

Ansiedad, fatiga mental y culpa

Para Sonia Reverter, doctora en Filosofía de la Universitat Jaume I de Castellón, la división del trabajo por género durante confinamiento es más dura debido a que «dentro de casa hay poca conciencia de participación por parte de los hombres, que generalmente realizan dos terceras partes de las labores del hogar. La carga mental es insoportable, 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. Ansiedad, fatiga mental, culpa e insomnio son las consecuencias que sufren estas madres que teletrabajan durante el confinamiento», explica a Efe. Añade Gracia Vinagre, terapeuta de gestión emocional, que las madres intentan hacer malabares y tienen siempre su atención dividida. «Aunque el padre trabaje en casa, ella está más alerta de lo que pasa en el ámbito familiar y adapta su trabajo a los horarios de sueño de los niños y al del trabajo del padre».