

Artículo original

Trabajo extra-doméstico, bienestar y salud en mujer profesionalista en Zapotlanejo, Jalisco (Estudio de caso)

Olivares-Orozco M. P. del C. (1), Aldrete-Rodríguez M. G. (2), Contreras-Estrada M. I. (2), Aguirre-Moreno J. A. (3), Aguirre-Moreno M. A. (5), Aguirre-Olivares T. A. (4).

(1) Doctor en Ciencias Salud en el Trabajo (DCST), Centro Universitario de Ciencias de la Salud-Universidad de Guadalajara (CUCS, U. de G.) Académica SEMS, Jefa Servicios de salud Municipal H. Ayuntamiento de Zapotlanejo Jalisco, (2) Académica posgrado en (DCST- CUCS-U. de G.), (3) Dr. en C., Delegación ISSSTE Jalisco, (4) Maestro en (CST- CUCS-U. de G.) HRVGF ISSSTE Jalisco, (5) Médico Interno de Pregrado /UniversidadAutonoma de Guadalajara /HVGF ISSSTE Jalisco.

Resumen

Investigación de tipo cualitativo, transversal, **Objetivo:** Conocer la percepción social del bienestar subjetivo de los efectos del trabajo extra-doméstico, en mujeres profesionalistas de una población suburbana del estado de Jalisco México. El estudio de caso se realizó por espacio de dos años, mediante la realización de entrevistas a dos grupos focales, y posteriormente entrevista a profundidad a profesionalistas seleccionadas; donde se conoció percepción social de bienestar, en relación al trabajo extra-doméstico. **Conclusiones:** Las mujeres con mayor escolaridad y carrera profesional completa, tienen menor posibilidad de enfermar física o mentalmente, ya que se sienten sanas, felices y satisfechas. Aun cuando se sientan fatigadas no renunciarían a su actual vida, ni a su condición de ser mujer. La sensación de generar ingresos propios, otorga aumento de autonomía y una mayor satisfacción con sus vidas, mejorando el poder de negociación al interior de la familia.

Palabras clave: mujer profesionalista, trabajo extra-doméstico, bienestar subjetivo.

Abstract

Qualitative Research, transverse, **Objective type:** Understand the social perception of subjective well-being of the effects of extra-domestic, professional women working in a suburban population of Jalisco Mexico. The case study was conducted for two years by conducting interviews with two focus groups and depth interviews subsequently selected professionals; where social perception of being met in relation to extra-domestic work. **Conclusions:** Women with more schooling and full career, are less likely to physically or mentally ill because they feel healthy, happy and satisfied. Even when you feel fatigued not give up your current life or your womanhood.

Feeling generate income, grants increased autonomy and greater satisfaction with their lives, improving the bargaining power within the family.

Keywords: career woman, extra-domestic work, subjective well well-being.

Introducción

El ser humano ha tendido siempre a perseguir la felicidad como una meta o un fin, como un estado de bienestar ideal y permanente al que llegar, sin embargo, parece ser que la felicidad se compone de pequeños momentos, de detalles vividos en el día a día. Alcanzar un desarrollo personal, la necesidad de incorporarse a la esfera laboral y no sólo permanecer en el ámbito domestico, son motivos que algunas mujeres tienen para desarrollar trabajo fuera de casa o también llamado trabajo extra-doméstico.¹ Las mujeres logran sobresalir en diversos campos y se hace conciencia de que también deben de cuidar su salud.²

Hay más de 100 millones de mujeres insertas en el mercado laboral de América Latina y el Caribe, lo que constituye un nivel inédito, destaca éste primer informe sobre trabajo y familia en donde el modelo tradicional de familia, ha sufrido cambios sociales.³ Uno de los factores más importantes que ha sucedido en la vida de las mujeres durante el siglo XX en todo el mundo, es su entrada masiva a la educación, así como al empleo remunerado.⁴

Trabajo femenino: Es cada vez más frecuente en nuestro medio, tal como lo señala la Organización Mundial de Trabajo (OIT), la participación laboral femenina aumentó de 32% a 53% en América Latina y el Caribe.³ En Zapotlanejo, Jalisco lugar donde se realiza el presente estudio, en el último Censo de Población y Vivienda,⁵ habitan 63,636

personas, de estas 26,879 son económicamente activas, 17,958 son hombres y 8,921 son mujeres.

Aparecen, con ello, nuevas formas de conciliación con corresponsabilidad social, donde el modelo tradicional de familia, ha sufrido cambios sociales que modifica la organización doméstica y las responsabilidades que cubren las mujeres como trabajadoras, madres de familia y cónyuges; esto incidió en las condiciones bajo las cuales los hombres aceptan o rechazan las obligaciones que implican el desempeño estable de los roles de esposo y padre.⁶

El trabajo doméstico puede volverse progresivamente rutinario, aburrido y representan una gran carga para la mujer que generalmente ocasiona aislamiento social,⁷ las mujeres forman parte del análisis de las relaciones sociales, de las instituciones, costumbres, valores, normas, ideologías que orientan la cotidianidad de varones, la forma en que se estructuran y manifiestan, sus relaciones interpersonales, su convivencia familiar.

La incorporación de la mujer a la esfera laboral, se da por la necesidad misma de alcanzar un mayor desarrollo personal y no solamente permanecer en el ámbito doméstico. Agregamos los métodos de anticoncepción, que permiten a las parejas planificar el número de hijos y la negociación que se con su pareja⁸ dando oportunidad a la mujer de laborar de manera continua sin sacrificar demasiado su vida personal.

Diversos estudios en América Latina, dan cuenta de cómo la mujer con trabajo extra-doméstico, lleva a cabo una serie de tareas dentro de la casa que incluye preparar las comidas, el aseo o limpieza, las reparaciones menores propias del hogar, entre otras, además, el cuidado de los hijos son parte de las responsabilidades, lo que implica que su jornada laboral se duplique.⁹

Efectos del trabajo sobre la salud: El aumento de la participación de las mujeres en el ingreso familiar: poco más de seis de cada diez pesos de los ingresos monetarios de los hogares provienen de la actividad laboral femenina.¹⁰

El trabajo es para la mujer, no sólo un medio económico, sino también desarrollo de necesidades sociales, autoestima y espacios propios.³ Conocer los efectos tiene el trabajo sobre la salud de la mujer y recuperar la experiencia al respecto, vivida desde los protagonistas, resulta conveniente, como la participación de los cónyuges en las tareas del hogar, siendo esta predictor de ausencia de depresión y mejor percepción de salud de las mujeres.⁹

Bienestar: La Declaración de Filadelfia¹¹ afirma desde 1944, que: “*Todos los seres humanos, sin distinción de raza, credo*

o género, tienen derecho a perseguir su bienestar material y su desarrollo espiritual en condiciones de libertad y dignidad, de seguridad económica y en igualdad de oportunidades”. También proclama que: “*El logro de las condiciones que permitan llegar a este resultado debe constituir el propósito central de la política nacional e internacional, y que: cualquier política y medida de índole nacional e internacional, particularmente de carácter económico y financiero, debe juzgarse desde este punto de vista y aceptarse solamente cuando favorezca, y no entorpezca, el cumplimiento de este objetivo fundamental*”.¹²

Bienestar subjetivo: Actualmente, engloba términos como felicidad, moral o satisfacción vital.¹³ éste tipo de bienestar muestra un componente emocional o afectivo, relacionado con los sentimientos de placer y displacer que experimenta la persona (felicidad) y un segundo componente de carácter más cognitivo, referido al juicio que merece a la persona su trayectoria evolutiva (satisfacción).

En cuanto a la relación entre bienestar psicológico y salud mental se postula que el auto-concepto positivo, el sentido de autonomía, el apoyo social y el control interno son predictores de salud mental.¹⁴

La satisfacción en la vida puede ser un indicador de bienestar psicológico, tal como lo explica el modelo multidimensional que incluye componentes relacionados con el desarrollo humano: autonomía, auto aceptación, relaciones positivas con otros, dominio ambiental, propósito en la vida y crecimiento.¹⁰ Por ello es posible pensar que las mujeres trabajan porque se siente bien, perciben *Bienestar*.

Se habla de bienestar como resultado de comparar la situación actual en la que está la persona con ciertos estándares, entre los que estaría incluida la condición percibida en la que se encuentran otras personas que nos sirven de referencia, nuestros propios estados en el pasado y nuestros ideales, necesidades o aspiraciones de satisfacción.

Según la OMS, el bienestar mental representa aquella capacidad requerida para mantener relaciones armoniosas con los demás, satisfacer necesidades instintivas potencialmente en conflicto, sin lesionar a otras personas y ser capaz de participar en las modificaciones positivas del ambiente físico y social. El ser humano tiene que trabajar para poder sobrevivir. No obstante, en muchas ocasiones el trabajador atraviesa por una serie de problemas psicosociales y ambientales que eventualmente pueden afectar negativamente el bienestar del empleado. El bienestar subjetivo engloba términos como felicidad,

moral o satisfacción vital, cuyo componente emocional o afectivo se relaciona con los sentimientos de placer y displacer que experimenta la persona (felicidad) y un segundo componente de carácter más cognitivo, referido al juicio que merece a la persona su trayectoria evolutiva satisfacción.⁶

El estado, debe asumir la reproducción social, el cuidado y el bienestar de la población como objetivo de la economía y responsabilidad pública indelegable.³

Percepción social: Cuando de aproximación de la construcción de experiencias desde quien lo vive, dice que se percibe, desde lo abstracto puede evocar diferentes experiencias, no necesariamente ajenas entre sí por el contrario, se involucra distintos planos de elaboración conceptual y simbólica del mismo evento, porque en la realidad social la cosmovisión está constituida por

la integración de sistemas de categorías de diferentes niveles en constante interacción. Cuando experiencias comunes o coincidentes, son distinguidas de la misma manera se considera que integra un simbolismo común o mismo significado y, si además sucede en un contexto y temporalidad similar, se da un proceso conocido como: Percepción Social de la Realidad.¹⁵ La psicología ha generado también el concepto de *percepción social* para designar a aquella percepción en la que influyen los factores sociales y culturales y que tiene que ver tanto con el ambiente físico como social; en realidad, la percepción humana es social y se estructura con los factores sociales y culturales. De hecho, lo que finalmente hacen es abordar otros aspectos sociales como las creencias, las actitudes, las opiniones, los valores o los roles sociales. Hay quienes han empleado ese concepto para referirse al reconocimiento que el individuo hace de las otras personas (Ver tabla 1).

Tabla 1.
Percepción y realidad subjetiva

Experiencias	Sensaciones individuales	Percepciones sociales
Vivencias emocionales fundamentales.	Deseos.	Asimilación de papeles definidos.
Patrones de comportamiento provenientes del su historia personal.	Anhelos.	Asimilación de expectativas sociales.
Historia de vida.	Expectativas.	Búsqueda de los ideales propios.
Éxitos de estudios.	Motivaciones.	Personas que son ejemplos positivos o negativos.
Mundo de vida.	Estado Físico.	Imaginarios individuales y colectivos.
Patrones culturales.	Enfermedades	
	Síntomas físicos.	

Fuente: Diener, Suh, Lucas y Smith 1999.¹⁵

Relación de escolaridad de mujer con su bienestar y trabajo: En ése ámbito, se conoce a la eficiencia terminal de las mujeres y el trabajo, se recibe manera armoniosa dado que, la formación tiene una importancia básica en determinar las oportunidades reales de lograr el acceso al empleo y la ocupación. Este término no debe interpretarse en un sentido restrictivo y debe amparar tanto a los aprendices, como la educación técnica, así como la educación en general.

El porcentaje de eficiencia terminal es mayor para la población femenina respecto de la masculina. Se observa mayor instrucción escolar de la mujer, la incorporación al ámbito laboral es mayor, pero también hay mejoría en la interrelación con su ámbito doméstico.

Rol de trabajo: Se considera el rol de trabajo-pareja-madre y su salud de muy buena, y más de la mitad de

ellas no presenta problemas de índole mental como ansiedad o depresión.⁹ En este sentido la educación ejerce efectos indirectos en el bienestar subjetivo a través de su papel mediador tanto en la consecución de las metas personales como en la adaptación a los cambios vitales que acontecen.¹⁶

Empleo y bienestar. Comparado con las mujeres que no desarrollan trabajo extra-doméstico, las que sí lo hacen tienen menor grado de ansiedad o enfermedades físicas y reportan menos ingresos hospitalarios.¹⁷ Una serie de supuestos caracterizan esta estructura, por ejemplo, se espera que el hombre cuente con actividad laboral de por vida y a tiempo completo y que la mujer permanezca la mayor parte del tiempo en la casa, concentrada en el cuidado de su familia. Si la mujer trabaja fuera del hogar, su ingreso es considerado

complementario al salario percibido por su pareja y, como tal, secundario.

Con respecto al hogar y tipo de hogar también posee características particulares ya que se trata de familias biparentales, con matrimonios estables y en las cuales la mujer renuncia a asegurarse una existencia económicamente independiente. Su subsistencia y protección social va a estar garantizada, en buena medida, a partir de los derechos adquiridos por su cónyuge. Hoy este modelo no corresponde con la realidad de las familias ni de la vida en sociedad de América Latina y el Caribe. Ésta ha experimentado, durante las últimas décadas, una serie de cambios sociales y económicos los cuales, a su vez, han modificado las formas de hacer familia y la organización del trabajo,¹ sin embargo, aunque es difícil tener diversos roles para la mujer, no es imposible. Es necesario contar con el apoyo incondicional de la familia, ya que es el vínculo más grande para la mujer.²

Lo que nos invita a estudiar la percepción de bienestar, desde la vivencia de la mujer, tanto la que tiene la condición de trabajo fuera de casa, en particular de aquella que logró terminar una carrera, saber si su trabajo se vincula con su profesión, las motivaciones que tiene para trabajar y los efectos que el trabajo tiene sobre su bienestar, a la par de saber que sucede con las mujeres, profesionistas, pero que no trabajan.

La vida cotidiana de las mujeres es una negociación continua en los distintos ámbitos sociales como cuidadoras responsables de los demás y como trabajadoras asalariadas con todas las restricciones y obligaciones la mujer no sólo continúa teniendo el hogar como centro de sus prioridades, sino que ha incorporado otras actividades a su vida, como estudiar una carrera universitaria y un programa de postgrado o conseguir un trabajo de tiempo completo para contribuir económicamente al hogar.

Mujer y trabajo extra-doméstico: Las mujeres perciben una distribución equitativa de las responsabilidades del hogar, respecto a sus esposos refieren sentirse satisfechas con sus parejas y perciben un estado de bienestar general.⁸ Las esposas que desarrollan el rol de trabajo-pareja-madre, considera su salud de buena a muy buena, y más de la mitad de ellas no presenta problemas de índole mental como ansiedad o depresión. El hecho de trabajar fuera de casa, tiene diversos efectos, desde lo material, económico, psicológico, social, de salud, hasta familiar y de pareja.⁸ Sin embargo la mujer también enfrentan un mayor grado de aislamiento, dificultades para poner un límite claro entre el tiempo de trabajo y el de descanso, y en ocasiones, falta de condiciones apropiadas para trabajar.⁸

Se observa que a mayor instrucción escolar, la incorporación de la mujer al ámbito laboral, es mayor, pero también es mejor la interrelación con su ámbito doméstico.¹⁷

El trabajo extra-doméstico permite a las mujeres elevar su autoestima, obtener cierto grado de independencia, lograr un mayor respeto y espacios mínimos de control al interior de sus familias, proporciona el control de recursos económicos para la sobre vivencia familiar.¹⁸

La experiencia laboral es vista como una meta y es vivida como una experiencia útil y satisfactoria, originando la tendencia a relaciones de género más igualitarias; en cambio, cuando la actividad laboral es vista como una actividad secundaria o las mujeres no participan en la actividad económica, las relaciones de pareja se caracterizan por una asimetría.

Efectos sobre bienestar del trabajo extra-doméstico en la mujer profesionalista: A pesar de que las mujeres logran mayor eficiencia terminal¹ no todas ellas logran incorporarse al ámbito, laboral o desarrollar trabajo extra-doméstico.

En las últimas décadas, se ha producido un incremento de las oportunidades en sectores donde tradicionalmente ellas se emplean: comercio y servicios. El trabajo es para la mujer, no sólo un medio económico, también lo es de desarrollo de necesidades sociales, autoestima y espacios propios.¹

En el Consenso de Quito, los gobiernos acordaron adoptar medidas de corresponsabilidad para la vida familiar y laboral que se apliquen por igual a las mujeres y a los hombres, reconocimiento del trabajo no remunerado y su efecto en el bienestar de las familias y al desarrollo económico de los países. Ya desde entonces, se establece la necesidad de que los estados asuman la reproducción social,¹⁹ el cuidado y el bienestar de la población como objetivo de la economía y responsabilidad pública indelegable.³

Las personas pueden diferir entre sí, por diversos criterios, uno de los criterios es el género.

Tradicionalmente existen diferentes creencias acerca de las características normalmente atribuidas a los hombres y mujeres, básicamente la sociabilidad y la competencia; la sociabilidad, mientras que se percibe como típica de las mujeres (sensibilidad, habilidades en el cuidado y el cuidado de otros), la competencia se percibe como una característica típicamente masculina (control de seguridad). Uno de los principales consecuencias de estos estereotipos de género ha sido la creación de los diferentes roles para

hombres y mujeres dentro de las familias y los contextos organizacionales y sociales, como resultado, los hombres normalmente la obtención de recursos económicos, mientras que las mujeres proporcionar cuidados.²⁰

Metodología

El presente, es un estudio Cualitativo, Observacional, transversal y analítico, mediante el Interaccionismo simbólico, holística y un análisis de una entidad singular, un fenómeno o una unidad social en la Cabecera municipal de Zapotlanejo Jalisco, durante el año 2011. *Universo de trabajo o Sujetos participantes:* Mujeres profesionistas, divididas en dos grupos focales, uno compuesto sólo de mujeres profesionistas con trabajo extra-doméstico, otro grupo formado por mujeres profesionistas sin trabajo extra-doméstico, se realizaron además, 4 entrevistas a profundidad. *Población:* Mujeres profesionistas que residentes en cabecera municipal de Zapotlanejo, Jalisco. *Criterios de inclusión:* Grupo de mujeres profesionistas con Trabajo extra-doméstico cuya edad estuviera entre los 25 y 55 años, cuya residencia fuera en la cabecera Municipal de Zapotlanejo por lo menos tres años y Mujeres con licenciatura concluida, en un lapso de tiempo de 20 años a la fecha. *Criterios de exclusión:* Profesionistas que laboren en Zapotlanejo pero no residan en el lugar y Mujeres profesionistas que tengan menos de 3 años de egresadas de licenciatura. El muestreo propositivo emerge de la teoría conforme avance la investigación, los informantes no fueron seleccionados al azar, la selección es guiada por la teoría emergente. Con variabilidad máxima de acuerdo a los patrones similares de los significados sociales. *Área de estudio:* El área en estudio fue Zapotlanejo, Jalisco, población ubicada al noroeste de la ciudad de Guadalajara, a unos 20 kilómetros. Gracias a su gran industria textil, se le conoce como la “cuna del vestir”, también lo conocemos tradicionalmente “la puerta de Los Altos”. La población tiene tradiciones bien delimitadas, con gran influencia religiosa, perteneciente a la región centro del estado de Jalisco. La principal rama de la industria es la manufacturera. Se explotan en pequeña escala algunos yacimientos de cantera, grava, arena y arcilla. Se desarrolla una gran actividad comercial y de servicio, a través de giros dedicados a la venta de productos de primera necesidad y comercios mixtos.¹⁸

Método de estudio

Para realizar la presente investigación se utilizó el método de Grupo focal, para propiciar la interacción de un grupo de personas mediante la conversación acerca de un tema u objeto de investigación, en un tiempo determinado, utilizando para ello una guía de entrevista con los ejes semánticos, previamente seleccionados. En

los casos de participantes cuya característica aportaba más información, fue seleccionada para la aplicación de entrevista a profundidad.²¹ Para la recolección de datos se utilizó una videograbadora, previa autorización de las participantes. Se video-grabaron las conversaciones realizadas en ambos grupos focales. Posteriormente se transcribieron las grabaciones de las entrevistas de los grupos focales, así como las entrevistas a profundidad de las participantes. El análisis de datos, se realizó mediante el análisis de contenido, mediante la lectura y relectura de las transcripciones, para identificar los códigos temáticos, y posteriormente categorizar la información por familias de códigos para finalmente realizar el análisis interpretativo. El análisis de la información se hizo con el Programa informático ATLAS TI.

Hallazgos

El análisis de las narraciones elaborado por las mujeres profesionistas acerca de su percepción de bienestar en cuatro esferas: Satisfacción Positiva, Implicaciones positivas, Implicaciones negativas y Dominios de satisfacción.

A continuación, algunos fragmentos de los relatos.

Satisfacción Positiva

“Me siento feliz de haber practicado de ser profesionista siento que ninguna mujer se debe de perder estudiar a pesar de que hay profesionistas que no trabajan en su profesión creo que ninguna mujer se tiene que perder de estudiar porque el estudiar te... creces, entiendes muchas situaciones para cuando llegas a ser mamá porque ahora el mundo está así como yo, tengo una hija de 20 años que si no hubiera estudiado yo pienso que estaría como cerradita como que no...”

Implicaciones positivas

“Feliz porque he logrado la meta que yo me propuse desde que estaba de estudiante no al 100 por ciento porque yo quería ser médico internista y me fui a médico familiar pero casi viene siendo lo mismo porque sigo estudiando y pues los logros que he tenido este... con mi comunidad que veo que me acepta mucho, cuando yo estoy en mi consulta va mucha gente.”

Implicaciones negativas:

“Es la comodidad pues estás recibiendo te haces más adictiva estas recibiendo el dinero y haces eso a un lado si me entiendes, tengo ésta comodidad, tengo esto que importa que no... que no me... yo siento que es así”

“Medio comía a la carrera y me iba a las 2 y salía a las 6:30 de la tarde ya de ahí me iba al gimnasio llegaba a las 8 de la noche a comer con mi esposo pero, ¿dónde están mis hijos si? Ese es el sacrificio, ese es el sacrificio que tiene una como profesionalista”

Satisfacción con la vida (Deseo de cambiar la vida, Satisfacción con la vida actual Satisfacción con el pasado, Satisfacción con el futuro Satisfacción con cómo otros ven):

“Con mi comunidad que veo que me acepta mucho, cuando yo estoy en mi consulta va mucha gente este... a que yo la atiende se prefieren esperar mucho rato a que yo a que yo la atiende a que lo atiende alguno de mis compañeros y eso a mí me satisface porque digo, ay eso yo creo que he logrado algo gracias primero a Dios porque Dios me ha dado pues vida para poder lograr lo que yo soñaba.”

Dominios de satisfacción (Trabajo Familia Ocio Salud Ingresos nuestra vida con uno mismo con los demás.²²

“Soy empresaria tengo, tengo pues alrededor de 22 años fabricando pues casi desde que salí de mi universidad, o sea, desde que salí de mi universidad empecé con un taller pequeño de... de ropa y ahora ya vendemos a varias partes pues a lo mejor no en grandes cantidades pero hemos ahora sí que se ha mantenido el negocio por este tiempo pues, por un gran tiempo se... y siento que el ser mujer me... me siento orgullosa de ser mujer.”

“¡sí!, bueno en éste momento mi bebe me ubicó, como que me vuelvo a centrar, en éste momento mi bebe necesita no puedo trabajar ¡ok! Ya ahorita que la bebe tiene un año, o sea, mi mentalidad es ya cuando ella entre al kínder es cuando yo trabajo, yo busco un buen trabajo que sea bien retribuido y que se de mí, en veces, o sea, que está desempeñándose bien, está aplicando lo que estudio, está ganando dinero y ya no desatiende su casa, eso es lo que más me anima, porque mi esposo me ayuda mucho, yo comparto labores del hogar.”

“hemos logrado pues, o sea, porque yo he puesto negocios que no logra la gente, ya deben por aquí, ya deben por allá; y siento que ha sido un negocio equilibrado, no con un dínal, ¡no! Pero nos hemos mantenido y hemos sacado adelante a nuestras familias.”

Discusión

Es posible que la educación pueda ejercer efectos indirectos en el bienestar subjetivo a través de su papel mediador tanto en la consecución de las metas personales

como en la adaptación a los cambios vitales que acontecen, tal como lo señala Meléndez.¹⁶

Las mujeres profesionalistas, entrevistadas en este trabajo y que desarrollaban el rol de trabajo-pareja-madre, consideraron tener buen estado de salud, y no refirieron problemas de índole mental como ansiedad o depresión, resultados similares a otros estudios.⁹

Cuando la madre tiene la satisfacción de realizar sus sueños y a la vez dar un buen ejemplo a sus hijos, les transmite un mensaje positivo que difícilmente podrá borrarse, les enseña a valorar y luchar por sus propios sueños.²

Conclusiones

Las mujeres profesionalistas con trabajo extra-doméstico muestran menos aspectos negativos en sus relatos que den cuenta del funcionamiento mental como son depresión, ansiedad y estrés psicológico, por lo que consideramos al trabajo extra-doméstico como factor protector para problemas de salud.

Los beneficios que recibe la mujer, por el hecho de trabajar fuera de casa son diversos desde lo material, económico y psicológico, social y repercute en la salud familiar y de pareja.

Las mujeres con instrucción escolar profesional y su incorporación al ámbito laboral, tienen mejor interrelación con su ámbito doméstico.

En la vida actual la mujer está llamada a desempeñar un papel clave en la sociedad, combinando sus funciones profesionales con las de madre y esposa. Un trinomio difícil de equilibrar al que sólo la sensibilidad y la capacidad femenina puede responder con excelencia.

Respecto a lo que sucede en el entorno o contexto doméstico, se trata de un espacio poco valorado, por sus evidentes diferencias con el espacio de las tareas sociales, reconocidas históricamente como generadoras de riqueza. Por tanto ellas se mantienen invisibles y sin apreciación social individualizado, aunque el contenido, la competencia y la eficiencia de su trabajo sean diversos.

La administración del uso de tiempo libre les permite a las mujeres profesionalistas realizar actividades que van, desde el trabajo doméstico, esparcimiento, cultura y convivencia, hasta atender sus cuidados personales y educativos, así como desarrollar trabajo gratuito para la comunidad y otros hogares. Otras actividades incluyen también el cuidado de niños y otros miembros del hogar y trabajo para el mercado.

Las mujeres por naturaleza tienen la habilidad de organizarse, de tal forma que, cuando las tareas son planificadas, prácticas y cumplen un fin pedagógico, se convierten en una herramienta que sirve para el diálogo con los hijos estudiantes, a la vez que se les da el ejemplo del cumplir con las responsabilidades a pesar de la carga de trabajo.²

Aun cuando encontramos elementos de corte negativo de los efectos del trabajo extra-doméstico en la mujer profesionalista, son mayores los beneficios. Por lo que es muy probable que debido a ello, la mujer, siga desarrollando

su vida de esta nueva manera, ya, no solo permanece en el ámbito doméstico, sino que ahora emerge, en la vida laboral y económica, de éste país.

Los autores manifiestan no existir conflicto de interés en el presente trabajo.

Responsable de Correspondencia:

María Petrita Del Carmen Olivares Orozco, 16 de septiembre no. 83, Col. Pino Suárez, Zapotlanejo, Jalisco. Tel: 0137 3734 2162, 0137 3735 3797, e-mail: pettyolivares@yahoo.com.mx.

Referencias bibliográficas

1. *Ley General de Salud de la República Mexicana*. 1984, reforma publicada en el *Diario Oficial de la federación*. Consultada el 6 de junio del 2006.
2. Gómez Fonseca M.A., "Madre y estudiante a la vez". *Revista Sentirte Bien*. V Guadalajara, Jalisco, Año 2 No.22 / 2011.
3. OIT, http://igenero.oit.org.pe/index.php?option=com_content&task=view&id=174&Itemid=113, consultado en Marzo del 2010.
4. *Las Normas Internacionales del Trabajo, Un enfoque global (2009) El peso del género, Tendencias mundiales del empleo de la mujeres / Organización Internacional del Trabajo*. - Ginebra: OIT.
5. Córdova M., "La Mujer Mexicana como Estudiante de Educación Superior". *Psicología para América Latina*. UNAM. Número 21 Mayo 2011.
6. Instituto Nacional de Geografía e informática, México, D.F., "Estadísticas, a propósito del día del padre" Datos nacionales. Junio del 2003. México D.F. Junio del 2003. INEGI 2003. <http://www.inegi.gob.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/contenidos/estadisticas/2003>
7. OIT, Tendencias Mundiales del Empleo de las Mujeres de 2009. OIT, Trabajo y familia. <http://www.eclac.cl/cgi-bin/getProd.asp?xml=/prensa/noticias/comunicados/2/29402/P29402.xml&xsl=/prensa/tpl/p6f.xsl&base=/tpl/top-bottom.xsl>. 2010.
8. Ortega L., El estrés y bienestar emocional. Lucía, Cuernavaca, Morelos-<http://www.luciaortega.com/articulos/2005/el-estres-y-bienestar-emocional/> consultado 02 de junio del 2010.
9. Blanco G., M. Sc, Feldman L, Sc. (2000) "Responsabilidades en el hogar y salud de la mujer trabajadora". *Rev. Sal. Púb.* de Méx., Vol. 42, Núm. 3, 30-35.
10. Murphy, Gregory C., Athanasou J.A., "El efecto del desempleo sobre la salud mental". *Revista de Psicología Laboral y Organizacional* 1 de marzo 1999.
11. http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/1944/44B09_10_span.pdf Declaración relativa a los fines y objetivos de la Organización Internacional del Trabajo. Sección II, inciso a.
12. Equidad, Breve radiografía de las familias en México. <http://web-cache.googleusercontent.com/search?q=cache:LRELP1XbmNA-J:www.equidad.org.mx/nuevo/documentos/radiografiafamilais.doc+tipos+de+familia+que+hay+en+mexico&cd=10&hl=es&ct=clnk&gl=mx>. Consultado 02 de junio del 2010
13. http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@webdev/documents/publication/wcms_082363.pdf.
14. Diener E., Lucas R. (1999). "Personalidad y Bienestar Subjetivo". En D. Kahneman, E. Diener y N. Schwarz (Ed.), *Bienestar: Los fundamentos de la psicología hedónica*. Nueva York: Fundación Russell Sage.
15. Diener E, Suh E. M., Lucas R.E., Smith H. L.. (1999). "Subjective well-being: Three decades of progress". *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
16. Berger P., Luckman T., (1968) "La construcción social de la realidad". Buenos Aires: *Amorrortu*, págs: 36-65.
17. OIT-PNUD. *Trabajo y Familia: Hacia Nuevas Formas de Conciliación con Corresponsabilidad Social, Trabajo y Familia: hacia Nuevas Formas de Conciliación con Corresponsabilidad Social*, Santiago, Oficina Internacional del Trabajo y Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2009.
18. Olivares O. (2008), *Entretejiendo el trabajo, el hogar y la pareja*.
19. Meléndez J. C., Navarro E., Oliver A., Tomás J.M., "La Satisfacción Vital" en *Los Mayores Factores Sociodemográficos*. Boletín de Psicología, No. 95, Marzo 2009.
20. Pedrero N. M., *Distribución del tiempo entre trabajo doméstico y extra-doméstico, según la posición en la familia. Consulta técnica sobre contabilización de la producción no remunerada de servicios de salud en el hogar*. Washington DC, Diciembre de 2003.
21. Ryan R., Deci E., (2001). "On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being". *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
22. Expósito F., Herrera M.C., (2009). "Social Perception of Violence Against Women: Individual and Psychosocial Characteristics of Victims and Abusers". *European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 1, 123-145.