

La madres acusan fatiga y ansiedad con el teletrabajo

ROSABEL TAVERA/EFE / CASTELLÓN

■ Ansiedad, fatiga mental, culpa e insomnio son los efectos que sufren las madres que teletrabajan durante el confinamiento, que padecen «mayor impacto psicológico» que los hombres y soportan aún más el peso de las tareas del hogar y del cuidado de los niños con la sensación perpetua de «no hacer nada al 100%».

Sonia Reverter, doctora en Filosofía de la Universitat Jaume I de Castellón y miembro del Grupo de Investigación de Estudios Feministas y de Género, explicó que «la división sexual del trabajo en el confinamiento es más dura» en estos momentos.

Para Reverter, «dentro de casa hay poca conciencia de participación por parte de los hombres –mientras que ellas generalmente realizan dos terceras partes de las labores del hogar– y ahora, ya trabajen en casa o fuera, estos patrones de dedicación se han hecho más duros».

El teletrabajo para las mujeres «no es la solución sin un cambio cultural grande» y en estos momentos, desde que se decretó el estado de alarma, «solo hemos ido hacia atrás» en materia de conciliación y reparto de las tareas.

Las madres se sienten incomprendidas, ven un abismo entre las expectativas del teletrabajo y la realidad. «Es un reto»; «la carga mental es insoportable»; «solo lo entendemos las que lo estamos pasando»; «querer estar a todo y tener la sensación de no llegar a nada»; «sentir que no das calidad ni en lo doméstico ni en lo laboral», todo con la sensación de culpa siempre detrás.

EN ALERTA. Por su parte, la terapeuta de gestión emocional Gracia Vinagre indica que el confinamiento se está alargando y «es la madre la que sigue teniendo la carga y la preocupación de que los hijos puedan seguir el hilo de las clases», y para ello «intenta hacer malabares» y tiene siempre su atención dividida.

Incluso aunque el padre trabaje en casa, señala la psicóloga, «ella está más alerta de lo que pasa a nivel familiar y adapta su trabajo a los horarios de sueño de los niños y al del trabajo del padre».