo integrador de la interfaz trabajo-familia. *Diario de comportamiento vocacional*, 50, 145-167.

Fuentes, M. (2015). *Conciliación laboral y familiar en Chile: Análisis de sus factores asociados durante los años 2002-2012*. Universidad del Bio Bio.

- Garbarino, S., Beelke, M., Costa, G., Violani, C., Lucidi, F., y colaboradores. (2002). Función cerebral y efectos del trabajo por turnos: implicaciones para la neurofarmacología clínica. *Revista Neuro psicobiología*, 45, 50-56
- Garduño, M., & Márquez, M. (1995). *El Estrés en el perfil de desgaste de las trabajadoras*. Cod. Saúde Público., 11(1), 65-71.
- Gaviria, S. (2009). ¿Por qué las mujeres se deprimen más que los hombres? *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 38(2), 316-324.
- Geurts, S., Taris, T., Kompier, M., Dijkers, J., Van Hooff, M. y Kinnunen, U. (2005). Interacción trabajo-hogar desde una perspectiva psicológica del trabajo: desarrollo y validación de un nuevo cuestionario, el SWING. *Trabajo y estrés*, 19 (4), 319-339.
- Glaser, B. y A. Strauss. (1967). *El descubrimiento de la teoría fundamentada: estrategias para la investigación cualitativa*. Nueva York: Aldine Publicación compañía, Capítulo 3: "El muestreo teórico ", pp 45-77 Kaplan, S. (2011). *El Diccionario Bilingüe Routledge Española de Psicología y Psiquiatría*. Taylor & Francis.
- Gochinha, A. (2012). *La complejidad de la conciliación entre trabajo, vida en pareja y familia*. Blogs Género y Economía, Brasil.
- Gómez, M. (2013). La eterna minoría política femenina. *Revista Paula*, Chile.
- Gómez, M. (24 de abril de 2008). El rol de la mujer a través de la historia. *Guía 2000 Psicología*. Recuperado de <https://psicologia.laguia2000.com>
- Greenhaus, J. & Beutell, N. (1985). *Fuentes de conflicto entre el trabajo y los roles familiares*. *Academia de gestión*, 10 (1), 76-88.
- Grzywacz, J. & Bass, B. (2003). Trabajo, familia y salud mental: probando diferentes modelos de ajuste entre trabajo y familia. *Revista de matrimonio y familia*, 65 (1), 248-261.

- Guerrero, J. (2003). Los roles no laborales y el estrés en el trabajo. *Revista Colombiana de Psicología*, 12, 73-84.
- Gutián, G. (2009). *Las relaciones trabajo-familia: un diálogo entre la doctrina social de la Iglesia y las ciencias sociales*. Scripta Theologica, 41 (2), 377-402.
- Heller, L. (2008). *Voces de Mujeres*. Barcelona: Sirpus.
- Hernández, R. y Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. España. Capítulo I.
- Hernández-Sampelayo, M. (2008). *¿Sabemos conciliar vida personal y vida laboral?* Madrid: Ediciones Internacionales Universitarias.
- Houtman ILD, Kompier MAJ. (2001). *Trabajo y salud mental*. En: Organización Internacional del Trabajo, editor. Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo. Madrid: Organización Internacional del Trabajo; 2001. p. 5.2-5.
- Howard, S. K., Gaba, D. M., Smith, B. E., Weinger, M. B., Herndon, C., Keshavacharya, S., y Rosekind, M. R. (2003). *Estudio de simulación de descanso frente a falta de sueño*. anestesiólogos Anestesiología, 98 (6), 1345-1355.
- Instituto Nacional de Estadística. (2018). *Participación de la mujer en el mercado laboral chileno*. Cifras INE [www.ine.cl]. Santiago de Chile
- Instituto Nacional de Estadística. (2015). Boletín Empleo Trimestral, Edición N° 195. Santiago: INE.
- Joplin, J., Francesco, A., Shaffer, M. y Lau, T. (2003). El macroentorno y el conflicto trabajo-familia. *Revista Internacional de Gestión Intercultural*, 3 (3), 3015-326.
- Karasek R. (1990). *Stress productividad y la reconstrucción de la vida laboral*. Nueva York: Libros básicos.
- Katz, D. & Kahn, R. (1997). *Psicología Social de las Organizaciones*. México. Trillas.
- Knauth, P. (1993). *El diseño de sistemas de cambio*. Ergonomía, 36 (1-3), 15-28.

Krueger, G. (1989). *Trabajo sostenido, fatiga, pérdida de sueño y rendimiento: una revisión de los problemas*. Trabajo y estrés, 3 (2), 129-141.

Lagos, M. (2007). *Conciliación familia y trabajo*. Guía de buenas prácticas. Chile: Fundación Chile Unido.

Lambert, S. (1990). *Procesos que vinculan el trabajo y la familia: una revisión crítica y una agenda de investigación*. Relaciones humanas, 43 (3), 239-257.

Larson, R., Richards, M. y Perry-Jenkins, M. (1994). Mundos divergentes: la experiencia emocional diaria de las madres y los padres en el ámbito doméstico y público. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 67, 1034-1046.

Leiter, M. y Durup, M.J. (1996). *Trabajo, hogar y en el medio: estudio longitudinal del desbordamiento*. Journal of Applied Behavioral Science, 32 (1), 29-47.

López, E., Ponce, M., Findling, L., Lehner, P., Venturiello, M., Mario, S., & Champalbert, L. (2011). *Mujeres en tensión: la difícil tarea de conciliar familia y trabajo*. Población de Buenos Aires, 8(13), 7-25.

Luci, F. (2009). La división sexual del trabajo de mando: carreras femeninas en las grandes firmas argentinas. *Revista Katá Florianópolis*, 13, 29-39.

Marín, M., Infante, E. y Rivero, M. (2002). Presiones internas del ámbito laboral y/o familiar como antecedente del conflicto trabajo-familia. *Revista de Psicología Social*, 17(1), 103-112.

Márquez, I., M., Romo, N., Meneses, C., Gil, E., & Vega, A. (2004). Mujeres y psicofármacos: la investigación en atención primaria. *Revista Asociación Española Neuropsiquiatría*, 91,37-61.

Merleau, M. (1985). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Planeta-Agostini Editorial. P.70-82.

Milla, C. (05 de octubre de 2017). La importancia del autocuidado para prevenir el estrés laboral. *Revista Capital Humano*.

Mladinic, A. (2009). Antecedentes sobre la presencia de mujeres en cargos de dirección en el ámbito laboral en Chile.

Moreno, B. (2014). Los riesgos laborales psicosociales: marco conceptual y contexto socioeconómico. *ORP Journal*. 1:4-18.

Muruaga, S. (2008). Las mujeres llevan ya años haciendo una triple jornada. *El diario Montañés*. Editorial Cantabria S.A

Navarro-Ardoy, L. (2004). Trabajo y familia: un conflicto en las parejas. *Revista de Estudios de Juventud*, 67, 115-125.

Neumann, S. (2017). Inserción laboral de la mujer en Chile: una tarea pendiente. Blogs y Opinión el Mostrador. Chile.

Nicolson, P. (1997). *Poder, género y organizaciones*. Madrid: Narcea.

O'Discroll, M. (1996). La interfaz entre los roles de trabajo y fuera de trabajo: Mejora y conflicto. *Revista internacional de psicología industrial y organizacional*, 11, 279-306.

OMS. (2001^a). Fortaleciendo la promoción de la salud mental. Ginebra, Organización Mundial de la Salud (Hoja informativa, N°. 220).

Organización Mundial de Salud. (2010). *Entornos laborales saludables: fundamentos y modelos de la OMS: contextualización, prácticas y literatura de apoyo [en línea]*. Ginebra: OMS; 2010.

Organización Mundial de la Salud. (2001). Informe sobre la salud en el mundo. Salud mental: nueva comprensión. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2001.

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. (2015). Estudios económicos de la OCDE: Chile. Paris: OCDE.

Otálora, G. (2007). *El conflicto trabajo-familia: Consecuencias para las organizaciones*. Bogotá: Ediciones Uniandes.

Otálora, K. B. (2005). *Implicaciones del cuidado de los hijos en el conflicto trabajo-familia: ¿Existe el conflicto en las multinacionales en Colombia? Casos Shell S.A. y Coca-Cola Femsa Colombia*. Tesis. Facultad de Administración. Universidad de los Andes.

Peña, N. (6 de Julio de 2009). *Evolución del rol de la mujer a través del tiempo*. Publicado en educación de la Universidad Nacional de Tumbes.

Pérez, J y Merino, M. (2008). Definición de: Definición de trabajo (<https://definicion.de/trabajo/>) Publicado: 2008. Actualizado: 2012.

Phillips, K. A., & First, M. B. (2009). Introducción. In W.E. Narrow, M. B. First, P. J. Sirovatka & D. A. Regier (Eds.). *Agenda de investigación para el DSM-V. Consideraciones sobre la edad y el género en el diagnóstico psiquiátrico* (pp. 3-6) Barcelona: Elsevier Masson.

Pizarro, O., & Guerra, M. (2010). *Rol de la mujer en la gran empresa*. Santiago: Centro de Estudios Empresariales de la Mujer, Universidad del Desarrollo.

Preister, S. (1985). La teoría de sistemas como marco de referencia para el estudio de la Familia, *Revista De Trabajo Social*. De la Universidad Católica De Chile.

Prieto, C., & Pérez de Guzmán, S. (2013). Desigualdades laborales de género, disponibilidad temporal y normatividad social. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 141, 113-132.

Primera Encuesta Nacional de Empleo, Trabajo, Salud y Calidad de Vida de los trabajadores y trabajadoras en Chile (ENETS), 2009-2010.

Primera encuesta nacional de empleo, trabajo, salud y calidad de vida de los trabajadores y trabajadoras en Chile (ENETS 2009-2010). Ministerio de Salud. Dirección del Trabajo e Instituto de Seguridad Laboral. Santiago: MINSAL; 2011.

Rodríguez, D. (2009). *La implicación laboral: desarrollo para la intervención con familias*. Psicología Científica. Recuperado el 01 de Julio, 2009 de <http://www.psicologiacientifica.com/la-implicacion-laboral-desarrollos-para-la-intervencion-con-familias.html>

Rodríguez, G., García, M., Castañeda, R., Urbanos, R., de la Cruz, O., & López, P. (2011). Enfermedades mentales derivadas del trabajo en España y su coste sanitario directo en 2010. Observatorio de Riesgos Psicosociales de UGT.

Romo, N., Gil E., Póo, M., Meneses, C., Marquez, I., & Vega, A. (2003). *Mujeres y prescripción de psicofármacos*. Un estudio comparativo en tres Comunidades Autónomas. Madrid: Instituto de la Mujer.

Rubio, S. (2003). *Mujer, inmigrante y trabajadora: la triple discriminación*. Anthropos Editorial.

Schvarstein, L. y Leopold, L. (2005). *Subjetividad y trabajo. Entre lo existente y lo necesario*. Buenos Aires: Paidós.

Seedat, S., Scott, K., Angermeyer, M., Berglund, P., Bromet, E. (2009). *Asociaciones transnacionales entre el género y los trastornos mentales*. Encuesta Mundial de Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud. Arco Gen Psiquiatría. 2009; 66: 785-95.

SERNAM. (2002). *Conciliación entre la vida familiar y laboral de trabajadores y trabajadoras chilenas*. Santiago: Servicio Nacional de la Mujer.

Siegrist J. (1996). Efectos adversos para la salud de condiciones de alto esfuerzo / baja recompensa. *J Occup Health Psychology*; 1: 27-41.

Sierra, M. (2006). *La lamotrigina como un tratamiento complementario para el trastorno de despersonalización: Un Estudio retrospectivo de 32 casos*. *Neurofarmacología clínica*, 29 (5), 253-8

Sola, V. (2016). *45 horas semanales de trabajo ¿sinónimo de productividad?* Artículo periodístico Prensa Universidad San Sebastián, Chile.

Story, L. & Repetti, R. (2006). Estresores laborales diarios y comportamiento conyugal. *Revista de psicología familiar*, 20 (4), 690-700.

Torns, T., Carrasquer, P., Tejero, E y Romero, A. (1998). *El Trabajo Reproductivo*. Editorial Bellaterra. Barcelona. España.

Trucco, M. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena neuro-psiquiátrica* 40(Supl.2):8-19.

Valtueña, J. (1925). *El trabajo por turnos y la salud*. Colecciones Triunfo. 828, 34.

Wayne, J., Musisca, N. y Fleeson, W. (2004). Teniendo en cuenta el papel de la personalidad en la experiencia de trabajo-familia: las relaciones de los cinco grandes con el conflicto y el enriquecimiento de trabajo-familia. *Diario de comportamiento vocacional*, 64 (1), 108-130.

Weinger, M. y Ancoli, S. (2002). Privación del sueño y desempeño clínico. *Revista de la Asociación Médica Americana*, 287, 955-957

Zedeck, S. y Mosier, K. L. (1990). *Trabajo en la familia y organización empleadora*. Psicólogo estadounidense, 45, 240-251.

Zimmerman, M. (2000). *Teoría del empoderamiento*. En J. Rappaport y E. Seidman (Eds.). Manual de psicología comunitaria (pp. 43-63). Nueva York.

ANEXOS

Entrevista y Transcripción Sujeto 1

Buenos días mi nombre es Yasna Calderón, psicóloga egresada del Magister de intervención social familiar, quien en esta ocasión está realizando una investigación sobre la “Doble Presencia” en donde se busca conocer el cómo las mujeres logran compatibilizar su vida laboral y su vida domestico/familiar, el cómo se organizan y así mismo comprender como se ve afectado su entorno, siendo en este caso el foco principal las funcionarias que tienen hijos entre 2 a 5 años en el Cesfam. Le agradezco enormemente su tiempo y el que me haya podido recibir, de ante mano le comento que esta entrevista es netamente para fines de estudio y que toda información que se recabe aquí será confidencial, por lo que su identidad será resguardada. A continuación le entregaré una ficha con datos sociodemográficos que necesito me responda, una vez finalizada le haré una serie de preguntas las cuales me gustaría contestara con toda confianza y honestidad posible.

Agradeciendo nuevamente su tiempo y disposición comenzaremos con las preguntas.

Entrevistador: ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Ehh doble presencia...mmm no he escuchado nada de ese fenómeno, primera vez que lo escucho.

Entrevistador: Perfecto, entonces como no ha escuchado mucho respecto a este fenómeno, yo le voy a dar una breve definición que es la siguiente:

Se trata de aquella situación en la que recae sobre una misma persona, en este caso usted, la necesidad de responder al trabajo doméstico y al asalariado, cuando hay que asumir responsabilidades de las dos esferas de actividad, de forma simultánea, tanto durante el tiempo de trabajo como durante el tiempo privado. Por ejemplo el estar acá en el trabajo y estar pendiente también de su hogar. Eso es netamente la doble presencia y a lo que aboca esta investigación.

Sujeto: ahhh ya.

Entrevistador: ¿Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Ohhh que es mucho, es mucho lo que hay que hacer, osea por lo menos yo, porque imagínate, ver la casa y después, osea estar en el trabajo después ver la casa, son muchas las cosas que hay que hacer en la casa. Muchas cosas.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Mira, yo ahora en la semana no me estreso...porque el fin de semana es todo para hacer las cosas de la casa, dejar todo listo, para yo en la semana no llegar hacer mucho solo a cocinar a preparar las cosas para el otro día y eso. Pero el fin de semana para mí, es todo el fin de semana hacer aseo y dejar todo listo para poder estar en la semana más menos tranquila.

Entrevistador: ¿En la semana que es lo que usted hace?

Sujeto: Yo llego, ponte tú, llego en la tarde a la casa y llego hacer el almuerzo, porque tengo que cocinar para mí y para mis hijos, para los 3, tengo que llegar a cocinar a bañar a la chica a preparar las cosas para su jardín y mi hijo más grande no me quita mucho tiempo porque él hace sus cosas solo. Pero tengo que preocuparme de todo lo demás, las tareas, las cosas que le piden en el jardín a la chica y hacer un poco de aseo, así rapidito, así “como por aquí paso”

Entrevistador: Entonces, ¿Cuánto tiempo dedica usted a las labores del hogar? Me comentaba que en la semana es un poquito menos...

Sujeto: Sipo, porque en la semana no estoy, y más que en la tarde que llego a qué hora a mi casa, llego como lo más tardar a las 17:30 y de ahí para delante todo el rato, hasta las 22:30 u 23:00 que trato de hacer todo rápido, para poder acostarme temprano, porque ya a las 21:00 horas estoy derrotada. Así ya...Mis ojos ya no dan más.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Todo.

Entrevistador: Todas las labores del hogar?

Sujeto: Todo, mi marido a veces me ayuda, pero a veces po, no puedo contar con el con todas las cosas. Osea yo tengo que estar pendiente de todo

Entrevistador: Respecto a lo que usted nos menciona ¿Con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Bueno mi pareja, porque mi casa es segundo piso, entonces el fin de semana, el de repente me dice, ya yo te hago arriba y yo hago abajo, y el lavado y todas las cosas que uno tiene que hacer son aparte, pero el a veces me ayuda. O en la semana el baña a la niña y yo hago las demás cosas, con ese tipo de cosas el me ayuda un poco.

Entrevistador: Si se ausenta un día del hogar, las tareas domésticas que realiza se quedan sin hacer?

Sujeto: La mayoría.

Entrevistador: La mayoría de las cosas?

Sujeto: Siii

Entrevistador: ¿De qué forma ha impactado este fenómeno en su familia? Esta doble presencia suya.

Sujeto: Ehh como a mí me ha afectado?

Entrevistador: En qué manera le afecta a su familia, tal vez en el tiempo...

Sujeto: Ahh sipo, que no tengo casi tiempo para los niños po, porque yo ponte tu llevo hacer las cosas, a leerle el cuento a la chica porque le dan un cuento mensual en el jardín y sería mas no puedo, no tengo tiempo como para salir, ir a un parque a jugar, no alcanzo. Y el fin de semana a veces porque yo igual me dedico hacer aseo po y en las tardes ya dejo a veces un rato y salimos o el domingo.

Entrevistador: Entonces les afecta...

Sujeto: Sipo, igual afecta porqueee... igual ponte tú las tías en el jardín le dicen a la Amanda, Amanda tu mamá te lee? Nooo es que siempre está cansada. Caxai? Esas cosas, o con mi hijo igual pasó, porque él por ejemplo va a dejar a los niños en la mañana porque yo entro temprano aquí.

Entrevistador: Tu hijo mayor?

Sujeto: Claro, de hecho en el jardín el hacía puros dibujos con el papa po, porque en esos tiempos yo estudiaba, estaba trabajando, casi no lo veía. Entonces igual afecta hartito. Los niños después pasan la cuenta.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Yo creo que más físicas, porque ya estoy agotada, a las 21:00 o 21:30 ya estoy muy cansada, muy muy muy cansada. Con el cuerpo mal, ya quiero puro ver la cama, psicológicamente yo creo que igual un poco, nose porque como que no tienes ganas de nada, nisiquiera compartir con tu marido en la noche, osea yo me acuesto y me quedo dormida.

Entrevistador: Claro, del cansancio

Sujeto: Del cansancio, yo pongo la cabeza en la almohada y ya, jodi y pobre que me despierten.

Entrevistador: Ahh usted se enoja?

Sujeto: Siiii, noooo me puede despertar de verdad, yo creo que igual afecta en eso.

Entrevistador: Si, por supuesto desde la parte anímica y psicológica.

Sujeto: Si, es que no me dan ganas de nada.

Entrevistador: Se siente en ocasiones tal vez deprimida, agotada físicamente...

Sujeto: Cansada, como que ya no quiero hacer nada y quiero puro acostarme y no puedo, porque tengo cosas que hacer todavía

Entrevistador: Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Sipo, a veces estoy aquí y estoy pensando puchaaa tengo que hacer esto, o que voy a llegar hacer de almuerzo, todos los días tienes que estar calentándote la cabeza, con que voy a cocinar, que voy hacer, que hago primero, que hago después y así estoy todo el rato.

Entrevistador: ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo/a se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Bueno, lo bueno es que mi marido ponte tú no tiene que cumplir horario, se manda entre comillas un poco solo, entonces ahí igual me apoya hartoo, porque si la niña se enferma, o la traigo al médico aquí, pido permiso o él viceversa. O él se puede quedar con la niña un rato, mientras trato de solucionar algo, pero como que no nos complica tanto en ese sentido, porque como él se manda solo no tiene horario de entrada ni de salida puede dejar de hacer cosas.

Entrevistador: Entonces eso facilita bastante las cosas el que no tenga un horario establecido...

Sujeto: Si hartoo, porque yo aquí entro a las 07:30 y la Amanda entra al jardín a las 09:00, entonces él va a dejar a los niños al colegio, vuelve y después va a dejar a la Amanda la jardín, él se encarga de los niños en la mañana y yo en la tarde.

Entrevistador: Perfecto..

Sujeto: Entonces, ahí como que no me afecta tanto cuando se enferman, además que no me salieron tan enfermizos gracias a dios.

Entrevistador: Super, yo creo que eso es un punto a favor, súper bueno.

Sujeto: Nunca se me han enfermado así como ohhh, que tenga que partir a la posta ni nada.

Entrevistador: En el trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Buenas, tengo buenas relaciones.

Entrevistador: Con ambas?

Sujeto: Si, con mi jefes igual, porque cualquier cosa él igual altiro da permiso, no hay problema en eso. Como trabajamos bien, no nos está molestando nunca.

Entrevistador: ¿Cómo son las condiciones laborales en las cuales se desempeña a diario?

Sujeto: Ehhh sii, digamos que no son tan malas.

Entrevistador: En qué sentido no son tan malas?

Sujeto: Haber, ponte tú, aquí, bueno nosotras gracias a dios con este calor, tenemos air acondicionado, pero en otros lados, tú sales al pasillo y es del terror el calor que hace, los baños, ahora los arreglaron un poco, pero estaban del terror, osea no había un baño bueno. Igual no son tan buenas las condiciones.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Ehh si, nose si de cuidado tanto, pero de recreamiento si hay, como una vez al mes hacen cosas, juegos, películas, hacen esas cosas.

Entrevistador: Es para todas las funcionarias?

Sujeto: Si, es para todos los funcionarios, mmm lo malo es que para nosotros es distinto, porque no podemos participar las dos, nos tenemos que turnar, o va una y se queda la otra, porque nosotras tenemos que atender igual (vacunatorio)

Entrevistador: No pueden dejar solo...

Sujeto: No podemos dejar solo, entonces ahí es simple, la verdad comúnmente no vamos, no participamos, porque nos da lata que una tenga que ir, osino la otra, un mes una y al otro mes la otra, así que nunca podemos participar bien.

Entrevistador: Considera que el modelo biopsicosocial del Cesfam aplicado a los usuarios, se replica en las funcionarias con hijos entre 2 y 5 años?

Sujeto: Haber, no entendí muy bien la pregunta...

Entrevistador: Que el modelo es bastante familiar con el usuario, en donde se integra e involucra a toda la familia, pasando de un modelo biomédico a un modelo biopsicosocial en donde se involucra un todo, ¿es aplicado también a ustedes las funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años de edad?

Sujeto: Mmmm no, no se involucra a la familia, igual que como para atendernos tenemos que uuuuuhh, pedir por favor, porque antes teníamos, ponte tú, una semana había un médico que era solo para el personal si alguien estaba enfermo, pero ahora tu tienes que pedir hora igual que todos los usuarios, y si es que hay hora, te tratan de acomodar, pero igual tienes que estar poniendo caras y todo.

Entrevistador: Entonces, no hay un trato diferente por ser funcionarios...

Sujeto: Mmm no, y los doctores te atienden igual a la hora que te corresponde, y si no más tarde. No te hacen.... Ah dicen es funcionaria la vamos atender altiro, no.

Entrevistador: ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Uhh casi nunca, en la noche cuando duermo.

Entrevistador y sujeto: Ambas se rien jajajaja

Sujeto: De verdad, o a veces aquí que es más tranquilo, yo puedo estar tranquila, pon tú, yo aquí en el trabajo descanso más que estando en la casa, porque aquí pasan ratos que estoy sola, llega gente así de goteos y uno ya puede estar más tranquila, conversar con tu compañera, como estamos las dos, conversamos, nos reímos. Pelamos y ese rato po, yo creo que tengo más rato aquí en el trabajo que en mi casa. En mi casa no tengo

Entrevistador: No tiene tiempo...

Sujeto: No tengo tiempo de pausa.

Entrevista y Transcripción Sujeto 2

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Tens, técnico en enfermería nivel superior.

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: De lunes a viernes de 8 a 5 de la tarde, y mi función es Tens, que realizo en toma de muestra, vacunatorio y curaciones.

Entrevistador: Perfecto, Qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Uff, tengo 3 hijos, 2 hijas gemelas de 15 años y un chiquitito de 3 años, ehh llego hacer las funciones de mamá, después de haber estado todo el día trabajando en el consultorio, tengo que llegar a cocinar, a ver a los niños, a preparar la ropa para el otro día, a preparar las colaciones, ayudar hacer tareas a los niños a los 3 y bueno dentro de eso mis dos hijas mayores de 15 años me ayudan un poco con las labores domésticas y ayudan a la vez a preparar sus cosas y como son más independientes pueden hacer un poco sus tareas solas.

Entrevistador: ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Ehh a mí se me ocurre que es la mamá, ehh osea una mujer que trabaja y a la vez tiene que hacer de mamá y de dueña de casa ehh todo el día.

Entrevistador: Es como estar en dos lugares?

Sujeto: Que es estar en dos lugares en el día.

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Ehh, uff bien cansador, después de una larga jornada de trabajo, ehh uno como mamá, quiere llegar a jugar un rato con los niños pero lamentablemente hay que hacer cosas domésticas, como lo dije anteriormente, cocinar, arreglar las cosas para el otro día, y eso es muy agotador, sin embargo viendo bien a mi hijos, eso me hace feliz.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Ehh después de mi jornada de trabajo, que salgo a las 5, vivo afortunadamente cerca de mi trabajo, así que llego aproximadamente 5:30 de la tarde a la casa y estoy por lo menos hasta las 22:30 de la noche haciendo tareas, cocinando y ordenando para el otro día.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Todo, todo lo que dije anteriormente. Como mamá uno hace de todo.

Entrevistador: ¿Con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Ehh como dije anteriormente, soy mamá soltera con 3 hijos y mis hijas me ayudan con el cuidado de mi hijo menor, con tareas, con juegos, mientras ellas lo cuidan o lo entretienen yo aprovecho de cocinar, limpiar y tratar de preparar las cosas para el otro día.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: La verdad es que trato de no repartirlas porque es función mía como madre, ellos... mis hijas que son gemelas y son un poquito mayores, ellas me ayudan, pero la obligación mía como madre es realizarlo todo.

Entrevistador: Perfecto, ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Cocinaaaaaarrrrr.... No me gusta cocinar y la verdad es que si no lo hago yo, no voy a poner a mis hijos en la cocina para que puedan sufrir algún accidente, tengo que hacerlo sí o sí.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Como me afecta...Uff emocionalmente mucho...porque quisiera tener más tiempo para pasar con mis hijos, pero la verdad es que no se puede, pero uno como madre trata de complementar todo por una pura razón que es el bienestar de sus hijos.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Ehh de qué forma...la verdad es que creo que la falta de tiempo para estar más con mis hijos, pero como mi sueldo no es muy alto tengo que hacer horas extras, entonces eso también me complica un poco porque tengo que ehh... casi , pucha decirle a mis hijas que se hagan cargo de su hermano menor.. Que no es su obligación... es mi obligación... pero por ende como no alcanza el sueldo tengo que trabajar un poquito más para tener una mejor condición de vida, para ellos y así poder suplir sus necesidades básicas.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Uff el estrés, cansancio emocional, cansancio físico, ehh que hay veces que estoy muy muy cansada, pero no se los demuestro a mis hijos, porque nada po... ellos tienen que estar ahí con la mamá y la mamá con los niños. Pero eso, cansancio, estrés emocional y físico.

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Bueno la verdad es que, si, tuve crisis de pánico por el estrés, y estuve muy mal y tuve que pedir apoyo de otras personas.

Entrevistador: Ok, pero ha existido alguna situación en la que se haya visto sobrepasada? Estar en el trabajo y pensar en las tareas domésticas? alguna situación que haya provocado esta crisis de pánico en usted?

Sujeto: Si, la verdad es que un día en la sala cuna, mi hijo se enfermó y tenía que retirarlo temprano y no podía, no tenía tiempo, tenía a mis hijas solas en la casa, una de ellas estaba enferma, no podía... tenía que verla a ella... tenía que retirar a mi hijo y colapsé. Tuve que pedirle a una compañera de trabajo de mucha confianza, que si podía ir a buscar a mi hijo porque yo me sentía super mal, de hecho tuve que dejar a mis hijos encargados con una persona de confianza ya que tuve que ir a la posta para que me pusieran algún tranquilizante y algo... Y ahí estuve como una semana con reposo y gracias a dios a mis hijas que era un poquito más grande, pudieron ayudarme a tratar de salir de ese mal paso.

Entrevistador: Perfecto, Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Todos los días, todos los días, que voy hacer de almuerzo, que tengo que llegar hacer a la casa, porque empiezo primero, si por las tareas o la comida. Todos los días, a cada instante estoy pensando en eso.

Entrevistador: ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo el menor, quien en este caso me comentó que tiene 3 años se enferma? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Gracias a dios en el trabajo, tengo la posibilidad de llevar a mi hijo a trabajar conmigo porque nos cuestionan mucho las licencias médicas, porque como hasta los 2 años podemos hacer uso del fuero maternal, después de eso nos cuestionan las licencias médicas, así que he tenido la posibilidad de llevar a mi hijo, de tenerlo en el trabajo algunos días conmigo y trato de que mis hijas en la tarde me ayuden con él cuando está enfermito.

Entrevistador: Perfecto, Y con respecto al trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Ehh buenas, muy buenas, tengo un muy buen equipo de trabajo, tengo muchas exigencias también porque ehh como soy Tens, trabajo con pacientes, con personas, tengo que manejar mi estrés, mi emoción, mi ansiedad de querer llegar luego a la casa hacer cosas para los niños. No, así que trato de manejarlo bien, y mantengo muy buenas relaciones con mis compañeros de trabajo.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Si, por supuesto que sí, tenemos tardes protegidas que hacemos actividades como consultorio, tenemos unas pausas saludables, que son 15 minutos en la mañana para salir a tomar desayuno y así turnarnos con nuestras compañeras. Si tenemos varias actividades, que en el fondo nos distraen un poco dentro de todo el estrés laboral.

Entrevistador: ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Casi nada, porque no tengo tiempo, la verdad es que casi no tengo tiempo, y el momento de ocio que podría ser es cuando estoy “relajada” un ratito viendo tele con mis hijos, que en el fondo me duermo porque estoy tan cansada que me duermo.

Entrevista y Transcripción Sujeto 3

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Enfermera, jefatura de Sapu

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Mis funciones...en horario AM yo veo controles cardiovasculares y en horario PM veo la coordinación del Sapu. Ehh y que más era?

Entrevistador: Que horario laboral posee

Sujeto: Desde las 08:00 de la mañana hasta las 17:00 horas de lunes a viernes.

Entrevistador: A qué se refiere con jefaturas del Sapu? Tiene personal a cargo?

Sujeto: Claro, personal a cargo, médicos, enfermeros, técnicos principalmente donde tengo que organizar horarios, cubrir inasistencias laborales, e recursos como insumos faltantes, gestionar toda la parte también de...con los otros Sapus en realidad. También asistencia a los usuarios, reclamos también en algún caso, poner la cara también frente a hechos o responsabilidades que requiere también el recurso humano en este caso, si algún inconveniente entre en usuario y el funcionario, yo tengo que dar una respuesta, dar alguna explicación. También asistir a los requerimientos de los funcionarios.

Entrevistador: Es bastante la presión que ejerce en este cargo

Sujeto: A diario, claro.

Entrevistador: Super, ¿qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Así específicamente?

Entrevistador: Si, que hace después que termina su jornada a las 5 de la tarde...

Sujeto: Ir a buscar a mi hija a su jardín, igual tengo que correr porque entre la distancia de acá de mi trabajo a la casa es como aproximadamente 1 hora así o'clock. Y ya voy a buscarla, después llego y empiezo a ver tareas, porque ella igual tiene secciones con fonoaudióloga, tenemos que reparar, me dedico también a los quehaceres del hogar, e prepararme, osea, me refiero aseo, cocina NO jajaja eso no es lo mío. Pero si en cuanto a mi hija 100% en la casa mi preocupación es mi hija, en la estimulación de ella.

Entrevistador: Con respecto a la cocina, usted mencionó que no le gusta, como se apoya en ese ámbito?

Sujeto: Mi papa jajaja, 100% tanto el día de semana como el fin de semana, él se encarga de ayudarme, porque a él le gusta, no es algo que él lo haga por que es obligación que tenga. Yo a él no lo tengo bajo ninguna obligación acá tampoco, ya que mi papa no es de acá, mi papa se vino un poco para apoyarme a mí y a mi hermano también que se vino, porque nosotros éramos de otra ciudad, nos viene a colaborar en una situación super buena en donde él ya está jubilado del ejército, tiene más tiempo Igual está enfrentando cierta situación, porque él es casado, osea mis papas aún siguen casados, tienen un matrimonio estable de años y mi mama en cierto modo está a punto de jubilar, pero no puede venirse.

Entrevistador: De que ciudad es ella?

Sujeto: Somos de Arica

Entrevistador: Ahh de Arica!

Sujeto: Si, entonces mi hermano también es de gendarmería y de esa área, y por el traslado que cada 5 años tienen también les tocó acá. Entonces, por un poco de colaboración con sus nietos él se vino. Pero la verdad yo no lo...no lo tomo como una obligación, él no está acá en desacuerdo, estando acá cuidando a su nieta, de hecho el disfruta, siempre me ha dicho que disfruta a su nieta, pero siempre nos organizamos bastante bien para que él tenga una unión con mi mama como matrimonio, ya sea que el viaje para allá o ella para acá, así yo me organizo con mis vacaciones, mis días libres. Bueno, aunque cuando está mi hija enferma yo no le ejerzo presión, de hecho yo si me dedico, y mi trabajo pasa a segundo lugar en realidad. Yo no vengo a trabajar estando mi hija enferma, eso jamás.

Entrevistador: ¿Cómo se organiza en ese caso que su hija se enferma y la llaman para contarle?

Sujeto: Bueno yo, por lo menos en ese sentido tengo la facilidad de que de repente igual mis jefaturas me dan un respaldo y su apoyo en ese sentido. Si yo tengo un inconveniente y tengo que salir ehh colegas más o mi jefe directo me dice, si ya tienes todo resguardado me apoya y me dan la facilidad de salir inmediatamente,

Entrevistador: Entonces, en caso de que tu hija se enferme tú te encargas 100% de ella?

Sujeto: Siii

Entrevistador: Tú la auxilias en el mismo momento entonces, sin pedir ayuda algún vecino o familiar que te apoye...

Sujeto: No, no, aunque en el caso de que por X motivos haya sido algo peor, imagínate que la distancia de aquí hacia allá igual es harto, pero si es algo inmediato por algún accidente igual mi papa está ahí alerta, o mi hermano igual me ha dicho, mi cuñada, que viven acá, ellos igual están dispuestos a colaborar en caso de cualquier cosa.

Entrevistador: Pero en el caso que la niña tenga algún resfriado o algo más largo ahí te organizas tu...

Sujeto: Exacto, yo me organizo con eso.

Entrevistador: Perfecto ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: De la doble presencia, osea es como lo entiendo yo?

Entrevistador: Claro.

Sujeto: Es como estar en dos lugares en el mismo momento, que pasa siempre en nosotras las mujeres que somos mamas, porque imagínate estoy acá en el trabajo y si mi hija está enferma en mi cabeza está pensado todo el tiempo cómo está ella.

Entrevistador: ok, comprendo y ahora, qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Ehh, algo estigmatizado para la mujer...no me desagrada la idea de ser dueña de casa tampoco, me gusta bastante dedicarme y realizar mis quehaceres y sobre todo a los que tengo como mama, pero si lo he sabido conllevar bastante bien por lo menos jajaja

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Ahh en la semana, 3 horas y el fin de semana las 24 horas.

Entrevistador: Estas todo el fin de semana haciendo cosas...

Sujeto: Haciendo cosas, o a veces trato de organizarme para salir con mi hija, para que ella también tenga su día de recreación de diversión, y luego volver y ver las tareas, todo eso. Pero estoy full las 24 horas del fin de semana.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Lo que es lavado, entre comillas, porque tú sabes que la lavadora lo hace jajaja pero eso, el planchado, el aseo de la casa, emm las tareas que implican las obligaciones de mi hija, emm eso principalmente.

Entrevistador: Perfecto, porque más arriba me comentaste que con tu papa se organizaban y el veía todo el tema de la cocina no es así?

Sujeto: Si, si, la cocina todo eso lo ve él. Pero aseo lo veo yo. La ropa igual, porque yo me organizo igual, porque por ejemplo cuando hago un planchado lo hago semanal, ahí yo me organizo, me dedico el domingo por así decirlo a dejar todo planchado y las teñidas listas. Cosa de que mi papa cuando tenga que vestir a mi hija, pesca la teñida y esta lista jajaja y no tenga que elegir una prenda u otra.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Naa yo creo equitativamente, teniendo el rol un poco, bueno entiendo que mi papa esta acá, y él no tiene la obligación con mi hija de por ejemplo hacer lo quehaceres de lavar o planchar, eso yo lo asumo que es mío, pero no así como... pucha a ver... si yo no lo pudiese hacer yo sé que él lo haría... no sé si me entiendes? Yo no tengo la dificultad ahí, de decir pucha, mi papa no supo que colocarle a mi hija para vestirla, o no supo que darle de remedio porque yo no se lo deje escrito, mmm eso, él sabe cómo actuar.

Entrevistador: Es un hombre bastante preparado jajaja

Sujeto: Nooo mi papa 100% yo me saco el sombrero por él.

Entrevistador: Perfecto, ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar? Me dijiste que cocinar...

Sujeto: Siii, porque no soy muy amiga de la cocina jajaja

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Igual es cansador. Físicamente y psicológicamente te puede afectar, yo creo que las mujeres que somos mamás y trabajadoras ahora es como que tenemos un cierto lado desarrollado que nos permite como aguantar y tener esa fuerza para poder resistir,

Entrevistador: Del lado físico, cual es el agotamiento y del lado psicológico cual es el agotamiento

Sujeto: Del lado físico mucho cansancio, yo pucha... anhele dormir jajaja siempre me siento como así cansada, pero igual saco la fuerza, así 100% físico. Y psicológicamente, si igual la presión, cuando tú tienes a cada rato cosas y te exigen en tu trabajo que es lo que debe ser, eso también te agota. Yo creo que ambos van como de la mano. Aunque a veces se me olvidan las cosas, si es que me tengo que organizar con las vacaciones, un poco tratar de trabajar en el desconectarse el cuándo tú estás en tu casa con el trabajo, porque a mí me cuesta bastante.

Entrevistador: Claro, seguramente puede ser por el rol que tú ejerces...

Sujeto: Exacto.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Como le ha impactado... mmm

Entrevistador; Exacto, como le ha impactado tal vez en la falta de tiempo...

Sujeto: Mmm así como mal no, en realidad nunca ha sido como un problema en mi familia que yo tenga que lidiar con la casa y el trabajo, no al contrario, de hecho yo no encuentro que sea un impedimento, lo hemos asumido como que es parte de la vida.

Entrevistador: Perfecto, también me comentaste que tu hija va al jardín, ¿en qué horario lo hace?

Sujeto: Va en la tarde de 2 a 6 de la tarde.

Entrevistador: Bueno, y ahí es cuando te ayuda tu papa?

Sujeto: Claro, el ahí la levanta, la lava la viste y la va a dejar. Y después yo cuando me organizo bien y salgo a tiempo de acá del trabajo y tengo todo listo corro y voy a buscarla yo. Porque aprovecho ese momento de estar con ella, conversar, para mi disfruto la idea de ir a buscarla. Y a veces digo, haré las cosas rápido porque yo quiero ir a buscar a mi hija.

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Emm, osea en mi conducta?

Entrevistador: Si en algún momento te sentiste colapsada, por querer cumplir ambas labores?

Sujeto: Mira yo siempre he dicho, que como me responde el cuerpo frente al estrés osea físicamente es terrible, ya que a mí me afecta mucho ya que yo sufro de muchas jaquecas y me afecta al grado que a veces he tenido que estar en cama y me genera eso el dolor,

Entrevistador: Por la presión del trabajo?

Sujeto: Claro y saber que tengo que cumplir en el trabajo e igual en la casa. Porque tú en la casa siendo mama y dueña de casa no tienes vacaciones, osea estando enferma o no

tienes que rendir igual nomas, porque los niños no te dan licencias jajaja en cambio en el trabajo si jajaja, Pero en ese sentido yo si paso con mucho dolor y no se me pasa yo ahí digo sí, ahh pero ahora que me acuerdo el ultimo dolor físico que tuve una contractura cervical y quede con un problema en el hombro, que incluso yo postergue porque el traumatólogo me dijo que tenía que hacerme una resonancia pero no me la hice. Pero si se me alivió con una terapia, pero no se me solucionó el problema. Osea me alivió nomas.

Entrevistador: Pero eso se debió netamente al estrés laboral?

Sujeto: Exacto, de hecho el kinesiólogo me dijo que era netamente estrés laboral.

Entrevistador: Perfecto. Y aún estas con tratamiento o lo dejaste?

Sujeto: Lo dejé, por tiempo. Porque me implicaba dedicarle tiempo después de mi trabajo, ir una hora para allá y luego una hora para mi casa, entonces al final llego tarde y preferí que no.

Entrevistador: Perfecto, Y con respecto al trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Ehh con mis compañeras buenas, con mis jefaturas igual buenas, si igual buenas, pese a que hay altos y bajos pero a modo general si buenas.

Entrevistador: Perfecto, existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Si, pero yo no participo.

Entrevistador: Y porque no participa?

Sujeto: Porque encuentro que yo tengo muy poco tiempo para dedicarle a la coordinación respecto a la parte de jefatura tengo muy poco tiempo, entonces ese día que lo tienen recreativo acá para el funcionario yo prefiero trabajar. Para no atrasarme ya que todos los días te suman una cosa y se te suma otra y así.

Entrevistador: Pero no consideras que eso te podría hacer mejor, el quizás distraerte y así evitar psicológicamente un estrés laboral?

Sujeto: Si, estamos de acuerdo, me encantaría participar y relajarme, pero yo tengo otra presión, ya que debo rendir en mi trabajo, de hecho a veces pienso y digo me voy a llevar trabajo para la casa, pero es imposible lidiar con eso de trabajar desde la casa. Y no lo quiero hacer tampoco. Porque considero que no es justo llevarme trabajo para la casa.

Entrevistador: Y por último ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Nada.

Entrevistador: Nada...?

Sujeto: A ver, desde que nació mi hija hace 4 años, mmm tiempo que he dedicado para mí? Te podría decir con los dedos de una mano el tiempo que he dedicado para mí, así como a modo personal, como salir con mis amigos, o nose un spa o una vacaciones sola, no, o así lo más recreativo que he hecho ha sido para mí es juntarme con algunos amigos para ir a un cumpleaños 2-3 horas y luego me devuelvo. Pero son contados con una mano, no más de 3 o 4 veces.

Entrevistador: Te gustaría tal vez tener más tiempo?

Sujeto: Si, me gustaría tener más tiempo, jajaja pero lamentablemente no te da el tiempo

Entrevista y Transcripción Sujeto 4

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Podóloga

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Trabajar con pacientes diabéticos de 08:00 a 17:00 horas de lunes a viernes.

Entrevistador: Perfecto, Qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Me voy a la casa, paso a buscar a mi hijo que lo cuida mi mama, cocino, lo baño, hacemos las tareas y de ahí lo acuesto.

Entrevistador: Me comentaste que lo vas a buscar donde tu mama, ella vive cerca?

Sujeto: Si, lo paso a dejar en la mañana y después en la tarde lo paso a buscar.

Entrevistador: Ok, pero se queda todo el día con tu mama? En que horario va al colegio?

Sujeto: Va al colegio

Entrevistador: Como lo hacen?

Sujeto: Mi mama lo va a dejar al colegio, después lo va a buscar y después yo lo paso a buscar donde mi mama

Entrevistador: ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Nada.

Entrevistador: Nunca habías escuchado este término? Sin embargo, tenías noción de este doble rol que cumple las mujeres al trabajar y estar constantemente pensando en las exigencias domesticas familiares?

Sujeto: Ahh si por supuesto, ahí si.

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: En qué sentido?

Entrevistador: mmm nose, si consideras que los quehaceres del hogar son necesarios, o son en su mayoría más estigmatizadores para la mujer, que piensas?

Sujeto: Es que a mí me ayuda mucho mi esposo. No es como que yo tengo que llegar y hacer todo.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: En la semana serán unas 3 horas entre lavar ropa y cocinar.

Entrevistador: Ok, como te organizas y con quien te organizas en la casa?

Sujeto: Con mi esposo, dependiendo de los turnos de él nos repartimos las tareas. Si yo estoy cocinando el baña al niño, o si él está cocinando yo me encargo del niño, para estudiar lo mismo, todo compartido.

Entrevistador; Perfecto, tú me comentas que las tareas son compartidas, existe algo o alguien que deba hacer algo específico en el hogar?

Sujeto: Generalmente yo ordeno la ropa del niño, los cuadernos, las tareas y todo eso lo hago yo, pero lo demás es todo compartido.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted? Me comentaste que todos los quehaceres los repartían, el cocinar, los cuidados del niño etc, Existe alguna labor definida que cumplas en tu casa?

Sujeto: No.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Es que ahora en estos momentos, dependiendo del tiempo. Porque a veces yo no alcanzo a cocinar y él tiene que cocinar, o si él no alcanza cocinar tengo que hacerlo yo, o lo mismo con el niño, que a veces estamos tan ocupados que no alcanzamos a bañarlo, entonces ahí tenemos que organizarnos.

Entrevistador: Pero crees que las tareas del hogar específicas, deberían de repartirse igual para cada uno?

Sujeto: No, deberían de seguir siendo así, porque si no nos alcanza, yo creo que sería más problema, por ejemplo: “oye no hiciste esto, no hiciste esto otro”

Entrevistador: Ahh claro, es como yo tenía que hacer esto y solamente hago eso y nada más, no me dedico a lo otro.

Sujeto: Claro.

Entrevistador: Perfecto, ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Cocinaaaaaarrrrr... jajajaja odio cocinar, me estresa.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Todo nos afecta po psicológicamente, uno vive en un constante estrés. Obviamente si es que sales un poco más tarde, llegaras más tarde a tu casa, te acostai mas tarde, e igual te tienes que seguir levantando temprano.

Entrevistador: Perfecto, además me comentaste que eras de la comuna de San Bernardo, como te movilizas?

Sujeto: Ahh es que tengo auto, pero igual no es como que uno se tele transporte, llegas un poco más temprano pero igual uno pierde harto tiempo en trasladarse.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Mmm nose yo creo que igual como que causa un estrés a veces en ellos mismos al andar más alterada y más rápido, como que igual se deben estresar un poco, que uno ande como rápido. Que vamos para allá corriendo, que vamos para acá corriendo,

Entrevistador: ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Al principio sipo, llegaba llorando a la casa, como que cuando me cambie de casa, porque yo vivo sola hace poco, estaba acostumbrada a que mi mama me hiciera la mayoría de las cosas.

Entrevistador: Antes vivías con tu mamá?

Sujeto: Si, y después nos compramos la casa en San Bernardo, y fue horrible horrible, de hecho llegaba todos los días llorando, que tenía que pasar a buscar al niño, porque mi esposo tenía otros turnos y no me podía ayudar tanto. Entonces tenía que pasar a buscar al niño, después tomar un uber a la casa porque a mi casa no llegan micros, y eran más lucas y llegaba así como a las 9 y tenía que hacer todo sola, me acostaba como a la 1 de la mañana y me levantaba igual a las 5.

Entrevistador: Y eso era todos los días?

Sujeto: Si, todos los días. Hasta que me compre el auto, y ahí como que me solucionó la vida.

Entrevistador: Ya no era un lujo, era una necesidad...

Sujeto: Sipo, me ahorro más lucas, más tiempo, puedo jugar con mi hijo, lo saco a pasear, pero no, me solucionó la vida el auto.

Entrevistador: Y ahora cumples las mismas labores?

Sujeto: No ahora un poco menos, porque ahora mi esposo tiene distintos turnos.

Entrevistador: ¿En que trabaja tu esposo?

Sujeto: Es administrativo en el transantiago. Y ahora el trabajo es compartido.

Entrevistador: Trabaja con turnos?

Sujeto: Si, trabaja de día, de noche y de tarde, entonces ahora cuando él está de mañana salimos a la misma hora y él llega más temprano, y entonces ahora el pasa a buscar al niño y yo me voy directo a la casa y me demoro menos.

Entrevistador: Perfecto, y me podrías comentar un poco como fue este cambio de vivir sola a vivir con tu mama? Vivías con tu esposo y tu hijo también?

Sujeto: Si vivíamos todos.

Entrevistador: En esos momentos contabas con el apoyo de tu mamá...

Sujeto: Sipo, ahora nadaaaa... Osea me ayuda con el niño y todo, pero no le puedo estar diciendo todos los días mamá me puedes cocinar, me puedes ir hacer el aseo? Nopo.

Entrevistador: Ahora esas labores les competen netamente a ustedes...

Sujeto: Sipo.

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Sipo, cuando no tenía el auto y llovía, una vez hasta me puse a llorar en la calle, porque quería llegar a mi casa rápido, y no podía, tenía que hacer cosas y era lo mismo constantemente, todos los días.

Entrevistador: Perfecto, entonces en este momento donde te viste sobrepasada y lloraste en la calle, era netamente por cumplir con tus labores, de irte del trabajo a buscar al niño donde tu mama a san Bernardo, luego irte a tu casa y así sucesivamente cierto?

Sujeto: Exacto, y el metro tren lleno, las micros llenas, horrible todo.

Entrevistador: Osea que el tiempo de traslado también te jugaba bastante en contra

Sujeto: Sipo, obvio todo el tiempo.

Entrevistador: Perfecto, Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Ehh a veces, cuando el niño está con pruebas si, muchas veces sí, y empiezo ohh tiene prueba y tengo que llegar a estudiar con él, o cuando sé que voy a llegar más tarde a la casa también, empiezo pucha me voy acostar tarde, y mañana me tengo que levantar temprano. Como que es cansancio psicológico, parte del físico, es mucho cansancio psicológico.

Entrevistador: Te refieres al estar pensando constantemente en las cosas que tienes que hacer saliendo del trabajo...

Sujeto: Exacto, sin ni siquiera hacerlas todavía jajaja ya estoy pensando en ellas en el trabajo.

Entrevistador: ¿Cómo lo hace en caso de que tu hijo se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Mmm generalmente lo lleva mi esposo. Como él sale más temprano, yo le pido hora y lo lleva mi esposo, osino le pido a mi mamá.

Entrevistador: Perfecto, esto mientras tú trabajas...

Sujeto: Correcto, mientras yo trabajo. A menos que sea mucho y yo lo veo que está muy muy mal lo llevo yo.

Entrevistador: Ok, y en caso que le dieran alguna licencia o reposo al niño como lo haces para organizarte?

Sujeto: 100% con mi mamá, ella me ayuda, así yo no falto al trabajo.

Entrevistador: Perfecto, Y con respecto al trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Super bien, no me llevo mal con nadie, los pacientes son los que nos estresan jajaja pero los compañeros no.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Si

Entrevistador: Como cuáles?

Sujeto: La tarde protegida, que hacen actividades, juegos, vemos películas.

Entrevistador: Perfecto y puedes participar de esas actividades?

Sujeto: Siii, obvio a todas

Entrevistador: Les sirve para distraerse un rato...

Sujeto: Si, nos reímos hartos, como que uno se desconecta. Es super entretenido

Entrevistador: Por último, ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Pucha, super poco a la semana, como que de repente veo una película, pero cocinando jajaja haciendo las cosas, yo creo que como 2 horas a la semana, jaja super poco. Aparte que no soy muy adicta a nada, como por ejemplo esas personas que tiene que estar jugando todo el día con el celular o ver películas nose.

Entrevista y Transcripción Sujeto 5

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Soy Kinesióloga trabajo en las salas Ira y las salas Era

Entrevistador: Me podría explicar que son las salas Ira y las salas Era?

Sujeto: Si, atendemos principalmente las enfermedades respiratorias que son crónicas del adulto en la Era, y la enfermedades respiratorias crónicas y agudas de los niños en la Ira. Hacemos principalmente kine respiratoria que es como la técnica kinésica que nosotros aplicamos cierto, y controles de pacientes crónicos, como asmáticos, Epoc y tratamientos agudos de neumonía, las bronquitis crónicas de los niños, eso principalmente.

Entrevistador: Esas serian entonces sus principales funciones dentro del Cesfam cierto?

Sujeto: Igual hacemos hartas cosas más, aquí los Kines, a veces hacemos los empam que son los exámenes preventivos del adulto mayor, también visitas domiciliarias, pero en este último tiempo, he estado principalmente en esas dos salas.

Entrevistador: Perfecto, y cuál es el horario laboral que posee?

Sujeto: Actualmente de 08:00 de la mañana a 5 de la tarde de lunes a jueves y el viernes de 08:00 a 4 de la tarde.

Entrevistador: Actualmente me dice que tiene ese horario, antes tenía un horario diferente?

Sujeto: Ehh si claro, recién llevo una semana con ese horario, ya que estuve con una jornada parcial, desde que volví de una licencia bien larga que estuve de Octubre del 2018 con licencia ya hasta marzo de este año 2019, debido a una depresión, osea que todavía estoy en tratamiento y un tipo de trastorno de ansiedad. Ehh y principalmente bueno por el tema de mmm temas personales, temas de sobrecarga laboral, con los niños, como hartos temas ahí complicados, pero que obviamente no me estaban permitiendo trabajar de buena forma, ya estaba super sobrepasada, por esto mismo de la doble presencia, y bueno me sirvió hartoo ese periodo, osea por lo menos ahora ya estoy mucho mejor, de hecho volví con una jornada parcial y super bien, porque sentí que todavía tenía como hartoo tiempo, llegaba a mi casa temprano y todavía sentí que podía estar como super bien con las dos cosas. Ahora esta semana que ya volví con jornada completa, bueno desde la semana pasada, pero no fue tanto porque estuve en unos cursos entonces no fue mucho, pero esta semana yaaa jajajaja he notado el cambio como

hartooo, bastante extensa. Llego tarde, llego muy cansada y llegar a todas las labores de la casa po. Ya estar con los niños...

Entrevistador: Perfecto, en eso mismo quiero ahondar, que hace luego del término de su jornada laboral?

Sujeto: Ehh bueno primero el traslado a mi casa, yo vivo en Talagante, y bueno ya es como una comuna fuera de la región metropolitana. Ando en vehículo si porque, si no me demoraría mucho en realidad en llegar. Ya, entonces me tengo que ir en auto y me trato de ir lo más rápido posible por la autopista ya que es ahí donde menos me demoro, 40 a 45 minutos, a mi casa, siempre me voy directo a mi casa, o a veces a la casa de mis papas a buscar a mis hijos que son los que me los ven ciertos días después del colegio.

Entrevistador: Ok, ambos van al colegio? Como se organiza?

Sujeto: El más grande está en primero básico el de 7 años, entonces el tiene una jornada de 08:00 a 12:30 de la mañana y el más chiquitito no, no lo mando al jardín nada está en la casa, y ahí los cuidados de la mañana se los reparten entre mis papas que viven alla en Talagante y que por ese motivo yo me fui a vivir alla jajaja por el apoyo de ellos, ya cuando nació el más chiquitito, y entre mi marido también, que es el papa, porque el también en el fondo tiene una jornada más flexible de trabajo, ya es más independiente, entonces hay ciertos días en los cuales el no tiene que trabajar y entonces él también se queda con los niños en la casa. Entonces ahí nos repartimos, generalmente yo me tengo que ir de acá a la casa, y la mayoría de las veces que yo me voy tengo que estar como sola con ellos en la tarde y hacerle como todas sus cosas de la tarde, ver si tienen tareas, el tema de la comida, el baño, cocinarles algo. Y dejarlos así como acostaditos durmiendo.

Entrevistador: Perfecto, y sus papas le cuidan a los niños en su casa o en la de ellos?

Sujeto: En la casa de ellos.

Entrevistador: Entonces tú pasas a buscarlos donde tus papas y de ahí te vas a tu casa...

Sujeto: Si, Claro, eso lo tengo que hacer 3 veces a la semana, martes y jueves.

Entrevistador: Porque tienes que hacerlo 2 veces a la semana?

Sujeto: Ehh, porque esos son los días que ellos me los cuidan así como todo el día. Ya los otros días están con el papá, lunes, miércoles y viernes está el papa con ellos. Entonces el hace algo así como en la mañana, y a veces cuando está en el colegio el más grande y el chico a veces se lo deja a ratos a mis papas y luego lo pasa a buscar. Pero

esos dos días martes y jueves paso para allá primero y luego me voy a a mi casa, y bueno ahí llego nose, como a las 7:30 / 7:40 con ellos, que me tocó ayer por ejemplo.

Entrevistador: Perfecto, y una vez que llegas a tu casa, cuales son las labores que debes realizar?

Sujeto: Ehh bueno ahí ordenar un poco, porque yo llego y salimos todos temprano, entonces está todo patas pa arriba jajaja todo desordenado, nose po, ventilar de partida un poco, porque no se ha abierto la casa en el día.

Entrevistador: Como llegan es como la dejan...

Sujeto: Claro, así tal cual, de cuando salimos en la mañana entonces, llegar ahí, por ejemplo ayer yo llegué a ventilar un poco, a ordenar un poco, hacer las camas que se yo, lavar la loza y les cociné algo para la comida, en la noche digamos.

Entrevistador: Para el otro día...

Sujeto: Claro, para el otro día traerme yo para el trabajo y para ellos para que comieran en la noche, que comen cenan digamos y después les toca el baño, ya y acostarlos, ya y yo después se supone que me tengo que preparar las cosas para el otro día y mi marido los días jueves llega tarde, porque va fuera de Santiago a trabajar, entonces él cuando llega ya están acostados y eso principalmente.

Entrevistador: Que es bastante caótico jajaja

Sujeto: Si, sobre todo los días martes y jueves.

Entrevistador: Perfecto, ahora me gustaría saber que conoces tú respecto al fenómeno de la doble presencia?

Sujeto: Ehh, bueno principalmente eso, que en realidad el rol que tenemos como las mamás de estar trabajando todo el día y después de seguir como con el trabajo en la casa. Ya trabajo de mama entre comillas, el rol de madre, y que a veces te pasa la cuenta porque uno deja de lado su rol de mujer, su rol de persona y de cuidarse, ya que ahí es cuando te pasa la cuenta y uno se enferma, entonces ahora igual he tomado otra medidas, obviamente con el tema del tratamiento parte de eso es tener más autocuidado, y poder hacer otras cosas, entonces los días en los que está mi marido con los niños, yo voy lunes, miércoles y viernes hacer actividad física, si o sí. Ahora estoy con eso.

Entrevistador: Hace poquito que empezaste con eso?

Sujeto: Si, hace super poquito, empecé cuando todavía estaba con licencia y claro yo iba hacía actividad física y volvía a la casa. Porque uno se deja de lado por hacer eso, y

como que uno se siente culpable por hacer esas actividades y dejar como entre comillas a los hijos solos o verlos menos rato, estar como menos en la casa haciendo todas las cosas que uno sabe que tiene que hacer, nose po ahí el montón de ropa que hay que echar a lavar, y otras cosas, de hecho con mi marido nos repartimos las actividades, ya que igual son hartas cosas y con los niños siempre está desordenado es como difícil. Entonces todo ese cambio... ehh nose.

Entrevistador: Es como necesario, esta pequeña distracción...

Sujeto: Ehh Siii, y es parte de mi tratamiento que en el fondo, yo sé que si lo dejo voy colapsar de nuevo, entonces si o si lo hago, porque es algo que me gusta, dentro de todas las actividades de autocuidado que uno podría hacer, eso es lo que a mí más me gusta la verdad. Ciertos días darme mi tiempo, nose po un día voy a yoga, otro día hago otra actividad más fuerte como zumba, caxai, y el viernes es más relajado porque uno sabe que viene el fin de semana y bien, pero quiero mantenerlo, pero ahora nose porque ya estoy viniendo a la jornada completa y me ha costado po...

Entrevistador: Adaptarse...

Sujeto: Claro, y son menos horas de verlos, de estar en la casa y yo soy como muy autoexigente, entonces como que quiero tener todo bien, todo perfecto y nose puede po, y tengo que priorizar, así que ahí vamos jajaja y viendo cómo va evolucionando todo.

Entrevistador: Perfecto, que opina usted, respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Ehh, bueno yo soy como muy perfeccionista en eso, ya porque es algo que se tiene que hacer, y por tema de crianza, ya es un tema que igual me estoy viendo, en el fondo como lo que uno ve, el ejemplo de la mama que siempre tiene todo perfecto, ya, pero mi mama era dueña de casa solamente, no trabajaba a la par, pero era muy autoexigente en tener todo perfecto. Entonces yo creo que uno va tomando eso y yo soy así y me gusta que este como todo limpio, todo ordenado, y en eso igual estoy trabajando y que en el fondo igual es medio difícil con niños chicos po, osea uno ordena y a los 2 minutos te tiran todos los juguetes de nuevo y de nuevo, ya vamos a ordenar, y es un tema que preocupa caxai? Es como que digo, pucha ya está todo desordenado, no se hay polvo ahhhh, entonces a mí como que eso es lo que me estresa. Sin embargo he ido cambiando un poco y estoy tratando de ordenarme en las actividades jajaja

Entrevistador: Perfecto, cuanto tiempo dedica usted a las labores del hogar?

Sujeto: Pucha en la semana, ahora en realidad serán 2 horas, no puedo más en realidad.

Entrevistador: Y el fin de semana, cuanto tiempo dedicas a las labores del hogar?

Sujeto: Chuta el fin de semana jajaja ahí es mucho más, porque en el fondo es cuando uno tiene más tiempo, pero tampoco es todo el día, serán 3 u 4 horas al día.

Entrevistador: Ok, ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Ehh, yo más que nada veo el tema de la ropa, el lavado de ropa y ordenar la ropa, principalmente eso y como la limpieza en sí, pero lo de la cocina es lo que menos hago porque de eso si se encarga mi marido, como que el cocinar y lavar la loza se encarga él que es como lo que más le gusta jajaja

Entrevistador: Se dividen entonces las tareas con su esposo...

Sujeto: Si, él se encarga de la cocina y yo como del aseo general, nose po de los baños, de las piezas, del aspirado y cosas así.

Entrevistador: Perfecto, ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar? Están bien así, o deberían de ser de otra forma?

Sujeto: No, yo creo que está bien, porque yo sé que a él en el fondo hay ciertas cosas que no le gustan jajaja, y no las va hacer nose po, y a él le gusta el tema de la cocina po, osea a mi igual me gusta un poco cocinar, pero con más tiempo, no me gusta tener que hacerlo todo rápido, bajo presión no, ehh pero claro yo igual creo que uno siempre se lleva más carga, osea como que es difícil dividir bien las tareas, aunque a veces puede ser porque yo me exijo hacer más cosas nose. Pero dentro de todo nos tratamos de repartir bien las cosas. Porque nose po, por ejemplo yo me encargo de la ropa, y un día había un cerro de ropa que ordenar, que en verdad yo todos los días digo lo voy hacer mañana, mañana y no alcanzaba, y el otro día como él tuvo más tiempo él lo hizo, sin que le dijera jajaja nació de él y eso fue bueno. Pero dentro de todo yo creo que estamos bien jajaja. Y con los niños uno y uno, él se encarga de uno y yo del otro.

Entrevistador: ¿Qué es lo que más le complica a usted o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Lo que menos me gusta...mmm

Entrevistador: O lo que más le complica hacer...

Sujeto: Ehhh mmm nose, es que yo creo que lo que más me complica no lo hago, por ejemplo eso de planchado, yo no plancho. No existe la plancha en mi casa, ni el planchado jajaja por suerte nadie usa ropa que obligatoriamente se tenga que planchar, porque yo encuentro que esa es una actividad terrible jajaja Ya, entonces eso no lo hacemos, y a lo mejor... mmm es que a mí en general no me desagradan las tareas del hogar, pero lo que me afecta es que hay poco tiempo para hacerlas, me entiendes?

Porque no es como que yo diga ahhh tengo que hacer esto, tengo que hacerlo pero no hay tiempo.

Entrevistador: Claro, es difícil compatibilizar el trabajo que es de lunes a viernes de las 8 hasta las 5 de la tarde y luego llegar hacer los quehaceres del hogar, es difícil... Más el tiempo de traslado.

Sujeto: Claro, totalmente, pero no es algo que me carga hacer esto o esto otro, no, de hecho a veces me gustaría tener más tiempo para tener todo ordenadito, más bonito, limpiecito jajaja, pero no hay tiempooo. Sin embargo no hay como ninguna actividad aparte del planchado que yo te diga que me desagrade.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Osea, yo creo que lo mismo po, estamos siempre como con un grado adicional de estrés. Hasta que a veces uno comienza a darse cuenta o llegas a somatizar un poco el tema también, probablemente siempre andas más cansada, o como con dolor de cabeza, me duele el cuello, me duele el cuerpo nose, ehh pero pasa que uno esta acá pero siempre está pensando en las cosas que tiene que hacer, y es difícil como aislarse. Ya, ahora no así me pasa que yo esté en la casa y piense en la pega, porque por suerte yo encuentro que lo que yo hago acá, es como que lo hago aquí, pero no me llevo pega a la casa, ni preocupaciones.

Entrevistador: Ahí sería más agotador jajaja

Sujeto: Noo ahí sería peor... por eso yo te digo que siempre he querido tener un cargo así, de venir atender y luego irme, que de jefatura o tener algún programa a cargo, porque yo encuentro que eso a mí nooo... A mi esa cuestión me estresa mucho más. No, no ahí si colapso jajaja. Pero, yo creo que sí, para las mujeres siempre hay una carga extra

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Osea, claramente, sipo, obviamente ellos también como que ahora me echan de menos, se acostumbraron a estar así como más rato conmigo. Y bueno como a la larga a mí me afecto como emocionalmente este tema, a ellos igual les afecto, porque me veían mal a mi po, caxai? Andaba mal, ehh, igual se generaban más peleas, o andaba más irritable, hubo un tiempo como que sí, fue más problemático.

Entrevistador: Entonces, por este motivo usted se tomó esta licencia...

Sujeto: Sii, y ahí yo decidí que tenía que hacer algo, y que sola no iba a solucionar el tema, y me di cuenta y dije, bueno ya, voy a pedir ayuda, porque igual uno al principio como que se niega un poco al tema así del psicólogo, pero me di cuenta que no, que ya me había sobrepasado, y que igual pensando bien en el fondo lo hice a tiempo, porque tampoco me dejé estar, osea yo dije no, me pasa algo y por lo menos recibí la atención adecuada, en el momento justo. Y lo bueno es que tenemos el apoyo acá, porque yo me estoy viendo todo por el sistema interno de la UST que tenemos, así que me ve el medico acá, me ve el psicólogo, todo dentro del sistema, entonces igual no me implica ningún gasto extra de dinero ni tiempo, acá te dan el tiempo para ir, si tengo una atención te bloquean la agenda, si te coinciden con los pacientes... Entonces eso igual ha sido como super bueno.

Entrevistador: Ahh, entonces cuentas con todo el apoyo aquí del Cesfam...

Sujeto: Si, totalmente como Cesfam y como Red Interna que tiene esta unidad de salud mental que tienen para los trabajadores.

Entrevistador: Perfecto, y agregado a lo anterior ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Osea, claro este tema a mí me trajo las consecuencias de al final terminar con una depresión por no poder cumplir en ambos lugares. Me generó un trastorno de ansiedad, que obviamente ya está en tratamiento y ya estoy mucho mejor, pero todavía no de alta si, todavía con tratamiento médico, pero eso me pasó a mí, yo no sé. Muchas veces dependen también de las características personales que uno tenga, que en el fondo yo siempre me exijo mucho en todo lados po, entonces me afecto más, me afecto sobre todo después que tuve a mi segundo hijo. Con mi primer hijo como que estábamos todo bien y controlado, dentro de todo teníamos harta ayuda, en el sentido que yo tenía alguien que me ayudaba hacer las cosas y todo eso, y con el segundo hijo fue cuando me tuve que trasladar además a fuera de Santiago, a Talagante y todo era más lejos, entonces ahí costó, de hecho yo ahora no tengo nadie que me ayude hacer las cosas, entonces es como más carga y otro niño más, entonces se complicó más, ahí yo creo que me vino más el tema del colapso.

Entrevistador: Claro, entiendo, y ahí entonces tuviste que dejar de lado una de las dos aristas fuera...

Sujeto: Claro, o me tomaba un tiempo en el trabajo, o dejaba de ser mamá que es casi imposible jajaja. Entonces como después del post natal que volví, pasó justo un año cuando ya, ya, ya no dí más y ahí explotó todo. Pero ahora la idea es ir viendo y después los niños van creciendo y ahí entre comillas uno tiene menos carga, en el sentido que

uno ya no tiene que estar tan encima que como un niño de 2 años, sin embargo el tema de los hijos va a estar siempre. Y eso es algo que me ha costado asumir, que es algo que va estar conmigo siempre, entonces eso me ha costado.

Entrevistador: Perfecto, ahora me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Ahh, no no, eso me pasaba antes, ahora no. Por ejemplo cuando estaba llegando del trabajo y estaba con mis dos hijos y cuando uno no quería bañarse, el otro no quería comer, el otro lloraba y yo ahí explotaba, entre que yo terminaba gritoneándolos, retándolos, después llorando, así como que fue el periodo más crítico que tuve y me sentía como angustiada pero en el fondo tampoco sabía lo que me pasaba, y ahí era como que me sentía muy sobrepasada, cuando sentía como que no me la podía, como con los dos, en el momento en el que mi marido trabajaba y yo estaba sola con ellos. Y ahí nuevamente sentía que no me la podía, y luego me sentía mal porque terminaba retándolos y gritándoles, siendo que ellos no tenían la culpa y ahí era como lo más crítico

Entrevistador: Perfecto, Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Ehh,, si, sí , pero menos ahora que antes jajaja, mucho menos que en el otro periodo y si lo pienso, ahí era como un constante tema, por ejemplo cuando iba en el auto pensaba todo el rato en las cosas que tenía que hacer, y terminaba llegando más estresada a la casa, ya llegaba estresada y angustiada a la casa, al saber todo lo que tenía que hacer.

Entrevistador: Claro, y sin hacerlo todavía...

Sujeto: Claro, sin hacerlo todavía jajaja

Entrevistador: Perfecto, como lo haces en caso de que tu hijo se enferme? Como se organiza? Le pides ayuda a alguien?

Sujeto: Ehh sipo, cuando me ha pasado uno pide permiso aquí y ningún problema y lo otro tengo el apoyo de los abuelos y el papá también, entonces dentro de toda esa dinámica, por lo menos siempre la hemos manejado bien, sin embargo cuando están más chicos yo siempre me he pedido días, si tengo vacaciones días de vacaciones, o permisos administrativos

Entrevistador: Y aquí no te ponen problemas con los permisos?

Sujeto: No, no en general son bastante comprensivos, en ese tema, cuando hay un hijo enfermo, no tengo nada que decir, porque por lo general a mí me gusta siempre estar cuando están enfermos.

Entrevistador: Para complementar la pregunta anterior, En el trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Ehh bien, yo encuentro que dentro de todo, las compañeras si apañan, son super preocupadas cuando estuve con todo este tema de la licencia, ehh hay harto apoyo, yo no tengo nada que decir de acá, y mis jefaturas tampoco. Encuentro que super bien el apoyo, ahora que estoy de vuelta, tampoco noté eso de que cuando uno vuelve, como que castigan a alguien cuando se toma mucha licencia y uno también se urge por tomárselas, pero en el fondo yo sentí que como estoy haciendo todo transparente, no es algo que yo esté inventando e incluso tratándome todo dentro del sistema, entonces no super bien, por lo menos el apoyo acá super bien.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Dentro del Cesfam sí, pero considero que es poco, existen pausas activas, o cuando hacemos las reuniones de sector, o las tardes protegidas también que es una vez al mes, que se trata de hacer algo más como de autocuidado.

Entrevistador: Y que hacen en esas actividades?

Sujeto: Temas libres, a veces se ha hecho zumba, se hacen temas de karaoke canto, se ven películas, han hecho hasta ferias de las pulgas, fiesta de Halloween jajaja nose po, se hacen distintas cosas, que es una vez al mes pero por lo menos sirve para compartir para distraerse un poco jajaja

Entrevistador: Y por último, ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Ahora como te decía, si o si, me obligo hacerlas, así que por lo menos son 3 horas a la semana, que son 3 días que voy a clases de 1 hora y bueno el taco y todo eso, que por suerte me queda cerca así que 3 horas y media o 4 horas que por lo menos me dedico a mí a la semana, que no es tanto pero algo es algo y si lo sumamos entre todas las horas que uno trabaja no es nada jajaja pero me sirve así que bien.

Entrevista y Transcripción Sujeto 6

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Técnico en Enfermería

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Bueno, controlar signos vitales, entregar las fichas, ordenar las fichas, ehh hacer trabajos a veces administrativos, dar las horas médicas, y mi horario es de 8 a 5, mi horario.

Entrevistador: Super, Qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Ehh, voy a buscar a mi hija, después llego a la casa, preparo la onces, el almuerzo, la baño, me baño, le arreglo la mochila, luego me acuesto como a las 12 jajaja

Entrevistador: Y al otro día lo mismo?

Sujeto: Si, siempre lo mismo

Entrevistador: ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Ehh, tratar de cumplir en ambos lados po, en la casa, en el trabajo, y tratar de no fallar, porque al final si uno no hace las cosas en la casa, igual queda el despelote, acá en el trabajo también, asique hay que tratar de...mmm

Entrevistador: Hacer ambas cosas bien?

Sujeto: Exacto, hacer las cosas bien hechas

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Oh, mira la verdad a veces llego muy cansada y no quiero hacer nada pero me tiro al sillón como, ya, no puedo más, pero después igual me tengo que parar para seguir po, porque...

Entrevistador: Si no lo hace usted, alguien más lo hace?

Sujeto: No, porque mi pololo trabaja de noche, entonces no tengo mucha ayuda de él en las cosas po, a lo mas en el día, pega su ordená pero no es mucho la verdad porque duerme.

Entrevistador: Claro...

Sujeto: Por el cansancio

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: A ver, como, llego como a las 6 a mi casa, como 4 horas

Entrevistador: Como 4 horas diarias?

Sujeto: Claro po

Entrevistador: Eso es cocinando, ordenando?

Sujeto: Sipo cocinando y yo llego a bañar a mi hija. Que le ordeno la mochila, que le reviso la libreta

Entrevistador: Todo listo para mañana para el otro día

Sujeto: Y mis cosas también para el día siguiente, mi ropa y a veces llego a lavar, tengo que colgar la ropa, planchar mi uniforme, llegar hacer la comida, todo eso.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Ehh todo en realidad jajaja, todo lo que le mencioné anteriormente.

Entrevistador: ¿Con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Bueno con mi pareja y mi hija, él me ayuda generalmente en el día, dejando la loza limpia y ordenada, la casa como ordenada, pero cuando no puede, soy yo la que llega hacer las cosas, y a mi hija siempre le estoy pidiendo ayuda, trae tu colación, pásame tu mochila para arreglarte las cosas, mientras yo cocino, ella se ducha y se echa el shampoo y luego yo la refriego, pero con esas cosas me ayuda, si es pequeña jajaja son cositas simples.

Entrevistador: Claro, además que viven solo los 3...

Sujeto: Sipo, y él como lo que más hace es como, nose po, ordena un poco nomas lo que puede en el día, la comida, deja la loza lista y chao.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Lo mismo po, siempre le digo a él que deje las cosas ordenadas, para poder llegar yo solo a cocinar y a bañar a mi hija.

Entrevistador: Osea que sea un poco más equitativo...

Sujeto: Claro, pero él por ejemplo tiene también otro negocio que hace en el día, entonces a veces va hacer sus otras pegas.

Entrevistador: ahh perfecto, él tiene 2 trabajos?

Sujeto: Él trabaja de noche, y aparte tenemos como una mini pyme, entonces a veces le piden cosas, y tiene que estar dentro del día haciendo esas cosas, y entonces como que tampoco me ayuda mucho.

Entrevistador: ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Cocinaaar, jajaja osea me gusta cocinar, pero por ejemplo eso de todos los días no saber qué hacer me complica jajaja o después hacer el aseo, porque tengo un perrito, entonces tengo que estar limpiando el patio, y a veces digo, ahh me gustaría dejar todo así porque estoy cansada, pero no se puede.

Entrevistador: Después de cocinar, que haces?

Sujeto: Tengo que lavar la loza y dejar todo limpio jajaja

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Yo creo que físicamente, osea yo ya he tenido varios problemas en la columna, debido al cansancio, al estrés, osea me ha dado lumbago tensional, pero yo creo que es porque estoy cansada nomas, pero si descanso se me pasa. Pero yo creo que es eso, cansancio mental igual porque a veces pienso, ahhh no quiero levantarme pero tengo que hacerlo, porque osino nadie lo hará.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Bueno, a mi hija le afectó más, de hecho ella está con psicólogo porque ella no entendía por qué yo no quería jugar con ella. Ella no entendía cuando le decía que la mama estaba cansada o a veces le decía, hija déjame tranquila por favor, pero ella no entendía él porque, hasta que la psicóloga le comentó que la mamá llegaba cansada del trabajo, y que ella tenía que ayudarme hacer su mochila, ordenar su colación, ayudarme alimentar a la perrita y sobre todo le explicaba que su papa no estaba y que eso no era malo, porque ella creía que el papa se iba, entonces ha sido todo un proceso explicarle que él estaba trabajando porque no encontró algo mejor y hay que vivir así. Así que nos costó eso, a ella como que fue a la que más le afectó el tema, hasta se puso rebelde en un momento.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Lo mismo po, el cansancio, cuando tuve lumbago, el estrés también que tuve y sobre todo el cansancio mental

Entrevistador: Esto ha generado algún conflicto en su vida?

Sujeto: Mira acá en el trabajo nunca me han dicho nada, de que ande de mal humor por ejemplo ni nada, de hecho como que aquí mismo un doctor me dijo, esta niña siempre anda feliz jajaja. Sin embargo ellos no saben que yo llego a mi casa cansada totalmente y no quiero nada po, sobre todo el dolor de cabeza, que a veces no lo aguanto, pero estoy segura que es netamente estrés, porque yo antes trabajaba en otro lado y era más pega y ahí decidí salirme mejor de la otra pega porque no daba más, no daba abasto, era mucho.

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Ehh, no, osea, es que a mí me gusta venir a trabajar realmente y me gusta estar en la casa igual, pero a veces digo ya chao me voy acostar porque estoy cansada, y en esos momentos me he enojado con mi hija, le digo ya acuéstate y quédate dormida luego que estoy cansada y desde esa actitud que tuve, decidí pedir una hora al psicólogo para que nos ayudarán, y así ella entendiera lo que a la mamá le estaba pasando, porque no me puedo desquitar con ella.

Entrevistador: Ha tenido que solicitar alguna licencia en paralelo?

Sujeto: No, gracias a dios no, pero es netamente porque pedí ayuda a un psicólogo para afrontar todo esto con mi hija. Osino ya estaría con licencia hace rato jajaja

Entrevistador: Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Siii, sii, todo el tiempo, de hecho ya estoy pensando que llegaré hacer de almuerzo jajaja, que tengo que llegar hacer aseo, a limpiar el patio y todas esas cosas.

Entrevistador: Perfecto, ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo/a se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Mira, ahora me complica porque, tengo que estar pidiendo quien me la va a buscar o quien me la ve un ratito, nunca así, ando dejándola en todas partes, pero si tengo que organizarme, por ejemplo llamo a mi mama y le pregunto qué turno tiene y si me la puede ver un ratito, o a mi tía o a mi abuela, pero generalmente no me gusta eso de estar molestando, de hecho el otro año va al colegio y va a salir más temprano y ya estoy pensando que es lo que voy hacer y ya estoy pensando en el otro año jajaja. Porque ella aquí en el jardín aunque se pague un poco más por la extensión horaria, me acomoda,

pero por ejemplo el otro día se enfermó y de verdad me complica porque no tenía quien me la fuese a buscar..

Entrevistador: Y en esos momentos como se organiza? Pides permiso en tu trabajo?

Sujeto: No, nunca pido permiso acá, pero le he dicho a la tía que tratara de darle agüita, que la mantenga tranquilita lo que más pueda hasta que me consiga quien la vaya a buscar, o yo salir un poquito antes para no molestar. Porque no me gusta pedir favores porque al final todos te dicen, si, si, y después pucha es que no puedo, entonces realmente prefiero organizarme yo con mi pareja y ver como lo hacemos.

Entrevistador: Te ha complicado en ocasiones contar con el apoyo solo de una persona?

Sujeto: Es que es complicado, porque el apoyo igual es a medias por que el igual trabaja de noche. Y es ahí cuando mi mama me dice, hija yo te la veo no tengo problemas, pero ella también trabaja con turnos entonces si no coincide no me sirve mucho, aunque igual valoro su intensidad jajaja.

Entrevistador: Perfecto, y en el trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Buenas, siempre nos hemos llevado super bien.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Si, las tardes protegidas, que son una vez al mes y dura de las 3 de la tarde a las 5. Y ahí ponen películas o hacen baile entretenido, o la feria de las pulgas, osea puras actividades recreativas jajaja

Entrevistador: Considera que está bien que sea una vez al mes y en ese horario?

Sujeto: Mira es super poco, pero la verdad es que nos sirve y nos ayuda bastante a distraernos, de hecho esperamos la tarde protegida con mis compañeras y decimos que rico hoy es la tarde protegida y nos cambia hasta el ánimo jajaja Pero si es poquito, podría ser más jajaja

Entrevistador: Por último, ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Nada, no nada, no salgo nada.

Entrevistador: No tiene algún tiempo a solos con su pareja tal ves?

Sujeto: No, es que soy muy aprensiva, de hecho mi mama me ruega que se la deja algunos días o fines de semana para salir, pero yo no, le digo no mamá si no quiero salir,

no me gusta, pero si estando los 3 en la casa salimos el fin de semana, y ahí vamos al mall a ver películas o a comer algo rico.

Entrevistador: Pero dedicas algún momento para ti?

Sujeto: No jajaja no nunca, pero es netamente porque los dos somos más de casa. Y cada vez que hacemos planes lo hacemos los 3, porque los dos somos super aprensivos con la Trini, no nos gusta dejarla encargada en ninguna parte. Sin embargo el otro día salimos los dos a ver esta película que dura 3 horas de los Avengers y me sentía super culpable, por haberla dejado encargada, y pensaba tal ves que estará almorzando ahora y nosotros comiendo cositas ricas, que malos padres somos, como que con mi pareja nos sentimos culpables y decidimos no salir sin ella nunca más hasta que crezca jajaja

Entrevista y Transcripción Sujeto 7

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Técnico en Farmacia

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Ehh, despachar medicamentos, y mi horarios es de 8 a 5.

Entrevistador: Qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Soy mamá jajaja 24/7

Entrevistador: Se va de aquí, directo a la casa?

Sujeto: Si, a la casa, los días que no tengo turno.

Entrevistador: Los días que no tiene turno? Me podría explicar en qué consiste?

Sujeto: Si porque hay días, como lunes, miércoles y eventuales viernes que tengo turnos extras, entonces ahí tengo que quedarme acá y después me voy.

Entrevistador: Como turnos? En que horarios son los turnos?

Sujeto: De las 5 a las 8

Entrevistador: Perfecto, a ver si comprendí, su horario laboral es de lunes a viernes de 5 a 8 de la tarde y cuando realiza turnos extra es de las 5 hasta las 8, es correcto?

Sujeto: Exacto.

Entrevistador: ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Mmm no mucho en verdad, solo el tema de que tiene que trabajar acá en el trabajo, trabajo remunerado valga la redundancia y en la casa seguir trabajando po.

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: (Silencio) Si no los hago yo... Quien los hace?

Entrevistador: Pero considera que es algo que se debe hacer?

Sujeto: Si, por supuesto, a mí me gusta mantener siempre mi casa limpia y ordenada, lo malo es que no me alcanza el tiempo y ahí es cuando me estreso.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Son, nose po de repente hago como 2 a 3 horas cuando uno sale de acá y es re poco el tiempo que uno tiene para los hijos, ya que uno llega hacer las cosas nomas, para poder dormir tranquila.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Todooo, cocinar, lavar, lavar loza, hacer el aseo jajaja todo en realidad.

Entrevistador: ¿Con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Con el Papá de los niños... (Silencio)

Entrevistador: Con el papá de los niños?

Sujeto: Si, por ejemplo yo puedo cocinar y el hace el aseo. De hecho como que uno cocina, el otro lava la loza, se encarga de las piezas y el baño y así nos tratamos de distribuir las cosas, aunque no tenemos nada definido ni establecido. Pero él como que me ayuda un poco nomas, por que como te dije yo hago todo en la casa.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Es que así como estamos, yo creo que está bien equitativo porque vamos como intercambiando o a el de repente le tocaba lavar el baño, a mí me toca cocinar, y así viceversa, además ambos trabajamos.

Entrevistador: ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Cuando los niños se enferman.

Entrevistador: Cuando se enferman?

Sujeto: Si porque ahí no tengo quien me los cuide po, sobrecargo a mi abuela

Entrevistador: Ahh su abuela, ella es quien le cuida a los niños cuando se enferman.

Sujeto: Si, ella me ve a los niños

Entrevistador: Perfecto, pero que es lo que menos le gusta hacer en la casa por ejemplo...

Sujeto: El aseo, 100%

Entrevistador: Lavar la loza, eso es lo que más le complica? U otra cosa? Cocinar?

Sujeto: No, cocinar no me complica tanto, porque hago algo rapidito para los niños, es más el tema del aseo

Entrevistador: El aseo más que todo...

Sujeto: Si, trato de hacerlo así profundo, sábado, domingo, y el día en la semana mantener po.

Entrevistador: Claro, la idea es mantener en la semana...

Sujeto: Si, Pero con los niños puf es difícil, difícil, por los juguetes, los lápices, todo.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Uuuu mucho, estresante.

Entrevistador: En qué sentido estresante?

Sujeto: En que a veces llega a ser insostenible compatibilizar estas dos labores.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Lo que pasa es que en este tema de la doble presencia hay re poco conocimiento, entonces hay gente que acá en el trabajo no entiende y muchas veces no acepta el que uno sea trabajadora y a la vez mamá.

Entrevistador: Lo naturalizan...

Sujeto: Si, como que es algo normal que tiene que hacer la mujer, lo estigmatizan, porque por ejemplo, no se po, uno entra a un trabajo y si está en edad fértil, al tiro la condenan y no es la idea.

Entrevistador: Claro, por eso es super importante, que la gente se interiorice respecto a este tema, sobre todo los hombres, que son los jefes acá en el Cesfam.

Sujeto: Si, sería la idea, pero es complicado.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Estrés y cansancio mental totalmente

Entrevistador: Estrés y cansancio mental en qué sentido?

Sujeto: En que, por ejemplo ahora mismo, yo tengo a mi hija enferma, tengo que estar acá y pensando en la casa, que tengo que llegar a verla, como se sentirá, estará comiendo etc.

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: De repente como nosotros entregamos fármacos, si me ha tocado alguna vez de todo el tiempo que llevo acá, entregar un medicamento mal, y es netamente porque estoy pensando todo el tiempo en la casa, gracias a dios ha sido solo una vez.

Entrevistador: Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Si, por supuesto todo el día

Entrevistador: ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo/a se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Permiso no más po, si estas en el trabajo hay que pedir permiso nomas po, en la casa uno tiene que cumplir y más si es que un hijo se enferma, y ahí tratar de jugar con los tiempos, porque mi abuela me ayuda algunas veces, pero si se enferman y necesitan de cuidados mis hijos, yo pido permiso.

Entrevistador: En el trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Buenas, no tengo ningún problema con ellos, en cuanto a permisos tampoco.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Si pero nosotros estamos como al margen de eso, no. Podemos compartir mucho por el tema, de que igual acá es una unidad crítica.

Entrevistador: Pero tienen algún beneficio o alguna jornada recreativa para las funcionarias?

Sujeto: Paseo? Si, si a fines de año, siempre se hacen los paseos para todos los funcionarios del Cesfam, y a los niños también por ejemplo en noviembre se les da la fiesta de navidad como se les llama, y los llevan al mampato. Ahora para nosotras hay tardes protegidas, pero como le dije nosotras no participamos mucho, porque el tiempo igual.

Entrevistador: ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Ninguna casi po, con suerte yo creo que media hora para mí, y si es que jajaja

Entrevistador: Media hora, pero en el día?

Sujeto: No, 1 vez a la semana, porque mi vida es del trabajo a la casa y de la casa al trabajo siempre.

Entrevista y Transcripción Sujeto 8

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Yo soy técnico en enfermería, de un sector, en donde tengo que controlar a los pacientes.

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Trabajo de 8 a 5 de la tarde de lunes a viernes, bueno aunque el viernes es hasta las 4. Aquí nosotras controlamos a los pacientes, agendamos horas de repente.

Entrevistador: A qué se refiere con que controlan a los pacientes?

Sujeto: Me refiero a que les tomamos los signos vitales, controles de presión arterial, peso, y talla, para así luego entregarles las fichas a los profesionales que los atenderán

Entrevistador: Qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Ahh me voy al tiro a la casa, porque tengo que ir a buscar a mi hijo que llega en furgón, así que tengo que ir a esperarlo.

Entrevistador: Inmediatamente después del trabajo?

Sujeto: Si

Entrevistador: Perfecto, ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Bueno, eso que hay muchas mujeres que tienen problema en el trabajo por problemas en la casa de repente, por ejemplo no tiene tal vez con quien dejar a su hijo y les afecta mucho eso.

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Se hacen super pesados... sobre todo cuando uno trabaja, porque uno llega cansada, agotada, y lo único que uno quiere es descansar y compartir más tiempo con el hijo po, compartir con él y a veces uno tiene que hacer las cosas de la casa y no se puede.

Entrevistador: Efectivamente, es una doble labor de trabajar en la casa y en su trabajo...

Sujeto: Sipo, entonces no hay tiempo ni ganas para llegar a jugar, cuando hay tantas cosas que hacer en la casa.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Mira, mmm yo llego, lo bueno es que como vivo con mi mama, igual siempre tiene cosas hechas, entonces yo llego ehh recibo a mi hijo, hago un poco de aseo y ordeno, pero como 1 hora al día.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Llego, ordeno un poco la casa, y tengo que lavar la loza.

Entrevistador: Ok, Con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Con mi mamá, vivimos más personas en la casa, pero las que hacemos las cosas somos mi mama y yo. Ella se encarga de la cocina y yo del aseo general, los baños los hacemos a media.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Ahh con todos, osea con toda la familia, mi papa es super flojo y no hace nada, y nos ayudaría mucho si aportara en la casa

Entrevistador: Consideraría que sería menor su carga?

Sujeto: Si, por supuesto

Entrevistador: ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Que uno pierde tiempo, osea yo pierdo tiempo en hacer otras cosas con mi hijo.

Entrevistador: Pero que es lo que menos le gusta hacer en su hogar?

Sujeto: Además de lavar la loza, no me gusta hacer las piezas jajaja, me carga.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Pucha igual afecta, porque uno de repente está ehh, ya más cansada, entonces la relación con el hijo y con las otras personas también se ve afectada, como que uno anda más sensible, más enojona, tienes menos paciencia.

Entrevistador: Claro, ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Mira de repente con mi papá, discutimos porque donde es flojo, ahí se generan las peleas...

Entrevistador: Pero es netamente porque usted quiere que él ayude en la casa?

Sujeto: Sipo, porque aparte que él dice que llega cansado, pero no es el único que trabaja

Entrevistador: Perfecto, ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Mira yo estuve igual con tratamiento con psicólogo, y médico, y estuve con licencia. He dejado de lado igual ese tratamiento

Entrevistador: Pero porque dejó el tratamiento?

Sujeto: Porque me daba lata igual aquí, seguir con licencia y no pude completar mi tratamiento porque no he ido más a control.

Entrevistador: Y por qué motivo no ha podido ir más a control? Por falta de tiempo o de apoyo?

Sujeto: Es que de repente, como mi hijo llega a la 6, mi papa a veces se atrasa en el trabajo y no tengo quien lo reciba, entonces mi hermana igual llega tarde y tendría que ir a la casa a recoger a mi hijo, y no alcanzo, entonces es por un tema de tiempo.

Entrevistador: Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Si igual, todo el día, lo que hay que hacer después al llegar a la casa, trabajar nuevamente jajaja

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Ehh, yo creo que eso mismo, el haber estado con licencia, porque por las mismas relaciones que habían en mi casa, osea las malas relaciones, también me afectó aquí y no podía sobrellevar las dos cosas, y estuve muy sobrecargada con todo.

Entrevistador: Agotada...

Sujeto: Siii super...

Entrevistador: ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo/a se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Lo bueno es que mi mamá trabaja en las tardes, entonces de repente si ella está en la casa yo lo puedo dejar con ella, que ella lo cuide, y yoirme rápido de acá y ella llegar más tarde al trabajo y ella ahí me tendría que esperar. Y en caso de no tenerla, ahí tendría que pedir permiso, porque ella es como el apoyo principal que yo tengo.

Entrevistador: En el trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Super buenas, tenemos buena comunicación y nos llevamos todos bastante bien.

Entrevistador: Perfecto, Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Si, de repente hacen las tardes protegidas, si, igual son entretenidas, ahí uno comparte con el resto.

Entrevistador: Y esas actividades cada cuanto tiempo son?

Sujeto: Son una vez al mes, de dos horas.

Entrevistador: ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Pucha a ver, un día, así como un fin de semana, osea un sábado o un domingo, mi hijo también se va con el papá, entonces ahí aprovecho de hacer mis cosas, porque en la semana es difícil jajaja

Entrevistador: No hay probabilidades en la semana?

Sujeto: No jajaja tendría que ser fin de semana por medio

Entrevistador: Entonces serían 4 días al mes que podrías utilizarlos netamente en ti?

Sujeto: Si, aunque siempre hay cosas que hacer en la casa jajaja, nunca es 100% el tiempo para una misma.

Entrevista y Transcripción Sujeto 9

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Soy trabajadora social

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Mi horario laboral es de 08:30 a 17:30 horas de lunes a jueves y el viernes hasta las 16:30 horas. Y las funciones que realizo, eh soy asistente social, entonces realizo atenciones individuales, diversos casos, familias, hago visitas domiciliarias, estoy encargada de un programa de pueblos indígenas, hacemos análisis de casos, y muchas otras funciones jajaja. Ahh y además a veces subrogo la coordinación del sector.

Entrevistador: Ahh bastante, podría contarme un poco respecto a qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Ehh bueno paso a buscar a mis hijas que después del jardín y el colegio están al cuidado de mi abuela y las paso a buscar, compartimos un rato con mi abuela y de ahí directo a la casa, al segundo trabajo jajaja

Entrevistador: ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Bueno, yo lo vivo po, la doble presencia generalmente es estar 24/7 no tiene un horario establecido, osea en el trabajo es más establecido pero en la casa, uno tiene que hacer miles de funciones y uno no tiene un horario, es no tener descanso.

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Ahh me considero pésima dueña de casa jajaja, eh porque igual son hartas cosas que, bueno es difícil compatibilizar con el trabajo además. Entonces como que igual me estreso generalmente en donde no puedo cumplir una función, entonces me cuesta un poco eso de organizarme, porque uno ya viene con una visión de su familia, que esto es así y así, y uno tiende lamentablemente hacer comparaciones, y es ahí donde como que uno se frustra un poco, pero trato de hacer lo posible con los tiempos que hay.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Buu, desde que llego, a ver... llego a mi casa tipin 8 ya, A las 7 u 8 de la tarde llego a la casa y de ahí no paro hasta como las 23:30 o 00:00.

Entrevistador: Y luego se acuesta?

Sujeto: Si, me acuesto, pero me levanto muchas veces, porque mi hija es chiquitita aún y despierta varias veces y nos turnamos con el papa, porque yo me canso.

Entrevistador: jajaja Claro, pero es netamente porque ahora está embarazada jajaja

Sujeto: jajaja Estoy esperando una tercera niñita, Así que hay uno... bueno menos mal que no soy tan buena para dormir, porque osino ahí estaría colapsada y sería una vieja mañosa.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Ehh nos dividimos en realidad, es como que yo soy la que designa funciones jajaja porque osino a nadie se le ocurre, así que al final uno tiene que organizar la casa. Pero lo que sí siempre hago es cocinar, bueno en realidad tuve que aprender a cocinar porque no sabía, en realidad todavía no se jajaja pero hago cosas comibles. Y por ejemplo nose, uno se pone a lavar y le digo a mi marido, puedes sacar tú la ropa, él la guarda, bueno la trata de guardar bien porque a veces se equivoca, mi hija mayor pasa la escoba, me ayuda con esto o con otra cosa, hija por favor saca la basura y ahí como que el momento uno dice que hay que hacer, porque más bien, si de repente puedo hacerlo todo yo, no le pido nada a nadie. Porque uno se cree como super héroe jajaja

Entrevistador: jajaja como que lo puede hacer todo...

Sujeto: jajaja claro, aunque la mujer siempre puede hacer todo jajaja, Pero a veces cuando veo que mi hija chiquitita está muy demandante, les digo, oye hagan ustedes esto, mientras yo hago lo otro y ahí nos coordinamos. Pero lo que sí está fijo, es que yo cocino. Mi marido el fin de semana a veces dice yo hago un asado y él prepara eso.

Entrevistador: ¿Con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Ehh con todos, yo tengo una hija igual de 12 años, así que igual le pido que me ayude...

Entrevistador: Su hija mayor, más su marido cierto?

Sujeto: Bueno y a la chiquitita igual jajaja le dejamos algo... Así como tú ordenas los juguetes, o tú andaba a buscarme esto, o anda a dejarle esto a tu hermana, nosotros igual le estamos inculcando eso, que creo que ahí mi mama y mi abuela, yo creo que cometieron un pequeño error en la crianza de no dejarnos como el hábito jajaja. Porque finalmente uno no tiene como ese hábito de hacer una cosa u otra y al final como que la mamá hacía todo.

Entrevistador: Claro, crear diversos hábitos, como los del baño, los dientes, el estudio...

Sujeto: Nooo y que entiendan que los niños igual son parte de la familia y que tienen un rol activo de cooperar en la casa, es como que el niño, bueno en realidad mi familia de

origen como que los niños juegan nomas, pero nunca fue así como que ellos también tienen que ordenar, si dejan desordenado, o que saquen su plato, porque cuando chicos nosotros no hicimos eso, entonces después cuando uno ya es mamá se da cuenta del peso.

Entrevistador: Pero cuando ya es mamá jajaja

Sujeto: Claro, antes no... y por eso lo estamos haciendo con las niñas para que todos aporten.

Entrevistador: Super, ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Ehh yo creo que... a medida que uno tenga la habilidad para hacer las cosas, porque por ejemplo, yo asumo y aunque me carga cocinar, yo sufro con eso, como que digo ohh tengo que cocinar hoy día y para mañana, pero sé que yo igual, algo sé hacer, entonces yo no le voy a decir a mi marido, cocina tú, porque yo sé que no le va a resultar y al final vamos a terminar en conflictos y peleas y si se pone hacer, yo lo voy a estar retando, porque aparte como que uno es bien critica, entonces como que las funciones se reparten a medida de la habilidad que tenga el otro, si es más rápido para esto, ya le voy a decir a él mejor que vaya a comprar, nose... él juega hartito con las niñas y las entretiene, entonces él va hacer tal cosa.

Entrevistador: Mientras usted está haciendo otras cosas...

Sujeto: Claro, mi hija la más grande, ya le puedo decir hija ayúdame a cocinar o le digo tú lava la loza o guarda las cosas, porque a mi hija de 2 años no le puedo pedir eso jajaja, pero entonces es de acuerdo a la edad y a la habilidad que tengan para hacerlo nos repartimos las funciones.

Entrevistador: Ok, ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Cocinaaaarr, osea yo soy re buena para lavar la loza, limpiar, soy buena, y por eso me frustró porque me gusta tener el aseo, todo limpiecito y ordenado todo, pero cocinar NO, odio cocinar jajaja

Entrevistador: Y lo tiene que hacer jajaja

Sujeto: Siii lo tengo que hacer porque hay que comeeeerrrr jajaja

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: Osea es que... las afecta obvio totalmente, pero por ejemplo yo lo voy a decir por mí, eh me afecta de que, no me pongo limites, entonces como que yo siento que mmm asumo el rol, de que tengo que hacerlo, de que tengo que organizarme, y me siento mal emocionalmente si no lo cumplo, siento como que estoy haciéndolo mal como dueña de casa, como que no estoy cumpliendo, aunque sé que no es así, porque no es que yo tenga que hacerlo obligatoriamente, pero hay como una presión social, que uno lleva arraigado desde chico que te hace sentirte mal. Porque obviamente, uno dice esto... "Si vienen a la casa visitas, que van a decir? Ohh tú mujer tiene todo desordenado, porque como que el hombre no puede hacer nada" o si vienen visitas yo trato de decir que vengán después de almuerzo porque no les voy a cocinar jajaja Porque yo digo van a criticarme mi almuerzo, entonces en eso me afecta, como emocionalmente y además que uno no se pone límites, entonces uno se desgasta y se desgasta y luego lo normaliza finalmente, entonces ya imagínate yo me quedo dormida a las 12, osea no me quedo dormida a las 12, si no que yo me acuuueesto a las 12 y eso para mí es normal. Porque yo jamás, hace mucho tiempo que no me acuerdo haberme acostado a las 10 de la noche, que eso sería normal para mi

Entrevistador: Claro, lo normal o ideal sería antes...

Sujeto: Si, además me levanto a las 6 de la mañana, entonces mis horas de sueño son pocas, y uno normaliza eso y es como... a ya está bien, es parte de lo que tengo que hacer y es normal. Entonces en eso afecta, que finalmente esto después te desgatai, te enfermai, ahh pero no te puedes enfermar!! NO, no entonces como que en eso te afecta.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: A ver... que uno deja de... uno se pone tan así de repente como, que tenemos que hacer esto, que uno deja de compartir familiarmente algunos momentos importantes. Nose, por ejemplo el fin de semana, como que es el único momento que yo me pongo a lavar o hacer el aseo general de la casa, porque igual uno llega tarde y si le mandan tareas a los hijos, uno además tiene que hacer las tareas, trato de que tomemos oncesita todos juntos, cenar juntos, entonces ya, vamos dejando cosas para el fin de semana. Entonces si hay alguna cosa familiar, el fin de semana, uno empieza... pucha es que no podemos porque hay que lavar, porque hay que hacer esto, que hay que arreglar lo otro y al final uno termina como peleando. Y uno como que no termina de hacer sus actividades sociales que son importantes, como la entretención, momentos de ocio o tirarse en el sillón a ver una película, uno eso lo va dejando para el final, entonces como que uno dice, no hoy día no podemos hacer eso porque hay que hacer muchas cosas, y al final como que uno va perdiendo esas cosas, uno no puede ir a ver a un amigo, o ya

dejas de ir a ver a algún familiar, porque estás pensando constantemente en “Ohh voy a llegar a la casa y hay que hacer tanta cosa”, entonces uno se estresa más.

Entrevistador: Perfecto, ¿Qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Por ejemplo...me cuesta mucho dormir, y yo creo que es donde me sume a este ritmo de estar todo el rato así, tengo como mecanizado todo el día andar pensando en que hay que hacer esto bla bla bla y me cuesta mucho quedarme dormida. Yo creo que eso es producto del estrés que conlleva asumir este rol activo de dueña de casa y de trabajadora, ya... de hecho yo siento que descanso más trabajando que estando en mi casa, porque yo por ultimo acá tengo un horario de entrada y de salida, pero yo en mi casa como que no sé a qué hora voy a terminar de hacer todo...

Entrevistador: Y ahora que está embarazada, está pronta a salir de prenatal...

Sujeto: Siii, y todos me dicen vas a descansar...y yo les digo nooo si tengo que organizar tantas cosas, no hemos comprado nada, ni siquiera le he arreglado el bolso jajaja. Pero eso en el tema de físicamente y también en la relación familiar igual es estresante porque de repente uno anda más irritable, porque duerme poco, porque de repente uno igual dice, pucha ohh tengo que asumir todo yo y a nadie se le ocurre.

Entrevistador: Bueno y las hormonas jajaja

Sujeto: También las hormonas jajaja pero en todo caso esto es siempre no solo ahora que estoy embarazada, siempre es la misma dinámica. De hecho uno piensa que el otro tiene que ser igual de proactivo que uno y no es así po. Si igual depende de tu crianza, depende de todo, entonces ahí también se generan roces, y eso también dificulta la relación familiar.

Entrevistador: Totalmente, ahora me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Ahh una situación específica?

Entrevistador: Si...

Sujeto: Ehh nunca he tirado licencia por ejemplo jajaja. Pero una vez me pasó no hace mucho, que fui al psicólogo porque estábamos planificando el embarazo y yo no me sentí capaz, así psicológicamente como para asumir ese cambio hormonal jajaja, ehh y si tuve un estrés horrible, justo ocurrió que llego un hermano mío a vivir a mi casa, entonces también cambió la dinámica, pero junto con eso también fue que se sumaron otras funciones que tuve que asumir yo, porque como digo, como que uno se cree que la

puede hacer todas, entonces ahí comencé a colapsar, y me vi que estaba demasiado, pero demasiado estresada... en la noche me quedaba dormida pensando en las cosas que tenía que hacer al otro día, Y ahí dije NO, esto no es normal, como que mi cerebro no dormía, entonces yo sentía que mi cerebro pensaba toda la noche, que me tenía que levantar temprano, tenía mucho miedo de quedarme dormida, tenía terror de quedarme dormida, y de que pasaba a dejar a las niñas tarde, que llegaba tarde al trabajo, de que iba a estar cansada en el trabajo, también me vi, en un tiempo antes de quedar embarazada, me vi, que no estaba rindiendo bien en mi trabajo, porque me daba mucho sueño y me distraía muy rápido. Entonces yo empecé asociarlo, de hecho ahí fui al psicólogo y me dijeron que claro, que estaba como sobre revolucionada jajaja y que tenía que ponerme límites, y que uno en la medida en que pueda tratar de hacerlo, pero no siempre se puede po, si igual hay hartas cosas que no se pueden dejar de lado. Y ahí me ocurrió eso, que fue antes de quedar embarazada, pero menos mal que ahí traté de resolver algunas cosas y tratar de organizarnos mejor...

Entrevistador: Osea le sirvió...

Sujeto: Si claro...me sirvió bastante eso sí. De hecho cuando uno lo verbaliza, se comienza a dar cuenta, de que estoy haciendo todo esto, que soy pava y al final uno también no ayuda mucho con eso.

Entrevistador: Claro, cuando está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Siii, todo el día jajaja de hecho antes de que entraras tu yo estaba llamando a mi abuela para preguntarle si mi hija había almorzado, si se había tomado la leche, justo hoy día no tuvo jardín, entonces ese es otro tema, cuando no tiene jardín con quien la dejo, no quiero molestar a otros, no quiero estar pidiendo o faltar yo, entonces pucha me da lata molestar a mi Lela encargársela, y todos me dicen nooo déjala aquí, pero igual yo digo pucha es el tiempo del otro, un niño igual chiquitito demanda tiempo, hay que levantarse bien temprano, entonces igual no me gusta mucho molestar al otro...

Entrevistador: Pero a veces lo necesita...

Sujeto: Claro y hay que hacerlo, y uno ahí está, llamando todo el día por teléfono jajaja, así que en el trabajo generalmente estoy todo el día así, pensando en la casa.

Entrevistador: Perfecto, ahora para complementar la pregunta anterior ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo/a se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Uhh eso es terrible, es terrible, de hecho tengo a mi hija chiquitita que es media enfermiza, ya, entonces hace dos semanas atrás, estuvo con licencia 2 semanas...

Entrevistador: Dos semanas...

Sujeto: Sí, porque estuvo con el síndrome bronquial obstructivo, y mi hija además tiene riesgo de desnutrición, entonces yo decía... "ya que hago" mi abuela es adulto mayor, entonces igual a mí me da nose que ir a dejársela a su casa, aunque casi se ha criado ahí, pero igual no me gusta molestar, aparte que si está enfermita son otros cuidados, y uno siempre quiere estar con su hijo cuando está enfermo, entonces al final me pedí unos días de vacaciones, tenía unos días de administrativos y ahí trate de coordinar, compatibilizar ahí con mi hermana, por ejemplo un día mi hermana tenía turno de tarde entonces ahí me ayudaba un poquitito y ahí con mis redes familiares nomas. Porque no hay otra forma, y uno tampoco puede faltar porque también hacen falta las lucas, entonces es complicado.

Entrevistador: Perfecto, para continuar con el trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Muy buenas, super buenas, en ese sentido no tengo ningún problema, mi jefa es super flexible y cuando tengo algún problemita, por ejemplo mi hija está acá cerca del Cesfam entonces, el jardín queda cerca, el colegio cerca, entonces cualquier eventualidad yo pido permiso y devuelvo horitas si es que hay que devolver, pero no, no tengo problema.

Entrevistador: Usted cree que influye en algo que su jefa sea mujer?

Sujeto: Siii, me entiende super bien, porque incluso hablamos y ella dice, nooo yo cuando los niños estaban chicos también tenía que hacer esto y lo otro, entonces yo creo que muchas nos entendemos en ese sentido.

Entrevistador: Super, existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Osea, lo que hay es que están las tardes protegidas, que en realidad es poco para ser una vez...

Entrevistador: Una vez al mes?

Sujeto: Si, una vez al mes, pero yo lo que considero es que al final uno instaura esto de cómo, tener un espacio de liberarse un poco y hacer catarsis en la hora de almuerzo jajaja, que es como sagrada para nosotras, mi circulo de compañeras de trabajo con las que almuerzo, tiramos la talla, somos todas mamás, nos contamos las cosas que nos pasan y ahí lo pasamos super bien. Como que nos liberamos un poco, nos reímos y hacemos catarsis de repente. Pero ese momento para nosotras de verdad que es de relajó y de liberarnos un poco jajaja.

Entrevistador: Claro, que viene siendo una hora diaria...

Sujeto: Claro, 1 hora, pero eso es lo que uno instaura, porque no es algo que está establecido en el Cesfam, no es como la hora diaria para hacer catarsis y nooo, está dentro de tu horario de colación y es tú horario protegido, aunque hay personas que a veces no almuerzan por tanta pega, por eso es cosa de cada uno.

Entrevistador: Claro, porque igual debe ser poco solo una tarde protegida al mes o no?

Sujeto: Si, obvio, no es nada, y aparte con todo lo que uno ve, por ejemplo en mi caso, osea bueno los otros profesionales cada uno ve sus cosas, pero en el caso por ejemplo social y psicológico, estamos escuchando problemas, personas con altos índices de vulnerabilidad, entonces como que uno más está así como viendo mil cosas, y quieres resolver todo, pero entonces ahí uno también se queda con toda esa energía, preocupados también, por eso es bueno comentarlo con los compañeros y ahí un poco hacer catarsis jajaja.

Entrevistador: Perfecto y por último, ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Uhh, es que si tú me preguntai eso, te lo juro que nose como contabilizarlo, porque mira ehh, ponte tú la semana pasada, vi una película, me senté, pero eso significó dejar de lado muchas de las cosas de la casa y al otro día claro, me iba a salir más pesado, pero al otro día íbamos a estar todos jajaja. Por ejemplo mi marido trabaja los sábados, entonces como que los sábados me llevo toda la tarea completa con mi hija, entonces cuando él llego también cansado, me dijo ya no hagamos nada y veamos una película y fue como casi así... nooo es que... A ya veamos una película jajaja. Pero hace mucho rato no hacíamos eso, de hecho fue el momento, y sin interrupciones porque estábamos con la niña y se quedó dormida menos mal y pudimos descansar un rato...

Entrevistador: Dos horas...

Sujeto: Siii dos horas, y eso hace mucho rato que no pasaba, pero no es como...

Entrevistador: Como que usted vaya a la peluquería o se dedique a usted?

Sujeto: Nooo, si de hecho tengo que coordinarme para esas cosas , como uiii un día que pase tal cosa, un día que tenga que ir a una reunión al centro, ahí voy aprovechar de hacerlo jajaja. Pero no es algo que yo tenga programado así como todos los meses. Es como que uno va buscando las instancias, y por eso te digo uno las cosas de recreación y autocuidado las va tirando pal último, y eso es un gran error que tenemos, porque eso debiese de ser lo primordial para que eso sea el motor para seguir, pero uno

lamentablemente está al revés, lamentablemente, es como los espacios que quedan uhh... Yo imagínate los espacios que considero míos, cáchate algo super épico, que yo siento que es como mío? Es cuando me voy a duchar, es como yaaa, porque ni siquiera ir al baño, porque mi hija está mamá, mamá, mamá apurando, pero cuando me voy a duchar yo dejo la puerta abierta y mi hija entra pero cuando yo me estoy duchando ella no molesta, no me insiste, porque sabe que es mi espacio, nose como, pero sabe que es mi espacio jajaja. Entonces yo ahí... uiii ese es mi espacio como de autocuidado jajaja.

Entrevistador: jajaja 10 minutos al día...

Sujeto: Claro, jajaja más encima que uno no puede demorarse tanto, porque hay que ahorrar, hay que cuidar el medio ambiente y todo eso jajaja

Entrevista y Transcripción Sujeto 10

Entrevistador: Cuál es su cargo dentro del Cesfam?

Sujeto: Soy Enfermera

Entrevistador: Cuáles son sus funciones dentro del Cesfam y que horario laboral posee?

Sujeto: Control sano, de lunes a viernes de 08:00 a 17:00 horas.

Entrevistador: Qué hace usted después del término de su jornada laboral?

Sujeto: Ehh, bueno saliendo de aquí, me voy volando a buscar a mi hija al jardín, después nos vamos a la casa, y le reviso la mochila, su libreta, y comienzo a preparar algo para la once, aunque antes de eso, ordeno un poco la casa, cierro las ventanas, ya que estuvieron todo el día abiertas ventilando, y estiro la cama.

Entrevistador: Y es todos los días lo mismo?

Sujeto: Si la mayoría de las veces, aunque hay veces en las que me atraso un poquito, viendo temas pendientes, como por ejemplo en caso de que una mama llegue tarde con su hijito y no hayan más horas con la enfermera, igual hago una excepción y lo atiendo, entonces en esos momentos tengo que pedirle a mi mama o hermana que trabajan cerca del jardín de mi gorda, si es que la pueden ir a buscar y luego yo la paso a buscar a su casa, aunque su casa está al lado mío jajaja porque somos vecinas y eso me alivia la vida completamente jajaja.

Entrevistador: Super, ¿Qué conoce usted por el fenómeno de doble presencia?

Sujeto: Ehh bueno, es como estar en dos lugares a la misma vez o no? Así lo entiendo yo, que es como estar acá trabajando y pensando en lo que tengo que llegar hacer a la casa, de hecho había escuchado este término en una jornada del trabajo.

Entrevistador: Y que había escuchado respecto a este fenómeno?

Sujeto: Eso po, el compatibilizar estas dos labores, de hecho tenemos un diario mural afuera del casino y no sé qué me dio por mirar y estaba expuesto este fenómeno y como tratarlo, diciendo que habían equipos de profesionales que nos podían ayudar en caso de que alguien estuviese pasando por algo así... pero es obvio que todas las mujeres o la mayoría pasamos por eso, pero nadie o casi nadie tiene el tiempo como para ir a verse, aunque yo una vez lo hice... pero te cuento más adelante jajaja.

Entrevistador: Qué opina usted respecto a los quehaceres del hogar?

Sujeto: Buu, que es algo que se tiene que hacer... aunque puede esperar a veces jajaja

Entrevistador: En qué sentido se puede esperar?

Sujeto: En que por ejemplo, eché a lavar el día domingo y en la tarde colgué la ropa, al otro día se supone que la tengo que recoger, pero a veces no la recojo jajaja y la dejo colgada un día más, con tal si necesito algo muy urgente voy y lo descuelgo jajaja aunque no es siempre es solo algunas veces, o también cuando descuelgo la ropa la dejo en el sillón y no la ordeno al tiro, si es que tengo que hacer muchas cosas y mi pareja no ha llegado y la niña me demanda mucho tiempo, dejo eso de lado, a eso me refiero con que puede esperar.

Entrevistador: ¿Cuánto tiempo dedica a las labores del hogar?

Sujeto: Pff, desde que llego, entro a la casa y ya estoy ordenando, mi hija deja la mochila y empieza a jugar con sus juguetes, entonces ahí ya me está quedando la escoba, porque tiene un canasto con juguetes y los da vuelta todos jajaja. Entonces mmm yo llego y comienzo a cocinar, hago la cama, limpio un poco el baño y luego me dedico a mi gorda, entonces al final del día quedo agotada, muerta. Mmm yo creo que deben ser 4 horas diarias.

Entrevistador: ¿Qué parte del trabajo doméstico-familiar le toca realizar a usted?

Sujeto: Todo jajaja, bueno lo que más hago es cocinar, lavar la ropa, a veces hacer la cama, como la mayoría en realidad, es que depende igual mucho de a qué hora salga mi pareja del trabajo, porque a él igual le tocan ciertas tareas.

Entrevistador: Complementando lo anterior, con quién y cómo se distribuyen las tareas del hogar?

Sujeto: Bueno, con mi pareja... aunque igual no es mucho aporte siempre jajaja Yo me encargo de la cocina por ejemplo y él de ir a comprar, o de estirar la cama, pero eso me carga por ejemplo... en el sentido que estira la cama pero veo que queda colgando el cobertor más de un lado que del otro, entonces ahí me enoja, soy bastante perfeccionista, y sé que a veces no es bueno, pero pienso que si va hacer algo, que mínimo lo haga bien, osino terminamos peleando. Entonces como que me ayuda, pero es todo a medias, otro caso es como cuando lava la loza, ahí la deja...por qué no la ordena al tiroooo... Uhh eso me estresa jajaja Pero dentro de todo, tratamos de organizarnos bien, de hecho mi mamá siempre me dice, hija no seas tan pesada, si él también está ayudando no seas tan exigente jajaja y es que soy tan enojona jajaja.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que deberían repartirse las tareas del hogar?

Sujeto: Ehh igualmente po, como debiese de ser... en mi caso, las tareas son bastante equitativas, pero es netamente porque si no se hacen a mí me dan los 5 minutos jajaja. Por ejemplo yo vivo en un departamento de 2 pisos y con mi pareja nos dividimos... él el piso de arriba, osea las piezas y el baño y yo abajo, la cocina y el living, más la niña obviamente, porque está todo el día mamá quiero esto, quiero esto otro jajaja. Pero dentro de todo tratamos de que sea equitativo, aunque la mujer siempre termina haciendo más.

Entrevistador: ¿Qué es lo que más le complica o que es lo que menos le gusta de las tareas del hogar?

Sujeto: Cocinaaaarr... es que uno se demora tanto, en hacer comida todos los días, de hecho en la semana siempre hago lo más rápido, fideos, arroz y puré jajaja, y el fin de semana puede ser un almuerzo más elaborado, porque realmente no te alcanza el tiempo, y uno llega muerta del trabajo, quieres solamente acostarte un día temprano y no pensar en nada, ni en cocinar, ni lavar, ni arreglar las cosas para el otro día, el trabajo, el jardín de la niña, que hay que llevar almuerzo, arreglar las colaciones ahh no, es mucho enserio.

Entrevistador: Y son todas las semanas iguales?

Sujeto: Bueno, no todas, de repente no tengo ganas de cocinar y mi pareja dice compremos una pizza? Y yo feliz jajaja que me dijeron a mí, o de repente mi mama cocina y como somos vecinas me guarda un poco para llevar al otro día y ahí es un día menos de cocina.

Entrevistador: ¿Cómo cree usted que le afecta a las mujeres en general compatibilizar las labores del hogar y trabajar paralelamente?

Sujeto: ehh, yo creo que les afecta anímicamente y socialmente, en el sentido que uno anda todo el tiempo más cansada y como relojito, osea rápido todo el tiempo, que a veces no eres capaz de parar un poquito y decir ya! Esto no está bien, pero lo que más me pasa a mí es que yo sé que las mujeres somos capaces de sobrellevar esta carga, lo que nos falta es tiempo y de hecho si pensáramos la jornada laboral un poquito más corta, estoy segura que nos podríamos organizar mucho mejor y hasta nos quedarían ratitos de ocio...que créeme hoy no tenemos. Y obvio les afecta psicológicamente, porque andan todo el día estresadas y pensando en los quehaceres de la casa.

Entrevistador: ¿De qué forma cree que le ha impactado a usted, a su familia y entorno verse afectada por este fenómeno?

Sujeto: Ehh yo creo que igual nos ha afectado, porque como dije anteriormente nos falta tiempo, más cuando tienes una hija pequeña, a veces te olvidas de ser mujer y pareja y solo eres mamá, entonces por ejemplo con mi pareja, no tenemos tiempos a solas, y si tenemos son muy poquitos, porque yo llego tan cansada, que una vez que hago todo, solo quiero dormir y que nadie me moleste.

Entrevistador: Y como lo hace con su hija?

Sujeto: Bueno, ella también tiene papá, y a él también le corresponde cuidarla y acostarla de vez en cuando, es responsabilidad de ambos y él lo sabe, aquí tratamos de ser lo menos machista posible, de hecho hay veces que él mismo me molesta y me dice “claro ahora no te pueden decir nada feminazi, porque ahora están todas empoderadas” jajaja y nos largamos a reír... y es que aunque a veces nos cueste...a la mayoría de nosotras nos criaron en este sistema patriarcal, en donde las mujeres hacen todo y los hombres nada.

Entrevistador: Y qué piensa usted respecto a eso?

Sujeto: Pienso que es hora de romper con el patriarcado, y debemos repartirnos las tareas igualitariamente, porque ambos trabajamos y llegamos cansados, y no porque los quehaceres del hogar hace mil años atrás hayan sido responsabilidad 100% de las mujeres, tenga que serlo ahora, no me parece. Además nosotros tenemos una hija, y él sabe que no va a querer que a su hija la manden hacer todo en la casa y no tenga ayuda de su pareja.

Entrevistador: Perfecto, ahora me podría comentar qué consecuencias psicológicas y/o físicas percibe respecto a la doble presencia?

Sujeto: Ehh, psicológicamente yo creo que estrés totalmente, cansancio emocional en cuanto a mantener relaciones con sus pares, y ansiedad de querer hacer todo y no tener el tiempo de hacerlo. Y físicas lumbago, dolor de cabeza, osea cefaleas intensas y cansancio corporal, como que estas con todo el cuerpo cortado.

Entrevistador: Me podría comentar alguna situación o vivencia en la cual se ha visto sobrepasada, debido a cumplir con estas dos labores?

Sujeto: Ehh... si, de hecho fue hace poco, la semana pasada, fue 21 de mayo y tenían que bailar en el jardín de mi hija, bueno en realidad ni bailan jajaja son tan chicos que nos hacen vestirlos y los ponen hacer cositas ahí como cantando e imitando a los grandes héroes de la patria... y yo tenía el permiso y todo en mi trabajo porque gracias a dios son super flexibles con los permisos, que no me pusieron ningún problema, sin embargo, una vez que iba saliendo me agarro un paciente que había atendido en la mañana y me

comenzó hacer preguntas y no me dejaba irme, cuento corto es que cuando llego al jardín, veo y recién se había presentado mi hija con sus compañeritos, y me dio tanta rabia, tanta pena, quería llorar, salir corriendo, ir a renunciar al trabajo y abrazar a mi hija e irnos a la casa, pero después de llorar un buen rato, pensé y dije que hago si renuncio? No podría darle una buena vida a mi hija, porque con el sueldo de su papa no nos alcanzaría y además, para que habría estudiado 5 años con mucho sacrificio, si no ejercería la profesión? Entonces en esos momentos uno se ve colapsada de tener que cumplir en ambas partes, y pasa que en ocasiones te ves sobrepasada y con ganas de mandar todo a la punta del cerro, pero no se puede.

Entrevistador: Bueno y con eso como se sintió?

Sujeto: bueno, me sentí mal y pedí ayuda, aquí mismo en el Cesfam, pedí una hora con una psicóloga para que me ayudara a controlar mi ansiedad y estrés por mantener todo bajo control, y me vas a creer que me ha ayudado bastante, de hecho me recomendó varias actividades por realizar y me ha ayudado en controlar la rabia, también y el aprender a decir las cosas, no enojarme por todo y valorar más los momentos que uno tiene como familia, aprovecharlos al máximo, porque más vale un tiempo cortito, pero de calidad, que todo el día un día de conflictos y peleas.

Entrevistador: Cuándo está en el trabajo ¿piensa en las exigencias doméstico-familiares?

Sujeto: Jajaja que buena pregunta... Siii todo el tiempo, aunque ahora un poquito menos, ya que tengo harta ayuda de mi familia.

Entrevistador: ¿Cómo lo hace en caso de que su hijo/a se enferme? ¿Cómo se organiza?

Sujeto: Bueno, como dije anteriormente tengo harta ayuda de mi familia, de mi mama y mi hermana, ellas me ayudan en caso de que a la gorda haya que retirarla temprano o cualquier cosa, sin embargo si le dan licencia o algo, trato de organizarme yo y pedir aquí mis vacaciones o días administrativos para cuidarla yo, es por este motivo que todos los años siempre dejo como dos semanas dentro para casos de emergencia como estos. Y ahí trato de que coincidan con los fines de semana y estar más días con mi gorda hasta que se mejora. Porque a pesar de tener todo el apoyo de mi familia, no me gusta estar molestando, porque es el tiempo del otro, y es agotador además hacerse cargo de una niña de 4 años.

Entrevistador: Perfecto, ahora respecto al trabajo, ¿Cómo son sus relaciones con sus compañeras y jefaturas?

Sujeto: Super buenas, nada que decir... tenemos un equipo exquisito en cuanto a cubrirnos, en caso que alguien falte o necesite un permiso urgente, así que gracias a dios

nunca he tenido ningún problema ni con mis compañeros ni jefaturas, ehh...somos un equipo bastante flexible y buena onda también.

Entrevistador: Existen medidas de cuidado y recreamiento en el Cesfam?

Sujeto: Siii, tenemos las tardes protegidas, en las cuales se hacen distintas actividades...

Entrevistador: Que actividades? Y cuantas veces al mes?

Sujeto: Mmm es una vez al mes, poquito cierto? jajaja

Entrevistador: Si poquito jajaja

Sujeto: Pero lo pasamos super bien, yo agradezco estas instancias, porque a pesar de ser poquitas veces, nos ayudan bastante para distraernos y compartir con los demás compañeros de los otros sectores, de hecho se hacen actividades como, baile entretenido, feria de las pulgas, zumba, vemos películas, aunque no falta quien tira las cabritas o no se quedan callados o ya han visto la película y la cuentan y los demás pifiamos jajaja, la verdad es que yo personalmente agradezco esas actividades, nos hacen salir un poquito de la rutina y de la monotonía del trabajo diario.

Entrevistador: Perfecto y para terminar ¿Cuánto es el tiempo que dedica a realizar actividades de ocio?

Sujeto: Uhhh, mira como familia igual tratamos de ir al mall, y comprar alguna cosita, comer afuera, o ir al cine, por lo menos una vez al mes, pero yo sola, que si dedico algún tiempo para realizar actividades de ocio?... mmm nada, tal vez una horita el fin de semana, cuando mi hija va donde su abuela, quiero ver una película, pero me quedo dormida al segundo de tan cansada que estoy jajaja, sin embargo ahora con las terapias que he tenido con la psicóloga, igual ella me ha recomendado esto mismo, tratar de tener un tiempo para mí, así que a partir de la próxima semana pretendo dedicarme un tiempo para mí.

DOCUMENTO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

I. INFORMACIÓN

Usted ha sido invitado(a) a participar en la investigación " Consecuencias que provoca compatibilizar el mundo doméstico y laboral (doble presencia) en funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central".

Para decidir participar de esta investigación, es importante que considere la siguiente información. Siéntase libre de preguntar cualquier asunto que no le quede claro:

Participación: Su participación consistirá en una descripción de su percepción respecto al fenómeno de la doble presencia en el ámbito laboral, y como ha afectado en su entorno social y familiar, se desea indagar posibles consecuencias psicológicas y/o físicas provocadas por este fenómeno.

La entrevista será realizada en dependencias del mismo Cesfam para comodidad de las funcionarias. Así mismo para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada. En cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación y retomarla cuando lo desee.

Voluntariedad: Su participación es absolutamente voluntaria. Usted tendrá la libertad de contestar las preguntas que desee, como también de detener su participación en cualquier momento. Esto no implicará ningún perjuicio para usted.

Confidencialidad: Todas sus opiniones serán confidenciales, y mantenidas en estricta reserva. En las presentaciones y publicaciones de esta investigación, su nombre no aparecerá asociado a ninguna opinión particular. El uso de los datos será estrictamente para efectos del presente estudio, realizando un análisis generalizado de las respuestas. Así mismo las grabaciones serán presentadas para evaluación de la tesis y luego serán eliminadas.

II. FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,, acepto participar en el estudio " Consecuencias que provoca compatibilizar el mundo doméstico y laboral (doble presencia) en funcionarias que tienen hijos entre 2 y 5 años del Cesfam San José de Chuchunco de la comuna Estación Central".

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido, las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Firma Participante

Firma Investigador/a Responsable

Yasna Calderón Pizarro

Profesora y Psicóloga a cargo de la Investigación: Wilsa Szabo

Contacto: 9-54693301

Lugar y Fecha: _____

Este documento se firma en dos ejemplares, quedando una copia en cada parte.

FICHA PARTICIPANTES

➤ Datos Personales

| | |
|---|--|
| Edad | |
| Estado Civil | |
| Nº de Hijos (edades) | |
| Con quien vive | |
| Ciudad | |
| Comuna | |
| Indique profesión ejercida en el Cesfam | |

➤ Otros Antecedentes

| | |
|--|--|
| Cuántos años lleva trabajando en el Cesfam? | |
| Qué tipo de contrato posee? | |
| Posee alguna enfermedad?Cuál? | |
| Toma algún medicamento? | |
| Sus hijos/as padecen alguna enfermedad?Cuál? | |

| Cuál es el nivel educacional alcanzado por: | Usted |
|---|--------------|
| Sin estudios | |
| 1° a 4° Básico | |
| 5° a 6° Básico | |
| 7° a 8° Básico | |
| Educación Media incompleta | |
| Educación Técnica, Profesional, Comercial incompleta | |
| Educación Media completa | |
| Educación Técnica, Profesional, Comercial completa | |
| Educación universitaria incompleta | |
| Educación universitaria completa (Título universitario) | |
| Estudios de postgrado (Magíster, Master, Doctorado) | |
| Cuál es la situación ocupacional de: | Usted |
| Cesante sin auxilio de cesantía y sin trabajo alguno; Dueña de casa | |
| Cesante con auxilio de cesantía, sin trabajo fijo (pololos) | |
| Obrero(a) estable no especializado(a); empleada doméstica | |
| Obrero especializado; Empleado sin responsabilidad (auxiliar, estafeta); Trabajador con oficio independiente estable (Ej.: Carpintero, gasfíter, taller de reparaciones, vendedor); Suboficial de las Fuerzas Armadas o de Carabineros de grado bajo; Jubilado o pensionado del INP con grado bajo. | |
| Empleado Público o Privado sin personas a su cargo (Ej.: Administrativos, auxiliar de contabilidad) | |
| Pequeño Empresario o Comerciante (dueño de almacén, librería); Empleado de gradación media (jefe de... implica tener gente a su cargo); Jubilados o pensionados de nivel medio(AFP) | |
| Profesional Universitario sin cargo directivo u Oficiales de grado medio de las Fuerzas Armadas y Carabineros. | |
| Mediano Empresario o Directivo medio | |
| Profesional Universitario independiente u Oficiales de alto grado de las Fuerzas Armadas y Carabineros (Generales, Coroneles) | |
| Directivo de alto nivel (públicos o privados, gerentes, directores) ejecutivos, dueños de empresas grandes, dueños de fundo, profesionales independientes (médico, cuyo mayor ingreso es la consulta privada, abogado, ingeniero, arquitecto, etc.) | |