

RELACIONES **INTERPERSONALES**



Cinthia Cruz del Castillo ■ Ana Paola Ruiz-Celis
Andrea Bravo Doddoli ■ Norma Alicia Ruvalcaba Romero *Editoras*

RELACIONES INTERPERSONALES



Primera edición, 2024

D.R. © 2024, Universidad de Guadalajara,
Centro Universitario de Ciencias de la Salud.
Sierra Mojada 950-Colonia Independencia Oriente.
C.P. 44340, Guadalajara, Jalisco, México.

ISBN: 978-84-10470-27-9

Impreso y hecho en México
Printed and made in Mexico

RELACIONES INTERPERSONALES

Cinthia Cruz del Castillo
Ana Paola Ruiz-Celis
Andrea Bravo Doddoli
Norma Alicia Ruvalcaba Romero

Editoras

Agradecemos el tiempo invertido en la revisión
de los capítulos a las y los siguientes investigadores:

Dra. Andrea Bravo Doddoli

Dr. Jorge Luis Rivera García

Dra. Paola Eunice Díaz Rivera

Dr. Francisco Leonardo Soler Anguiano

Dr. Marcoantonio Villanueva Bustamante

Dra. Norma Elena Reyes Ruiz

Dra. Pietra Daniela Di Paola

Dra. Jessica Berenice Flores Mendoza

Dra. Judith Guadalupe Ángel Ramírez

Índice

PRESENTACIÓN	13
RELACIONES FAMILIARES	15
CAPÍTULO 1. Prácticas parentales, desregulación emocional y uso problemático del internet en adolescentes <i>Alberto, Leyva, Castañeda, Claudia, Karina, Rodríguez, Carvajal</i>	17
CAPÍTULO 2. Estilos de amor, relación de pareja y neurodesarrollo de niños con nacimiento de alto riesgo <i>María de la Paz Conde-Reyes, Rosalía Jiménez-Quiroz, Valeria Italia González-Sánchez, Diana Eugenia Sánchez-Gómez, Montserrat Alejandra Hernández-Chávez, Angélica Romero-Palencia</i>	31
CAPÍTULO 3. Asociación entre funcionamiento familiar con depresión, ansiedad y satisfacción con la vida en alumnos de escolaridad media <i>Alma Azucena, López-Muñoz, Angélica, Romero Palencia</i>	49
CAPÍTULO 4. Abnegación en cuidadores familiares: Una comparación por sexo. <i>Andrea A. Díaz Ramírez, Maurenn Berenice Hernández Eugenio, Tranquilina Gutiérrez Gómez, Carina Flores Barrios, Azela Angélica De la Cruz Palomo, Florabel Flores Barrios</i>	63
CAPÍTULO 5. Variables que predicen el automanejo en cuidadores familiares de personas con enfermedades crónicas <i>Rodrigo César León Hernández, Claudia Angélica González Santiago, Andrea Cecil Rodríguez Pérez, Daniel Alejandro Álvarez Ramos, María Isabel Peñarrieta de Córdoba, Florabel Flores Barrios</i>	73
CAPÍTULO 6. Efecto de la Pandemia sobre el apoyo social percibido y el afecto positivo y negativo <i>Carolina Espinoza-García y Laura Acuña-Morales</i>	87

CAPÍTULO 7. Calidad de vida respecto al apoyo social y soledad en adultos mayores mexicanos en el contexto post-confinamiento por COVID-19	101
<i>Karina Reyes-Jarquín, Ana Luisa Mónica González-Celis Rangel, María Leticia Bautista-Díaz, Centli Guillén-Díaz-Barriga, Danna Karina Limón Villavicencio, Nahsla Ivonne Reyes Nieves</i>	
CAPÍTULO 8. Construcción y validación preliminar de la escala del trastorno de ansiedad generalizada en adultos mayores	117
<i>Carolina Casas Moreno, Ana Karen Espinosa Cruces, Alejandra Lara de la Torre, Eunice Ximena Muñoz Medina, Erick Peralta Vicuña, Alan Iván González-Jimarez</i>	
VIOLENCIA	131
CAPÍTULO 9. Autorregulación: factor asociado a la magnitud de la violencia en la mujer y el hombre	133
<i>Blanca Inés Vargas Núñez, María Sughey López Parra, Eduardo Cortés Martínez</i>	
CAPÍTULO 10. Robo de Casa-Habitación: Una perspectiva integrativa del crimen	151
<i>Esther López Corral</i>	
CAPÍTULO 11. Violencia bidireccional: su presencia en las relaciones de noviazgo.	161
<i>Jadel Guadalupe Rodríguez-Valdez, Marisol Elizalde-Monjardín</i>	
CAPÍTULO 12. Indicadores del riesgo feminicida en mujeres del Valle de México: Un análisis cualitativo	175
<i>Ethan Rubén, Rivera García, Sofía, Rivera Aragón, Jorge Luis, Rivera García</i>	
Capítulo 13. “Vete a la primera”. Claves para la liberación patriarcal en la biografía amorosa de mujeres tamaulipecas	189
<i>Katia Cecilia Uresti Maldonado, Denisse Chacón Alanís</i>	

GÉNERO	203
CAPÍTULO 14. Privacidad y Género: Más allá de los muros. Género y la redefinición de la intimidad en el siglo XXI <i>Verónica M. Marín Martínez</i>	205
CAPÍTULO 15. Conformidad con las normas masculinas: diferencias por sexo <i>Ana Carolina Reyes-Rodríguez, Fernanda Inez García-Vázquez, Juan Fernando Medina-Ávila y Angel Alberto Valdés-Cuervo</i>	227
CAPÍTULO 16. Factores de riesgo para el embarazo precoz en jóvenes escolarizados <i>María Luisa Flores Arias, Clara Teresita Morales Álvarez, Gloria Maricela Guerra Rodríguez</i>	241
CAPÍTULO 17. Regulación emocional cognitiva, miedo y conducta prosocial en niños y niñas guanajuatenses. <i>Verónica Reyes Pérez, Raúl José Alcázar-Olán</i>	255
CAPÍTULO 18. Exploración de la capacidad predictiva del rol de género hacia las conductas prosociales al volante en jóvenes conductores. <i>Carlos Alberto Mirón Juárez, Emilia Paulina García García, Santa Magdalena Mercado Ibarra.</i>	269
CAPÍTULO 19. Comparación de cuerpos disidentes y hegemónicos en la autoestima corporal de los adolescentes <i>Alejandra Oropeza Flores, Ana Teresa Rojas Ramírez, Aranza Citlali Flores Hernández, Betsua Nava Núñez, Daniela Camila Díaz Zamora y Montserrath Zepeda Ortiz.</i>	281
CAPÍTULO 20. Actitudes hacia la figura corporal y adicción a las redes sociales <i>Blanca Edith Pintor Sánchez, Camila Ruiz García</i>	297
CAPÍTULO 21. Variables que predicen insatisfacción corporal en universitarios del sur de Tamaulipas. <i>Rodrigo César León Hernández, Erika Berenice Mártir-Hernández, Claudia Angélica González Santiago, Gregorio Méndez Santos, Andrea A. Díaz Ramírez, Andrea Cecil Rodríguez Pérez</i>	309

RELACIONES DE PAREJA Y SEXUALIDAD	325
CAPÍTULO 22. Comportamiento sexual saludable y su relación con factores contextuales, bienestar personal y premisas histórico-socioculturales en universitarios	327
<i>Iveth Paulina Salcido Amado, Jesús Tánori Quintana, Raquel García Flores</i>	
CAPÍTULO 23. Sexualidad y personalidad como predictores de felicidad	341
<i>Regina Sofía Tapia Muciño, Pedro Wolfgang Velasco Matus</i>	
CAPÍTULO 24. Efectos de la sociocultura sexual y la (no) monogamia en las prácticas sexuales de riesgo de adultos mexicanos.	355
<i>Martha Lizbeth Pacheco Gómez, Paola Eunice Díaz Rivera, Rolando Díaz-Loving</i>	
CAPÍTULO 25. El papel de los estilos y conductas de interacción en la infidelidad de parejas jóvenes: diferencias entre hombres y mujeres.	369
<i>María Sughey López-Parra, Blanca Inés Vargas Núñez, Fabián San Juan Tolentino</i>	
CAPÍTULO 26. Percepción de las relaciones no convencionales o situationships: Diferencias por género y estado sentimental.	383
<i>María Sughey López-Parra, Blanca Inés Vargas Núñez, Fabián San Juan Tolentino</i>	
CAPÍTULO 27. Confianza, Conductas prosociales, comunicación y necesidades psicológicas básicas en el bienestar en relaciones positivas adolescente	397
<i>Reyes Valenzuela Jorge Luis, Echeverría Castro Sonia Beatriz, Ariatna Yasú Montoya Ayala</i>	
CAPÍTULO 28. Dar o recibir: análisis del compromiso desde la pareja puertorriqueña	413
<i>Ruth Nina-Estrella</i>	

RELACIONES LABORALES Y AMBIENTALES	425
CAPÍTULO 29. Coworking: (Re)definición de los espacios de trabajo en Puerto Rico.	427
<i>Ruth Nina-Estrella, Jesús J. Marrero Centeno</i>	
CAPÍTULO 30. La relación de la comunicación laboral con la satisfacción laboral	445
<i>Marcela Gómez-Hasfield, Rolando Díaz-Loving, Marcoantonio Villanueva Bustamante</i>	
CAPÍTULO 31. Influencia del microsistema en la determinación de creencias y normas de éxito en adultos mexicano	461
<i>Jorge Luis Rivera García, Sofía, Rivera Aragón, Luz María Cruz Martínez, Ethan Rubén, Rivera García</i>	
CAPÍTULO 32. Características de la relación vida-trabajo en mujeres con trabajo informal remunerado en la Zona Metropolitana del Valle de México.	477
<i>Emmanuel Martínez-Mejía, Frida Barrientos Zamora</i>	
CAPÍTULO 33. Permanencia en el voluntariado. Una comparación de la teoría de la acción planificada y el modelo de las tres fases de permanencia en el voluntariado	495
<i>Fernando Chacón Fuertes, Álvaro Benito Ballesteros, Rocío Lana Blond, Daniel Ondé Pérez</i>	
CAPÍTULO 34. Relación entre las conductas de riesgo al volante, las actitudes hacia la seguridad vial y la anormatividad en jóvenes de Ciudad Obregón, Sonora	511
<i>Luz Clara Rivas Bustamante, Carlos Alberto Mirón Juárez, Giovana Rocío Díaz Grijalva, Santa Magdalena Mercado Ibarra</i>	
CAPÍTULO 35. Relación entre los estilos de liderazgo de Bass y la satisfacción con el supervisor: analizando las disparidades basadas en el género del líder	525
<i>Omar Wenceslao Gallardo Paramo, Carlos Alberto Mirón Juárez, Giovana Rocío Díaz Grijalva, Eneida Ochoa Ávila</i>	

CAPÍTULO 36. Predictores de resiliencia en docentes del Estado de México. <i>Margarita Valle Santana, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, Johannes Oudhof Van Barneveld, Alejandra del Carmen Domínguez Espinosa</i>	539
CAPÍTULO 37. El uso de las TIC por los docentes universitarios entre antes y durante la pandemia por COVID-19 <i>Martin Omar Moreno Ruiz, José Ángel Vera Noriega, José Luis Ramírez Romero</i>	533
CAPÍTULO 38. La percepción del riesgo sobre el uso del agua de lluvia en la Ciudad de México. <i>Mireya Jocelyn Gómez Nava, Patricia Ortega Andeane, Cesáreo Estrada Rodríguez</i>	547
CAPÍTULO 39. Efecto mediador de estrategias de afrontamiento entre estrés, ansiedad y depresión en adolescentes <i>Elizabeth Sosa García, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, Johannes Oudhof Van Barneveld, Martha Adelina Torres Muñoz</i>	561

Características de la relación vida-trabajo en mujeres con trabajo informal remunerado en la zona metropolitana del Valle de México *

*Emmanuel Martínez-Mejía **

*Frida Barrientos Zamora ***

Sustento teórico

Para la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el trabajo informal se refiere a cualquier actividad realizada para producir bienes o prestar servicios para uso de otros o para uso propio, que en la ley o en la práctica no están cubiertas por acuerdos formales ni responsabilidades, obligaciones y protección de las unidades económicas y las personas trabajadoras (OIT, 2003).

Cabe mencionar que en la 19ª Conferencia Internacional de Estadísticas del Trabajo (OIT, 2013), la resolución relativa a las estadísticas del trabajo, la ocupación y la subutilización de la fuerza de trabajo amplió el alcance de las estadísticas del trabajo al reconocer la necesidad de recopilar datos sobre diferentes formas de trabajo, tanto remunerado como no remunerado. Así, hoy en día la OIT reconoce dos tipos de trabajo en la economía

* Reconocimiento: Laboratorio de Innovación en Psicología del Trabajo y de las Organizaciones.

* Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México. <https://orcid.org/0000-0002-4095-359X>

* Correo de autoría principal: emmanuel.martinez.mejia@comunidad.unam.mx

** Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

informal: las actividades productivas a cambio de una compensación económica o beneficio, sin seguridad social (empleo informal), y las actividades productivas no remuneradas, es decir, el trabajo de producción de uso propio, cuidados familiares, el trabajo voluntario y el trabajo en prácticas no remunerado.

Desde la perspectiva de la OIT (2013), el empleo informal se puede clasificar en dos grupos: 1) dentro del sector informal: trabajadores por cuenta propia empleados en sus empresas informales. Trabajadores familiares auxiliares. Trabajadores asalariados con empleo informal. Miembros de cooperativas informales de productores. Trabajadores autónomos que producen bienes para su uso doméstico (siempre que se consideren trabajadores). 2) Fuera del sector informal: personas empleadas informalmente en el sector formal. Trabajadores familiares trabajando en empresas formales. Trabajadores domésticos empleados en hogares.

Desde esta perspectiva, se hacen evidentes algunos aspectos de la informalidad: la carencia de protección social, de representación y voz colectiva y de derechos en el trabajo en general. Por lo que están excluidos de los beneficios provistos legalmente por el Estado. Debido a ello, la economía informal se caracteriza por la desprotección, la inseguridad y la vulnerabilidad (OIT, 2013; Williams, 2015).

La resolución de la Conferencia Internacional del Trabajo 2002 propuso el término “economía informal” en lugar del utilizado anteriormente, “sector informal”, para describir mejor el gran alcance y diversidad del fenómeno en todo el mundo. Este cambio de enfoque hace referencia a los trabajadores mayormente excluidos del sistema formal, que no suelen ser incluidos en las estadísticas oficiales y en la formulación de políticas (OIT, 2002).

Hablar de mujeres en la economía informal es reconocer que realizan: “todas las actividades que, en la legislación o la práctica, no recaen en el ámbito de mecanismos formales o éstos son insuficientes” (OIT, 2003: 5).

El contexto socioeconómico en México de vulnerabilidad, de la independencia o autosuficiencia económica de las mujeres es grave. De acuerdo con García (2023), datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2022 (ENIGH) y del Coneval, señalan que el 37% de las mujeres viven en situación de pobreza en México, es decir, 24.8

millones de mujeres. Si bien la proporción de mujeres en situación de pobreza es ligeramente mayor que la de los hombres (36%), ellas reciben 35% menos ingresos, situación que se acentúa según las condiciones sociodemográficas; por ejemplo, las mujeres que son madres reciben 57% menos ingresos que los padres. En consecuencia, las mujeres dependen 2.2 veces más que los hombres de los ingresos de terceros (ingresos por pensiones, jubilaciones, becas, remesas, programas sociales, transferencias en especie), lo que reduce su independencia económica (IMCO, 2023).

En este sentido, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo febrero 2024 (ENOE), las mujeres constituyen el 40% de la población ocupada en México, 20% menos que los hombres, y hasta un 56% labora en la informalidad. En otras palabras, poco más de la mitad de las mujeres trabajadoras en México no tienen un empleo, lo cual las deja en una mayor situación de vulnerabilidad.

Por otro lado, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Uso del Tiempo 2019 (ENUT) hoy en día las mujeres mexicanas continúan dedicando más del doble de tiempo que los hombres a labores domésticas y de cuidado familiar; aproximadamente asignan 30.8 horas semanales al trabajo doméstico y 28.8 al cuidado de integrantes del hogar, mientras que los hombres sólo 12.3 y 12.9 horas, respectivamente. También se encontró que las mujeres destinan sólo 6.3 horas por semana a su cuidado personal (comer, asearse, meditar, rezar, y cuidado a la salud), sin contar el sueño, y 7.2 a las actividades de convivencia y entretenimiento.

Lo anterior refleja que las mexicanas en general dedican muy poco tiempo a su autocuidado, lo cual se acentúa si tienen un trabajo, sea formal o informal, reconocido o no. A propósito, de acuerdo con el “Índice para una vida mejor” de la OCDE (2015), México es el país con el porcentaje más alto de personas que trabajan de manera remunerada muchas horas, y el tercero que menos horas dedica al ocio y cuidado personal, con un promedio de 13.5 horas al día (contando el tiempo para dormir), cuando el promedio de la OCDE es de 15 horas. En pocas palabras, México es uno de los países de la OCDE con peor balance vida-trabajo.

La teoría de la interacción vida-trabajo o también conocida como trabajo-familia, señala que estos dos dominios son interdependientes, se afectan o se benefician mutuamente, y tienen un impacto tanto sobre

la persona trabajadora, su familia, sus compañeros de trabajo, al mismo lugar donde trabaja, a sus proveedores y sus clientes (Clark, 2000). En este sentido, el balance entre la vida personal o familiar y la vida laboral se ha definido como “la medida en que una persona está igualmente comprometida y satisfecha con su rol laboral y su rol familiar” (Greenhaus *et al.*, 2003: 513). Cuando no se gestiona de manera adecuada, se llegan a presentar conflictos de roles que impactarán a una u otra esfera, poniendo en riesgo la salud y el desempeño de las personas, lo que afectará directamente a su estabilidad económica y familiar (Greenhaus y Beutell, 1985), es decir, lo convierte en un riesgo psicosocial (Martínez-Mejía, 2023a; Romero *et al.*, 2014).

A nivel internacional, de acuerdo con el Índice para una vida mejor (OCDE, 2015), el llamado balance vida-trabajo se refiere a la capacidad de combinar con éxito o conciliar el trabajo, los compromisos familiares y la vida personal, contribuyendo al bienestar de la persona trabajadora y su familia. Este equilibrio de las tensiones generadas entre las responsabilidades profesionales y familiares se pueden lograr mediante acciones gubernamentales que promuevan prácticas laborales solidarias y flexibles.

De acuerdo con la OIT,⁴ todas las personas tienen derecho a conseguir un trabajo decente y productivo en condiciones de libertad, equidad, seguridad y dignidad humana. Es decir, el ser humano por derecho debería acceder a un empleo digno que cuente de manera sustantiva con: oportunidades de trabajo, salario adecuado, jornada laboral decente, balance vida-trabajo, estabilidad y seguridad en el trabajo, igualdad de oportunidades y trato, entorno de trabajo seguro, seguridad social, diálogo social y representación.

Ya que se trata de un tema que abarca una aproximación conjunta entre la psicología social y la psicología del trabajo, se plantea responder a la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son las características de la relación vida-trabajo en mujeres con trabajo informal remunerado? Por tanto, el objetivo de este estudio fue explorar y describir las características de la relación vida-trabajo en mujeres con trabajo informal remunerado en la zona metropolitana del Valle de México.

4 <https://www.ilo.org/global/topics/decent-work/lang-es/index.htm>

Método

Tipo y diseño de estudio

Se llevó a cabo un estudio exploratorio cualitativo para identificar características de la relación vida-trabajo en mujeres con trabajo informal remunerado en la zona metropolitana del Valle de México (ZMVM).

Muestreo y participantes

Se realizó una estrategia de muestreo no probabilístico, intencional, por conveniencia y bola de nieve (Hernández *et al.*, 2014). Participaron 25 mujeres de la economía informal con remuneración que trabajan en la ZMVM. Con base en las cohortes generacionales de Parry y Urwin (2011), se obtuvieron los siguientes grupos: cinco de la generación “baby boomers” (1943-1960); siete de la generación X (1961-1981); cinco “millennials” (generación Y, 1982-1997); y ocho “centennials” (generación Z, 1998-2015).

Instrumentos y técnicas

Se diseñó una entrevista semiestructurada *ad hoc* con 12 preguntas para identificar las características de la relación vida-trabajo (Martínez-Mejía, 2023b), que integra tanto preguntas cerradas de “Sí” y “No” (p. ej. “Además de su trabajo, ¿tiene que cumplir con tareas del hogar y cuidado de la familia?”), como preguntas abiertas de profundización (p. ej. “¿Cómo le afecta tener un trabajo y además cumplir con tareas del hogar y cuidado de la familia?”).

Procedimiento

Una vez que se estableció el contacto con las mujeres participantes, se leyó el consentimiento informado y, una vez que aceptaron participar en el estudio, se aplicó una entrevista semiestructurada a 25 mujeres de la economía informal con remuneración que trabajaban en la ZMVM.

Análisis de información

Para los datos sociodemográficos y laborales se realizaron análisis estadísticos descriptivos (Hernández *et al.*, 2014). Para la entrevista semiestructurada se aplicó análisis de contenido como procedimiento interpretativo de las respuestas a las preguntas abiertas (Piñuel, 2002).

Resultados

En cuanto a la ocupación principal, de las 25 mujeres participantes, el 32% son profesionistas independientes, el 20% en un oficio por cuenta propia, el 12% con negocio propio, el 12% trabajan en el negocio familiar, el 4% en servicio doméstico y el 20% reportó otro tipo de ocupación, como asistente administrativo, actividades culturales y cuidado de familiar. Las mujeres que son el principal aporte económico a la familia son de la generación X (Figura 1). Todas las mujeres reportaron tener pareja y las únicas que no tienen hijos son de la generación Z (Figura 2).

Figura 1. Mujeres como el principal aporte económico del hogar, por generación

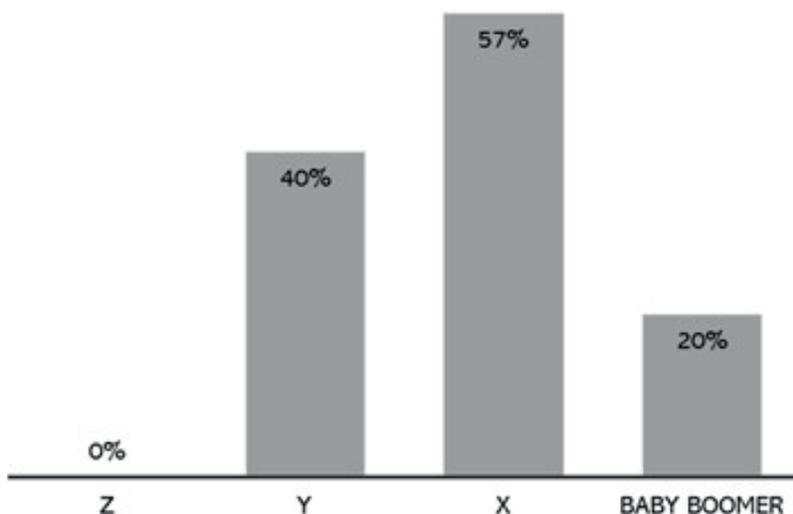
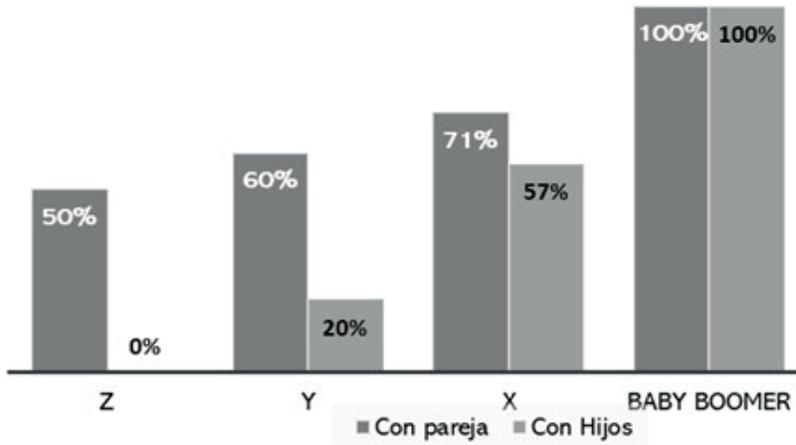


Figura 2. Mujeres con pareja e hijos, por generación



En cuanto al nivel de estudios, casi todas las *centennials* terminaron una licenciatura y casi todas las *millennials* empezaron a estudiarla, aunque sin concluirla; menos de la mitad de la generación X terminó una carrera universitaria o la dejó sin finalizar, y más de la mitad de las *baby boomers* se estancó en la educación básica.

En cuanto a las variables laborales, se identificó un promedio general de 6.6 horas de trabajo al día. Las generaciones que más horas trabajan son las *baby boomers* y la generación Y (Figura 3). En general, trabajan en promedio cinco días a la semana. Se encontró que la mitad de las mujeres ganan por debajo de la línea de la pobreza y hasta un salario mínimo (Tabla 1).

Figura 3. Promedio de horas de trabajo al día, por generación

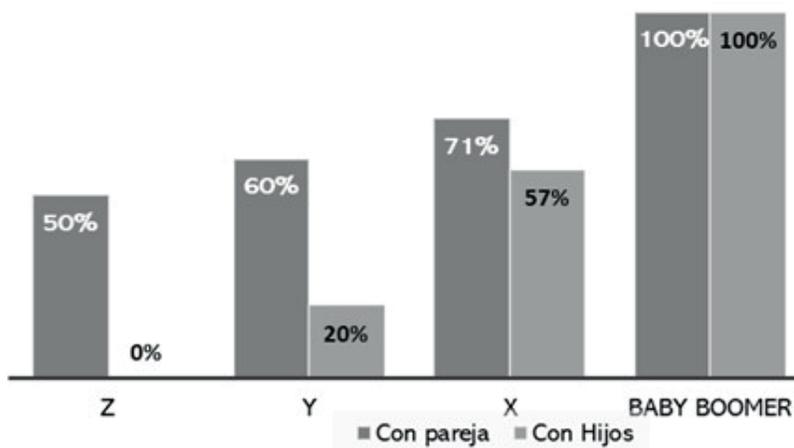


Tabla 1. Remuneración de las mujeres con trabajo informal de la muestra total

Concepto	Remuneración	Frecuencia
Debajo de la línea de la pobreza.	Menor a \$4,275 pesos	6
Superior a la línea de pobreza, pero menor al salario mínimo (2023).	Entre \$4,280 y \$6,300 pesos	7
De 1 salario mínimo (2023) a por debajo del promedio de clase baja urbana.	Entre \$6,300 y \$12,990 pesos	9
Entre la media de la clase baja y la media de la clase media.	Entre \$13,000 y \$23,460 pesos	3

Nota: línea de pobreza (Coneval, 2023). Salario mínimo 2023. Ingresos por clase social (INEGI, 2021).

A partir del análisis del perfil sociodemográfico y laboral de las mujeres de esta muestra, se realizó el análisis sobre las características de su equilibrio vida-trabajo. Se les preguntó si lograban equilibrar todas las exigencias de su trabajo, su familia y su vida personal. Las *baby boomers* y generación X todas señalaron que Sí, mientras que la generación Z fueron las que menos lo lograban (Figura 4). Además, se encontró un promedio

del 49%. Por tanto, considerando tanto las horas de trabajo como las horas dedicadas a las tareas del hogar, obtenemos un aproximado de 9.6 horas diarias en promedio de trabajo total. Con excepción de una de las participantes, todas las demás señalaron que además del trabajo, debían cumplir con tareas del hogar y cuidado de la familia (Figura 6).

Figura 4. Equilibrio general de todas las exigencias del trabajo, familia y vida personal

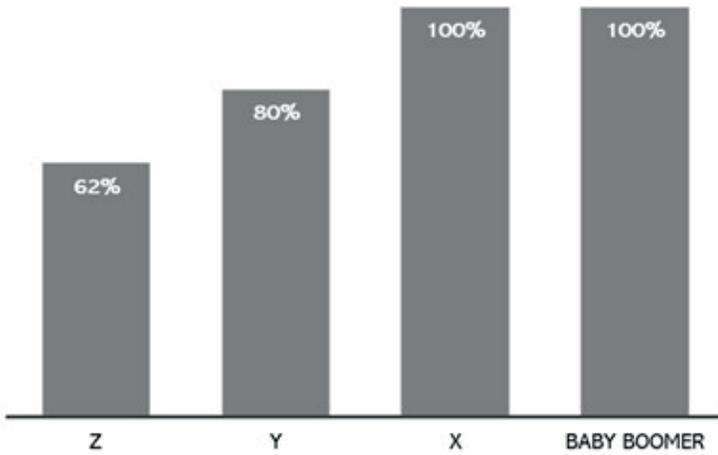


Figura 5. Porcentaje de labores domésticas realizadas tomando en cuenta el total de las tareas

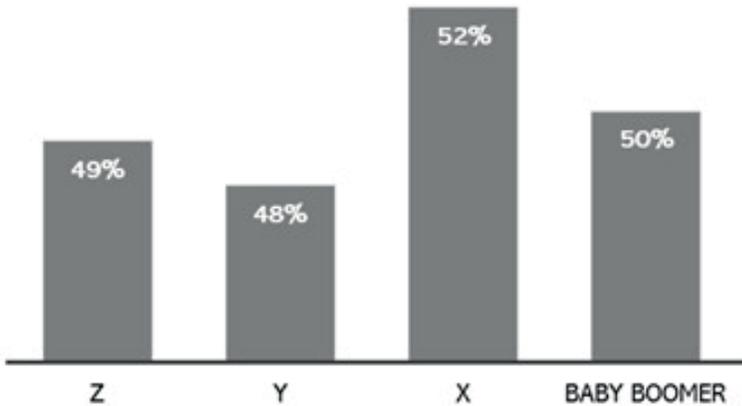
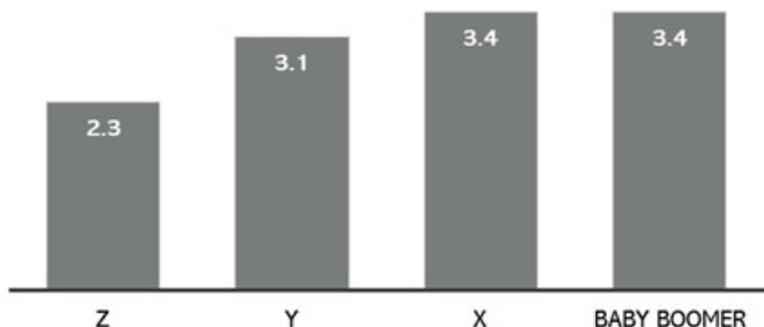


Figura 6. Promedio de horas al día destinadas a realizar tareas del hogar y cuidado de la familia



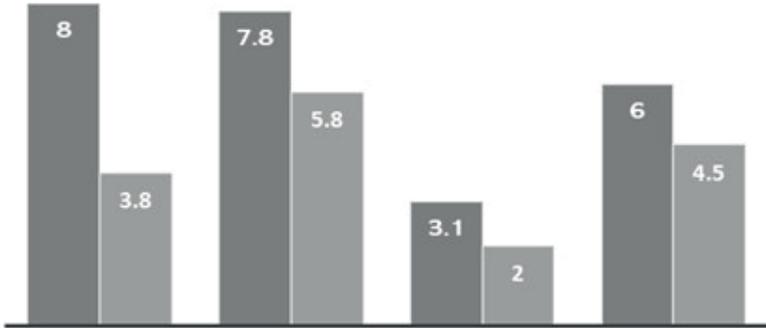
Se exploraron las prestaciones que consideraron necesarias otorgar a las madres trabajadoras, y muchas de las que mencionaron ya están consideradas en la Ley Federal del Trabajo (LFT, 2024), por lo que se puede interpretar que hace falta mucha transmisión de información sobre los derechos laborales de las mujeres (Tabla 2).

Tabla 2. Prestaciones que consideran necesario otorgar a las madres trabajadoras

	<i>Frecuencia</i>
Derechos incluidos en la LFT:	
• Licencia de maternidad.	20
• Servicio de guardería.	10
• Periodo de lactancia.	7
Derechos que no contempla la LFT:	
• Apoyos económicos.	17
• Flexibilidad en el horario laboral.	7
• Días económicos para cuidados familiares.	6

Considerando los derechos de las madres trabajadoras señalados en los artículos 170 y 171 de la LFT (2024), también se les preguntó sobre el tiempo que consideraban adecuado para la licencia de maternidad y paternidad, y se encontró en general para la maternidad seis meses y para la paternidad cuatro meses (Figura 7).

Figura 7. Meses que consideran adecuados para la licencia de maternidad y paternidad



También se exploraron las propuestas de las mujeres para tener un equilibrio vida-trabajo que se concentraron en tener un mayor ingreso económico y poder tener más tiempo para el autocuidado (Tabla 3).

Tabla 3. Propuestas para tener un equilibrio entre el trabajo, la familia y la vida personal

	<i>Frecuencia</i>
Lograrían un mejor equilibrio si tuvieran:	15
• Mayor ingreso económico.	5
• Más tiempo para descansar y relajarse.	4
• Mejor administración del tiempo destinado a las actividades diarias.	3
• Menos labores domésticas.	3
• Nada, se sienten bien.	8

Discusión

Se llevó a cabo un estudio cualitativo con el objetivo de explorar las características de la relación vida-trabajo en mujeres con trabajo informal remunerado en la zona metropolitana del Valle de México (ZMVM). El grupo general de estudio lo conformaron mujeres nacidas en México de 18 a 70 años distribuidas en las generaciones Z, Y, X y *baby boomers*. Si

bien más de la mitad aportan monetariamente al hogar, poco menos de la mitad son el principal sostén económico.

La principal ocupación de estas mujeres son actividades remuneradas que desempeñan en empresas, escuelas, instituciones y casas, sin un contrato formal. Las trabajadoras prestan sus servicios ya sea como maestras, asistentes ejecutivas, comunicólogas, empleadas domésticas y administradoras. Además de su trabajo, realizan otras tres actividades relevantes: labores domésticas, actividades académicas y actividades recreativas.

En promedio trabajan 6.6 horas al día, cinco días a la semana. Si bien las *baby boomers* son las que trabajan más por día con 8.6 horas, la generación Y trabajan más días y horas a la semana con 6 y 47, respectivamente. Así pues, las mujeres perciben en su mayoría entre \$4,280 y \$12,990 pesos al mes, lo equivalente de un salario mínimo (2023), hasta por debajo del promedio de la clase baja urbana (Coneval, 2023).

Si bien casi todas las mujeres tienen la necesidad de cumplir, además del trabajo, con tareas del hogar y cuidado de la familia, en promedio tres horas al día, pues realizan en promedio el 49% del total de labores domésticas. Todas las *baby boomers* y generación X señalan tener equilibrio a pesar de ser quienes más horas al día dedican a las tareas domésticas y de cuidado familiar, y las únicas que deben hacer más de la mitad de todas las tareas del hogar. Además, las *baby boomers* son las únicas que trabajan más de ocho horas al día los cinco días a la semana. La gran mayoría de las *baby boomers* y generación X no creen que les impacta negativamente tener trabajo y además cumplir con labores domésticas. Esto refleja que todavía persiste una normalización de las mujeres más grandes de edad a realizar la mayoría de las labores domésticas y de cuidado familiar, pues a pesar de que señalen tener que hacer menos labores porque le pagan a una persona que las realice y reciben ayuda de sus familiares, aún deben cumplir con al menos la mitad de todo el quehacer del hogar, cuando en promedio comparten hogar con tres personas más. Tal normalización de estos grupos poblacionales se debe principalmente a patrones socio-culturales más marcados que en poblaciones más jóvenes, mismos que replican los roles y estereotipos femeninos y las dinámicas de opresión y desigualdad de género; en este caso el rol del trabajo doméstico y cuidado familiar asignado históricamente a las mujeres (Solís, 2017).

Por su parte, a las más jóvenes de la investigación (generación Z y *millennials*) sí les impacta negativamente el tener que cumplir con poco menos de la mitad de todas las labores del hogar, pues reportan tener mucha carga mental y física, y sentir que no disponen del tiempo suficiente para realizar todas sus tareas diarias de trabajo, académicas y de autocuidado. Al respecto, todas las *centennials* y parte de las *millennials* también dedican gran parte de su tiempo a actividades académicas, lo cual les dificulta destinar mucho tiempo a las labores del hogar. Estos resultados pueden indicar que las mujeres más jóvenes tienen otra visión sobre las desigualdades y estereotipos de género, de ahí que no tengan tan normalizado el rol de trabajadoras domésticas.

No obstante, si bien la gran mayoría afirmó tener una relación vida-trabajo equilibrada, más de la mitad declara que podría mejorar dicha conciliación si tuvieran mayor ingreso económico, más tiempo para descansar y relajarse, mejor administración del tiempo destinado a las actividades diarias y menos labores domésticas. En otras palabras, lograrían un mejor equilibrio si dedicaran más tiempo a su autocuidado, o bien a las acciones destinadas a fortalecer o restablecer el estado de bienestar integral (bienestar físico, psicológico y social), así como prevenir enfermedades (Cáceres *et al.*, 2022; Cancio-Bello *et al.*, 2020).

Una aproximación a estos resultados es que las mujeres están dejando poco a poco el ideal de la llamada hiperproductividad, una corriente muy impulsada por la sociedad moderna capitalista, que obliga a las personas a ser continuamente productivos y eficientes para lograr mayor éxito, principalmente económico, y ser más valiosos ante los demás, de modo que el tiempo de ocio no es bien visto (Domínguez *et al.*, 2021).

Finalmente, aunque las mujeres de esta investigación declaran tener una aceptable conciliación vida-trabajo y concuerdan en que puede mejorar su equilibrio en ese aspecto si principalmente tuvieran mayor ingreso y pudieran dedicar más tiempo a su autocuidado (OCDE, 2015), se detectó normalización en el exceso de trabajo no remunerado del hogar, lo que puede estar relacionado con la falta de difusión de información y concientización sobre los derechos laborales de las mujeres.

Referencias bibliográficas

- Alcántara, G. (2018). La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 9(1), 93-107.
- Aranzú, N. (2023, 3 de agosto). ¿Todas las mexicanas tienen acceso a la salud? *IMCO*. <https://imco.org.mx/todas-las-mexicanas-tienen-acceso-a-la-salud/#:~:text=Adem%C3%A1s%20de%20las%20trabajadoras%20en,reportaron%20contar%20con%20esta%20cobertura>
- Cáceres, R., Gonzáles, A., y Torres, A. (2022). *Manual de autocuidado*. Fundasil.
- Cancio-Bello, C., Lorenzo, A., y Alarcó, G. (2020). Autocuidado: Una aproximación teórica al concepto. *Informes Psicológicos*, 20(2). <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a9>
- Clark, S. C. (2000). Work/family border theory: A new theory of work/family balance. *Human Relations*, 53(6), 747-770. <https://doi.org/10.1177/0018726700536001>
- Cresswell, J. (2013). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches*. Sage.
- Domínguez, E. G., González, M., y Chiappini, F. (2021). Resistencias y reproducciones de mujeres académicas: Estrategias de supervivencia en la academia patriarcal/neoliberal. *Quaderns de Psicologia*, 23(2), e1603. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1603>
- García, A. (2023, 13 de agosto). Siete de cada 10 mujeres en México viven en pobreza o vulnerabilidad socioeconómica. *El Economista*. <https://www.economista.com.mx/politica/7-de-cada-10-mujeres-en-Mexico-viven-en-pobreza-o-vulnerabilidad-socioeconomica-20230813-0001.html>
- García, L. A. (2021). Movimientos feministas en México: Prácticas comunicativas digitales y riesgos. *Virtualis*, 12(23), 44-66. <https://doi.org/10.46530/virtualis.v12i23.382>
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., y Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510-531. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00042-8](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00042-8)

- Greenhaus, J. H., y Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88.
- Hernández, B. (2014). *¿Seguridad o inseguridad social para las mujeres mexicanas?: Una mirada desde el enfoque de género a la política pública federal en materia de pensiones en México: Caso de la Ley del Seguro Social (post-reforma 1995)*. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Hernández, R., Collado, Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- IMCO. (2022, 6 de septiembre). La violencia de género limita la participación de las mexicanas en el mercado laboral. *IMCO*. <https://imco.org.mx/la-violencia-de-genero-limita-la-participacion-de-las-mexicanas-en-el-mercado-laboral/>
- . (2023, 24 de agosto). Las mujeres, con menor independencia económica según datos de la ENIGH. *IMCO*. <https://imco.org.mx/las-mujeres-con-menor-independencia-economica-segun-datos-de-la-enigh/>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2019). *Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo: Presentación de resultados*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut_2019_presentacion_resultados.pdf
- . (2023). *Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana, cuarto trimestre 2023: Principales resultados* [Boletín]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/ensu/ensu2024_01.pdf
- . (2024). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, cuarto trimestre de 2023: Principales resultados* [Boletín]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/enoe/enoe2024_02.pdf
- Juárez, B. (2023, 15 de febrero). Participación laboral de las mujeres en México alcanzó niveles históricos en 2022. *El Economista*. <https://www.economista.com.mx/capitalhumano/Participacion-laboral-de-las-mujeres-en-Mexico-alcanzo-niveles-historicos-en-2022-20230215-0025.html>
- Martínez-Mejía, E. (2023a). Espectro de los factores psicosociales en el trabajo: Progresión desde los riesgos psicosociales hasta los

- protectores psicosociales. *Ciencia Ergo-sum*, 30(2), 90. <https://doi.org/10.30878/ces.v30n2a11>
- . (2023b). *Entrevista de balance vida-trabajo*. (Documento de trabajo inédito). Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Núñez, P. (2002). Cuestiones teóricas y metodológicas sobre la selección y diseño de actividades para la educación lingüística. *RESLA*, 15, 113-135.
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2002). *Conferencia Internacional del Trabajo 90ª reunión: Resolución relativa al trabajo decente y la economía informal*. Oficina Internacional del Trabajo. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---relconf/---reloff/documents/meetingdocument/wcms_080536.pdf
- . (2003). *Medición de la economía informal*. OIT. http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/---emp_policy/documents/publication/wcms_229450.pdf
- . (2005). *Economía informal en las Américas: Situación actual, prioridades de políticas y buenas prácticas*. OIT. <https://www.oas.org/udse/espanol/documentos/IIgrupostrabajo/doc15.doc>
- . (2013). *La economía informal y el trabajo decente*. OIT. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/---emp_policy/documents/publication/wcms_229429.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. OMS. <https://apps.who.int/gb/bd/pdf/bd48/basic-documents-48th-edition-sp.pdf?ua=1#page=7>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. (2015). *Índice para una vida mejor: Enfoque en los países de habla hispana de la OCDE. Chile, España, Estados Unidos y México*. OCDE.
- Parry, E., y Urwin, P. (2011). Generational differences in work values: A review of theory and evidence. *International Journal of Management Reviews*, 13(1), 79-96. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2370.2010.00285.x>
- Piñuel, J. L. (2002). Epistemología, metodología y técnicas del análisis de contenido. *Sociolinguistic Studies*, 3(1), 1-42.

- Ramírez, B., Nava, I., Granados, A., y Badillo, G. (2021). La desigual participación de las mujeres mexicanas en el acceso y en los beneficios de la seguridad social. *Revista Latinoamericana de Derecho Social*, 30, 95-122.
- Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-6. <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Romeo, M., Yepes-Baldó, M., y Berger, R. (2014). Contribución española e iberoamericana al estudio del “work life balance”: Claves para la intervención. *Papeles del Psicólogo*, 35(1), 48-58.
- Salanova, M. (2009). *Psicología de la salud ocupacional*. Editorial Síntesis.
- Scott, J. (1993). La mujer trabajadora en el siglo XIX. *Historia de las mujeres en Occidente*, 4, 405-436.
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social. (2024). *Ley Federal del Trabajo*. <https://www.diputados.gob.mx/leyesbiblio/pdf/lft.pdf>
- Solís, P. (2017). *Discriminación estructural y desigualdad social: Con casos ilustrativos para jóvenes indígenas, mujeres y personas con discapacidad*. Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, Col. Fundamentos. <http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/discriminacion-estructural-y-desigualdad-social-con-casos-ilustrativos-para-jovenes-indigenas-mujeres-y-personas-con-discapacidad/>
- Tapia, M. (2020). *El ocio como elemento del autocuidado*. Universidad Nacional de Huancavelica.
- Waltzer, S. (1996). Thinking about the Baby: Gender and Divisions of Infant Care. *Social Problems*, 2(43), 219-234. <https://www.jstor.org/stable/3096999>
- Williams, C. C. (2015). *The informal economy as a path to expanding opportunities* [Report]. Sudáfrica: Centre for Development and Enterprise (CDE). <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2804172>