

# LA VOZ DE QUIENES CUIDAN

LOS COSTES NO VISIBLES DE LOS  
CUIDADOS

INFORME SOBRE EL  
ESTUDIO –VIDEO  
DOCUMENTAL

DICIEMBRE -2016

COMISIÓN  
DE IGUALDAD  
AYUNTAMIENTO  
ESTELLA-LIZARRA



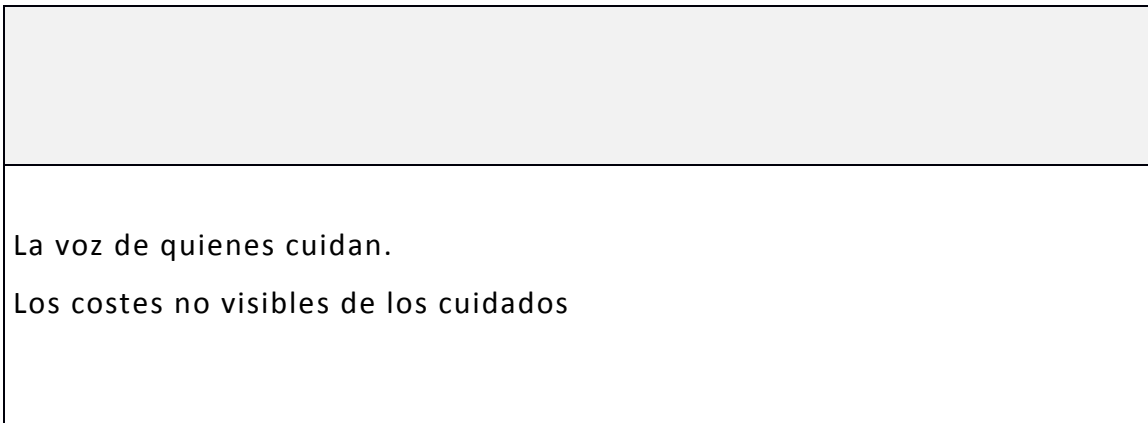
LIZARRAKO  
UDALAREN  
BERDINTASUNA  
BATZORDEA



SUBVENCIONA;

Nafarroako  Gobierno  
Gobernua  de Navarra





## INDICE

1-INTRODUCCION

2-JUSTIFICACION

3-FASES

4-OBJETIVOS

5-METODOLOGIA UTILIZADA

6-INDICADORES

7- ANALISIS DE DATOS

7.1 -ANÁLISIS DE DATOS DE LOS CUESTIONARIOS

7.2 –ANÁLISIS GRUPO DE DISCUSION Y ENTREVISTAS.

8-CONCLUSIONES FINALES

9-EVALUACION REALIZADA

10-BIBLIOGRAFIA

## **1-INTRODUCCION**

El proyecto "La voz de quienes cuidan" es un proyecto impulsado por el Área de Igualdad del Ayuntamiento de Estella-Lizarra. El proyecto ha constado de diversas fases que han cristalizado en este estudio y el rodaje de un corto documental titulado también "**La voz de quienes cuidan- Zaindarien ahotsa**".

A continuación vamos a explicar los objetivos, la metodología y el análisis de casos prácticos que hemos llevado a cabo, bajo la premisa principal de que el mundo de los cuidados es un universo mayoritariamente femenino, con sus propias características y con el objetivo principal de visibilizar estos trabajos que todavía están muy invisibilizados y no se reconocen en la sociedad actual.

**Este proyecto se enmarca dentro del Programa de Pactos por la Conciliación de Gobierno de Navarra.**

Revisando las últimas campañas realizadas desde los programas de Pactos por la Conciliación en Estella-Lizarra y por las distintas Áreas de Igualdad, observamos que se han visibilizado sobre todo el cuidado de los padres y madres, vinculando las campañas al reparto de tareas, y a la conciliación con el mundo empresarial, del trabajo, y personal o de ocio. A lo largo de los últimos años, también se han puesto en marcha varios recursos de conciliación como ludotecas y jubi-lotecas en distintas entidades de Navarra.

Tras este análisis de campañas y del material publicado en estos años, encontramos muy poco material que nos hable de esta realidad en Navarra, que nos muestre y visibilice la realidad del mundo de los cuidados, y dé voz a las mujeres que cuidan, y a su realidad más próxima, que analice los factores estructurales que hacen que sean las mujeres las que mayormente se dedican a los trabajos de cuidados. Además, muchas de estas mujeres que se dedican a los cuidados no lo reconocen como un trabajo, sino como una lógica extensión de sus funciones sociales como mujeres.

Desde este equipo y en coordinación con el Área de Igualdad del Ayuntamiento de Estella-Lizarra, hemos querido realizar una investigación de campo, y hemos querido ir a las fuentes directas y entrevistar a un grupo de mujeres, que han dado como resultado el cortometraje documental para poder analizar esta realidad invisibilizada y extraer las claves necesarias para poder afrontar un debate serio y riguroso que ponga los cuidados en el centro. Se trata de una investigación local que se centra en el municipio de Estella-Lizarra pero que podemos extender, por ser una realidad y una problemática global y compartida a la mayor parte de municipios de la Comunidad Foral.

Las presencia de las mujeres en el mundo profesional de los cuidados, y en el mundo informal, o no profesional es una realidad que marca el comienzo de este estudio.

Como ya se quedara reflejado en este estudio, **resulta evidente la presencia de las mujeres en el ámbito del cuidado, tanto a nivel profesional (Cuidadoras de Residencias de tercera edad, infantiles) como en el familiar, es decir, el de los cuidados informales.**

Por cuidados informales se entiende aquellos desarrollados por personas, normalmente pertenecientes al ámbito familiar y/o relación al próximo de quien precisa ser cuidado. Incluye también aquellas tareas que desde un punto de vista socio-profesional se denomina como “educación para la salud”, es decir, la transmisión y educación para el desarrollo de unos hábitos de vida orientados al desarrollo sano y saludable de la prole, (en referencia a asimilación de hábitos de descanso, alimentación, aseo...).

En referencia explícita al ámbito privado, las mujeres asumen en un tanto por ciento muy elevado los cuidados a personas dependientes y desarrollan tareas tanto de prevención como de cuidado respecto de la salud familiar.

## **2-JUSTIFICACION**

En este trabajo hemos querido conocer y dar voz a mujeres del mundo de los cuidados informales y profesionales. Nos hemos centrado en recoger testimonios por medio de diversos cuestionarios y de forma directa. Hemos entrevistado a una muestra representativa de mujeres que nos permita centrarnos en el tema de los cuidados, crear debate y sensibilizar a la población Navarra. Además, hemos creado un material escrito y audiovisual, que sirva de herramienta y que además de ayudarnos a trabajar en un futuro en programas de conciliación realistas, marque realmente acciones a corto y largo plazo en el Área de Igualdad de Estella-Lizarra que incluyan Planes de acción, sensibilización, actividades coordinadas para mejorar la calidad de vida de estas mujeres cuidadoras, los servicios y las campañas de sensibilización en el mundo de los cuidados.

Hemos apostado también por el formato audiovisual por varias razones. Porque nos ha permitido recoger testimonios directos y personales que completan la información de los cuestionarios desde un registro vivencial. Este registro vivencial, es de vital importancia en cualquier estudio que aborde los temas del cuidado porque normalmente se invisibiliza la dimensión emocional de este trabajo. Además de incorporar la dimensión más humana, y de visibilizar, consideramos que los materiales audiovisuales pueden tener un impacto mayor, y son una herramienta muy útil para sensibilizar. Y sensibilizar es uno de los objetivos principales de este proyecto.

Según un Estudio del IMSERSO<sup>1</sup>, la atención informal de las personas mayores en situación de dependencia, las tareas del cuidado recaen, mayoritariamente, sobre las mujeres, representando el 84% del universo de la cuidadora.

Tenemos que tener siempre presente que los servicios formales de cuidado, sean públicos o privados, tienen una limitada cobertura; los primeros son inaccesibles para una gran parte de la población y los segundos representan costes excesivos que muy pocas familias pueden permitírselo.

Como consecuencia de esto, muchas familias se han visto en la necesidad de precisar de un servicio de bajo coste que sea el encargado del cuidado de las personas dependientes. Dicho servicio remunerado es ejercido, en su mayoría, por mujeres inmigrantes. Por lo tanto, para que una mujer europea pueda seguir con su vida laboral, otra mujer, generalmente inmigrante tiene que realizar el trabajo de cuidado precarizado y no reconocido.

Hablamos pues, principalmente de cuidadoras, cuyo perfil predominante es el de una mujer de mediana edad, en torno a los 53 años, que realiza labores de ama de casa, normalmente casada y que además del cuidado de su familia, se encuentra con la responsabilidad principal de la atención de las personas dependientes. Debemos insistir en que este es un colectivo es muy heterogéneo y que existen diferentes perfiles cuando la persona dependiente es un niño, o niña, padre, madre, hermano o hermana. Se trata de un colectivo con distintos perfiles y distintas realidades, que se encuentra muy in-visibilizado y desvalorizado. Por ejemplo, según el **Plan Integral de**

---

<sup>1</sup> Fuente:  
<http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/boletinopm35.pdf>

**Atención a las personas con Discapacidad (2010-2013)**<sup>2</sup> en Navarra existe un perfil muy determinado de las personas cuidadoras de las personas con discapacidad.

De estas, el 82% son mujeres con una edad comprendida entre 45 y 64 años (42,1%), frente a un 18% de los cuidadores principales hombres. De todos ellos, el 82,3% reside con la persona a la que atiende. Los vínculos más frecuentes entre ellos son las filiaciones hija-madre/padres (25,1%), seguidas de conyugales (24,6) y de las empleado-cuidador (18,2%)

### 3 -FASES

#### 3.1 FASE 1.

En esta fase se ha realizado un breve análisis de fuentes, y recopilación documental.

- Se ha utilizado una metodología centrada en el análisis de fuentes secundarias, basada en la exploración de datos procedentes de otros estudios y las estadísticas existentes sobre cuidadoras de personas dependientes.
- Se han mantenido reuniones de coordinación y planificación con la técnica de igualdad del Área de Igualdad del Ayuntamiento de Estella-Lizarra.
- Se han elaborado diversos cuestionarios en euskera y castellano para **dos colectivos** distintos de mujeres cuidadoras, y/ o personas vinculadas al mundo de los cuidados a nivel técnico y/o a nivel profesional.

*(El objetivo de estos cuestionarios ha sido recoger diferentes tipos de informaciones como los perfiles de las cuidadoras, su relación con su trabajo, su valoración del mismo, sus posibles problemáticas y sus sugerencias de mejora. Ver Anexo 1.)*

---

<sup>2</sup> Fuente: <http://www.navarra.es/NR/rdonlyres/C005FDB0-61D6-4232-9BD6-229D2F2566D3/197694/PlanaprobadoPorGN.pdf>



### **3.2. FASE 2 -TRABAJO DE CAMPO**

#### **3.2. 1. REPARTO DE CUESTIONARIOS Y RECOGIDA.**

Se identificaron diversos lugares en los que se distribuyeron las encuestas a cuidadoras formales. Estos lugares fueron la Residencia La Luz (gestión privada), la Residencia San Jerónimo (gestión privada), la Residencia Santo Domingo (gestión pública) dedicadas al cuidado de personas ancianas. El Servicio Social de Base del Ayuntamiento de Estella-Lizarra y la Escuela Infantil Arieta (gestión municipal). Se extendió la participación a otras escuelas infantiles y otros colectivos, que por diversas circunstancias no han formado finalmente parte del estudio.

Así, hemos recopilado 44 cuestionarios que han cumplimentado las cuidadoras formales. 16 cuidadoras de la Residencia de la Luz, 8 de la Residencia San Jerónimo, 6 de la Residencia Santo Domingo, 6 trabajadoras de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Estella-Lizarra y 7 trabajadoras de la Escuela Infantil Arieta.

La identificación de la interlocución, la distribución de los cuestionarios y su recogida se realizaron durante los meses de octubre y noviembre de 2015.

#### **3.2.2. GRUPO DE DISCUSION**

Se ha elaborado un grupo de discusión con cuatro mujeres cuidadoras informales, el pasado 9 de noviembre de 2016 en una sala de la Casa de Juventud “Maria Vicuña”

#### **3.2.3. ENTREVISTAS.**

Se han elaborado 10 entrevistas estructuradas, con mujeres referentes del mundo de los cuidados, por su vinculación personal y profesional.

De estas entrevistas;

6 han sido a mujeres cuidadoras informales.

2 personas relacionadas profesionalmente con el mundo cuidados (Aparecen en el video-documental)

2 mujeres que se dedican a nivel profesional a cuidar, una en una institución y otra en una familia, en un domicilio particular.

### **3.2.4 GRABACIONES a siete mujeres de Estella- Lizarra.**

#### FASE 3. REALIZACION DOCUMENTAL, ANALISIS DE DATOS

En el vídeo se ha entrevistado a las siguientes mujeres, vinculadas con el trabajo de los cuidados. Cristina Vergara, Maialen Zabalbeaskoa, Marianela Ponce, Silvia Salsamendi, Viki Zabalza, Txelo Emparán, Magdalena Hernández .

La grabación se realizó en dos sesiones. El 5 de noviembre y el 9 de diciembre. En estas dos sesiones se realizaron dos rodajes, en la Casa de Cultura de Fray Diego. La realización ha corrido a cargo de Olaia Sánchez, la producción a cargo de Sara Txandía, y el guión a cargo de María Castejón Leorza.

Destacamos la gran satisfacción por el trabajo realizado. Creemos que el rodaje del corto documental completa el estudio cuantitativo y cualitativo de casos con una dimensión humana y muy vivencial.

#### **4 -OBJETIVOS DESARROLLADOS.**

Los objetivos que se han trabajado con este proyecto son:

Mediante el estudio realizado y el video,

- Se ha visibilizado a las protagonistas de los cuidados, mujeres de distintos perfiles.
- Se ha dado voz a un mundo invisibilizado.
- Se ha puesto en valor el trabajo no remunerado y remunerado de los cuidados.
- Se ha trabajado a través de las entrevistas y cuestionarios los efectos de los cuidados en las mujeres.
- Se ha analizado la relación que tiene las mujeres cuidadoras con su trabajo así como sus posibles problemáticas específicas
- Se ha analizado la situación de las mujeres cuidadoras
- Se ha mostrado el coste que para las mujeres tiene el desigual y discriminatorio reparto de los cuidados

## 5-METODOLOGIA

Hemos trabajado técnicas y herramientas de metodología cualitativa y cuantitativa.

Hemos optado por emplear técnicas provenientes de la investigación social, porque el grupo de estudio es un grupo de difícil acceso por su vinculación con lo doméstico, por su invisibilización y por su en ocasiones escaso reconocimiento de su trabajo.

Además, hemos tenido muy presente y muy en cuenta, de hecho es uno de los objetivos que vertebran este estudio y esta investigación que estas mujeres nos están mostrando y dando información sobre una serie de realidades muy concretas, que a pesar de tener su dimensión pública se viven como realidades personales, muy íntimas y vinculadas con los sentimientos personales.

Por eso en el caso de las cuidadoras no formales, hemos trabajado con el cuestionario específico pero también hemos trabajado entrevistas personales. La **entrevista dirigida** es una herramienta muy utilizada en distintos ámbitos, tanto de investigación académica como de análisis médico, que permite abordar los temas específicos que son de nuestro interés, así como obtener mejores resultados que nos ayuden a solucionar algún problema, maximizando los recursos.

En las entrevistas (10) hemos usado el cuestionario base (Anexo 1) pero gracias al trato directo, se facilita la empatía y crea un clima de confianza y seguridad lo que hace que surja un espacio y ambiente donde las cuidadoras no formales o profesionales, se desahogan y aportan mucha información.

**Con las cuidadoras no formales también hemos trabajado con la herramienta del grupo de discusión. El grupo de discusión es una** técnica de investigación cualitativa aplicada a los estudios sociales.

Nuestro grupo de discusión consistió en la reunión de 4 mujeres cuidadoras no formales, cuidadoras de personas dependientes.

Se realizó durante dos horas en Casa de Juventud “Maria Vicuña”, tras citarlas por teléfono, se usó una sala de reuniones para crear el clima de confianza necesario.

La muestra se eligió entre un listado de mujeres facilitado por el Área de Igualdad y Servicios sociales del Ayuntamiento.

### **Cuestionario-Guion**

El cuestionario, es un instrumento de investigación que consiste en una series de preguntas que pueden ser abiertas y / o cerradas.

En nuestro cuestionario hemos combinada preguntas abiertas y cerradas, pero la mayoría son abiertas, para aportan más información y han servicio en el caso de las cuidadoras informales, de guion.

En la grabación audiovisual hemos trabajado con cuestionario-guion de apoyo.

## **6-INDICADORES CUANTITATIVOS DEL PROYECTO**

- Nº personas desagregadas por sexo participantes en el estudio.  
55 mujeres
- Numero de cuestionarios recogidas de cuidadoras profesionales.  
44 cuestionarios
- Nº personas participantes en la entrevista del vídeo; 7 mujeres.
- Nº de entrevistas realizadas; 8 mujeres.

*(Coinciden alguna de las mujeres en la entrevista estructurada y en su colaboración en el documental)*

## 7- ANALISIS DE DATOS

### 7.1 ANÁLISIS DE DATOS DE LOS CUESTIONARIOS.

(CUIDADORAS FORMALES.)

44 cuestionarios que han cumplimentado las cuidadoras formales. 16 cuidadoras de la Residencia de la Luz, 8 de la Residencia San Jerónimo, 6 de la Residencia Santo Domingo, 6 trabajadoras de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Estella-Lizorra y 7 trabajadoras de la Escuela Infantil Arieta.

En total por lo tanto son 44 mujeres. A continuación indicamos grupos de edades, y el tipo de entidad a la que pertenecen.

#### Edades

Menos de 30 años	3
Entre 31 y 45 años	23
Entre 46 y 60 años	16
Mayor de 60 años	Ninguna

#### Entidad a la que pertenecen

Gobierno de Navarra	6
Empresas Públicas	12
Empresas privadas	24
Otra:	

Como podemos observar, la mayor parte de las mujeres cuidadoras pertenecen a la franja de edad de entre 31-45 años, 16 a la correspondiente a 46-60, 3 son menores de 30 años, y ninguna mayor de 60 años.

De las 23 mujeres entre 21-45 años, únicamente 2 trabajan como educadoras. De las 16 entre 46-60 años, 4 son educadoras infantiles. Y sólo una es menor de 30 años.

En lo que a las entidades a las que pertenecen, a una ligera preponderancia de las mujeres que trabajan para instituciones públicas (Gobierno de Navarra y Ayuntamiento de Estella) frente a las 24 que trabajan en Residencias Privadas (La Luz y San Jerónimo).

El resto del cuestionario se divide en 3 partes, la primera de ellas es la referente a la formación y el nivel de estudios, la segunda a su situación familiar y civil, que incluye también preguntas sobre si asumen en su vida personal trabajos de cuidado y finalmente la tercera, se refiere a su situación laboral y trayectoria profesional, y se incluyen también preguntas referentes a su estado físico y a sus opiniones sobre ayudas para el desempeño de sus trabajos.

## 1. FORMACIÓN Y NIVEL DE ESTUDIOS

### 1. 1 ¿Qué estudios ha realizado?

- Auxiliar de clínica (FP1): 8 personas (una de ellas también trabajadora social, y otra educadora social)

- Auxiliar de enfermería (FP1): 10 personas (una de ellas también monitor de ocio y tiempo libre)

-Auxiliar de geriatría: 2

-FP11 Educadora de Disminuidos Psíquicos 1

- CNP: Atención sociosanitaria a personas dependientes a domicilio:1
- Técnico en atención a personas en situación de dependencia
- Gerocultora: 2, una de ellas diplomada en magisterio
- Bachiller técnico sociosanitario
- Certificado de Profesionalidad de atención Sociosanitaria a personas dependientes en Instituciones sociales
- TCAE: Técnica en cuidados auxiliares de enfermería/TSN: Técnica socio sanitaria
- Graduado escolar, 31 bup. Técnico sanitario
- F.P 1 Auxiliar enfermería/FP II Cuidadora de disminuidos psíquicos o físicos/FP II Técnico Integración social 2 (una auxiliar clínica)
- Sin especificar especialidad: 6
- Magisterio especialidad preescolar: 3
- Licenciatura en Pedagogía. Grado superior en Educación Infantil
- Licenciada en Psicología. Grado Superior de EEII
- FP. Técnica en Educación Infantil

Observamos gran diversificación en las formaciones que tienen las trabajadoras. Es de destacar que gran parte de ellas tienen diversas titulaciones. Otro aspecto que destacamos es que la mayor parte de las mujeres que han formado parte en el estudio, sobre todo en las cuidadoras de personas ancianas, se refieren a ellas en masculino.



1.2. ¿Considera que la formación que ha recibido es suficiente para la posterior labor del cuidado?

- Sí: 37 personas (4 de ellas educadoras infantiles)

- No: 5 (2 de ellas educadoras)

¿Por qué?

Razones de las personas que han contestado de forma afirmativa:

- Te enseñan todos los conocimientos que necesitas para desarrollar el trabajo (respuesta dada por 5 personas)

- Para la labor que se desempeña no creo que sea necesaria más titulación (2 personas)

- Porque las tareas que realizo a diario me sirven y son útiles

- Soy Auxiliar de Clínica y he hecho muchos cursillos pero en este trabajo cada día aprendes cosas nuevas.

- Las materias impartidas van más allá de lo que se pide para ser un buen cuidador y además he realizado prácticas de labor del cuidador.

- Todos los módulos están relacionados con los cuidados de las personas dependientes

- Creo que la labor que realizad abarca atender diferentes áreas con lo social, personal educativo y mi formación cubre estas necesidades

- Las actividades que realizamos las cuidadoras son las más básicas aunque igual de importantes que el de las enfermeras en quien recae toda la responsabilidad. Siempre se trabaja en colaboración con la enfermera, logopeda, terapeuta

- Es importante saber de las enfermedades de la gente para poder ayudarles mejor

- Sí, pero siempre hay que seguir formándote (2 personas)

- Sí, porque me capacita para desempeñar mi trabajo

- Sí, porque me facilita el trabajo diario

-Creo que dónde más he aprendido es en las prácticas, más que en la teoría

- Sí, pero hay que seguir formándose

Razones de las personas que han contentado de forma negativa:

- Debería ampliarse y hacer hincapié en aspectos relevantes del sector. Todo se ve muy por encima por causa de falta de tiempo, pese a la larga duración. Por otro lado algunas materias, desde mi punto de vista son absurdas y poco importantes y no deberían impartirse

- Sí para iniciarse en el trabajo. Pero creo que aunque hayas terminado cualquier carrera universitaria y salgas formado, es insuficiente hasta no formarse en su práctica habitual.

- Porque en todos los estudios de una forma u otra te ayuda a relacionarte con personas que tienen algún tipo de limitaciones

- Más práctica necesaria en todo el ciclo 0-3

- Mucha teorización, muchos ideólogos en el currículum de la formación y muy alejado de la realidad, niños/as

### 1.3. ¿Volvería a estudiar lo mismo o elegiría otra formación?

- Sí: 33 personas

- No: una persona

- Sin contestar: 10 personas

- Si, y ampliaría la parte psicológica que me resulta una herramienta importante

- Volvería a estudiar lo mismo. Estoy contenta con mi formación que siempre se puede seguir completando

- Sí estudiaría lo mismo, aunque me gustaría seguir estudiando para ser enfermera

- Si, volvería a comenzar con ello, pero seguiría hacia una carrera sanitaria superior.

- Sí, pero añadiría más formación sobre salud (enfermería)

- No, estudiaría enfermería

## 2. SITUACIÓN FAMILIAR Y ESTADO CIVIL:

### 2.1. ¿Cuál es su estado civil?

26 mujeres están casadas, 11 tienen el estado civil de solteras, dos conviven bajo el régimen de pareja de hecho, 2 están separadas y una divorciada y otra separada.

### 2.2. ¿Tiene hijos/as? ¿Cuántos?

31 de las 44 mujeres tienen hijos. 5 de ellas tienen un hijo o hija, 22 de ellas 2 hijos o hijas, 2 de ellas tienen 3 hijos o hijas, y una de ellas tiene 4 hijos o hijas. Todas ellas están casadas salvo dos de ellas que son solteras (cada una de ellas tiene un hijo o hija)

12 mujeres no tienen ni hijos ni hijas. 9 de ellas solteras y tres de ellas casadas. 27 de ellas viven con su marido o pareja de hecho y con sus respectivos hijos e hijas. De entre ellas, 3 viven sólo con uno de sus dos hijos.

Una de ellas ha vivido con su marido y dos hijos, pero sus hijos ya están independizados. Dos de ellas no han formado todavía su propia familia y una de ellas vive con su madre y otra de ellas con su madre, con su padre y con su hermano. Dos de ellas viven en pareja, una de ellas también con su suegro, pero no tienen hijos. Dos de ellas viven con sus hijos, y finalmente una de ellas vive sola.

Observamos como un porcentaje superior a la mitad de las mujeres participantes en el estudio viven bajo la fórmula de pareja heterosexual en sus diversas variantes. La gran mayoría de ellas tiene hijos e hijas y viven con sus parejas.

2.4. ¿Además de su trabajo, tiene usted experiencia en el cuidado informal hacia un familiar, amigo, amiga...?

- Sí: 25 personas

Algunas de las participantes han razonado su respuesta

- Sí, porque cuido de mis hijos

- Mis padres

- Sí, pero sólo antes de trabajar en la escuela

- No: 17 personas

- 2 personas no han contestado

Si la respuesta es sí:

¿Cómo logra compatibilizar su trabajo con su tarea de cuidado?

-Organizando las tareas, el tiempo, y sin parar. 2 personas

- Organizándonos

- Con paciencia

- Al trabajar en esta residencia dejé el cuidado particular de la anciana
- En los días libres
- En las libranzas
- Es difícil, pero se logra levantándome temprano
- Como se puede. No se tiene vida
- Ahora ya no, pero como he podido. Dependiendo de marido e hijas
- Con turnos. Y lo hago por las tardes que tengo libre
- Con ayuda de personas contratadas
- No era la única cuidadora - Intentando organizar lo mejor posible el tiempo de la tarde
- Porque han sido momentos puntuales por enfermedad

Todas ellas insisten en que tienen que organizar su tiempo para realizar estos trabajos. Un número significativo de respuestas indican que las mujeres usan su tiempo libre para hacer los trabajos y las tareas de cuidados.

a. ¿Recibe ayuda de otros familiares o profesionales contratados?

- 8 mujeres reciben ayudas de familiares
- 8 mujeres no reciben ninguna ayuda
- 1 mujer tiene una persona contratada

### 3. PROFESIÓN, SITUACIÓN LABORAL Y TRAYECTORIA PROFESIONAL :

3.1. ¿En qué trabaja?

33 mujeres son cuidadoras de personas mayores, 3 mujeres trabajan en el Servicio de Atención a domicilio Servicio Social de Base Ayuntamiento de

Estella, 3 son Trabajadoras familiares del Ayuntamiento Estella y 6 mujeres son Educadoras del Ciclo O- 3 de la Escuela Infantil Arieta.

Destacamos, ya que nos ha llamado la atención el hecho de la disparidad de términos entre las cuidadoras de personas mayores al referirse a su trabajo. 10 de ellas se definen como gerocultoras, 2 personas en cuidado de personas mayores, 3 en Residencia (una específica que en Residencia privada), 1 auxiliar, 2 auxiliares geriátricas. Como cuidador gerontológico se definen tres mujeres, como cuidadora gerontológica 1, y como cuidadoras tres. Una de ellas es además licenciada en artes.

### 3.2. ¿Por qué decidió dedicarse a este trabajo?

- 19 mujeres afirman que les gusta su profesión
- Otras 9 afirman que les gusta y dan las siguientes razones:
  - Me gusta estar con las personas. Aportan mucho a mi vida
  - Porque empecé a trabajar y me gustó
  - Porque me gusta y me parece bonito poder ocupar el tiempo libre de muchas personas pasando un buen rato de ocio (monitor tiempo libre)
  - Porque me gusta la rama de la sanidad
  - Porque me gusta el trato con estas personas y ayudarlas en lo posible

- Porque me gusta y es gratificante
  
- Porque me gusta lo que hago es un trabajo para el que no vale todo el mundo, necesita mucha dedicación y vocación para hacerlo bien
  
- Trabajé un verano y me gustó
  
- Siempre me ha gustado el trato con la gente. Desde pequeña decía que iba a ser enfermera.
  
- Otras razones:
  - Me parece interesante y gratificante en determinadas ocasiones y parece haber demanda de profesionales en el sector.
  
  - Porque siempre me he querido dedicar a algo relacionado con la salud
  - Por devoción
  
  - Es la profesión del futuro
  
  - Por ser un trabajo fijo
  
  - Inicialmente saqué una oposición de Servicios Generales para luego pasar a cuidados
  
  - Por la relación tan directa con las personas con dependencia



-No me quedó alternativa

- Porque me avisaron para una sustitución. lo conocí. me gustó y decidí quedarme

- Porque mi formación me ha llevado a dedicarme al tema social

Las educadoras infantiles esgrimen las siguientes razones:

- Oferta en el periódico, y decidí presentarme

- Porque me interesa la educación en la infancia. Creo que es importante

- Por casualidad

- Interés en la educación y casualidad

3.2. ¿Le gusta su trabajo o tendría otra profesión?

Ninguna de las mujeres entrevistadas contesta de forma negativa. Todas lo hacen de forma positiva aunque existe algún matiz.

28 mujeres han contestado afirmativamente que les gusta su trabajo. 3 personas han contestado que les encanta.

Otras respuestas han sido las siguientes:

- Me gusta mi trabajo y también otras profesiones

- Muchísimo. Con lo que sé se quede ayudar y colaborar mucho en esta profesión
- Me gusta y mucho. De hecho podría trasladarme a Salud, pero me gusta cuidar de las personas mayores
- Me gusta muchísimo, me apasiona, es mi vocación. Tendría profesión de psicóloga
- Me gusta mucho sobre todo por el trato personal, el contacto diario con los usuarios.
- Sí me gusta. También me interesa la educación social (educadora)
- Me gusta y puedo compatibilizarlo con mi vida personal (educadora)

Las opiniones y vivencias que disientían de la mayoría son las siguientes:

- Me gusta pero quiero ser enfermera.
- Me gusta, pero hubiera estudiado enfermería
- En algunos aspectos me gusta, en otros preferiría dedicarme a otra cosa
- Me gusta, pero podría tener otra profesión (educadora)

En general por lo tanto, se trata de mujeres que están contentas con su trabajo. Lo hacen gustosas y existe el sentimiento generalizado de que su trabajo les compensa.

3.3. ¿Cree que su profesión está bien valorada socialmente?

. Sí. 11 mujeres

. No: 30 mujeres (6 educadoras infantiles. La totalidad de ellas)

No lo sé: 1 participan

Si la respuesta es sí:

- Si: suficiente para el trabajo que se realiza
- Sí, creo que en general la gente reconoce la labor que realizamos
- Sí, porque engloba todo tipo de sociedad.
- La gente en general valora lo que hacemos. Aunque hay gente para todo
- Ahora se vive más tiempo y en casi todas las casas hay gente mayor y quien se hace cargo sabe la paciencia y el ánimo necesario. Así se traslada la empatía hacia los cuidadores cuando decimos donde trabajamos.
- Creo que es importante el papel del cuidador en una sociedad cada vez más envejecida
- Sí, pero con reticencias. Esta profesión es cada vez más conocida y más valorada pero aún se nota que es una profesión llevada al cuidado que se daba antaño y se realizaba por las mujeres de la familia.

Si la respuesta es no:

- En general la sociedad no valora el trabajo que realizas.
- Existe una gran ignorancia y algunas personas incluso piensan que es un trabajo un poco denigrante.
- Porque la gente no es consciente del trabajo que supone cuidar de una persona mayor enferma
- Se piensa que sólo limpiamos culos, duchamos, vestimos. Lo psicológico no se tiene en cuenta, ni lo sentimental
- No se reconoce el trabajo que hacemos
- Porque no todo el mundo valora este trabajo como debería
- No veo recompensa alguna ni gratitud por la labor realizada
- No se ve la labor que hacemos
- En los hospitales y en las clínicas dentales las auxiliares están mucho mejor valoradas que en las residencias o cuidado a domicilio.
- Somos invisibles, como todas las profesionales que se dedican al cuidado de personas dependientes y con determinadas patologías
- Porque no le dan la importancia que realmente tiene

- No se contempla la parte del trabajo y la labor que hacemos y no nos consideran cuando en los domicilios pedimos lo mínimo: cama articulada, grúas, el acudir dos profesionales cuando está el enfermo/a encamado
- Hay mucha gente que considera que nuestro trabajo no es importante o directamente creen que son las mujeres de su familia las que deben ocuparse
- Muchas personas sólo ven el trabajo de limpieza que se realiza en los domicilios. No ven todo el trabajo que hay detrás. Por desconocimiento
- No porque pertenece al ámbito privado

Las opiniones de las educadoras fueron las siguientes

- Porque se supone que lo puede hacer "cualquiera". Económicamente mal remunerado
- Mucha gente nos considera guardería y no guardamos. Lo que hacemos es educar (2 peronas)
- Creo que no se valora lo suficiente la educación de 0-3. No se ve importante en esa etapa de la vida
- Llevar los niños/as a un centro es para que me lo cuiden y punto. Sale bien, ¡todo bien!

La sensación generalizada es que la sociedad no valora su trabajo.

3.4. ¿Cree que está bien considerado económicamente su trabajo?

- Sí: 7 personas

- No: 31 personas

Si la respuesta es sí:

- Todo trabajo lo considero digno

- Porque cuando te pagan por un trabajo que realizas a gusto siempre te parece mejor considerado económicamente

- Porque estoy trabajando en el Ayuntamiento y en éste está reconocido a nivel privado. No está reconocido económicamente.

Si la respuesta es no:

- Porque la carga de trabajo a nivel físico como emocional son altas así como determinados riesgos de diversa índole para las trabajadoras/es

- Porque no está valorado el trabajo que realizamos

- Es mucho trabajo físico y psicológico con horarios de trabajo en festivos y domingos. Y llega fin de mes y compensa poco

- Porque se requiere mucho esfuerzo físico y mental que no está bien valorado

- No se valora el trabajo

- Aparte de estar con el sueldo congelado comparada con el mismo trabajo en lo público económicamente no tiene nada que ver.

- Todos los trabajos deberían estar mejor considerados económicamente
- Porque se trabaja muchas horas y festivos y cobramos poco
- Creo que es un trabajo físicamente duro y que no está suficientemente remunerado
- No está bien pagada. Debería estar mejor remunerado 2 opiniones
- Son muchas horas de dedicación, mucho esfuerzo físico ya que nos dejamos la espalda realizando los diferentes cambios posturales y cambios de pañal a las personas encamadas.
- Nadie estamos contentos o eso creo pero sabemos de lo importante que es hacerlo bien, y de la formación extra que aportamos y no está reconocida. Se paga por el nivel D de técnico sanitario y "basta"
- Es muy duro y costoso, y cada vez se gana menos
- Estoy cobrando lo mismo que cuando estaba de limpiadora y en este trabajo pienso que es más responsabilidad

Todas las educadoras contestaron de forma negativa en su totalidad, aspecto que debe llamarnos la atención y sus razones fueron las siguientes:

- Para la responsabilidad que conlleva que es mucha, está mal pagado (2 personas)
- Por el mismo motivo que la respuesta anterior. Añadiendo también la responsabilidad que tenemos
- Es un trabajo en el que el que la presión psicológica durante el cuidado de los niños/as muy grande. Gran responsabilidad

3.5. ¿En tú lugar de trabajo hay más hombres o mujeres? (indique si es posible un número aproximado)

La totalidad de entrevistadas han afirmado que en su trabajo la totalidad de la plantilla es femenina.

3.6. Si el trabajo que usted realiza lo hiciera un hombre, ¿piensa que lo haría mejor, peor...? ¿cree que estaría mejor o peor pagado que usted?

En este sentido hay unanimidad en que no se trata de que se haga mejor el trabajo si se es mujer u hombre, sino que se trata de un trabajo que se hace igual dependiendo de la formación que se tenga, y que el sueldo sería igual (en ocasiones se piensa que igual de bajo).

Como es un tema realmente significativo reproducimos todas las opiniones:

- Pienso que estaría igual de mal pagado (2 personas)
  
- Pienso que depende de la persona que lo realiza tanto sea mujer u hombre (2 personas)
  
- Creo que podría ser equivalente, mejor o peor. No habría diferencias a la larga. El tema está en ser un mal trabajador/a. Y los sueldos no creo que fuesen mejores para ellos.
- En fuerza sí estaría bien. Pero en lo demás siempre una mujer lo hace mejor.
- Valemos lo mismo hombres que mujeres
- Lo harían igual, y no creo que les paguen más
- Da igual. Mujer u hombre siempre que le guste su trabajo.
- Pienso que lo haría igual



- Un hombre con la misma formación que yo lo haría igual. El sueldo sería igual de bajo

- No tiene por qué ser mejor ni peor y por supuesto sería el mismo sueldo el que recibiría

- Creo que la función es la misma y entonces el salario es el mismo no veo por qué tengan que cobrar más o menos

- Un hombre sería capaz de hacer el trabajo igual de bien que yo, aunque es verdad que en este campo suelen trabajar más mujeres que hombres. En mi puesto cobraría igual que yo

- Porque tenemos una capacitación

- Creo que lo haría igual de bien e igual pagado. Por principio debería estar igual pagado. En las privadas no sé si eso es así, pero en las públicas pagan igual

- Creo que igual. La única diferencia la atención en aseos a mujeres. No por la forma de pensar, sino por las personas mayores que no están acostumbradas a que les asee nadie (les cuesta con nosotras...)

- Creo que la nómina sería la misma y entre tantas personas en algunos domicilios encajará mejor y otros peor.

- Estaría igual. Al ser una empresa pública el salario está regulado y en ese sentido no hay discriminación

- Ni mejor ni peor. Creo que podría realizar una buena labor siempre y cuando esté bien formado.

- Debería ser igual
  
- Estaría mejor pagado ( 2 personas)
  
- Imagino pagado igual y lo haría bien o mal según su formación y su interés y no por el género
  
- Lo podría hacer igual y le pagarían lo mismo (2 personas)
  
- Creo que independientemente que sea hombre o mujer el trabajo puede realizarse de la misma manera. Y está igual pagado
  
- Debería estar mejor pagado
  
- Lo haría igual y estaría igual pagado

Nos llama poderosamente la atención, como en trabajos muy feminizados, que son una extensión del trabajo doméstico existe una opinión generalizada de que no existe discriminación de género y de que si los hombres se dedicaran en un porcentaje mucho mayor a las tareas de cuidado no sienten que el trabajo se redefiniría y tendría un mayor reconocimiento público y como consecuencia, mayor remuneración

3.7. ¿Conoce otras mujeres el entorno profesional que se dediquen al cuidado?

36 mujeres han contestado afirmativamente. De ellas 11, especifican que son muchas. Sólo 5 mujeres contestaron que no.

3.8. ¿Cómo diría que le afecta a usted su profesión en su estado físico y emocional (está más cansada, tiene dolores físicos...)?

La mayor parte de las entrevistadas siente que su trabajo les afecta a un nivel físico, y no tanto psicológico, campo en el que se encuentran muy cómodas. únicamente 2 personas de las 44 indican que nos les afecta su trabajo.

Como nos parecen muy ricas las respuestas las incluimos en su totalidad a continuación:

- Sí que me afecta, sin especificar sintomatología, 2 personas
- Bastante cansada
- Más cansada, más estresada en ocasiones. De mal humor y con tensión acumulada, así como alguna molestia física, de momento leve
- Cansada, dolor de cabeza, despistes
- Sales muy cansada y con dolor de espalda
- No tengo dolores físicos y emocional me aportan mucho
- En lo emocional satisfecha, y a nivel físico como otro trabajo
- Más cansada
  
- Física y psicológicamente es agotador
  
- Físicamente como siempre. Emocionalmente llena mucho . Es muy bonito ocupar el tiempo de ocio de las personas, consiguiendo sacar sus sonrisas con diferentes tipos de actividades
  
- Carga física y mental
- Afecta tanto físico como emocional
- Afecta mucho

- Dolores físicos
  
- En el estado físico. Estoy muy cansada de trabajar sólo de turno de noche
- A veces estresa y cansa físicamente
- Es un trabajo que requiere mucha dedicación y paciencia y al final siempre nos llevamos los problemas a casa.
- Me canso bastante. Y ahora con el paso del tiempo creo que emocionalmente me canso menos.
- Acabamos agotadas
- Físico sí que tengo dolores de espalda. Emocionalmente me enriquece y humaniza mucho
- El estado físico ya que es durillo día a día el esfuerzo físico
- Más cansada que cuando no trabajo sí
- En mi aspecto emocional me siento bien porque me encuentro valorada. En el físico me encuentro bien, y también a ratos cansada.
  
- Emocionalmente me afecta mucho porque con los usuarios me siento muy valorada. Físicamente no noto nada de momento
  
- Estoy contenta por la ayuda que brindo a los demás

Opinan las educadoras:

- Sí
  
- Es un trabajo que cansa y puede llegar a causar dolor en las articulaciones etc.  
Emocionalmente también cansa

- Me afecta mucho. Cansada
- Es un trabajo cansado. Emocionalmente requiere mucha responsabilidad y mucha implicación.
- Más cansada, dolores físicos
- Me afecta físicamente. En ocasiones es muy cansino y estresante

3.9. ¿Considera que las ayudas profesionalizadas a las personas con discapacidad y/o dependencia son suficientes?, ¿por qué?, si no son suficientes, ¿qué tipo de ayudas añadiría usted?

No todas las participantes han contestado a esta pregunta ni a la siguiente. Las opiniones que recogemos son las siguientes:

- No, pondría más material (grúas) y más personal
- No. Porque no cubre todo lo que conlleva su cuidado
- No, lo ideal sería ampliar los servicios domiciliarios y la figura del asistente personal. También ampliaría los ratios en relación al número de residentes/auxiliares/gerocultoras porque es necesario para prestar un servicio de calidad en residencias
- No porque hay dependientes muy demandantes
- Son insuficientes. Por ejemplo los ratios de operarias con residentes es muy bajo para todo el cuidado de un residente (8 residentes, 1 operaria)

- No, faltan ayudas, sobre todo económicas
  
- Más económicas para que las familias puedan tener personal en casa o en las instituciones. Se merecen los mejores cuidados
  
- No. Porque últimamente no están bien valoradas
  
- No, no hay dinero para pagar
  
- No. Ayudas económicas
  
- No porque no cubre lo que conlleva su cuidado
  
- Desconozco los tipos de ayudas que hay en los domicilios. Pero a nivel de residencias debería de haber más personal
  
- Económicas
  
- ¿Hay ayudas? Hasta donde yo conozco son limosnas. A lo mejor tiene que ser así, yo no lo sé. Es posible que la caja no de para más. Habría que pagar más impuestos
  
- No. Dotación de más recursos económicos. profesionales, sociales, centros, rehabilitadores, medios de transporte...
  
- No, porque no están bien desarrolladas. La Ley de Dependencia haría falta desarrollarla y aplicarla para facilitar verdaderamente a estas personas.

- Creo que son suficientes
  
- Sí, a veces se necesitan más personas que den un trato individualizado
  
- Añadiría el poner las cosas adecuadas al trabajo que desempeñamos, y pienso que sería más llevadero y tendríamos más relajadas las espaldas
  
- No, Hay muchas personas con necesidad de ayuda y poco personal y medios para atenderlos. Añadiría mucho más personal para el cuidado y ayudas técnicas
  
- Nunca me parecen suficientes porque son personas que necesitan ayuda las 24 horas del día.
  
- No, son escasas
  
- Las desconozco

Las educadoras han contestado lo siguiente;

- No, siempre se puede mejorar
  
- No son suficientes. Hay que ser muy dependiente para que te den una ayuda
  
- No, son escasas y difíciles de conseguir
  
- Debería haber más personal

- Conozco quien se queda fuera sin ayudas

- No las conozco

3.10. ¿Qué ayudas precisa un profesional del cuidado para desempeñar su tarea en perfectas condiciones?, ¿es necesario ayuda institucional para estos profesionales?

- Ayudar al propio cuidador. Si es necesario mediante apoyo e información en aspectos psicológicos. Acceso a tratamientos de fisioterapia y médicos también. Específicos sin necesidad de acudir a centros profesionales privados

- Con ayudas de grúas, unas instalaciones amplias y más colaboración al momento de realizar la actividad

- Mejor salario

- Todas las ayudas posibles para el bienestar de las personas y del personal

- Apoyo psicológico y físico. Siempre

- Siempre es buena la formación adicional que nos ofrece el centro. (privado. Sanitas)

-Emocional y física (2 personas)

- Creo que es importante la formación de los profesionales sanitarios en el desempeño de su trabajo. Proporcionar cursos de formación



- Cursillos y personal para desbloquear físicamente y mental
  
- Disponer de los medios necesarios (grúas, andadores, camas eléctricas...)  
formación continua y adecuada
  
- Necesita apoyos físicos como grúas. Recibir cursos y terapias
  
- Disponer de los medios necesarios como grúas, colchones anti escaras, camas articuladas, etc. Las ayudas siempre son buenas (2 personas)
  
- Mecánicos (grúas, sábanas para acostar. Formación gratuita y reconocimiento
  
- Reconocimiento de las administraciones, sustituciones de los puestos de trabajo, cursos de reciclaje
  
- Es necesario la ayuda técnica
  
- Precisan que los domicilios estén adaptados a las necesidades del usuario sí
  
- Creo que las instituciones deben cumplir su parte facilitando el trabajo a sus profesionales
  
- Ayuda institucional para apoyar a los cuidadores y también técnicas

En nuestro caso ayudas técnicas que nos faciliten el trabajo a domicilio

La opinión de las educadoras es:

-Ayuda física, formación continua y mantenimiento físico gratis o a bajo coste (físico etc)

- Ayuda física

- Más personal. Los ratios son muy altos

- Apoyo de especialistas en nuestro caso, más personas por aula y la disponibilidad de psicólogo y otros en la escuela

- Formación continua y apoyo físico

## **8-ANÁLISIS DATOS CUALITATIVOS.**

### **GRUPO DE DISCUSIÓN Y ENTREVISTAS.**

#### Mujeres cuidadoras informales

##### **Grupo de discusión**

De las cuatro mujeres cuidadoras, una tiene estudios superiores, dos primarios y una secundarios.

Dos mujeres cuidan a su pareja-varón por enfermedad, y las otras dos a un familiar, hermana y madre.

Tres de ellas tienen hijos/as y están viviendo en pareja, y la cuarta es soltera y no tienen hijos.

En tres de las mujeres del grupo, sus estudios no están vinculados con el tema cuidados, y si ven la necesidad de tener estudios.

Nos comentan que les hubiera gustado estudiar temas relacionados con la enfermería, auxiliar de clínica, gerontología, pero también la psicología.

##### **ENTREVISTAS**

Hemos realizado seis entrevistas a mujeres cuidadoras informales, nos basamos en el cuestionario, pero los datos recogidos son las aportaciones más relevantes.

(Detallado en la fase 2, punto 3.2 de este informe.)

##### **El perfil de las mujeres entrevistadas;**

Mujeres con edades comprendidas entre 30 y 70 años. Todas ellas cuidando a personas dependientes. Solo una de las seis mujeres trabaja en un trabajo remunerado.

Respecto a los temas tratados en las entrevistas y en el grupo de discusión.

Destacamos algunas de sus respuestas y aportaciones que son relevantes para este trabajo.

### **¿Cómo aprendió a cuidar?**

- Por obligación, por obligación familiar.
- En una asociación de apoyo, y gracias a servicios del Ayuntamiento de Estella.
- Por cursos de geriatría.
- Voy sobre la marcha, haciendo lo que puedo.
- Me voy formando, poco a poco.

La mayoría son conscientes de la necesidad de tener formación, aunque hay una mujer de 67 años, que comenta;

*-“¿Que me van a enseñar?”*

### **¿Estudiaría algo relacionado con profesiones destinadas al cuidado ?**

Podemos decir que en el grupo de discusión, 2 si lo harían y 2 no lo harían.

En las entrevistas, se habla más en general, y sí que estudiarán cosas sobre el tema, pero dudan de hacerlo como profesión.

### **¿Por qué cuidan?**

Porque les ha tocado, porque son sus familiares, hijos, hijas, madres, o padres, Y porque quieren.

### **Información respecto a ayudas, ley de dependencia.**

Respecto a la información que ellas tienen sobre las ayudas, ley de la dependencia, y a las ayudas económicas que puedan corresponder, tanto las mujeres del grupo de discusión como las entrevistadas, no están al corriente del tema, en su totalidad no tienen información.

Sí que hace años una de las personas entrevistadas nos habla que estuvo preguntando por el tema, alguna de las personas enfermas fue valorada, pero han pasado años de eso y a pesar de que su situación ha cambiado, no tiene información, ni percibe ninguna ayuda.

La falta de información en recursos, ayudas, herramientas por parte de las mujeres cuidadoras de personas dependientes de más edad, hace que lleguemos a una de las conclusiones más importantes de este estudio.

*“Personalmente creo que hay pocas ayudas económicas, para lo complejo que es el tema”*

*“Las asistentes no vienen mucho a casa, antes venían más”*

### **Conciliación y reparto de cuidados.**

Como nos han informado tanto en el grupo de discusión como en las entrevistas.

En el reparto de la responsabilidad de los cuidados, podemos hacer una diferencia.

En el caso de padres, o madres en las entrevistas realizadas nos hemos encontrado que entre las hijas y los hijos comienzan a haber un reparto equitativo en las horas de cuidado de sus progenitores, (padres y madres)

Si nos han comentado, que en algún caso estas funciones suelen asumirlas las nueras y los hijos varones suelen participar menos en ciertas tareas (trabajo doméstico, higiene, etc.)

Cuando son las parejas, las que se cuidan, las asumen el tiempo casi en la totalidad.

*“Puedes decirle a un hijo, que venga, pero lo puedes hacer un día, no puedes hacerlo mucho”*

Las mujeres entrevistadas que cuidan a sus parejas, y superan los 50 años de edad, creen que es a ellas a quien les corresponde este trabajo, sin embargo en el caso de mujeres más jóvenes, se busca alternativas, redes de apoyo, familiares, hermanos/as..

*“De herramientas que existen, no sé si es necesaria una grúa, pero igual debería preguntar por una silla de ruedas, a ver si me corresponde ayuda, pero me encuentro que no tengo tiempo”*

Las propias cuidadoras consideran su tarea como un deber moral y en muchos casos lo realizan por iniciativa propia. No comparten con hijos e hijas cuando la persona a cuidar es la pareja varón.

Se juntan sensaciones diferentes algunas de las mujeres que cuidan se sienten satisfechas con su labor y piensan que eso las dignifica.

No obstante, otras reconocen que no tiene otra alternativa y que esta actividad repercute negativamente en su calidad de vida.

Las mujeres que han tomado parte tanto en las entrevistas, como en el grupo de discusión, hacen referencia a la fuerza física, a no poder controlar la situación, a su estado físico, a su cansancio.

*“Cuando lo tengo que levantar, lo sujeto contra la pared. El otro día me destroce, hay cosas que yo creo que no me van a enseñar, es sobre la marcha, si veo que se me va a caer, busco la manera de sostenerlo”*

*“Lo que me aterra es si se queda encamado, lo voy a tener crudo”*

Se necesita informar de los Servicios de Atención a Domicilio municipales, de las ayudas que se pueden solicitar, también de las herramientas que existen para personas con una dependencia, leve, severa o muy severa.

Muy importante que esto se haga en diferentes momentos, y en diferentes situaciones, a lo largo de los años, ya que las personas enfermas pueden ser evaluadas en un momento, y al pasar los años la situación puede cambiar tanto de la persona enferma, como de la persona que está cuidando.

**La dedicación al cuidado de esta persona ¿cómo diría que le afecta a usted en su estado de físico, y en su estado de ánimo. ¿Se siente más cansada, tiene dolores físicos?**

*La mayoría de las mujeres ha dicho que si, pero no ha profundizado mucho en el tema, hablan más sobre su estado físico.*

*“Depende del día y del momento”*

Sí que las mujeres entrevistadas que cuidan a personas mayores, piensan en alguna residencia para estas personas, pero cuando hayan agotado todas las vías, y ellas ya no puedan cuidarlos.

*“Se asocia la residencia, con la culpa, con la crítica ¿Habré hecho bien?”*

*“En nuestra sociedad, las residencias todavía son un tabú social”*

**¿Cómo cree que podrían incrementarse o mejorarse desde las administraciones públicas las ayudas a las personas que cuidan a otras?**

*“Que haga recursos para llevar a las personas enfermas, pisos tutelados”*

*“Que se apoye a las familias, a las personas que cuidan desde los servicios sociales”*

**¿Qué pasaría si las mujeres dejáramos de cuidar?**

*“Sería un caos”* según la mayoría de las personas entrevistadas.

Tal y como expresa el documento audiovisual que adjuntamos con este trabajo.

Únicamente se hacen evidentes y se valoran los cuidados, aunque de modo indirecto, cuando por la circunstancia que sea, quien los asume deja de hacerlo o exige al resto de la familia, que tome parte en esas tareas de cuidado de personas dependientes.

Así, el que un cierto número de personas, en su mayoría mujeres, por diversas y diferentes causas dejen de asumir estas tareas, o las asuman de diferente manera, pone en evidencia la importancia de su función asistencial y social, poniendo al descubierto la parcela asistencial que cubren.

La mayoría nos comenta como ha dejado de hacer cosas de su vida personal, por asumir estos cuidados.

*“Es que tengo que cumplir unos horarios, que me impiden hacer actividades o asistir a actos que me gustaría”*

## **LOS COSTES Y LAS DESVALORIZACION DE LOS CUIDADOS.**

*“Los lumbares ya no van conmigo”*

*“Físicamente me está pasando factura”*

No piensan que este valorado por la sociedad, la totalidad de las cuidadoras informales.

*“Tratamos el cuidado como una obligación”*

Todas las cuidadoras no formales (tanto en el grupo de discusión, como en las entrevistas) ven que sus cuidados están habitualmente infravalorados ignorados.

No creen que esta desvalorización sea porque se realice por mujeres y piensan que los hombres lo pueden hacer igual.

*“yo me implíco más, hablo más con ella”*

## **¿QUIEN CUIDA A LA CUIDADORA?**

Dentro de las mujeres entrevistadas, el tema de la edad, es clave para comprender que necesitan de auto-cuidado. Las más jóvenes, son más conscientes de la necesidad de ese auto-cuidado.

Hablando con ellas, somos conscientes de lo emocional de cuidar, del coste físico, y psíquico de esta labor.

Nos referimos al cuidado de las cuidadoras a la necesidad de preservarlas del síndrome de born-out.

Es un colectivo que no encuentra tiempo para el auto-cuidado, aunque las cuidadoras que tienen menos de 45 años, son más conscientes de que necesitan tiempo para ellas, y su auto-cuidado.

En esta pregunta, ¿quién te cuida?

También se ha comenzado con silencios.



## **8-CONCLUSIONES FINALES**

En los últimos años, se han realizado en Estella-Lizarra, talleres que trabajan los cuidados desde una perspectiva de género. Estos cursos se han realizado en coordinación de Servicios Sociales, Área de Igualdad y organismos y grupos que pertenecen al Pacto local por la Conciliación.

El equipo que ha realizado este trabajo ve muy necesario, que se sigan realizando talleres de formación que ayuden a superar situaciones difíciles, que ayude a disminuir los niveles de estrés de las personas cuidadoras.

La formación como nos han informado, las entrevistadas, es muy importante para que se haga esta tarea con calidad.

Es conveniente que se compaginen con programas de sensibilización, campañas que trabajen y den valor a los cuidados, rompan con los mandatos de género, y manden un mensaje de reparto, de responsabilidad entre hombres y mujeres.

Especialmente destacamos la necesidad de que en Estella-Lizarra, se informe a las personas cuidadoras de las distintas ayudas (no solo económicas), recursos o herramientas que existan a nivel local, provincial o estatal.

Debemos desmontar la idea de que una sola persona puede cuidar, porque hace falta buscar apoyos, buscar una red de apoyo.

Nos hemos encontrado con un colectivo de difícil acceso para poder entrevistar, para que acudiera a nuestras citas, para grabar y hablar sobre este tema.

El mundo de los cuidados, recae en un porcentaje muy alto de horas, sobre estas mujeres a las que hemos dado voz.

Debemos remarcar como al realizar este trabajo, nos hemos encontrado con testimonios con gran carga emotiva. El tema de cuidados, formales e informales, está vinculando en el mundo de las emociones, es un trabajo con personas, y muchas veces este vínculo emocional, puede impedir ver la realidad, y más cuando la persona dependiente, es un familiar.

Queda pendiente todavía hacer un gran trabajo socio-cultural, y concienciar a la sociedad de la necesidad que todas las personas tenemos derecho a ser cuidadas.

Hay un trabajo socio-cultural pendiente para hacer “justicia social” porque injustamente el rostro de la persona que cuida tiene cara de mujer.

El trabajo audio-visual nos ha ayudado a cumplir con uno de los objetivos de este estudio que es visibilizar y dar voz a las mujeres que cuidan.

Para concluir no podemos dejar de nombrar una parte de este estudio, que hemos reflejado en el trabajo audiovisual.

Se han realizado dos entrevistas a **mujeres inmigrantes** que trabajan en el mundo de los cuidados formales, en el ámbito privado. Como explicamos en el punto 2 de la justificación de este trabajo; muchas familias se han visto en la necesidad de precisar de un servicio de bajo coste que sea el encargado del cuidado de las personas dependientes. Dicho servicio remunerado es ejercido, en su mayoría, por mujeres inmigrantes. Al hablar y contactar con mujeres inmigrantes para completar este estudio, nos hemos encontrado con mujeres que en los primeros meses, al llegar a Estella, hicieron este trabajo como única salida laboral.

Las dos mujeres inmigrantes que han participado en este estudio, llevan varios años trabajando en este campo, tienen formación en él, aunque han tenido problemas para convalidar sus estudios.

Nos han hablado de sus vínculos emocionales con las personas que cuidan y como además de la formación, hace falta la vocación en este trabajo.

Es tan extenso el tema y la realidad de este colectivo de mujeres que entendemos que estas dos entrevistas solo han sido una pincelada a una realidad, más compleja.

## **9-EVALUACIÓN REALIZADA**

Se han realizado reuniones previas entre el equipo de trabajo y la técnica de igualdad.

Se coordina con la técnica de igualdad del Ayuntamiento de Estella, los diferentes pasos que vamos realizando a lo largo del mes de octubre, noviembre.

Se informa de las primeras conclusiones que se están recogiendo en las entrevistas y cuestionarios.

Se hacen dos convocatorias para grabar, coordinando las personas que serán entrevistadas en el vídeo e intentando visibilizar distintos perfiles.

A lo largo del mes de octubre nos encontramos problemas para que las mujeres cuidadoras informales con las que contactamos, vengan a nuestras citas, y participen en el proyecto.

Como ya hemos indicado, es un colectivo de difícil acceso.

## 10-Bibliografía/ Webgrafía

1. "Cuidar y cuidarse". Gobierno de Navarra
2. [https://www.uclm.es/ab/enfermeria/revista/numero%2013/cuidadoras\\_informales.htm](https://www.uclm.es/ab/enfermeria/revista/numero%2013/cuidadoras_informales.htm)  
Año 2000
3. <http://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/estudios/serieEstudios/docs/cuidadosPersonasDependientesEst102.pdf>
4. [http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/boletino\\_pm35.pdf](http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/boletino_pm35.pdf)
5. Fuente: <http://www.navarra.es/NR/rdonlyres/C005FDB0-61D6-4232-9BD6-229D2F2566D3/197694/PlanaprobadoPorGN.pdf>



**ANEXO -CUESTIONARIOS**

**CUESTIONARIO 1. Cuidadoras formales**

**1. FORMACIÓN Y NIVEL DE ESTUDIOS**

1. 1 ¿Qué estudios ha realizado?

1.2. Considera que la formación que ha recibido es suficiente para la posterior labor del cuidado?

Si

No

¿Por

qué?.....

.....

.....

.....

1.3. ¿Volvería a estudiar lo mismo o elegiría otra formación?

**2. SITUACIÓN FAMILIAR Y ESTADO CIVIL:**

2.1. ¿Cuál es su estado civil?

2.2. ¿Tiene hijos/as? ¿Cuántos?

2.3. ¿Qué personas de su familia viven con usted?

2.4. ¿Además de su trabajo, tiene usted experiencia en el cuidado informal hacia un familiar, amigo, amiga...?

Sí

No

Si la respuesta es sí:

- a. ¿Cómo logra compatibilizar su trabajo con su tarea de cuidado?
- b. Además del cuidado de esta persona dependiente, ¿debe hacerse cargo del resto de las tareas del hogar?
- c. ¿Recibe ayuda de otros familiares o profesionales contratados?

### 3. PROFESIÓN, SITUACIÓN LABORAL Y TRAYECTORIA PROFESIONAL :

3.1. ¿En qué trabaja?

3.2. ¿Por qué decidió dedicarse a este trabajo?

3.2. ¿Le gusta su trabajo o tendría otra profesión?

3.3. ¿Cree que su profesión está bien valorada socialmente?

Si

No

¿Por

qué?.....  
.....  
.....  
.....

3.4. ¿Cree que está bien considerado económicamente su trabajo?

Si

No

¿Por

qué?.....  
.....  
.....  
.....

3.5. ¿En tú lugar de trabajo hay más hombres o mujeres? (indique si es posible un número aproximado)

3.6. Si el trabajo que usted realiza lo hiciera un hombre, ¿piensa que lo haría mejor, peor...? ¿cree que estaría mejor o peor pagado que usted?



Si

No

¿Por

qué?.....  
.....  
.....  
.....

3.7. ¿Conoce otras mujeres el entorno profesional que se dediquen al cuidado?

3.8. ¿Cómo diría que le afecta a usted su profesión en su estado físico y emocional (está más cansada, tiene dolores físicos...)?

3.9. ¿Considera que las ayudas profesionalizadas a las personas con discapacidad y/o dependencia son suficientes?, ¿por qué?, si no son suficientes, ¿qué tipo de ayudas añadiría usted?

3.10. ¿Qué ayudas precisa un profesional del cuidado para desempeñar su tarea en perfectas condiciones?, ¿es necesario ayuda institucional para estos profesionales?

Antes de finalizar, indique, por favor, sus datos:

Edad

Menos de 30 años	
Entre 31 y 45 años	
Entre 46 y 60 años	
Mayor de 60 años	

Sexo

Hombre	
Mujer	

Tipo de entidad a la que pertenece

Gobierno de Navarra	
Empresas Públicas	
Empresas privadas	
Otra:	

¡Muchas gracias por su colaboración!

¡Mila esker!

**Zaintzaile profesionalak**

1. PRESTAKUNTZA ETA IKASKETA-MAILA

1. Zer ikasketak egin dituzu?

1.2. Zure ustez, jasotako prestakuntza nahikoa da zainketa lanak egiteko etorkizunean?

Bai

Ez

Zergatik?.....  
.....  
.....

1.3. Berriz ere gauza bera ikasiko zenuke edo beste prestakuntzaren bat aukeratuko zenuke?

2. FAMILIAKO EGOERA ETA EGOERA ZIBILA:

2.1. Zein da zure egoera zibila?

2.2. Seme-alabarik baduzu? Zenbat?

2.3. Zure familiako zenbat lagun bizi dira zurekin?

2.4. Zure lanaz gain, esperientziarik baduzu zainketa informalean familiar, adiskide... batekiko?

Bai

Ez

Erantzuna baiezkoa bada:

- a. Nola lortzen duzu lana bateratzea zure zainketa lanarekin?
- b. Mendekotasunean dagoen laguna zaintzeaz gain, gainerako etxeko-lanak ere egin behar dituzu?
- c. Laguntzarik jasotzen duzu beste familiar edo kontrataturiko profesionalen aldetik?

### 3. LANBIDEA, LAN-EGOERA ETA IBILBIDE PROFESIONALA

3.1. Zertan lan egiten duzu?

3.2. Zergatik erabaki zenuen lan honetan aritzea?

3.2. Lana gustatzen zaizu edo beste lanbideren bat izanen zenuke?

3.3. Zure ustez zure lanbidea ongi dago baloraturik gizartean?

Bai

Ez

Zergatik?.....  
.....  
.....  
.....

3.4. Zure ustez ongi ordainduta dago zure lana?

Bai

Ez

Zergatik?.....  
.....  
.....

3.5. Zure lantokian gizon edo emakume gehiago dago? (adierazi, posible izanez gero, gutxi gorabeherako kopurua)

3.6. Zeuk egiten duzun lana gizonetzko batek eginen balu, Nola uste duzu eginen lukeela, hobeto, okerrago...? Zure ustez nola ordainduko lioketen, zu baino hobeto edo okerrago?

Bai

Ez

Zergatik?.....  
.....  
.....

3.7. Ezagutzen dituzu inguru profesionalaren beste emakume batzuk zainketan ibiltzen direnak?

3.8. Nola esanen zenuke zure lanbideak eragiten duela zure egoera fisikoan zein mentalean (nekatuago zaude, min fisikorik duzu...)?

3.9. Zure ustez desgaitasuna eta/edo mendekotasuna duten pertsoneri ematen zaizkien laguntza profesionalizatuak nahiko dira?, Zergatik?, Nahiko ez badira, zer laguntza mota gehituko zenituzke?

3.10. Zer laguntzak behar dituen zainketaren profesional batek bere lana baldintza ezin hobean egiteko?, Beharrezkoa al da erakundeetako laguntza profesional hauetarako?

Bukatu baino lehen, arren, adierazi zure datuak:

Adina

30 urtetik beheiti	
31 – 45 urte	
46 – 60 urte	
60 urtetik goiti	

Sexua:

Gizona	
Emakumea	

Dagoen entitate mota

Nafarroako Gobernua	
Enpresa Publikoak	
Enpresa pribatuak	
Besterik:	

Mila esker zure laguntzogatik!

## **CUESTIONARIO 2. Cuidadoras no formales**

### **1. FORMACIÓN Y NIVEL DE ESTUDIOS**

1. 1 ¿Tiene usted estudios?

No

Sí

¿Cuáles?.....  
.....

¿Están relacionados con la tarea del  
cuidado?.....

1.2. ¿Le gustaría haber estudiado?, ¿el qué?

1.3. ¿Volvería a estudiar lo mismo o elegiría otra formación?

1.4. ¿Estudiaría algo relacionado con las profesiones destinadas al cuidado  
(médico, enfermera...)?

No

Sí



¿Por

qué?.....  
.....

1.5. ¿Cómo aprendió a cuidar?

**2. SITUACIÓN FAMILIAR Y ESTADO CIVIL:**

2.1. ¿Cuál es su estado civil?

2.2. ¿Tiene hijos/as? ¿Cuántos?

2.3. ¿Qué personas de su familia viven con usted?

2.4. ¿Cuál/es de estos familiares requiere de sus cuidados?

**3. PROFESIÓN, SITUACIÓN LABORAL Y TRAYECTORIA PROFESIONAL :**

3.1. ¿Tiene usted un trabajo remunerado, aparte de cuidar a su familiar?

No

¿Por qué no trabaja usted fuera de casa?

¿Le gustaría trabajar, en qué trabajo?

¿Cómo piensa que podría compatibilizarlo?

¿Tenía usted un trabajo remunerado que dejó por dedicarse al cuidado?

Si pudiera volver a su situación laboral anterior, ¿cómo lo haría

Sí

¿Cuál?.....

¿Por qué trabaja usted fuera de casa además del trabajo de cuidado? (para vivir, para distraerse, para costear los costes del cuidado...)

¿Cómo logra compatibilizar el trabajo de cuidados y el otro?

¿Qué otros trabajos ha tenido usted?

¿Están relacionados con el cuidado?

#### **4. SOBRE LA TAREA DEL CUIDADO:**

4.1 ¿Cuánto tiempo lleva usted cuidando a esta persona?

4.2. ¿Qué relación mantiene con la persona a la que cuida?

4.3 ¿Con qué frecuencia ofrece usted cuidado?

4.4- ¿Recibe usted ayudas de otras personas (familiares u otras personas contratadas)?,

No

Sí

¿qué tipo de ayudas y con qué frecuencia?.....  
.....

4.5 ¿Puede compatibilizar el cuidado de esta persona con su tiempo libre y de ocio?, ¿cómo lo hace para lograrlo o qué podría hacer para conseguirlo?

4.6. La dedicación al cuidado de esta persona, ¿cómo diría que le afecta a usted en su estado físico y en su estado de ánimo, se siente más cansada, tiene dolores físicos...?

4.7 ¿Su dedicación al cuidado de su familiar afecta a su vida social o a otras facetas de su vida?, ¿en qué sentido, dónde lo nota...?

4.8. Si el trabajo que usted realiza lo hiciera un hombre, ¿piensa que lo haría mejor, peor ? ¿por qué?

4.9. Además del cuidado de esta persona dependiente, ¿debe hacerse cargo de las tareas del hogar? ¿cuáles?

4.10. ¿Recibe prestaciones y/o ayudas sociales para facilitarle la tarea del cuidado?, ¿qué tipo de ayudas?, ¿cómo se enteró de estas ayudas?

4.11 ¿Cómo cree que podrían incrementarse o mejorarse desde las administraciones públicas las ayudas a las personas que cuidan a otras?

4.12. ¿Piensa que la tarea de cuidado como la que usted lleva a cabo debería remunerarse económicamente?

No

Sí

¿ Por  
qué?.....  
.....

4. 13. ¿Conoce el Sistema de Atención a la Dependencia (Ley de Dependencia)?, ¿qué opinión le merece? [Si dice que no, posibilidad de contarle a grandes rasgos y aporte una opinión genérica]

4.14. ¿Conoce a gente de su entorno en su misma situación? ¿más hombres o más mujeres?, ¿dedican más o menos tiempo que usted al cuidado?

Antes de finalizar, indique, por favor, sus datos:

Edad

Menos de 30 años	
------------------	--

Entre 31 y 45 años	
Entre 46 y 60 años	
Mayor de 60 años	

Sexo

Hombre	
Mujer	

Tipo de entidad a la que pertenece

Gobierno de Navarra	
Empresas Públicas	
Empresas privadas	
Otra:	

¡Muchas gracias por su colaboración!

¡Mila esker!

