



# Caritas

## Cuando el cuidado lleva a la exclusión

*Las mujeres son las principales sustentadoras de los cuidados familiares. Y si están solas, sin ayuda y sin redes de apoyo, sus dificultades para salir adelante aumentan.*

*Lucas Izquierdo. Caritas Española*

Los cuidados en nuestro país, ya sean de hijos o de padres, siguen siendo una actividad eminentemente femenina. “La economía de los cuidados se basa en la desigualdad de género, y en su mayoría, está en manos de mujeres, tanto si hablamos de economía formal como informal o sumergida”, apunta Noelia de Pablo, responsable del Programa de Mujer de Caritas Española.

### ¿Trabajar o cuidar?

Si el cuidado, además, debe conciliarse con la actividad laboral, la sobrecarga de responsabilidades puede ser extenuante. “Muchas madres se encuentran en la tesitura de tener que elegir entre trabajar o cuidar, lo cual repercute en la economía familiar”, argumenta Noelia. Aún así, en 2023 han aumentado las excedencias para el cuidado de familiares, y ocho de cada diez personas que lo solicitan son mujeres. “Muchas de ellas no cuentan con la ayuda de su pareja u otros familiares y carecen de redes de apoyo”, añade la técnica de Caritas Española.

*“Muchas madres se encuentran en la tesitura de tener que elegir entre trabajar o cuidar, lo cual repercute en la economía familiar”*

Estas dificultades son más frecuentes en las familias monoparentales. En España, según datos del INE, un alto porcentaje de familias (el 24%) son monoparentales; y la inmensa mayoría de ellas están encabezadas por mujeres. Según un informe elaborado por Caritas en 2020 sobre los efectos de la pandemia de COVID-19 en



las familias atendidas por nuestra organización, en los hogares monoparentales, la pobreza se sitúa en el 62%, un porcentaje superior al que arroja el conjunto de familias acompañadas por Caritas (54%).

“Caritas -recuerda Noelia- acompaña a un elevado número de familias monomarentales en situación de vulnerabilidad, donde se constata que las mujeres tienen puestos de trabajo de mayor precariedad, no sólo en cuanto a salario, sino a condiciones laborales, inestabilidad o vulneración de derechos, además de mayor probabilidad de estar empleadas en el sector informal”. Esa precariedad laboral está relacionada con la urgencia de conseguir un empleo para mantener a los hijos, o con la dificultad para tener una ocupación a jornada completa cuando no hay ayudas para la conciliación. Extremo que confirman los datos de la Encuesta de Población Activa (EPA), que muestran que el número de mujeres que trabajan a tiempo parcial para cuidar a familiares se sitúa en 352.400, mientras que en el caso de los hombres es solo de 28.300, lo que supone una proporción de doce a uno.

En esa situación se encuentra Zineb (37), originaria de Marruecos, con dos hijos de 2 y 5 años. “Soy camarera de pisos, aunque solo trabajo cuatro horas semanales. Me encargo de mis hijas yo sola, las llevo al colegio, cocino, limpio la casa... Me levanto muy pronto para preparar todo antes de que se despierten y así dedicar las tardes a estar con ellas. Cuando tengo que trabajar me planifico de otra forma. Por ejemplo, llevo a la mayor al centro cívico, donde juega y asiste a clases de inglés”. Actualmente, Zineb tiene una buena red de apoyo y puede plantearse trabajar más horas o buscar un empleo que le guste más.

## Apoyo a la mujer

Antes de conocer Caritas, Zineb no tenía apoyos ni trabajo, encontrándose sola en Burgos con dos niñas pequeñas. Fue entonces cuando conoció Ain Karem, el programa de Caritas Diocesana de Burgos que acompaña a mujeres en situación de vulnerabilidad embarazadas o con niños pequeños, principalmente de 0 a 3 años. “En su mayoría están solas, pero quieren seguir adelante con su embarazo y mantener a su familia unida. Lo que pasa es que, por su situación personal, social y económica, tienen serias dificultades para hacerlo. Solo necesitan un empujón,



# Cáritas

una mano que les ayude a tomar las riendas de su vida”, afirma Sandra Rodrigo, responsable del Programa Ain Karem.

En efecto, el informe de Cáritas, antes mencionado, también constata que los hogares monomarentales tienen graves dificultades para pagar la vivienda, la luz, la calefacción o el agua, adquirir materiales escolares y mantener una alimentación adecuada.

Ante situaciones como estas, Cáritas Burgos actúa de dos maneras. “Por un lado, ayudamos a mujeres que residen en sus domicilios a cubrir sus necesidades básicas, y por otro, les ofrecemos la posibilidad de residir en una vivienda tutelada; tenemos tres”, añade Sandra. Además, este proyecto ofrece acompañamiento durante el embarazo, el parto y las revisiones médicas; ayuda para la regularización de documentos (en el caso de personas migrantes); gestiones para acceder a la red de servicios sociales públicos; formación y orientación para el empleo; apoyo familiar y en la crianza...

Durante el pasado año Ain Karem atendió en régimen ambulatorio a 83 mujeres y 83 niños, y en régimen residencial a 10 mujeres y 12 menores. La mayoría de estas mujeres y niños son migrantes.

## Ain Karem

*Es un proyecto de Cáritas Burgos que nació hace más de 20 años para acompañar a mujeres solas, vulnerables y con responsabilidades familiares no compartidas. También es el nombre del pueblo donde la Virgen María visita a su prima Isabel, arriesgando su vida, su proyecto, su sueño, para ir al encuentro de otro proyecto, otro sueño. Es peregrina inmigrante hacia un pueblo, una aldea. Isabel lleva en su vientre a Juan. Ambas cantan alborozadas la gracia, la Misericordia de Dios.*