



DISEÑO | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño



Metro Cuadrado No Remunerado

Gracia Ortiz Quezada

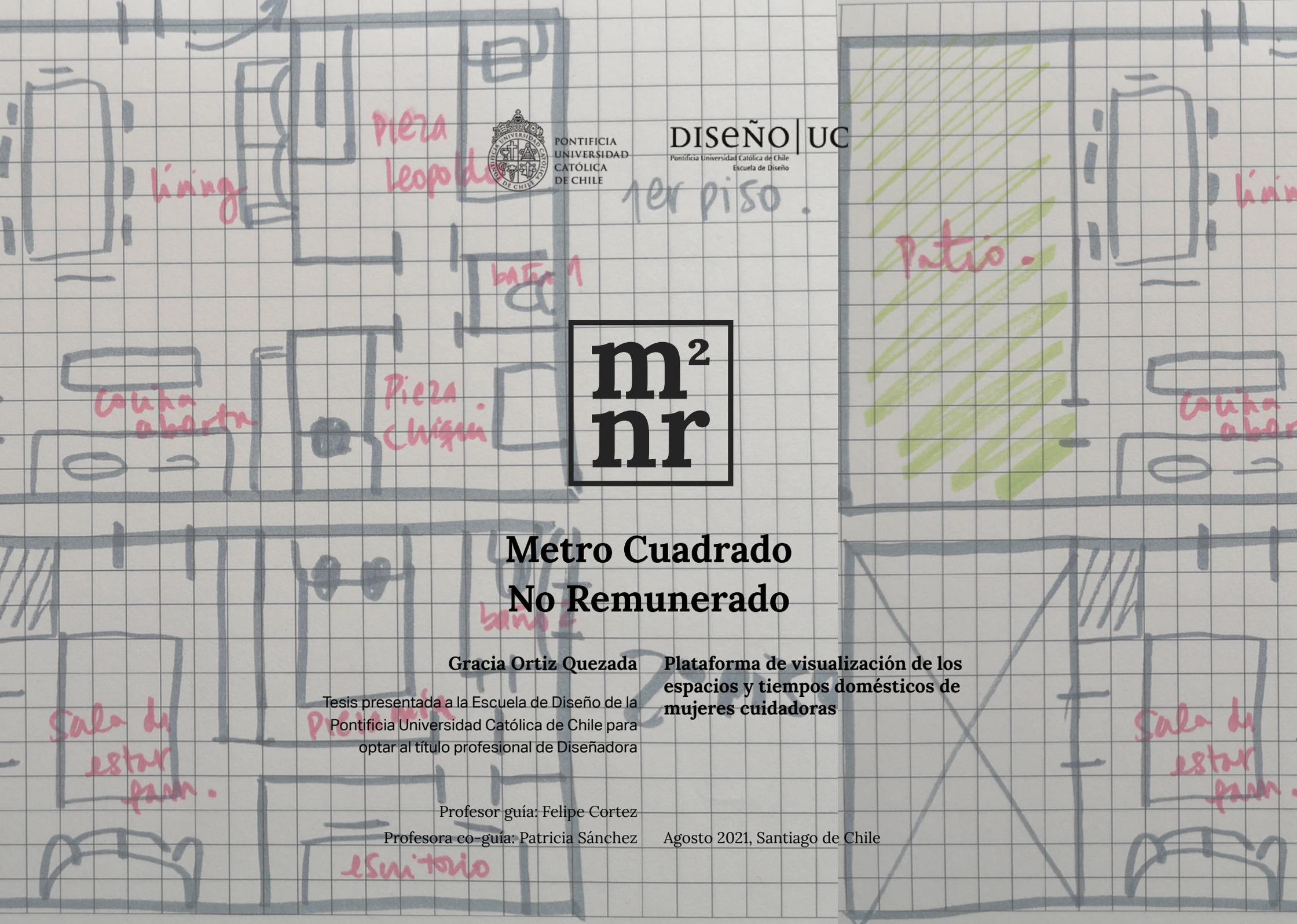
Tesis presentada a la Escuela de Diseño de la
Pontificia Universidad Católica de Chile para
optar al título profesional de Diseñadora

**Plataforma de visualización de los
espacios y tiempos domésticos de
mujeres cuidadoras**

Profesor guía: Felipe Cortez

Profesora co-guía: Patricia Sánchez

Agosto 2021, Santiago de Chile



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

DISEÑO | UC

Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño

1er piso.

**m²
nr**

Metro Cuadrado No Remunerado

Gracia Ortiz Quezada

Tesis presentada a la Escuela de Diseño de la
Pontificia Universidad Católica de Chile para
optar al título profesional de Diseñadora

Profesor guía: Felipe Cortez

Profesora co-guía: Patricia Sánchez

**Plataforma de visualización de los
espacios y tiempos domésticos de
mujeres cuidadoras**

Agosto 2021, Santiago de Chile

Índice

Parte I: Introducción	4	Hallazgos preliminares	38
Conceptos claves	5	Espacios y tiempos compartidos	38
Motivación personal	7	Espacios y tiempos personales	43
Planteamiento del problema	9	Mujer cuidadora	48
Marco teórico	13	Labores domésticas	53
Subordinación y poder	13	Carga mental	57
Trabajos de producción y reproducción	15	Ser mujer en pandemia	60
Territorio doméstico de las mujeres cuidadoras	17	Casa ideal	64
Doble presencia y corresponsabilidad	18	Desarrollo del proyecto	69
Parte II: Formulación	19	Resultados	78
Formulación del proyecto	20	Estructura estética	78
Objetivos específicos	21	Sitio web	79
Estado del arte	22	Instagram	84
Antecedentes del proyecto	22	Estrategia de implementación y divulgación	87
Referentes del proyecto	27	Modelo de negocios	87
Parte III: Proyecto	31	Estrategia de difusión	88
Contexto de implementación	32	Producción	89
Usuarios	34	Financiamiento	91
Contexto y consideraciones	35	Parte IV: Cierre	99
Patrón de valor	35	Proyecciones y conclusiones	100
Metodología proyectual	36	Bibliografía	103
		Anexo	107

Parte I: Introducción



Conceptos claves

Maternidad: Trabajo que califica al quehacer doméstico de la mujer que ejerce al mismo tiempo un rol de crianza (M. Burin, 2014).

Cuidados: Son las actividades que regeneran diaria y generacionalmente el bienestar físico y emocional de las personas. Es un trabajo esencial para el sostenimiento de la vida, la reproducción de la fuerza de trabajo y de las sociedades, generando una contribución fundamental para la producción económica, el desarrollo y el bienestar (Cepal, 2019).

Corresponsabilidad: Para los efectos de la investigación se referirá en primera instancia a la búsqueda de la igualdad de género de acuerdo a la energía, tiempo y labores destinadas al cuidado de los hijos y tareas del hogar con el fin de fomentar el ajuste y conciliación de la vida laboral, familiar y personal (Maganto, 2010).

Coparentalidad: Se refiere a la capacidad de los adultos que ejercen funciones de cuidado en equipo con el fin de criar a los hijos que socialmente están a su cargo. Teniendo en cuenta una coordinación y apoyo entre las dos partes sin contar aspectos fuera de la crianza (Feinberg, 2003).

Trabajo remoto: Según la OIT (2020), corresponde al trabajo a distancia fuera de las dependencias de la empleador/a, extendiéndose a cualquier tipo de trabajo que no requiera presencia física. Debido a las restricciones impuestas por la pandemia de covid 19 fue el contexto permanente de esta investigación.

Teletrabajo: De acuerdo a la OIT (2019), se define como trabajo a distancia, fuera de las instalaciones del/de la empleador/a con un uso intensivo de las tecnologías informáticas y de comunicación, como teléfonos inteligentes, tablets, laptops y computadores de sobremesa.

Tiempo libre: Tiempo dedicado al descanso, ocio, recreación y/o desarrollo personal (Dumazedier, 1968).

Trabajo no remunerado: Conjunto de actividades humanas laborales no transadas por un bien en el mercado laboral. Para los efectos del proyecto, se consideran los trabajos domésticos, de cuidados dirigidos a los miembros que conforman la unidad del hogar y hacia la comunidad (fuera del hogar) (INE, 2016a).

Trabajo remunerado: Conjunto de actividades humanas laborales que producen bienes o servicios en una economía, o que satisfacen las necesidades de una comunidad o, proveen los medios de sustento necesarios para las personas sujeto a un salario (OIT, 2019)

Hogar: De acuerdo a la Encuesta Casen (2020), "el hogar es una relación de personas que, siendo residentes de una misma vivienda (teniendo o no vínculos de parentesco), habitualmente hacen vida en común, es decir, se alojan y tienen un presupuesto de alimentación común."

Riesgo psicosocial en el trabajo: Situaciones laborales que tienen una alta probabilidad de dañar gravemente la salud de las personas trabajadoras ya sea de forma física o mental (Moreno, 2011)

Salud mental: Según la OMS, se define la buena salud mental como "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades".

Carga Mental: Conjunto de requerimientos psicológicos y físicos que se somete a un trabajador a lo largo de su jornada laboral.

“En realidad, si la mujer no tuviera existencia salvo en la ficción que han escrito los hombres, uno se la imaginaria como una persona de la mayor importancia, muy heterogénea, heroica y mezquina, espléndida y sórdida, infinitamente hermosa y extremadamente horrible, tan grande como el hombre, más grande según algunos.

Pero esa es la mujer en la ficción.

En la realidad, como señala el profesor Trevelyan, la encerraban, la golpeaban y la zamarreaban por el cuarto.”

Virginia Woolf, Una habitación propia, 1929

Motivación personal

Paulina y Javiera son las mujeres con las que he vivido durante 23 años. Una madre y hermana con las que comparto rabias, alegrías, penas, desilusiones, ropa, comida, espacios y labores, pero sobre todo un estrecho vínculo de amor, desde una auténtica admiración, fortaleza y libertad que lo envuelve. Es este vínculo, que es con mi hogar constituido y sostenido por y para mujeres, el que me ha permitido cuestionar la invisibilidad de la labor doméstica. Pensar en las labores realizadas por mujeres cuidadoras es pensar en tareas invisibles, escondidas en pequeñas acciones y rincones de los hogares, “una tarea pa’ la casa” que no serán solo tareas realizadas para y en la casa sino que serán en muchos casos tareas que estarán relacionadas con el cuidado de otras personas a su cargo, lo que deja a mujeres sin tiempo ni espacios para ellas produciéndose, especialmente en la pandemia, una pérdida en los territorios de su domicilio, calle y trabajo que antes eran habitados y conquistados por ellas mismas de manera distinta. La mecanización ya naturalizada de las dinámicas de poder y subordinación que afectan a las mujeres en el espacio privado se pone en crisis bajo el contexto actual con las labores de cuidado. Una de

estas dinámicas de desigualdad es la brecha de género y división sexual del trabajo que viven las mujeres cuidadoras, siendo más específicos para la realización de este proyecto; mujeres-madres con un trabajo formal quienes han visto interrumpidos y solapados sus tiempos y espacios debido a la pandemia.

Conversando esto con un familiar me comentó “es que eso es algo que solo ves tú, no le pasa a todo el mundo” a lo que me hubiese gustado responder, en palabras de Carol Harnisch (1970), “los problemas personales son problemas políticos” entendiéndolo que aun siendo un problema que se desarrolla en una esfera privada no deja de ser menos válido para su estudio y reparación. Tal como se verá en el proyecto es en el hogar en donde las labores domésticas se desenvuelven de forma espacial y material reproduciendo también injusticias que han sido tratadas desde una subordinación e intimidación sin oportunidad de cuestionamiento perpetuando también la invisibilidad de las labores realizadas por mujeres y ellas mismas. ¿Deseamos vivir este proceso en lo privado o dejar que este asunto social se solucione en sociedad?

Bajo esta injusticia el diseño se pone a disposición de las colaboradoras¹ visualizando y visibilizando sus relatos con el fin de reflexionar y accionar la discusión en torno a un tema que hoy en día se trata desde el hogar. Metro Cuadrado No Remunerado lleva la reflexión hacia el cómo queremos vivir la crianza, maternidad, la división de labores, los cuidados y cuestionar también las ayudas que se les están dando a las mujeres.

¹ Se refiere a colaboradoras como las mujeres que participaron de este proyecto contando su experiencia.

Introducción

Podríamos dividir el trabajo en dos tipos, uno productivo y otro reproductivo. El trabajo productivo es remunerado y se hace generalmente fuera del hogar para poder mantenerlo. El trabajo reproductivo "se hace por amor" y su lugar es el hogar. Tal división implica diferencias de oportunidad, visibilidad y jerarquía. Quien trabaja fuera del hogar es trabajador(a) visible, y es quien aporta lo de mayor importancia en términos pecuniarios para mantener al hogar propio como tal, mientras que del trabajo reproductivo, doméstico y de cuidado, debería encargarse otra(o). En un contexto de confinamiento por crisis sanitaria, esta división de trabajos se tensiona, incluso en el caso de mujeres que pueden traer el trabajo productivo al mismo territorio del trabajo reproductivo; al hogar. En esta crisis se levanta el presente proyecto, que pretende visualizar el uso y apropiación de los espacios y tiempos dentro del territorio doméstico, apuntando a la co-creación de relatos en conjunto con mujeres. Desde estos relatos se pretende aportar datos para la reflexión en torno a la división sexual del trabajo y el hogar.

Palabras clave: labores de cuidado, espacio y tiempo doméstico, segregación territorial doméstica, visualización de datos, diseño editorial.

Planteamiento del problema

División sexual del trabajo y territorios

Según datos recabados en el primer trimestre de 2020 por el Centro de Estudios Justicia y Sociedad UC, en marzo hubo un aumento de 70% en las llamadas a la línea 1455 de orientación en violencia contra la mujer del Servicio Nacional de la Mujer y la Equidad de Género (SEG), mientras que los llamados al fono familia 149 de Carabineros se incrementaron en 21%; todo comparado con febrero del mismo año. Estas cifras siguieron en aumentando en abril, donde hubo un aumento del 53% en llamadas al fono 1455 y un 119% en el caso del fono familia de Carabineros respecto de marzo. Esto nos muestra que, ya en los principios del confinamiento por pandemia COVID-19, las mujeres requerían de mayor orientación y ayuda porque ese distanciamiento físico del exterior del hogar, respecto al hogar implicaba un aislamiento en el hogar mismo, que no está acompañado de seguridad y resguardo para todas las personas. Al contrario, en algunos casos el hogar se configuraba como un territorio de conflicto, traumas y restricciones.

Las mujeres más afectadas por esta violencia tienden a ser las mujeres dedicadas al trabajo doméstico y de cuidado, económicamente dependientes de hombres proveedores.

En lo recién presentado, usamos los términos más crudos con los que se puede exponer una tradición sociocultural que avala una relación asimétrica (Castells, 2009) que puede, incluso, llevar a relativizar este tipo de violencia en el hogar por la subordinación. Dicha subordinación se observa en la mayoría de las sociedades perpetuando en la forma en que se desenvuelven las mujeres, su participación en la producción y los trabajos que pueden realizar, esta dominación se da por parte del hombre y se expresa, entre otros ámbitos en una división sexual del trabajo. El confinamiento ha sido una oportunidad para repensar nuestras prácticas relacionales, a una distancia física que nos permite interrogarlas y hacerlas transparentes.



Imagen: Captura App Lider con información para mujeres víctimas de violencia por @misseleanorigby publicada en twitter el 12 de agosto del 2021.

“Las habilidades adquiridas por la mujer se han orientado hacia el hogar y no hacia la producción no-doméstica y si las del hombre se han orientado en sentido contrario, este tipo de análisis sugiere que la mujer tendrá que especializarse en actividades domésticas porque la capacidad de ganancia del hombre es mayor” (Benería, 1981, p.48)

Es así como se entiende el trabajo en dos ejes: el trabajo productivo remunerado que corresponde a lo público y el trabajo reproductivo no remunerado ligado al ámbito privado. Esta lógica supone que el trabajo productivo es remunerado ya que traerá beneficios inmediatos al ciclo económico mientras que el reproductivo, como las labores de cuidado, lo hará pero en un periodo de tiempo más largo, ya que son estas funciones las que permiten que el sistema mantenga su fuerza de trabajo (Sato, 2020). Aun cuando se evidencia que los trabajos de cuidado son esenciales para el desarrollo en sociedad estos no son valorados ni apoyados, sino relegados a la esfera privada del espacio doméstico en donde la mujer es responsable. Con el fin de acotar el término, para los efectos de esta investigación hablaré de territorio para referir a esta esfera privada, de espacios de habitación, distribución y negociación entre mujer y convivientes, también espacio «de integración para los pensamientos, los recuerdos y los sueños» (Bachelard, 1975, p.36).

Para tener a la vista cifras del trabajo reproductivo no remunerado, conviene apuntar a la Encuesta Nacional de Empleo realizada en 2019, donde se señala que 3.745.455 mujeres estaban fuera del mercado laboral, de ellas el 96,6% debido al trabajo doméstico y de cuidados. A esto sumarle el estudio de la Fundación Sol, “No es amor es trabajo no pagado”, publicado en marzo del 2020, que expone que las mujeres dedican 41,2 horas a tareas domésticas versus 19,2 horas que declaran los hombres. Junto con esto, las mujeres desocupadas e inactivas trabajan 49,8 y 43,6 horas, respectivamente, en comparación con las de 24,4 y 17,8 horas que usan los hombres. Además, afirman que lo anterior “comprueba una doble jornada femenina y una marcada división sexual del trabajo en un área productiva y reproductiva plenamente invisibilizada”.

En la crisis actual y de pandemia se ha evidenciado la situación crítica que enfrentan los trabajos de cuidado realizados por mujeres debido a la unión de territorios que anteriormente se encontraban separados no solo en espacio sino en tiempos. Para muchas mujeres su trabajo productivo, doméstico y labores de cuidado de los suyos han debido coexistir en los últimos meses en un solo espacio, su hogar. Un espacio político y estratégico que es organizado por la mujer cuidadora, le pertenece a ella y a quienes asiste, convirtiéndose en un espacio que ha sido formado y condicionado (Lefebvre, 1976, p. 31).

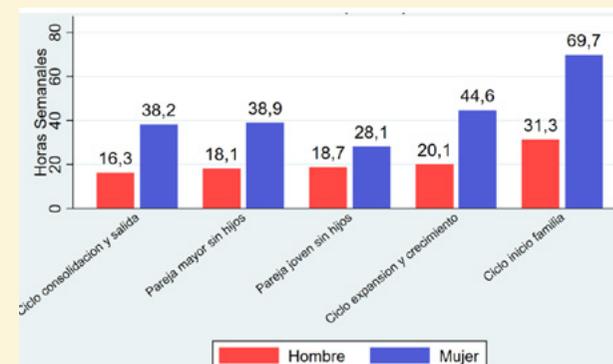


Imagen: Horas semanales promedio de trabajo no remunerado por sexo y ciclo de vida familiar - Gráficos Encuesta Nacional de Uso del Tiempo Fundación Sol, 2015.

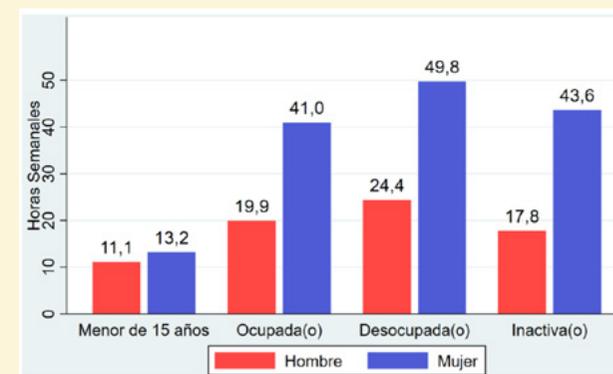


Imagen: Horas semanales promedio de trabajo no remunerado por sexo y condición de actividad - Gráficos Encuesta Nacional de Uso del Tiempo Fundación Sol, 2015.



Imagen: Fotografía de Gretchen Goldman en Twitter, 25 de septiembre del 2020.

“Muchas de las mujeres que estaban en el mercado laboral han debido dejar sus trabajos porque hoy no hay servicios que puedan reemplazar su trabajo en el hogar y cuidar de sus hijos. Otras han visto limitada sus productividades o lo que se espera que cumplan debido a que deben repartir su tiempo en una triple jornada.” (Fundación Sol, 2020)

Lo anterior, nos da indicios de que al existir una división sexual del trabajo y bajo el contexto actual existe un aumento en la segregación territorial do-

méstica de la mujer ya que, no solo sus tiempos se han visto perjudicados sino que han acentuado la subvaloración de las mujeres cuidadoras. Esto se debe a que la eficiencia es prioridad en el hogar y si las labores de cuidado no responden a eso, dejan de ser prioridad y son segregadas provocando su subvaloración, incluso más cuando estos trabajos son realizados por mujeres.

Considerando que existen mecanismos de poder que derivan –entre otras dominaciones– en la división sexual del trabajo, las mujeres se encuentran en una situación crítica actualmente en donde se

ven sobrepasadas al no encontrar tiempo para los cuidados y menos para ellas, perjudicando también los espacios en donde la mujer se desenvuelve colectiva, pero sobre todo individualmente dentro del espacio doméstico. Junto con esto, el trabajo reproductivo que tanto demanda tampoco es tomado en cuenta como parte del desarrollo de una sociedad ni se le toma en cuenta fuera de la esfera privada. De lo anterior es que surge la siguiente pregunta de investigación, **¿Cuál es la relación entre los tiempos y espacios de las mujeres cuidadoras dentro del espacio doméstico?**

“Lo que me da rabia no es lo que los hombres hacen o son, sino lo que quieren impedirme que haga o lo que quieren obligarme a hacer.”

Virginie Despentes, Teoría King Kong, 2018.

Marco teórico

Género, tiempo y territorios de cuidado

Subordinación y poder

Los primeros autores que se acercan a las ideas de poder –desde una mirada masculina– comprenden que estas relaciones asimétricas entre personas son en pos de favorecer la voluntad, interés y valores del actor con mayor grado de poder e influencia (Castells, 2009). Esto se ejerce, según Foucault (1989), mediante la dominación y sistemas que permitan la obediencia, se desea que el sujeto dominado realice las conductas deseadas, se controlen sus comportamientos y pensamientos. Esto no se limita solo a una esfera, sino que se reparte en toda agrupación y así como existe la dominación, podemos observar como en los conflictos sociales la resistencia o contra poder combate con el fin de escapar o acabar con esta dominación.

Por otro lado, las ideas de poder feminista proponen tres modos de abordar el poder. El primero como **recurso**, donde lo identifican como la capacidad de hacer que otros hagan aquello que de otro modo no harían, es decir, hacer lo que desde un inicio el dominante quería que se hiciera.

Es aquí en donde el feminismo encuentra la problemática del injusto reparto del poder entre hombres y mujeres. El segundo es el **poder sobre**, se define como la habilidad de un individuo de limitar las opciones de otro en virtud de un conjunto de factores culturales, sociales, institucionales y estructurales. Por último, el poder para, definido como la capacidad de un individuo o colectivo de perseguir una serie de fines, a pesar de su situación de subordinación (Allen, 1999). Al igual que Castells, Allen (1999) propone la idea de un contra poder, pero especifica que este sea por medio de las actividades de cuidado, libertad y empoderamiento de la mujer.

La idea de un contra poder persigue incluir nuevos actores y valores que se encuentran en lo doméstico y sacarlos a lo público. El poder puede ser la relación social que permite capacitarse a una misma para participar en la sociedad o en la política, y al mismo tiempo, capacitar a otras personas con las que establecemos una relación afectiva y las cuales también nos sentimos responsables (Held, 1993). Se pone el acento en el empoderamiento ajeno, en el carácter relacional del sujeto político y en el poder que se produce en las relaciones de reproducción y cuidado.



Imagen: Gema Zamarro entrevista para el New York Times.
Agosto, 2020.

Ahora bien, Butler (1990) al igual que Foucault sostienen que “no hay una posición social que esté libre de subordinación pero si se está libre de capacidad de acción: **el poder para** es una interrupción eventual de la lógica hegemónica que puede desestabilizar los regímenes reguladores en los que estamos inmersos”. Estas actividades de cuidado se comprenden para Allen como los espacios en que la mujer cuida de sí y realiza labores de cuidado movilizándose políticamente en su empoderamiento, este es considerado como un proceso en que los grupos o personas subordinadas desarrollan su autoconfianza y fuerza interior, identifican factores que determinan su posición, cuestionan y desafían individual o colectivamente (León, 1997).

Es importante destacar que dentro del contexto de crisis sanitaria y política en que nos encontramos se ha podido cuestionar y discutir de forma directa los asuntos de poder que competen a las mujeres, quienes históricamente han sido puestas en subordinación controlando sus relaciones y desarrollo en sociedad. “El rol de las mujeres como víctimas y también como agentes de una posible solución política ha pasado a formar parte de los lugares comunes del debate público” (de La Fuente, 2015, p.190). El abarcar el poder desde su significado individualista a un discurso de emancipación de la mujer nos demuestra lo necesario y crítico que es conversar y solucionar sus problemáticas atendidas como asuntos públicos y no privados.

Trabajos de producción y reproducción

La división del trabajo según el sexo en el contexto actual donde las labores de hombres y mujeres se unen en el domicilio han acentuado la crisis de esta distribución y ejercicio de poder que ya se encontraba en tensión. Entendemos que la subordinación hacia la mujer ha producido el reparto del trabajo en dos esferas: la esfera pública del trabajo productivo correspondiente a los hombres, en donde se desarrollan las actividades de mercado y la esfera privada del trabajo reproductivo asignada a las mujeres quienes se desempeñan en el espacio doméstico, este último como a una extensión y expresión de las relaciones entre sexos "en lo público". De acuerdo al estudio realizado por Fundación Sol en marzo del presente año, del total de personas dedicadas al servicio doméstico, un 97,6% son mujeres, lo que se contrapone con la categoría de empleador/a, donde sólo alcanzan un 26,4% de representación.

La dominación masculina se apoya en la división sexual del trabajo que asigna tareas concretas a cada uno de los sexos y establece una oposición entre el lugar de reunión o mercado, reservado a los hombres, y la casa, reservada a las mujeres. La diferencia biológica se utiliza como justifi-

cación natural de la diferencia construida socialmente entre los sexos y de la división sexual del trabajo. (Bourdieu, 2000)

La reproducción permite al otro subsistir, física y afectivamente. No obstante, mientras que lo productivo es valorado no solo monetariamente, sino también socialmente por su prestigio y autonomía, la reproducción se ve reducida solo a ser parte de la rutina invisible de labores de cuidado, orden doméstico, etc., y éstas no parecieran aportar nada más que a lo privado y doméstico labores que no son "productivas" y que no generan un aporte monetario a la economía, manteniendo el dominio de lo productivo sobre lo reproductivo (Valdivia, 2018). Esto último, que tanto tiempo demanda, no es tomado en cuenta como parte del desarrollo en conjunto ni se saca de la esfera privada, aun cuando son labores indispensables para mantener el sistema y sociedad.

Sin ellos no podría haber cultura, ni economía, ni organización política. Ninguna sociedad que sistemáticamente debilita su reproducción social logra perdurar mucho. Hoy en día, sin embargo, una nueva forma de sociedad capitalista está haciendo exactamente eso. El resultado es una enorme crisis, no solo de los cuidados, sino también de la reproducción social en su sentido más amplio. (Fraser, 2015, p. 111)

Ahora bien, como he mencionado anteriormente, esta asignación de labores genera no solo una división de los espacios, sino además una desigualdad de tiempos.

La pobreza de tiempo para personas inactivas en el mercado laboral: se observa que en la pobreza de los hombres es prácticamente nula, sin embargo, las mujeres "inactivas", siguen presentando un alto nivel de pobreza en el que 20% de ellas se encuentra por debajo de los estándares mínimos de uso de tiempo. (Fundación Sol, 2020, p. 9)

Asimismo, el informe del Colegio Médico de Chile (2020) declara que:

Durante la pandemia un 22,23 % de las mujeres aumentó más de 8 horas su carga diaria de cuidados, en comparación a un 13,3% de los hombres. A su vez, un 26,17% de las mujeres aumentó su carga entre 4 y 8 horas a las labores de cuidado.

La liberación de un tiempo doméstico es fundamental para tener momentos para dedicarse a lo que uno desee y la posibilidad de construir una individualidad (Carrasco, 2014). No obstante, es importante tener actividades destinadas a proveer de bienes, pero también son necesarios los afectos, relaciones y actividades que hacen posible tener una calidad de vida (ob. cit.). Sin embargo, estas relaciones afectivas y/o de cuidado no estarán respondiendo al mercado y capital, son actividades "no productivas" y, por lo tanto, no consideradas como labores aun cuando las instituciones y el estado se encarguen de darle valor a la familia como parte de un mantenimiento y condición de vida de la población que también es parte fundamental para que el mercado funcione.

Rico y Segovia (2017) proponen que esta crisis de lo doméstico puede ser vista desde "la pobreza de tiempo que afecta a las mujeres, que conlleva un sin número de consecuencias para ellas mismas y que se vincula al modelo de desarrollo de las ciudades y de los países, o se puede abordar desde la propuesta de un cambio de paradigma que dé cuenta de los derechos y obligaciones de todo el entramado social frente al cuidado". Estas perspec-

tivas del cuidado pretenden posicionar a las mujeres cuidadoras en el debate del poder y dejar que sus asuntos de la esfera privada, vistos como "no políticos", sean reconocidos. El cuidado, que es característico de las relaciones femeninas, ya sea por razones naturales o socio-históricas, no es ajeno a la política, sino todo lo contrario, y por ello debe ser reconocido en la esfera pública como un modo de ejercer el poder que da lugar a relaciones sociales más deseables, cuestionar también el modelo de mujer cuidadora y el hombre ganador de pan (de La Fuente, 2015). Al mismo tiempo, al investigar la vida material y cotidiana de las personas y cómo se vinculan entre ellas podemos entender la lógica de la economía. Desde las concepciones feministas de que lo "personal es político" hasta perspectivas teóricas de una mirada económica se plantea el desafío de poner en debate la vida cotidiana de las personas (ob. cit.). Aquí es donde emerge una oportunidad para explorar metodologías y llevar a cabo indagaciones orientadas a observar cómo se desarrollan las labores domésticas, en qué tiempos, territorios y condiciones utilizando el diseño como herramienta de comunicación y visualización de las problemáticas.



Imagen: Ellen Ferrara (@eispnds) vía Twitter.

Territorio doméstico de las mujeres cuidadoras

La crisis del territorio doméstico ocurre, como se ha mencionado en los puntos anteriores, por una división del trabajo como una apropiación del tiempo de las mujeres cuidadoras. Este problema es traducido también en el espacio doméstico de la mujer que se encuentra preconfigurado no solo por las labores a realizar, sino por el espacio físico en que se desenvuelve, a diferencia del hombre que posee más libertades. Giannini (1987), explica que el hombre se mueve en tres espacios de manera cotidiana: el domicilio, en donde encuentra lugar y tiempo para sí, conformado por espacios personales, tiempos y cosas familiares, representa un inmediato estar disponible para él, sus requerimientos, con objetos para su uso y goce personal. Por otro lado, el trabajo, que representa la producción y entrega de tiempos para otros, para un jefe, cliente o consumidor. Finalmente, incluye el espacio público de la calle en que ocurre la conexión entre el hogar y el trabajo, un terreno de traslado de un lugar a otro y que nos permite identificar al domicilio como un espacio íntimo y el trabajo remunerado como uno público y productivo.

A partir de esta concepción de los espacios es que podemos identificar la organización de los

tiempos. Sin embargo, este análisis del territorio queda corto al momento de analizarlo con los tiempos y labores de la mujer, ignorando que existe una labor en el domicilio que no necesariamente se traduce en el tiempo para sí, sino en el tiempo y espacio para los suyos o personas de las que están a cargo, produciéndose además una invisibilización de este trabajo doméstico al pensarse como labores que son parte inherente del hogar y la mujer, pero que no están bajo las mismas condiciones para el hombre. Los espacios surgen, nuevamente, de las relaciones de poder entre quienes establecen y definen normas de cómo se usan y viven los espacios, dónde se encuentran, quién pertenece a un lugar y quién no (McDowell, 1999), ignorando que este uso es mucho más complejo y natural.

El dualismo público-privado configura el espacio segregando según estas dos esferas y le asigna funciones específicas (productivo-reproductivo), a las que también se les atribuyen categorías genéricas (masculino-femenino) (Valdivia, 2018).

Denota de lo anterior, la poca fluidez que hay entre los espacios público y privados produciéndose una división muy estricta, pensando al hombre como persona individual e ignorando las prácticas comunes y de familia que se encuentran en crisis. Esta perspectiva se extiende más allá, desde repensar la experiencia de las mujeres hasta sugerir

la reconceptualización de género implicada en el espacio de la ciudad y sociedad. Se plantea entonces que el trabajo debe tomar en cuenta lugares y contextos en los que puede surgir lo público que anteriormente se han obviado, y las relaciones sociales que han marcado ese surgimiento (Segovia, 2017). Los dominios público y privado, como espacios físicos, se crean en la interacción específica de ciertas relaciones sociales (Cravey, 2002) que tienen una perspectiva de género y una perspectiva política.

El espacio no es un objeto científico separado de la ideología o de la política siempre ha sido político y estratégico. El espacio ha sido formado y modelado por elementos históricos y naturales; pero esto ha sido un proceso político. (Lefebvre, 1976, p. 31)

Esto quiere decir que el espacio en sí es político, pero también quién habita y vive estos, las condiciones en las que se encuentran, el uso que se le dan y también la posición que podemos adoptar en él (Silva, 2020).

Doble presencia y corresponsabilidad

La crisis de los cuidados y el trabajo doméstico en la pandemia no ha cambiado y se sigue dejando de lado las necesidades de las mujeres. Según cifras de ComunidadMujer en septiembre del 2020, durante el primer año de pandemia en Chile, de las 1.837.000 personas que perdieron su trabajo 899.000 eran mujeres, esto corresponde al 48,9% del total (ComunidadMujer, 2020). Lo impactante de lo anterior, radica en que el 88% de las mujeres que salieron de la fuerza laboral no estaban buscando trabajo. Además, hay mujeres que no tienen un interés por volver a la fuerza laboral por tener que cumplir con el trabajo doméstico y de cuidado que se carga principalmente en lo femenino, ligado a lo doméstico y privado reforzando el modelo de la familia tradicional, "hombre proveedor de ingresos-mujer ama de casa", con una estricta división de trabajos y roles. Lo anterior, deja a la mujer como la única responsable de incorporarse al mercado laboral siempre y cuando pueda resolver sus asuntos familiares. En el proceso de ajustar sus tiempos y rutinas a su trabajo doméstico y formal lo que identificamos anteriormente como triple jornada se le denomina "doble presencia/ausencia, para simbolizar el estar y no estar en ninguno de los dos lugares y las limitaciones que la situación comporta bajo la actual organización

social" (Carrasco, 2003) vemos hoy en día que esta doble presencia pondrá a la mujer en la situación de lidiar con sus tareas y trabajos solapados, haciendo visibles sus presiones y obligaciones pero sin la posibilidad de delegar o flexibilizar sus horarios.

En la actualidad, cuando hablamos de qué medidas inmediatas se pueden tomar tanto dentro como fuera del hogar se habla de una corresponsabilidad, entendida como "la búsqueda de igualdad entre géneros en torno a la energía, tiempo y desarrollo de habilidades destinadas al cuidado de los hijos y tareas del hogar. Se busca fomentar la conciliación de la vida laboral, familiar y personal" (Maganto, 2010, p. 74). Con lo anterior, se le suma una participación estatal en las actividades que enriquezcan la vida esto con el fin de poder bajar la carga mental y el riesgo psicosocial de las mujeres.

Bajo el confinamiento, las mujeres se han visto enfrentadas a una triple jornada en donde se mezclan su trabajo laboral, doméstico y de cuidados (Fundación Sol, 2020), poniendo en tensión sus tiempos y espacios, llevándolas incluso a renunciar a su fuente de ingreso formal para poder dedicarse de lleno a labores de cuidado, las cuales –además de ser invisibilizadas–, no cuentan con el apoyo suficiente por parte del Estado para su realización. Tal como he mencionado en los puntos anteriores, el análisis en pos de resolver problemáticas de la mujer cuidadora se debe hacer desde la dimensión privada del

territorio doméstico para luego llevarlo a una esfera pública en donde los asuntos que acomplejan a las mujeres dejen de considerarse parte de la intimidad obvia para ser parte de un asunto público en busca de soluciones públicas/colectivas que puedan dar el soporte necesario a las mujeres cuidadoras.

En particular, considerando la segregación social y espacial existente en las ciudades de América Latina, abordar la provisión de los servicios urbanos y de cuidado desde una visión que incorpore una aproximación territorial incluye identificar prioridades de localización y programas orientados a compatibilizar los tiempos domésticos familiares y los tiempos laborales remunerados, dando un horizonte de igualdad a la vida cotidiana, ese espacio de cruce de relaciones micro y macrosociales donde se mide la calidad del estilo de vida. (Segovia, 2017)

Nuevas investigaciones podrían encargarse de indagar las cualidades político-públicas del dominio llamado privado, la relación entre tales cualidades y la dimensión de género en los espacios (Soles, 2008).

Parte II: Formulación



Formulación del proyecto

Qué

Plataforma de visibilización sobre la segregación territorial doméstica a través de la publicación de relatos co-construidos con mujeres que cuidan y trabajan en sus casas para dar cuenta del uso y transformación del espacio doméstico durante el contexto de pandemia.

Por qué

Dado que las labores de cuidado no son consideradas productivas, al no responder con la eficiencia del trabajo remunerado, son subvaloradas y segregadas, más aún si estos trabajos son realizados por mujeres. Una de las consecuencias de esta subvaloración de su rol como mujeres cuidadoras se expresa en la segregación territorial según los sexos.

Para qué

Visibilizar los tiempos y espacios de las mujeres que se dedican a trabajos domésticos y remunerados dentro del domicilio en distintas ciudades de Chile, bajo el contexto actual de crisis sanitaria. Aportando al reconocimiento y revalorización de los trabajos realizados por el grupo analizado de mujeres en el ámbito privado en favor de considerarlo un asunto público.

Objetivos específicos

1 Conocer y describir las rutinas y la percepción con el espacio doméstico de la unidad de análisis.

2 Identificar los puntos de mayor intensidad en la rutina de las mujeres que se enfrentan a una triple jornada.

3 Co-construir relatos que incorporen el análisis e interpretación de la entrevista y sus visualizaciones junto con las colaboradoras de la unidad de análisis.

4 Desarrollar una plataforma que permita exponer de qué manera se vive la segregación territorial doméstica.

5 Proyectar escenarios y espacios deseables en torno al espacio doméstico como herramienta para la disminución de la segregación territorial doméstica y la valoración de las labores de cuidado.

I.O.V: Transcripción de entrevistas para su análisis e interpretación de los relatos.

I.O.V: Mapeo del espacio doméstico, red de actores, visualización de la rutina e información recabada en la etapa de entrevistas.

I.O.V: Generar los insumos que serán publicados en la plataforma.

I.O.V: Ejecución de plataforma que albergue los relatos co-construidos con el grupo de mujeres participantes.

I.O.V: Facilitar el espacio y herramientas para la reflexión de propuestas de escenarios domésticos deseables co-construidos a través de la plataforma.

Estado del arte



Antecedentes del proyecto

La pandemia ha expuesto la crisis del trabajo doméstico y de cuidado bajo confinamiento, en vista de lo cual a finales del 2020 el gobierno ha impulsado campañas y guías en un intento por resolver los problemas y exigencias que presentan mujeres tanto con su trabajo no remunerado y el teletrabajo. Estas acciones son las que han evidenciado las estructuras sociopolíticas en las que se sustenta el problema por su acción asistencialista temporal y que no atienden las necesidades reales de mujeres que se enfrentan a una triple jornada.

Buenas prácticas del teletrabajo (Abril, 2020)

Gráfica publicada en redes sociales con ideas para tener una rutina laboral y doméstica ordenada. Esta iniciativa es un antecedente del proyecto ya que permite entender cuáles son las preocupaciones y estrategias comunicacionales del gobierno. Sin embargo, este tipo de guías no contempla la carga mental que cada persona pueda estar viendo tanto por las labores domésticas o de cuidado, y tampoco se consideran los hogares y espacios de trabajo en que se realizan estas labores. Al mismo tiempo, se asume que todo lo anterior va dirigido a un solo nivel socioeconómico.

Fuente: <https://twitter.com/joseluisugarte/status/1379093959373389825>

Paso a paso: Corresponsabilidad en los hogares (Noviembre, 2021)

Esta guía es una de las primeras campañas por la corresponsabilidad en los hogares implementada en primera instancia en la comuna de Las Condes. Es un antecedente del proyecto ya que informa sobre conceptos y entrega herramientas para generar los cambios que impulsen una distribución equitativa de las responsabilidades, labores domésticas y de cuidados. Ahora bien, aun cuando este tipo de guías puede incentivar la corresponsabilidad se siguen destinando tareas a mujeres que se encuentran capacitadas para realizarlas, y no presenta un desafío para el hombre el aprender estas tareas en las cuales históricamente han sido excluidos con el fin de que se reduzca efectivamente la carga en las mujeres.

Fuente: <https://minmujeryeg.gob.cl/wp-content/uploads/2020/11/GUIA-CORRESPONSABILIDAD.pdf>



Guía práctica del bienestar emocional, Cuarentena en tiempos de Covid-19 (Abril, 2020)

En esta guía se entregan prácticas para poder mantener un bienestar emocional en confinamiento. Se contempla como antecedente al ir de la mano con las iniciativas antes mencionadas ya que, se sigue desatendiendo la diversidad de realidades, contextos y exigencias que viven distintas mujeres desconociendo que no todas pueden acceder a las herramientas que proponen por cuenta propia. Se sigue asumiendo que las mujeres pueden delegar tareas y adaptar sus tiempos domésticos, de cuidado y de trabajo cuando en la práctica resulta imposible y necesitan un ayuda estatal o externa que les permita bajar su carga.

Fuente: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/2020.04.12_GUIA-PRACTICA-CUARENTE-NA-EN-TIEMPOS-DE-COVID19_final.pdf



#MujeresConCoraje - Ministerio de la mujer (2021)

Testimonios de mujeres en distintas regiones del país que "han enfrentado con coraje la pandemia, en tantos roles que les ha tocado enfrentar, han sido fundamentales para salir adelante, y serán fundamentales para reactivar nuestro país". Este antecedente resulta un ejemplo para entender la forma en que el gobierno enaltece a la mujer por sus logros individuales y cómo enfrenta dificultades que él mismo podría colaborar en solucionar. De igual forma, nos indica que el ministerio es consciente del aporte e impacto del trabajo no remunerado y remunerado de la mujer en la economía del país.

Fuente: https://minmujeryeg.gob.cl/?page_id=43272



Agenda Mujer #PorTodas - Ministerio de la mujer (2021)

La Agenda Mujer impulsada por el gobierno se guía por 4 pilares fundamentales: alcanzar la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, tolerancia cero a la violencia, fortalecer y avanzar en la autonomía económica de las mujeres y potenciar los liderazgos femeninos. Se presenta como un antecedente al proyecto, ya que resume iniciativas en marcha o a las que se les ha puesto prioridad, pero aun así las propuestas no suelen apuntar a los problemas que han debido enfrentar las mujeres producto de la pandemia.

Fuente: <https://www.gob.cl/agendamujer/>



Saludablemente | Mujer - Ministerio de la mujer (2021)

Plataforma impulsada por el gobierno para recibir ayuda y recomendaciones en línea con material realizado durante el 2020-2021 en temáticas como violencia contra la mujer, corresponsabilidad, mujeres embarazadas, autocuidado y capacitaciones. Este antecedente sirve como ejemplo para entender cuáles son las problemáticas que el gobierno considera que viven las mujeres y entrega herramientas a problemáticas para, "enfrentar todo aquello que nos sucede cotidianamente a las mujeres". A pesar de ello, se sigue enfatizando la idea de que es la mujer quién resuelve el problema y el gobierno entrega ideas o consejos de cómo hacerlo, dejando de lado soluciones o políticas públicas que atiendan a los problemas que se encuentran en crisis por consecuencia del Covid-19.

Fuente: <https://www.gob.cl/saludablemente/mujer/>



Programa Mujeres Jefas de Hogar 2021 - Ministerio de la mujer (Enero, 2021)

El programa busca que mujeres que van desde los 18 hasta los 60 años y más puedan acceder a capacitaciones que les permitan tener más herramientas para gestionar sus ingresos y recursos propios desde su trabajo formal, el acceso a la oferta pública y de oportunidades de conciliación del trabajo remunerado, doméstico y de cuidados. Este antecedente si bien no trata de forma directa la visibilización de los cuidados si busca orientar a mujeres para compatibilizar la triple jornada. Ahora bien, veremos que el gobierno sigue potenciando iniciativas hacia mujeres emprendedoras pero deja de lado otro tipo de trabajos formales y la conciliación de las labores será siempre tarea de la mujer.

Fuente: <https://minmujeryeg.gob.cl/?p=43089>

Se observan también iniciativas por parte de ONGs y ciudadanas que realizan proyectos orientados a la visibilización de problemas de género y registro de experiencias y relatos de mujeres en pandemia. Lo anterior, tendrá como finalidad dar espacios de reflexión e información a madres pero también personas interesadas en la maternidad como también especialistas que estén analizando la situación de las mujeres durante la pandemia.



Prioritizing gender equality can help us build back stronger from COVID-19.

(Gates Foundation, 2021)

Plataforma que visualiza distintos ámbitos en que la pandemia ha afectado a mujeres en el mundo. Bajando la reflexión a soluciones para ayudar a las mujeres. De lo anterior se destaca para el proyecto la forma en que se diseña la visualización de los datos y el cierre de la investigación que favorece la reflexión y entrega pilares de trabajo en pos de llegar a soluciones concretas en el corto tiempo.

Fuente: <https://www.gatesfoundation.org/ideas/articles/gender-equality-covid19-data>



Mujeres en Cuarentena (Sofia Eluani, 2021)

Plataforma de carácter documental que retrata y registra cuáles han sido los distintos procesos que han vivido las mujeres durante la cuarentena con el fin de visibilizar la realidad de las mujeres desde su propio punto de vista y poder compartir y crear de forma colaborativa. Este proyecto es un antecedente a la investigación al indagar en las percepciones de mujeres a través del registro fotográfico y audiovisual.

Fuente: <http://mujeresencuarentena.com/>



@Maternidadypandemia (Constanza Aracely, Diciembre 2020)

La autora crea la cuenta de Instagram @maternidadypandemia ante la dificultad por ser madre primeriza en plena pandemia con el objetivo de generar comunidad con otras mujeres madres para poder apoyarse entre ellas. Además, propone la dinámica de invitar a expositores y madres cada semana para que cuenten su experiencia. Este tipo de iniciativas se convierten en un antecedente del proyecto para entender los tipos de redes de apoyo entre mujeres que existen y cuáles son los temas más comentados.

Fuente: <http://instagram.com/maternidadypandemia>



@Mujeres_en_pandemia
(@amba_menstruacion_digna, @yotbtcreo y @asociacion_amp, Marzo 2021)

El perfil comienza en marzo del 2021 con distintas asociaciones que lanzan el hashtag #MujeresEnPandemia con el fin de compartir vivencias, experiencias, sentimientos, etc. por medio de fotografías, videos, relatos, cuentos, etc. "un lugar donde sentirnos escuchadas y cuidadas ya que somos las mujeres quienes estamos sufriendo las consecuencias de esta pandemia."Al parecer no hay una selección del contenido que se publica más allá de que sea un relato que permita mostrar una experiencia vivida en pandemia, aún así es un antecedente para entender las dimensiones en las que se desenvuelven las mujeres bajo el contexto de crisis sanitaria.

Fuente: http://instagram.com/mujeres_en_pandemia



RECONFIGURANDO LO PÚBLICO Y LO PRIVADO EN EL SANTIAGO DE PINOCHET
UN ANÁLISIS DE GÉNERO¹

Por Diane Soles²

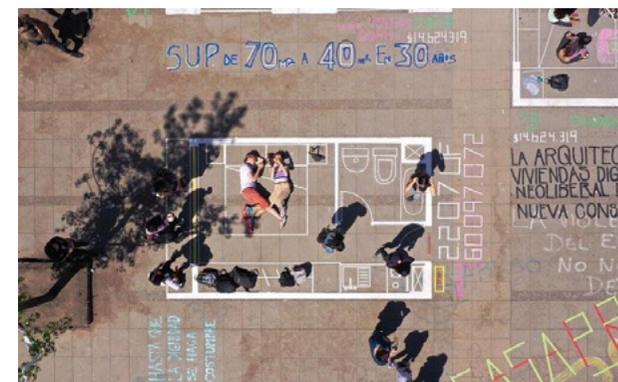
Referentes del proyecto

Durante el proceso de investigación y ejecución del proyecto se buscaron referentes con el fin de encontrar metodologías y/o proyectos que abordan problemáticas similares ligados a temas de género, vivienda y pandemia. Estos proyectos no son solo un referente de inspiración metodológica sino también estética y técnica que fortalecieron la narrativa y presentación de la plataforma.

“Reconfigurando lo público y privado en el Santiago de Pinochet, un análisis de género”
(Diane Soles, 2008)

La investigación examina la participación de mujeres en organizaciones locales de Santiago durante la Dictadura de Pinochet. Utilizando la fotografía participativa como metodología de investigación, explora la nueva conciencia de género femenino, su participación en sociedades civiles y las dimensiones entre lo público y privado. Como se observará más adelante este referente será fundamental para la investigación por su metodología para profundizar las entrevistas y registro.

Fuente: http://www.bifurcaciones.cl/008/pdf/bifurcaciones_008_Soles.pdf



Por Un Hábitat Digno (Estudiantes Arquitectura Universidad de Chile, 2019)

La intervención realizada a las afueras del metro Baquedano se dio en el marco de las manifestaciones de octubre del año 2019 y consistió en realizar un plano en el suelo de las dimensiones reales de varios departamentos sociales y nano departamentos de 17 metros cuadrados, con la consigna “Por un habitat digno” en redes sociales, generando conciencia sobre las características de las viviendas actualmente ofertadas por la falta de regulación y políticas habitacionales. Este referente es analizado tanto en su forma estética como puesta en escena para entender de qué manera poder visualizar el espacio doméstico y análisis que realizan los autores.

Fuente: <http://revistaplano.cl/2020/01/08/colectivo-por-un-habitat-digno>



Manual de Mapeo Colectivo - Iconoclasistas
(Pablo Ares y Julia Risler, 2013)

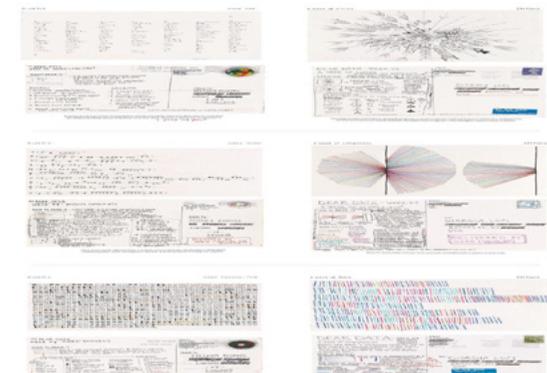
El manual es una recopilación de metodologías y experiencias resultantes de talleres de mapeo colectivo realizados por Iconoclasistas. El mapeo favorece las formas de comprender, interpretar y señalar el espacio a través de distintos lenguajes, gráficas y símbolos permitiendo además construir un relato a través de la co-creación. La metodología, dispositivos y soportes que ofrece el manual enriquecen la investigación al ayudar en el proceso de visualización de los relatos y su posterior análisis, en donde los autores sugieren entre sus formatos realizar un mapeo espacial y temporal que revela actores y hechos importantes. Junto con esto, se considera también el mapeo de construcción de paisajes mezclando relatos visuales, exponiendo y profundizando en la complejidad de determinadas temáticas y problemáticas. El proyecto acoge este referente por su metodología y trabaja finalmente con una adaptación de la construcción de paisajes desarrollada por los autores.



Testing Hypotheticals (The Extrapolation Factory, 2018)

Proyecto de investigación proyectual en donde se trabajó con miembros de una comunidad para explorar sobre formas de mejorar sus vecindarios sin restricciones. Se proponía imaginar y proyectar por medio de la colaboración, relaciones especulativas entre la sociedad. Las ideas desarrolladas en el taller incluyen desde un sistema de metro comunitario y reciclaje cooperativo hasta espacios de meditación al aire libre en comunidad. Las metodologías utilizadas en esta instancia participativa son un referente para trabajar el tercer objetivo específico de la investigación.

Fuente: <https://extrapolationfactory.com/Testing-Hypotheticals>



Dear Data (Giorgia Lupi y Stefanie Posavec, 2013)

El proyecto consta de visualizaciones de datos hechas a mano a lo largo de un año por parte de Giorgia Lupi y Stefanie Posavec, dos diseñadoras de información que viven en diferentes lados del Atlántico. Cada semana, y durante un año, recopilaban y midieron un tipo particular de datos sobre sus vidas en una hoja de tamaño postal para luego enviarlo por correo. Presenta un aporte a la investigación como referente estético por el diseño de la información pero también como una forma de trabajo colaborativo.

Fuente: <http://www.dear-data.com/theproject>



En La Brecha (Barret Cooperativa Valenciana, 2018)

Proyecto documental de creación colectiva que pretende reflexionar sobre las desigualdades de género en entornos laborales. Busca ser un relato colectivo con el testimonio de las usuarias dejando una conversación abierta a la participación de más mujeres a través de la plataforma de crowdsourcing, interfaz que permite que cualquier usuaria pueda grabar y subir un video-testimonio. Este antecedente indaga en otra de las expresiones de la brecha de género y resulta un aporte para el proyecto por la forma en que expone los relatos y la narrativa de su web.

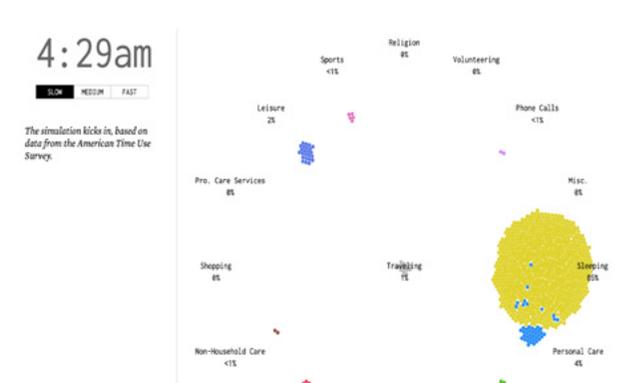
Fuente: <http://lab.rtve.es/webdocs/brecha/testimonios/>



Out My Window (Katerina Cizek, 2010)

Documental multiplataforma sobre experiencias y testimonios de residentes de distintas partes del mundo y sus puntos de vista en relación al planeta y la población urbana, intentando mejorar su calidad de vida a través del documental, registro fotográfico y tecnología digital. Este antecedente se convierte en un aporte a la metodología y registro para la investigación por sus distintas percepciones y visiones del espacio doméstico y vida urbana desde sus características de documental interactivo.

Fuente: <http://outmywindow.nfb.ca/#/outmywindow>



A Day in The Life (Nathan Yau, 2015)

La visualización muestra por medio de la animación el día simulado para 1000 estadounidenses representativos de la población según los datos de la Encuesta Estadounidense sobre el Uso del Tiempo de 2014, que preguntó a los ciudadanos qué hacían durante un período de 24 horas. Esta representación es un referente que nutre la investigación por la agrupación de actividades que realizan las personas encuestadas en ciertos rangos de tiempo y espacio.

Fuente: <https://flowingdata.com/2015/12/15/a-day-in-the-life-of-americans/>



#ThisIs18 - (New York Times, 2019)

Corresponde a una página de tipo documental que busca mostrar cómo viven a sus 18 años mujeres de distintas partes del mundo. Preguntando desde sus objetos favoritos, rutinas, comidas y preguntas relacionadas a su familia y religión. Este antecedente presenta una narrativa atractiva que enriquece al proyecto de título por el registro fotográfico y sensibilidad de las preguntas en la entrevista.

Fuente: <https://www.nytimes.com/interactive/2018/10/11/style/this-is-18.html>



Opinion | How to Track President Trump - The New York Times (2019)

El artículo muestra el recorrido de Trump desde su casa hasta la Casa Blanca para dar cuenta sobre el nivel de privacidad que se tiene y a través de este ejemplo se puede evidenciar la vulnerabilidad del teléfono y cómo protegerse. Lo interesante de la web y por lo que se toma como referente es la narrativa a lo largo del desarrollo del artículo, ya que tendrá otras pestañas en donde se puede seguir interactuando con otros problemas y reflexiones en torno al tema.

Fuente: <https://www.nytimes.com/interactive/2019/12/20/opinion/location-data-national-security.html>



Parte III: Proyecto

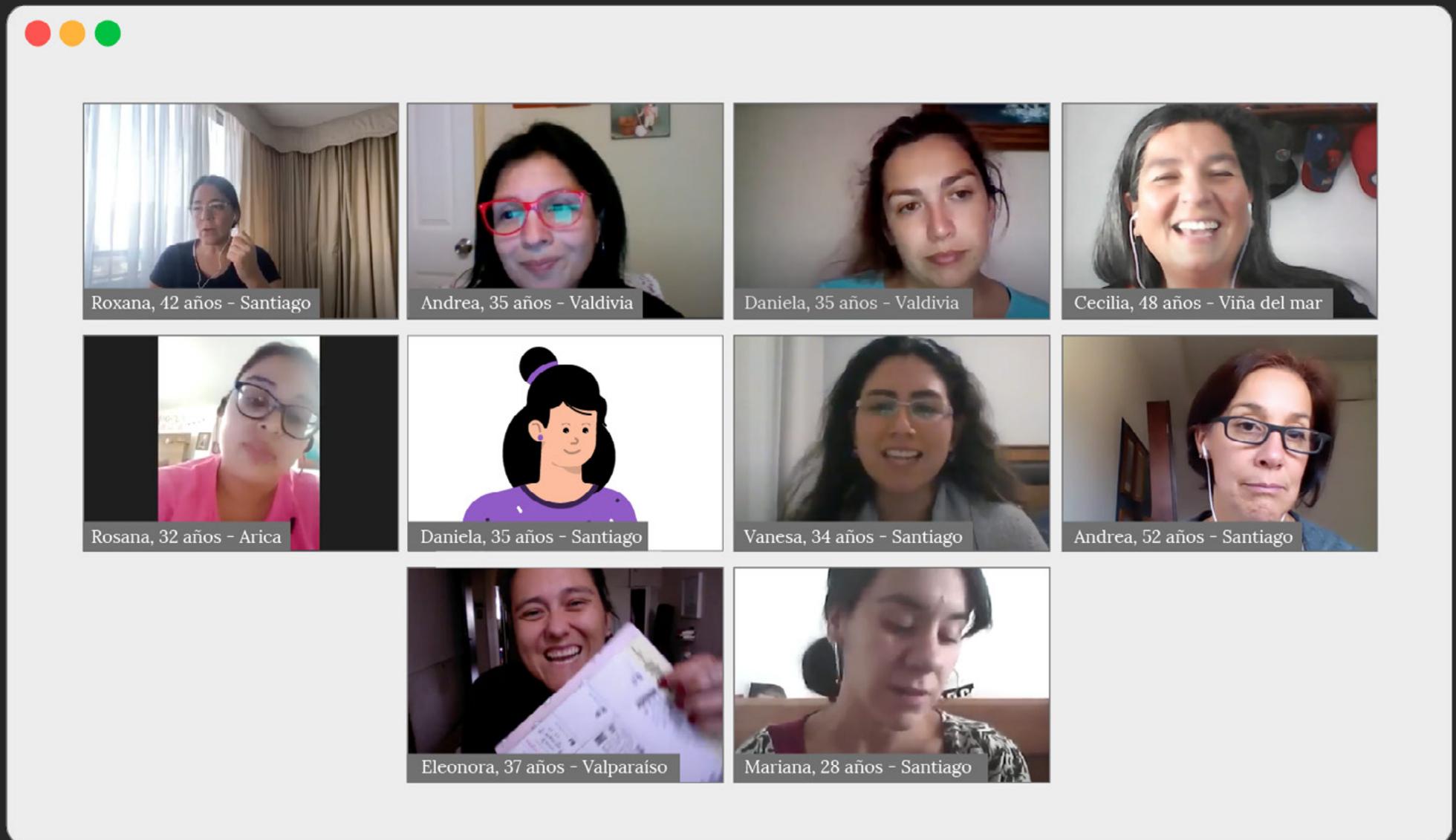


Contexto de implementación

El proyecto tiene como objetivo conocer la relación entre espacios y tiempos de las mujeres cuidadoras dentro del territorio doméstico. Al mismo tiempo, conocer cómo el contexto de pandemia ha producido un aumento en la brecha de género y división de las labores del hogar. Según el informe Claves 2020, realizado por Ipsos y La Tercera, en la actualidad “las mujeres son las únicas personas del hogar que cocinan (56% contra un 30% de los hombres); realizan tareas de limpieza (53% versus 27%); lavan (53% contra 22%) y cuidan de sus hijos (51% contra 18%).” Este mismo estudio señala además que una de las principales problemáticas que enfrentan hoy en día las mujeres en Chile son “la desigualdad salarial (46%), la discriminación en salud (35%), el acoso sexual (33%), la violencia hacia la mujer en el contexto familiar o de pareja (28%) y la postergación del desarrollo profesional por la vida familiar (27%)”. Con lo anterior, de acuerdo a la Encuesta de Empleo UC desarrollada por el Centro UC de Estudios y Encuestas Longitudinales, los datos obtenidos en julio y confirmados con nuevas encuestas en los dos meses siguientes, declaran que el 38% de los hombres reconoce destinar cero horas semanales a tareas domésticas comunes, como cocinar, hacer aseo o lavar

ropa; el 57% cero horas al cuidado de niños y el 71% cero horas al apoyo escolar de sus hijos.

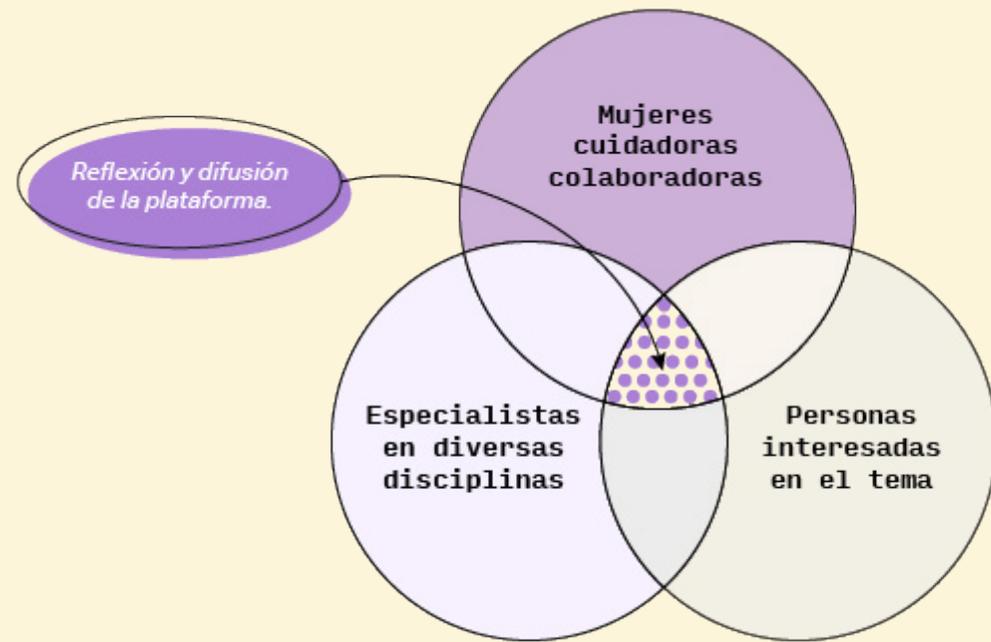
Con los datos anteriormente expuestos se definió la unidad de análisis del contexto de implementación y que corresponden a mujeres que se encuentran, bajo el contexto actual, envueltas de alguna forma con las dimensiones de trabajo mencionadas. Se define trabajar con mujeres entre 28 a 52 años correspondientes al grupo socioeconómico C1a, C1b y C2, viven en distintas ciudades del país, cuidan de sus hijos de entre 1 a 23 años en un hogar extendido, cuentan con un núcleo familiar al que pertenecen y con el que habitan el territorio doméstico, incluyendo a otros parientes además de la jefatura del hogar. Estas mujeres consideradas han decidido no desprenderse de las labores de cuidado, se dedican también a realizar labores domésticas y tienen un trabajo formal que conviven en el mismo espacio como consecuencia de las medidas sanitarias.



Captura de colaboradoras en la videollamada - Elaboración propia.

Usuarios

Para el enriquecimiento del proyecto es fundamental la participación de mujeres quienes se encuentren en una situación similar y les interese compartir su experiencia, siendo ellas las primeras usuarias y que nos ayudarán a seguir generando contenido y visibilizando para otros por medio de la plataforma. Un segundo usuario corresponde al público de la academia, que correspondería a especialistas de distintas disciplinas que se encuentren buscando insumos para hablar del tema como parte de una investigación, proyecto o exposición. Finalmente, un tercer usuario es cualquier persona que le interese el tema y desee conocer más sobre las dimensiones involucradas de mujeres que se dedican a trabajos domésticos y remunerados bajo el contexto actual.



Elaboración propia.

Contexto

De las entrevistas se desprende que la modalidad de relatar la rutina y conversar en torno a los espacios y tiempos es una forma óptima de abordar el tema. Si bien las entrevistas por videollamada y las actividades realizadas a distancia funcionan positivamente y son un aporte fundamental para el análisis de la investigación, se propone para la ejecución del proyecto enriquecer el registro de las colaboradoras a través de la fotografía participativa y metodologías implementadas en Reconfigurando lo público y lo privado en el Santiago de Pinochet (Soles, 2008), profundizando también en la reflexión de los espacios de las mujeres de la unidad de análisis y produciendo más insumos que serán publicados en la plataforma. Siguiendo las **consideraciones éticas** que esto implica, entregando un consentimiento que explica el proyecto, el traspaso y publicación de la información, derechos de los contenidos compartidos y la posibilidad de mantener su relato con su nombre social o seudónimo. Entendiendo el escenario adverso en que nos encontramos, se pensó la plataforma como un espacio virtual y de co-creación donde las proyecciones e instancias colaborativas del proyecto serían a través del trabajo a distancia.

Patrón de valor

El proyecto tiene como fin principal visibilizar esta expresión de la brecha de género, convirtiéndose en un espacio para compartir relatos de mujeres que tienen más carga de trabajo en el contexto actual al tener que dedicarse con mayor intensidad a sus trabajos domésticos y remunerados.

Lo anterior, es abordado desde una perspectiva situada porque incorpora a otros no expertos e integra a las mujeres como co-autoras de sus vivencias. El ejercicio permite indagar y generar material para la discusión de las cargas de trabajo y distribución de los tiempos expresadas en la transformación de los espacios en pandemia.

En este sentido, el diseño tendrá un valor fundamental no solo en la metodología y mapeo de la información desarrollada por las participantes, sino también en el desglose y análisis sobre el uso y apropiación de los espacios domésticos.

Metodología proyectual

En la etapa de levantamiento de información se realizaron 8 entrevistas durante el proceso de seminario que indagaban e invitaban a la reflexión de la rutina de un día de lunes a viernes, espacios compartidos y personales, distribución de los tiempos previos y durante la pandemia, organización de labores domésticas, percepción y visualización de sus hogares.

Luego en la etapa de titulación se trabajaron con 10 colaboradoras de las cuales 4 se habían entrevistado en la etapa anterior, esto permitió darle continuidad al estudio y poder comparar percepciones a más de un año del comienzo de la pandemia. Las entrevistas durante el proceso de titulación siguieron indagando de qué manera perciben y habitan sus territorios las mujeres que realizan labores domésticas y remuneradas en el contexto de crisis sanitaria y se profundizó la reflexión hacia las dimensiones en que se desenvuelven las colaboradoras y cómo ha sido para ellas ser mujer en una pandemia.

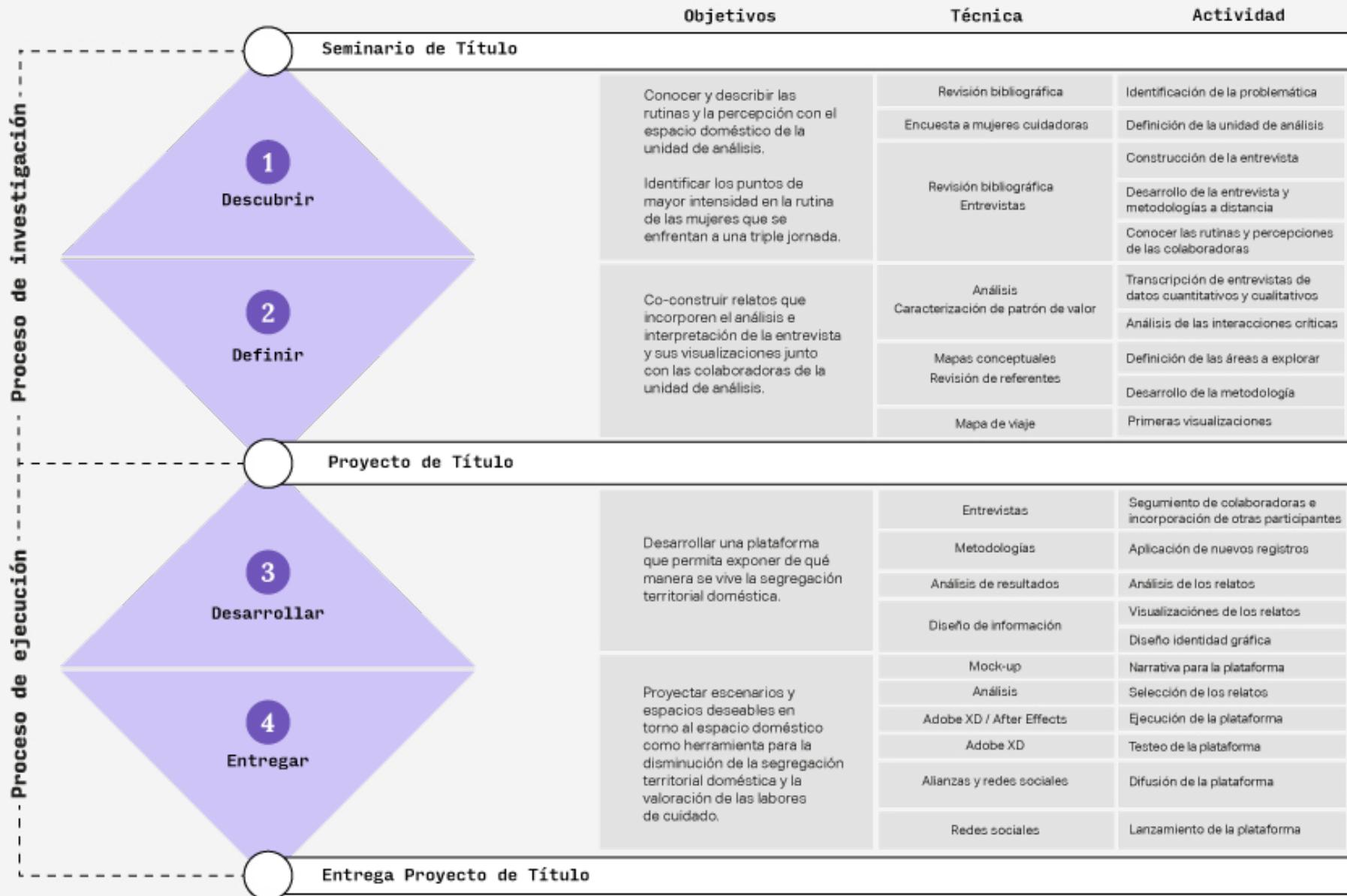
Al momento de planificar las entrevistas en profundidad se tomó como guía la Metodología de Diseño de Servicios UC, la cual consiste en un kit

con métodos, técnicas e instrumentos para utilizar como una herramienta estratégica para el desarrollo económico, social y cultural (Figuroa, Mollenhauer, Rico, Salvatierra & Wuth, 2017), definiendo un perfil de usuario y planificación del antes, durante y después de las entrevistas.

Las entrevistas en profundidad tuvieron una duración de entre 40 minutos a 2 horas para analizar la transformación del espacio y tiempo bajo confinamiento conociendo cuales son los momentos de la rutina que se viven con mayor intensidad, en qué lugares se desarrollan, la evidencia física y los roles involucrados. Este método también aborda el mapeo mediante ejercicios a distancia en donde se trabajaron las percepciones, expectativas y deseos de las mujeres entrevistadas priorizando en su desarrollo la co-creación. Se requirió entonces de la participación de mujeres en distintas ciudades del país que cuidaran de preferencia hijos menores de edad, tengan un trabajo remunerado formal, realicen labores domésticas durante el contexto de pandemia y se encuentren en el rango etario de 28 a 52 años. La elección de rango etario se basa en que es en este rango donde las mujeres ven más superpuestas su vida laboral con las

labores de cuidado por lo que bajo el contexto actual resulta más crítico analizar a estas mujeres.

La metodología implementada en el proyecto, tanto para la etapa de investigación como la de taller de titulación, es en base a una adaptación del doble diamante propuesto como síntesis de la investigación de Design Council que investiga y ejecuta permitiendo desarrollar proyectos con un impacto positivo y duradero para la humanidad (Design Council, 2019). Esta estrategia permitirá además llevar las proyecciones del proyecto de investigación de manera colectiva. La figura presenta un esquema de las etapas del proyecto bajo el doble diamante desde la investigación de la problemática hasta su publicación:



Metodología doble diamante - Elaboración propia

Hallazgos preliminares

Junto con conocer la forma en que se desenvuelve la mujer en el hogar es necesario indagar en el uso, percepción, apropiación y reconfiguración de sus espacios y tiempos, cómo los habita y cuáles son las dimensiones que están involucradas. Identificando también los puntos de mayor intensidad de las mujeres que se enfrentan a una triple jornada.

Espacios y tiempos compartidos

Al preguntar a las entrevistadas acerca de sus tiempos y espacios durante el contexto de pandemia con una amplia mayoría, 6 de 10 entrevistadas declaran que sus espacios han cambiado totalmente y todas las colaboradoras manifiestan que sus tiempos han cambiado producto de la pandemia. Una de las razones que más se repetía era la transformación de los espacios que antes se utilizaban como descanso o eran compartidos hoy se convierten en espacios de trabajo. Tal como menciona la siguiente cita en donde no solo vemos esta modificación del espacio sino también de los tiempos y rutinas que se adaptan para lograr convivir con las exigencias domésticas y laborales.

“Durante la pandemia, el comedor es muy loco porque desde las 8:00 am son dos oficinas reales con los dos computadores, pantallas y todo. De ahí a las 13:30 pm se saca todo y se transforma en comedor real para almorzar y almorzamos 6 per-

sonas ahí todos los días. Luego se termina a eso de las 15:00 pm en donde se convierte en oficina hasta el día siguiente y esto ha sido desde marzo. Todos los espacios comunes pasan a ser clases u oficina” (C. Quezada, 2020)

Junto con esto, todas consideran que su dormitorio, comedor, living, cocina y baños son espacios compartidos con los habitantes de la casa. Sin embargo, en el caso citado anteriormente veremos que ante la tensión de espacios compartidos y al no tener un espacio personal de trabajo definido se toma la decisión de trabajar en el departamento desocupado de su madre que está cerca de su casa y lo ha utilizado como oficina desde marzo de este año en el momento en que Viña comienza su fase 2. Cuando se le pregunta acerca de cuáles son sus espacios compartidos sigue indicando que son todos los espacios abiertos incluida su pieza y que el único que considera no compartido es el espacio que tiene en el departamento de su madre aun cuando no es parte de su casa lo considera hoy en día su lugar de trabajo y forma parte de su rutina.



Imagen: Espacio de trabajo de Cecilia Quezada en casa (2020)



Imagen: Espacio de trabajo de Cecilia Quezada en departamento (2021)

“Establecer el departamento de mi mamá como un segundo espacio, eso es lo mejor. He tenido reuniones en la pieza de mi hijo, la pieza de juego y el departamento de mi mamá. Las he tenido en mi computador, mi tablet o mi celular dependiendo de donde esté conectada. Mis clases que yo doy las planifico donde mi mamá hoy en día. Antes no hacía eso, lo hacía en la pieza de mi hijo pero hoy donde mi mamá planifico si o si las que me dictan y según el horario porque si las hago donde mi hijo puede que alguien más necesite ese espacio porque es donde mejor llega el internet y ahí nuevamente me cambio de espacio a la sala abierta. Por eso prefiero trabajar bien el departamento” (C. Quezada, 2021)

Se observa en otras colaboradoras que también utilizan la pieza de sus hijos como espacios de trabajo por estar deshabilitada por ellos durante la jornada laboral y permitiendo ser una pieza aislada de los demás espacios compartidos abiertos. Sin embargo, veremos que no hay un escritorio o implementos que limitan un espacio de trabajo.

Al mismo tiempo, vemos que hay casos en que desde el principio de la pandemia se instaura un espacio de trabajo que se desenvuelve en espacios compartidos con otras personas estudiando o trabajando y además, las condiciones del espacio se han debido adaptar para poder realizar trabajos que requieren largas horas frente a un computador sin la posibilidad de tener descansos. En la siguiente cita, la colaboradora cuenta cómo ha adaptado su espacio de trabajo personal y el de su hijo.



Imagen: Pieza del hijo menor de Daniela Vega, lugar de reuniones y descanso temporal

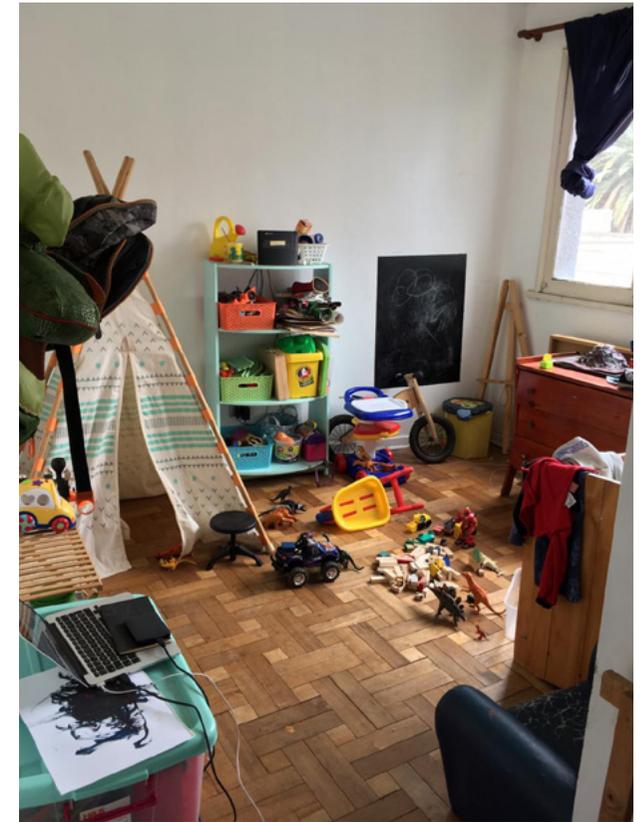


Imagen: Pieza del hijo de Cristina Adasme, lugar de trabajo temporal

“El comedor se hizo más pequeño por el hecho de que ocupó casi la mitad del comedor con el computador o de repente con mis libros y cosas así. Antes de la pandemia trabajaba en la oficina. Ahora es el comedor y a veces me acompaña mi hijo. También le compramos un escritorio a mi hijo porque antes de la pandemia no tenía nada de eso y era algo que pensábamos para más adelante pero cuando partió fue necesario que el tuviera un notebook, aumentar el internet de la casa, ese tipo de cosas” (A. Catalán, 2021)

De la cita anterior se comprueba que con el tiempo logra definir un ambiente de trabajo, pero se comienzan a tener dificultades físicas y psicológicas del trabajo remoto que comparte con sus compañeros y comenta las reflexiones y medidas que tomaron como equipo en la siguiente cita:

“El primer semestre, al menos nosotros con mis colegas, empezamos a tener los costos asociados al teletrabajo como no tener una silla adecuada, yo tuve que pedir una desde mi oficina. El mismo hecho de sentarse y no tener un escritorio en donde tú quedas bien, me dolía el brazo, el cansancio, el hecho de estar en la casa a mí personalmente me hizo subir mucho de peso porque no tengo movimiento.” (A. Catalán, 2021).



Imagen: Living/Comedor y espacio de trabajo de Andrea Catalán.



Imagen: Escritorio del hijo de Andrea Catalán.



Imagen: Living/Comedor y espacio de trabajo de Rosana Zapataque comparte con sus hijas, la cuna de su hija menor y la mesa del comedor para su hija menor.

Junto con el cambio de espacios durante el aislamiento también todas las colaboradoras declaran que sus tiempos y rutinas han cambiado con la pandemia, se han presentado nuevas cargas y dificultades pero que comparado al primer año de la crisis sanitaria este año han podido cambiarlas y mejorarlas con el fin de no repetir los mismos errores, favorecer la eficiencia y bajar exigencias impuestas el año 2020.

Parte del poder mejorar las rutinas estará relacionado con optimizar y mejorar espacios, 5 de las colaboradoras tienen pensado hacer cambios en su hogar que produzcan querer estar más en casa y hacer más llevadero el día a día. A lo anterior, se suman los pensamientos de una de las colaboradoras sobre sus dormitorios y la necesidad por buscar los espacios que el aislamiento les ha quitado.

"Antes de la pandemia existían inquietudes con respecto a los cambios que hicimos en los dormitorios de los hombres. Con la pandemia se hizo muy urgente porque pasamos más tiempo en las casas y eso obligó a habilitar mejor los ambientes y cuidarlos mejor, para respetar más los espacios personales porque pasamos mucho tiempo todos juntos." (A. Molina, 2021).

Aun cuando se realicen estos cambios no siempre será suficiente y será necesario cambiar de casa, dos de las colaboradoras están en busca de un nuevo hogar por distintas razones pero que se unen en un comentario común "buscar más espacio". Esto no es algo distinto a la situación a nivel país de querer cambiar de espacios, buscar casas, patios o terrenos para poder sobrellevar un período que se está alargando y que pareciera no terminar. Según cifras

de Portal Inmobiliario, durante el 2021 ha existido un aumento en la demanda de las casas y venta de estas viviendas pasando de un 9,8% a un 15,7%. "Chicureo ha sido uno de los lugares más beneficiados con los cambios de comportamiento de la demanda, generados producto de la llegada del Coronavirus a Chile" (La Tercera, 2021).

Las cifras anteriores refuerzan los comentarios de una de las entrevistadas en la siguiente cita: "La gente busca espacios más grandes también, busca hacer cambios porque el año pasado fue un año duro y a veces los lugares físicos te recuerdan, se vinculan a situaciones de estrés y uno decide hacer un cambio y sentir que se está renovando y efectivamente como el año pasado se generaron muchas situaciones de conciencia que este año me han permitido tomar decisiones distintas." (A. Molina, 2021).

Espacios y tiempos personales

Previo a la entrevista y a modo de profundizar el relato, se pidió la autorización de las entrevistadas para compartir fotografías de sus espacios. Definir un espacio físico como personal fue más complicado para las colaboradoras ya que no lograban catalogar un espacio específico. De lo anterior, 9 de 10 entrevistadas identifican con dificultad su dormitorio. Solo una de ellas declaró no tener un espacio personal. Además, 9 de 8 consideran sus dormitorios como espacios compartidos, esto puede percibirse así porque en el dormitorio principal ocurren varios momentos en que toda la familia comparte.

Una de las entrevistadas que más modificó su espacio durante la pandemia fue Eleonora Aldea que a finales del 2021 se muda con su familia de Santiago a Viña del mar. Esto produjo que las piezas se redujeran y se acomodaran según necesidades de cada integrante. Sin embargo, al perder espacio Eleonora perdió su pieza de trabajo que se había consolidado en su casa de Santiago y hoy en día se adapta a lo que ella misma denomina en la siguiente cita como “rinconcitos pequeños en espacios compartidos.”

“Cuando estaba en Santiago no cambiaron los espacios, era distinto porque teníamos 4 piezas y cada niño tenía su pieza, igual que ahora pero teníamos la pieza del mismo tamaño que la pieza principal y ahí tenía mi escritorio y mis cosas era como el taller y eso era muy poco ocupado por las otras personas y mi pieza era para puro dormir. Y aquí no tengo un espacio propio como que solo está mi pieza o la cocina, solo espacios compartidos. Son rinconcitos pequeños en espacios compartidos.”

(E. Aldea, 2021)



Imagen: Cocina de Eleonora Aldea que utiliza como espacio de trabajo.

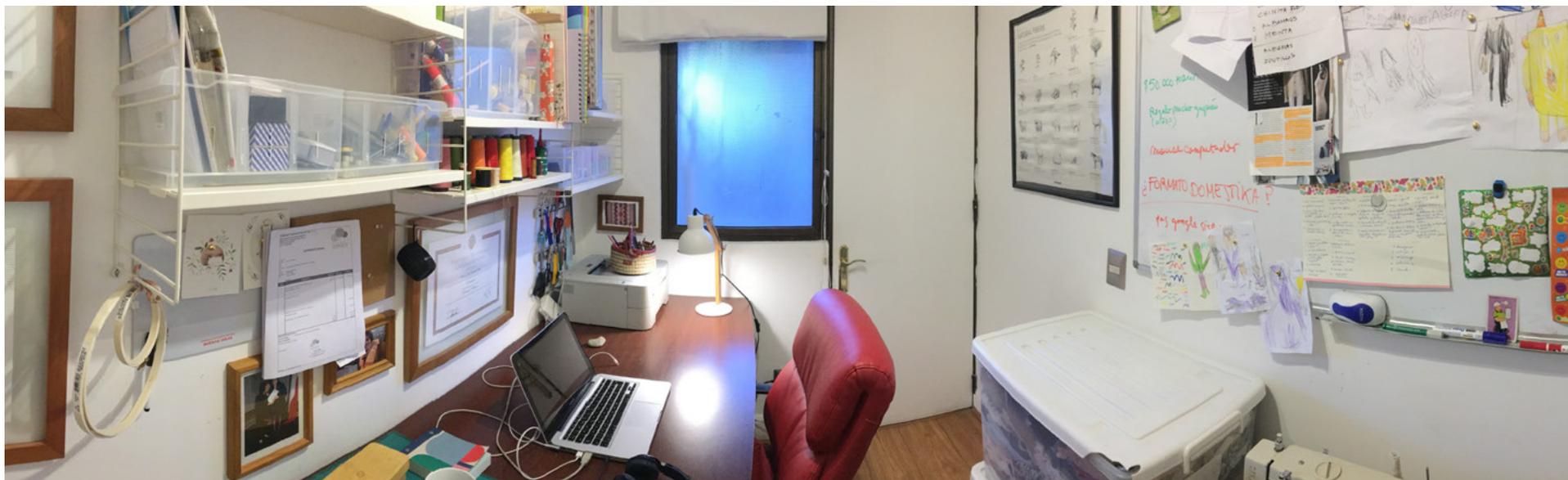


Imagen: Fotografía del escritorio de la colaboradora M. Simian.

Paralelamente, hay mujeres que dentro de su hogar tienen la posibilidad de delimitar un lugar y hacerlo propio, bajo sus condiciones y tiempos en donde pueden dedicarse a trabajar pero también a relajarse. En el caso de Simian, durante la entrevista destacó su taller ubicado en la pieza de servicio de su departamento como un espacio que se consolida en cuarentena como personal y que hoy lo expresa como un logro que ella bautiza "su cueva".

En parte de su relato, agrega que en este espacio responde a sus horas laborales pero también realiza sus hobbies alejada de sus hijos quienes saben que no deben entrar o interrumpirla mientras se encuentre ahí.

“Un día estuve muy tensa y le pedí a mi marido que viera a los niños y me vine al escritorio. Me encerré y saqué una Negrita (oblea de chocolate) que tenía guardada en el baño. Yo me decía, ‘me voy a calmar, me voy a calmar.’ Abrí el computador un segundo, vi cualquier cosa y dije como ya yo puedo, este es mi espacio.” (M. Simian, 2020)

En vista de lo anterior, hay una intención por encontrar lugares y momentos que puedan ser personales por parte de las mujeres que hoy no cuentan con un espacio físico propio y que incluso pasando meses en aislamiento continúan buscando acoplarse a otros existentes pero que siguen sin pertenecerles.

“El espacio personal con dificultad mi pieza. La pieza de mi hijo también. La estoy inaugurando ahora y me siento cómoda en este espacio y “personal” entre comillas porque igual abren, sacan cosas y todo pero es más personal que la pieza abierta de los juegos que estoy con audífonos y pasa gente, pasan la aspiradora, me preguntan cosas. Ahora mi computador, siempre es itinerante puede estar aquí donde estoy ahora, el comedor, la cocina, mi pieza, la pieza abierta. Mis cosas para trabajar están en una bolsa y esa bolsa la llevo por toda la casa porque con el computador no tengo un espacio donde poner mis cosas. Quizás la pieza en la que estoy ahora podría tener mis cosas en un espacio chiquitito.” (C. Quezada, 2020)



Imagen: Bolsa de lona en donde Cecilia Quezada traslada su escritorio por la casa al espacio en que pueda trabajar.

La cita previa nos indica la tensión existente entre los espacios-tiempos personales y compartidos dentro del territorio doméstico. Se considera de lo anterior, el concepto **post-it** city acuñado por Giovanni (2003), quién define “un dispositivo de funcionamiento de la ciudad contemporánea que concierne a las dinámicas de la vida colectiva fuera de los canales convencionales, ya sean de carácter comercial, lúdico, sexual o de cualquier índole, con la característica común de apenas dejar rastro y de autogestionar sus apariciones y desapariciones”, es decir, la bolsa de lona de la colaboradora representará un despliegue de su espacio de trabajo dentro del hogar según los espacios y tiempos que les corresponda para luego resguardarse.

Ahora bien, hay mujeres que encuentran lugares específicos en el hogar y que los perciben como personales tanto por sus características o momentos en que utilizan el espacio. Como vemos en las siguientes citas, se refuerza la idea de un espacio de descanso, soledad y contemplación.

“El único espacio como más personal es una pieza chiquitita que hay que ahí yo guardo mi ropa porque yo decidí guardarla ahí porque estoy sola, me cambio, me visto y tiró la ropa cuando quiero y cuando quiero estar sola voy y me meto a esa pieza que tiene fotos, recuerdos, cosas personales mías. Ese es como mi espacio porque todo lo demás es compartido. Antes de la pandemia ese no era mi espacio, pero pasó a ser mi espacio cuando yo necesitaba minutos de soledad y estar ahí o me sentía mal psicológicamente iba ahí. No trabajo ahí solo cuando quiero estar sola.” (D. Vega, 2021)



Imagen: Pieza de lavado en donde Daniela Vega lava ropa y se convierte en su espacio personal.



Imagen: Espacio y silla de descanso de Paulina Cabrera.

Lo mismo ocurre en el caso de Paulina en el que define su espacio según un momento del día y objeto específico que delimita el lugar como explica en la siguiente cita,

“El patio y por el frente está la silla en donde me siento a fumar. Esa silla es mi punto fijo cuando no estoy en la cocina o cuidando a los niños. Mis espacios personales míos sola, no tengo. Pero la silla, el patio y la cocina son los espacios en donde más paso tiempo en el día y donde puedo descansar. La silla es el momento en que me siento y me relajo.” (P. Cabrera, 2020)

Al mismo tiempo, lo anterior no solo significa para las entrevistadas un mezcla de espacios sino también de tiempos destinados para estar a cargo de los suyos que suelen estar más priorizados que los tiempos destinados a actividades recreativas, de crecimiento personal y hobbies. Sin embargo, para las entrevistadas el año pasado han ocurrido cambios que indican que han cambiado el orden y organización de los tiempos personales. Tres de las mujeres entrevistadas en el 2020 comentaron que comenzaron a estudiar para especializarse en su disciplina o a modo de ampliar conocimiento en otros temas.

“Logro tener los tiempos ordenados pero aumentaron, tengo que hacer más cosas por este hecho de que me puse a estudiar, entonces necesito más tiempo para hacer las clases y cuidar. Si bien lo tengo organizado y tengo así como el horario de mi hijo y mi horario en mi mente me quita más tiempo, hay periodos de tiempo que son imposibles porque tengo clases y no puedo dedicarme a él. Pero a pesar de todo, es tanto lo que me gusta lo que estoy haciendo que para mí es un agrado o sea es tiempo, es cansador pero me encanta entonces siento que no estoy perdiendo sino que estoy puro ganando” (C. Quezada, 2021)

Existen también para otras colaboradoras el deseo por querer especializarse o aprender sobre otros temas pero por falta de tiempo no han podido concretarlo llegando incluso a la idea de sacrificar tiempo de descanso para realizarlo como se comenta en la siguiente cita

“A mi trabajo formal diario le dedico unas 4 horas diarias y a las labores de la casa unas 10 horas diarias y siento que al día le faltan horas me gustaría poder estudiar más, estudiar inglés y música. Creo que quiero hacerlo más presente que futuro, de hecho ahora estoy viendo de qué manera poder armarlo sobre todo mis salidas fuera o sacrificar horas de sueño día por medio”

(A. Molina, 2020)

Mujer cuidadora

Siendo un criterio para la unidad de análisis, las mujeres han decidido no desprenderse de las labores de cuidado durante la pandemia. Sin embargo, todas las colaboradoras declaran que han tenido que asistir a sus hijos durante su horario laboral aun cuando algunas si cuentan con ayuda externa para poder dedicar tiempo a las labores domésticas y remuneradas. Por ejemplo, en la siguiente cita a pesar de existir un intento por limitar los espacios y tiempos dedicados a lo personal como tomar talleres por videoconferencia o realizar otro tipo de actividad recreativa no siempre es posible dejar el cuidado de sus hijos.

“Ha sido un poco incómodo. En los talleres que tomé igual me interrumpen, pasa gente, pasa mi hijo, mi suegro. Pido silencio y todo pero igual me preguntan cosas y eso te saca un poco de en lo que estás. A pesar de que yo les aviso, me preparo mucho, tengo un papel y les pongo que estoy en clases y les muestro siempre hay algo. El timbre, el teléfono, la cadena del baño y un “mamá dónde están las cosas.” (C. Quezada, 2020)

“Son horarios críticos cuando tu hijo despierta, cuando tiene sueño, cuando tiene hambre entonces ahí trato de tener un margen amplio porque no me gusta tener cosas agendadas a esa hora porque no sé qué puede pasar y quiero dedicarme a la reunión en esos momentos. Intento organizarlos lo mejor posible.” (V. Upegui, 2021)

Situaciones similares comparten otras colaboradoras y cuando se les pregunta sobre el espacio de reuniones a distancia todas declaran tener reuniones semanales por la plataforma de Zoom que van desde los 30 minutos hasta dos horas. De lo anterior, también declaran que en alguna de las reuniones han tenido que asistir a quienes están a su cuidado, lo mencionado ocurre a pesar de que 9 de 10 planifica una reunión importante y 7 de 10 se preocupan por el fondo y orden de la reunión que será visto para ellas como un control de su espacio y dar la idea de que está ordenado. El asistir a sus hijos se repite no solo el primer año de pandemia sino también durante el segundo. Sin embargo, se reitera el comentario de no querer fingir u ocultar la situación que se está viviendo al convivir los tiempos domésticos/familiares con los laborales tal como son las situaciones a continuación:

“Es la tercera reunión que tengo en el día y he estado todo el día acá (...) Y durante las reuniones me interrumpen. Sí, me interrumpen de todas maneras. A veces llegan “mamá no sé qué, necesito esto” y como en mi trabajo hay muchas colegas como yo que tienen hijos y otros más chicos todavía estamos acostumbrados a que se paseen por atrás y miren en qué estoy y a veces distrae.” (R. Barrientos, 2020)

“Me da lo mismo dónde tenerlas y cómo está el fondo, pero trato de que por ejemplo cuando hago dicto yo un taller, hago la cama, no quiero dar la idea de caos, pero si entran mis hijos, entran mis hijos y si me interrumpen igual no finjo que estoy en una situación ideal. Mil veces he tenido que asistirlos mientras estaba en una reunión. De hecho grabé unos videos el otro día y entran a sacar los zapatos o me preguntan cosas y siempre participan o de repente está quedando la embarrá afuera y yo así en la reunión, “oye están peleando afuera, perdón.” (E. Aldea, 2021)



Imagen: Captura de Zoom con Eleonora Aldea en su pieza, de fondo su perro que llegó en medio de la reunión.



Imagen: Captura de Zoom con Rosana Zapata, llega su hija mayor y participa de la videollamada.



Imagen: Captura de Zoom con Daniela Vega, a la derecha su hija menor la interrumpe para poder dibujar el ejercicio final con ella.



Imagen: Captura de Zoom con Andrea Valenzuela, a la izquierda su hijo entra a su pieza.



Imagen: Captura de Zoom con Mariana Bahamondes, a la derecha su hija quien quería participar la videollamada.



Imagen: Captura de Zoom con Andrea Catalán, quien se paró para asistir a su hijo durante la videollamada.

Cabe destacar que así como han cambiado los tiempos y espacios dentro del hogar durante el confinamiento también se sumaron exigencias en la rutina de todas las entrevistadas dado que más de alguna ha comenzado a cuestionar la forma en que realizan su rol de madre llegando incluso a un colapso que les hizo tomar decisiones como soltar ciertas labores o dedicar menos tiempo a su trabajo remunerado. Las siguientes citas describen los momentos críticos en que lo anterior se evidencia:

“Mi rutina es para mi hija, es todo en función de ella, por más que yo tenga cosas que hacer para la práctica, trabajar, escribir mi tesis, mi tiempo depende mucho del cuidado que le tengo que dar a mi hija.” (M. Bahamondes, 2020)

“En algún momento fue horrible, yo sentía que me iba a volver loca, no podía con la necesidad de mi hijo, la pega y como que todo necesitaba demasiado de mí. Estaba viviendo en un basu-

rero porque la casa estaba hecha bolsa y no hay otra persona con la que me pueda dividir las tareas. Osea mi estabilidad emocional no daba para hacerme cargo de la pega, la casa, mi hijo, no daba. Decidí que al final no podía hacer todas las cosas al mismo tiempo. Y claro tome decisiones al respecto, aunque me dedicara 100% a la maternidad no estaría bien, no me sentiría bien entonces tuve que hacer el equilibrio.”

(M. Adasme, 2020)

De lo anterior, se observa que las madres que tienen hijos menores de 8 años suelen tener más exigencias o tareas en las cuales acudir, acompañar y criar a sus hijos esto va a depender también del grado de independencia que este último tenga. El responder adecuadamente a las necesidades de sus hijos es una exigencia que todas viven y comparten. Esto se verá influenciado por “la estructura en que se ve vista la maternidad como un trabajo social, se ve necesitada en el momento subsi-

guiente de glorificar la maternidad como hecho sublime de la naturaleza, restándole ese carácter de dura y compleja labor que he tratado de describir hasta ahora” (Burin, 2014).

“Considero que estamos en déficit porque tengo todo mezclado aquí si bien ella estaba en el jardín desde las 8 am hasta las 17 pm, pero después de ese horario el tiempo era exclusividad de mamá, dueña de casa y esposa ahora no. Ahora el tiempo se mezcló todo y no puedo negarlo porque estás trabajando y al mismo tiempo ser mamá a medias porque no eres 100%, porque le das papa a la guagua, pero sigues usando el computador, no le das el 100% de calidad a tus hijos. Me pasa que me siento culpable y por eso en el verano trate de organizarme, levantarme más temprano cuando ella estaba durmiendo para poder terminar un poco más temprano y tratar de dedicar más de tiempo de calidad.” (D. Vega, 2021)

"También soy culposa con el tema de la maternidad, sí. Porque yo creo que los hijos juzgan cuando uno ya está más grande pero de repente siento que no tengo el tiempo o las energías para jugar con mi hija grande porque también la chica demanda tiempo entonces si de repente digo pucha mi hija me necesita y a pesar de todo el cansancio si me doy tiempo para ella pero antes cuando ibas a la oficina me pasaban a buscar y podíamos tener más tiempo de momentos de familia, dejábamos la pega en la pega ahora como que todo está en la casa, el colegio está en la casa, el trabajo está en la casa entonces no hay tiempo como para desconectarse." (R. Zapata, 2021)

A pesar de los momentos anteriormente mencionados hay mujeres que destacan el poder pasar más tiempo con sus hijos y poder observar momentos que antes pasaban inadvertidos por sus rutinas tan divididas en cuanto a tiempos y espacios, siendo más partícipe de su crecimiento y acompañándolo. Sin embargo, veremos que la exigencia por ser madre a tiempo completo seguirá vigente.

"Ser madre en pandemia por otro lado hay gente que dice que esto me afecta y todo pero yo siento que a mí me ha unido hartito con mi hijo porque quizás yo antes no sabía o no evidenciaba nada de lo que le estaba pasando u otras cosas, pero el hecho de estar con él... Ellos entran al sistema educacional y tu te olvidas de tu hijo ya no lo ves, nos veíamos solo en las tardes entonces nos veíamos para conversar otro tipo de cosas en cambio ahora uno está presente en todo minuto con él. Ese es como lo que es ser mamá al 100%. No pueden decir que uno no está pegada a ellos." (A. Catalán, 2021)

Ahora bien, siguiendo con la lógica tradicional de familia es que las mujeres se ven obligadas a realizar ciertas tareas desde un amor incondicional y que irá por sobre ellas. Marcela Lagarde (2001) explica que el amor se enseña a las mujeres de manera distinta que a los hombres y por ende se vive diferente. Hasta el momento a las mujeres se les enseña el amor como una parte fundamental de su identidad por lo que debe demostrarse a través de acciones desinteresadas y por consiguiente le debe ser cotidiano olvidarse de sí para sacrificarse por y para otros a su cargo. Esto podemos verlo

en que además de existir un desgaste importante en las colaboradoras las exigencias por cumplir con un estándar de madre siguen presentes, en algunos casos han bajado sus expectativas pero suman otras.

"Ha sido mucha más pega y dedicación. Mucho más. Tener que poner ganas, energías y paciencia para hacer de esto más llevadero. Me generaba mucho estrés tratando de separar este rol de mamá, de profesora que tenía que ser para mi hijo y uno no lo puede separar, eso era lo que más me perturbó de no caer en ser una mala profe para él, pero tampoco una mala mamá creo que eso es lo que más me estresa porque al final en mi pega si puedo rendir como profe, pero para él me preocupaba dejarlo." (C. Quezada, 2020)

“Ahora es 100% difícil porque mi hija no está yendo al jardín. En comparación a noviembre del 2020 siento que manejo mejor más que el tiempo, las expectativas que tengo de nuestra vida. El año pasado por ejemplo, mi hija me exigía que jugara con ella, pero yo estaba como ¡Ay! debería estar trabajando o debería estar estudiando o debería estar haciendo esto y ahora dije filo, da lo mismo todo. Está todo mal, ¿sufrir porque mis expectativas personales no son lo que yo pensaba? No chao, estoy disfrutando con mi hija del día a día. A mí me daban crisis de pánico y me volvieron con todo esto y yo creo que es por todo lo que está pasando y ahora he decidido disfrutar mi día a día y mi hija es lo más lindo que tengo y disfrutando el momento siento que bajó la frustración que yo tenía.” (M. Bahamondes, 2021)

Con el paso de la pandemia se ha evidenciado que las mujeres estarían enfrentando no solo una triple jornada de trabajos domésticos, remunerados y de cuidados sino también un trabajo como educadoras. Al no existir la posibilidad de que sus hijes asistan a clases presenciales deben prepararse antes de la clase, monitorearlos durante y después de realizarla para saber si están aprendiendo correctamente y ayudarlos con tareas pendientes

que se han duplicado a diferencia del 2019. Situaciones como estas se evidencian en las siguientes citas:

“Lo de ser profesora también ha sido súper complejo porque un hijo tiene a la mamá que le dice, lávate los dientes, ponte zapatillas, hay que ir a acostarse y ahora tiene que ser. Haz la tarea, pinta este dibujo, etc. Si bien mi hija mayor está en un jardín, tiene 5 libros en total más uno del ministerio que es de lenguaje, matemáticas, ciencias y otros. Por ejemplo, hoy día estaban enseñando el aparato digestivo y yo me acuerdo que lo vi como en 5to básico y tiene una disertación mañana pero de repente me desgasta tener que retarla o que no se distraiga y prepararla para la disertación.” (R. Zapata, 2021)

“A diferencia del año pasado, este año cambió. El año pasado fue mucho más duro emocionalmente porque fue un desgaste tremendo a nivel escolar, tenía que hacer las tareas con mi hijo y todo y no es un niño que quiera hacer tareas entonces es muy desgastante emocionalmente. Intento absolutamente no repetir los errores del año pasado y estamos abordando todo lo que no pudimos el año pasado” (A. Molina, 2020)

Labores domésticas

Por otro lado, al preguntarles sobre las labores de la casa, 9 de 10 mujeres revelan que dividen las tareas domésticas en su hogar. Asimismo, 6 de 10 entrevistadas manifiestan que la tarea más complicada es preparar el almuerzo, momento en que se encuentran puntos con mayor intensidad. Lo anterior, se evidencia en el siguiente relato, en donde la entrevistada debe cumplir con tres cuentas regresivas en las cuales se encuentra su trabajo, atender a sus hijos para la siguiente clase y preparar comida para el resto de la familia que también debe cumplir con ciertos horarios.

“La tarea más complicada y en la que me veo en crisis es tener el almuerzo a la hora, por eso invertí en una olla más tecnológica para poder mejorar mi tiempo, pero todo es más pesado, es más cansador. El fin de semana trato de dejar cosas que yo sé que en la semana me van a arreglar el almuerzo como lavar las verduras o cosas que yo llegue, saque y prepare porque todos tienen un horario, lo demás puede esperar, o sea

que si paso o no la aspiradora, pero no puede esperar el almuerzo, eso es lo más complicado” (R. Barrientos, 2020)

Producto de la pandemia y con el fin de optimizar los tiempos la colaboradora anterior compró electrodomésticos para disminuir su carga en la cocina. Al mismo tiempo, 4 de las 10 colaboradoras declararon haber adquirido un electrodoméstico para su hogar como refrigeradores, aspiradoras y ollas inteligentes, lavaplatos, etc. Veremos que aun teniendo o no nuevos electrodomésticos esta ayuda no será suficiente para resolver labores domésticas y disminuir los tiempos en que se desarrollan ese tipo de actividades y en el momento en que más en crisis se sintieron deciden ceder ciertas responsabilidades pero sobre todo bajar exigencias y expectativas como en la siguiente cita:

“A mí, la tarea más complicada, la que más me cansa por el momento ha sido cocinar, todos los días buscar algo distinto para hacer y hacerlo y darte el tiempo porque cocinar no ocupa menos de una hora, una hora y media nunca menos que eso. También lo otro que aprendí fue a soltar el tema de la limpieza, a decir se puede dejar hasta aquí y

hasta aquí nomás se hace. Lo otro también, planchar que es super pesado, pero esto yo ya lo hacía antes de la pandemia porque no tenía nadie que me ayudara solo que ahora también he aprendido a soltar cada día más ciertas tareas y también he aprendido a pedir ayuda. Porque una cosa es soltar y que todo quede ahí, pero otra cosa es soltar y que todos nos involucremos para que las cosas estén mejor.” (A. Molina, 2021)



Imagen: Cocina de Roxana Barrientos con los electrodomésticos nuevos que adquirió en la pandemia.

Pese a que algunas colaboradoras han podido pedir ayuda al momento de realizar labores domésticas todas consideran que siguen existiendo dificultades para equilibrar el trabajo doméstico, reproductivo, productivo y ahora se suma como se mencionó anteriormente, dedicar más horas al apoyo escolar de sus hijos. De lo anterior, se confirma el trabajo doméstico como una labor que permite el cuidado de la vida y el bienestar de las personas en el hogar e involucra indefectiblemente una alta carga afectiva (Rodríguez Enríquez, 2005 en Pessolano, 2016, p.201)

“Para mí ser mujer en pandemia como te decía ha sido complejo, súper complejo es súper importante como esa empatía si ambos papás trabajan con un niño obviamente se necesita flexibilidad y esa falta de la flexibilidad es importante para la situación que vivimos porque en el fondo todos lo estamos viviendo. La situación es súper compleja y el colegio ha tratado de disminuir las cargas de las clases, pero aun así pasan esas reuniones que topan con el horario de las clases entonces eso complejiza la situación. Claramente uno quiere dedicarle más tiempo a la familia, pero es difícil realizar eso si no hay un compromiso por la otra parte, el trabajo es eso, como la flexibilidad de la empresa.” (A. Catalán, 2021)

Al mismo tiempo, no es solo la falta de apoyo en casa sino también la flexibilidad laboral que puedan tener ya que será esta una carga importante y de la cual no pueden desligarse o reorganizar por lo que ocurren eventos y situaciones excepcionales desde que sus hijos están teniendo complicaciones con sus estudios o hay un familiar que necesita de mayor atención en sus cuidados.

“Sí, he tenido dificultades para equilibrar el trabajo formal y las labores y lo veo en que siempre tengo que sacrificar algo ponte tú, tiempo laboral para poder dedicarme a otras cosas o por otro lado, también estoy muy cansada entonces tampoco tengo la energía para poder buscar espacios creativos y recreativos para mí entonces estoy tan cansada que al final busco herramientas que a él (hijo menor) le pueden servir para que él se pueda entretener y soy una madre más vieja entonces eso igual es distinto.” (A. Molina, 2020)

En el caso de Andrea, su marido tuvo un accidente durante el primer semestre del 2021 lo que produjo que la dinámica familiar y de orden de labores domésticas se volcaran de golpe a Andrea quien además de realizar labores de cuidado a su hijo, debe ayudar a su marido que se encuentra con reposo y quien no puede prestarle la ayuda diaria del año pasado.

“Pasó un tema importante en nuestro núcleo familiar por lo que se atribuyó más la responsabilidad a mí. Tuvimos un poco de ayuda como a final de mes de marzo venía alguien a hacernos el aseo y ayudarnos, pero por el contexto de pandemia no pudo seguir viniendo, sin embargo, por el accidente yo empecé a tomar más responsabilidad del hogar. Por ejemplo, el fin de semana es ordenar y en la semana limpio lo que es más chico. En cuanto a la comida y cocina y las clases con mi hijo ya he estado compartiendo más con mi pareja porque es algo más fácil para poder estar al lado, pero todo lo demás de la casa he tenido mucha más responsabilidad y he estado con hartito trabajo y se me ha hecho más difícil la jornada.” (A. Valenzuela, 2021)

Por otra parte, vemos el caso de Eleonora que previo a la pandemia dedicaba su día a su trabajo formal que realizaba fuera de casa y pasaba muy poco tiempo realizando labores domésticas y la pandemia le ha permitido hacer más actividades y encontrarle el gusto sin embargo, al igual que el resto de las colaboradoras ha debido sacrificar tiempo de su trabajo remunerado.

"Han cambiado mucho porque el año pasado yo estaba muy deprimida y estoy mejor que el año pasado anímica y enérgicamente, de hecho, la pandemia siento que me ha puesto mucho más doméstica. Ahora que estamos en Viña a pesar de que hemos seguido encerrados, cambió mucho mi rutina porque ahora hago muchas más cosas de casa, yo antes no me encargaba tanto del trabajo doméstico. Le dedicaba mucho más tiempo a mi trabajo formal y cero al trabajo doméstico y ahora yo creo que estoy trabajando súper poco en mi trabajo remunerado y trabajando hartito más en la casa. Estoy más metida en la casa y en el funcionamiento de la casa, pero no se pueden las dos cosas, tengo que elegir." (E. Aldea, 2021)

Ahora bien, cuando se les pregunta sobre la división de las tareas domésticas 9 de 10 considera que sí logran dividir las dentro del hogar. 6 colaboradoras reconocen que conversaron la división de tareas domésticas y 4 comentan que se dio naturalmente. No obstante, aun cuando dividen labores, 6 entrevistadas declaran que falta más equilibrio en las labores del hogar.

"Mi esposo no hace tantas labores, son cosas muy puntuales, tenemos dividido por ejemplo el desayuno, sacar a la perra y ya está. Priorizamos el tiempo que él está acá y que esté disponible para mi hijo. Las labores como lavar, asear las hago yo. Él no hace eso y hay cosas que acordamos desde que empezamos porque nos conocimos compartiendo una casa entonces hay dinámicas que hemos mantenido pero igual siempre ha sido tema, porque a medida que pasa el tiempo se van cargando cosas a la mujer o una las va asumiendo no sé en qué momento hay una línea ahí difusa porque antes como éramos compañeros de departamento pues cada quién se encargaba y

ambos colaboramos. En qué momento eso empieza a hacer tema no lo tengo claro pero sí recuerdo que para ordenarnos era tema porque los hombres hacen las cosas de una manera y uno de otra." (V. Upegui, 2021)

"Cuando nos dividimos las tareas el 2020, lo conversamos y las pusimos en un calendario bien grande en una pizarra blanca y era algo que cada uno tenía sus tareas y si se querían cambiar tenían que verlas entre ellos. El año pasado dividimos muy bien las tareas, a algunos les toca hacer almuerzo, labores de la casa, mucho más dividido, pero este año no ha podido ser tan así. Ha sido casi nada porque mi hijo mayor está trabajando y no está en la casa, mi hija mayor se operó de la cadera y tampoco puede ayudar mucho, ahora ayuda un poco más, pero está con mucho estudio y mi otra hija está en cuarto medio entonces la ayuda ha existido, pero muy poca." (A. Molina, 2020)

“A las labores domésticas dedico al día 5 horas en un día, pueden ser menos. Pero uno no se da cuenta lo que toma el tiempo, yo creo que colgar la ropa en el tendedero te demoras una hora. Creo que uno nunca siente una satisfacción con la repartición de horas en el día, te faltan horas. Lo que he estado haciendo es que uso mi agenda para organizarme con las tareas y mis lunes hago de todo, por ejemplo, en esta agenda tengo solo anotado para el día lunes nueve tareas que cumplí pero ponte tú al día siguiente son cuatro. Pongo no sé cocinar el almuerzo que es una tarea pero uno no lo ve tanto como tarea. Antes no lo hacía porque esas tareas que eran domésticas no las anotaba en mi lista de cosas que tenía que hacer entonces muchas veces veía y decía pucha no hice nada y en verdad, si había hecho cosas, pero eran todas de casa. Igual siento que más que me faltan horas me falta energía y ganas.” (E. Aldea, 2021)

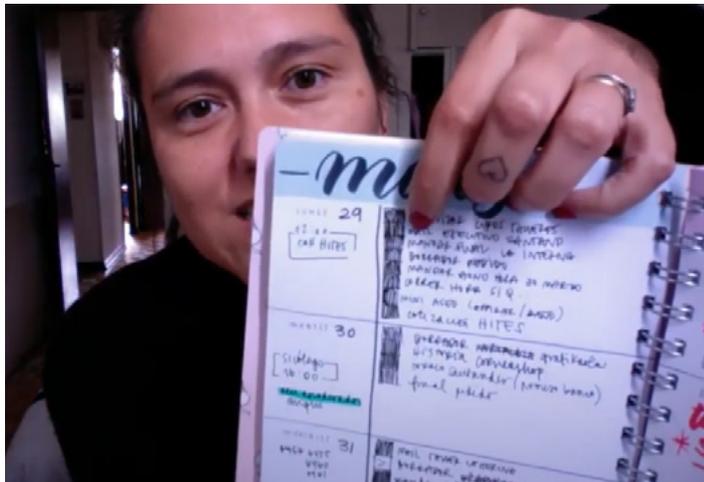


Imagen: Eleonora Aldea muestra su agenda con la planificación de su semana.

De acuerdo con lo anteriormente expuesto, veremos que aun cuando hay un intento por ordenar y dividir las tareas sigue existiendo una carga en las mujeres con las labores domésticas y de cuidado, que difícilmente ellas mismas pueden desprenderse porque son actividades que llevan haciendo por años y los demás integrantes no se han involucrado por lo que también la repartición de tareas viene con un enseñar cómo hacer las actividades.

Tal como presenta el Primer Estudio Nacional de Valoración Económica del Trabajo Doméstico y de Cuidado No Remunerado en Chile al declarar, “un reparto desigual de las tareas domésticas y de cuidado [que] no solo las recarga, obligándolas a ser prácticamente las únicas responsables de ese ámbito de la vida; también implica diferencias importantes en las tasas de participación laboral entre hombres y mujeres, en sus posibilidades de desarrollarse plenamente en ese espacio y de tener ingresos que les permitan llegar dignamente a la vejez” (2019, p.10). Asimismo, el estudio “Covid-19 and the Gender Gap in Work Hours” demostró que las parejas heterosexuales con hijos menores de 13 años en que ambos comparten condiciones de trabajo similares, fueron las madres las que redujeron sus jornadas laborales cuatro a cinco veces más que los padres, aumentando así de un 20% a un 50% la brecha en la cantidad de horas dedicadas al trabajo remunerado.

Carga mental

Es un hecho que la triple y hasta cuádruple jornada para las colaboradoras del proyecto ha significado un desgaste importante, y al preguntarles sobre su carga mental en el último mes 9 de 10 mujeres declaran que ha sido alta. Lo anterior, se deberá por las largas jornadas sin descanso, pero también, tal como mencionan, no existe una flexibilidad laboral o un apoyo por parte de su trabajo formal que les permita equilibrar de mejor manera sus tiempos y al juntarse los espacios se tiende a vivir aún más una doble presencia/ausencia. Esto se evidencia en las siguientes citas en donde se describe que mientras se realizan labores domésticas y de cuidado se está pensando en los pendientes del día en el trabajo formal o incluso en situaciones futuras de labores remuneradas y no remuneradas.

“Porque claro estoy trabajando y ya estoy pensando en lo que tengo que hacer después y siempre tuve esa misma carga de trabajo incluso cuando mi hija estaba pequeña yo trabajaba casi que 24/7 generalmente y así querían que tomara una jefatura también y harta carga laboral. Después tuve licencia durante el embarazo entonces perdí un año y medio de pega

y me puse al día súper rápido, pero estoy muy sobrecargada. No hay una flexibilidad tampoco, sigue siendo la misma exigencia y aún más. Por ejemplo, hoy tengo que mandar un oficio, entonces si pasa que estoy cocinando y digo, ¡Oh! Tengo que hacer eso o mi hija tiene que hacer una tarea, tengo que buscar ese recorte entonces estoy constantemente pensando lo que tengo que hacer en el día y el día siguiente, en las cosas de la casa, las cosas de mis hijas o el supermercado o cosas que faltan.” (R. Zapata, 2021)

“Hay una carga laboral y eso conlleva a la mental porque inconscientemente estoy pensando. Por ejemplo, ayer antes de acostarme vine a buscar unas cosas de mi trabajo para saber lo que me iban a preguntar porque ya tenía que tener una respuesta clara para mañana entonces sí, eso cansa y aburre. De hecho mi pareja me dice que no está bien, que tengo que desligarme, pero yo le decía sí, pero es que mañana igual lo voy a tener que hacer entonces prefiero dejarlo listo hoy día. Entonces, ¿Qué se puede hacer para reducir esa carga? eso lo hablamos en las reuniones lo planteamos y obviamente hay gente que aspira a más dinero u otras cosas pero yo personalmente propuse tener una pausa diaria a parte de la pausa de comidas, de la colación tener una pausa

saludable como de media hora sería bueno yo considero que si estuviera así estaría quizás un poco mejor pero tampoco podemos pedir tanto porque estamos todos adaptándonos a esto.” (A. Catalán, 2021)

Al mismo tiempo, se les pregunta sobre qué podría ayudarlas a reducir la carga mental suelen ligar esa carga con su trabajo formal, pero también la compatibilidad de atender las labores de cuidado en el mismo horario que el laboral y se repite la idea de que exista mayor corresponsabilidad, mayor flexibilidad laboral y ayuda con los nuevos roles que se están realizando en conjunto con la triple jornada. Lo anterior será para todas las colaboradoras un desgaste importante y que en algunas se traduce en un desgaste y dolores físicos.

“No sabría que me podría ayudar a reducirla; un clon mío (risas) porque mi marido, en ese sentido no puedo contar con él, con la información... él no. Él es muy relajado en lo que respecta dividir las cosas por ejemplo, si mi hija tiene alguna tarea al final es como pega doble porque le tengo que explicar a él, para que él le explique a ella entonces en ese sentido como que me sobrecargo pero dividir la carga mental o bajarla no sé cómo hacerlo.” (R. Zapata, 2021)

"Somos capaces de hacer muchas cosas más pero igual somos pulpos al final y demuestra que somos capaces pero si en algún minuto te puede llevar o pasar la cuenta. De repente tener tic en los ojos, te tiritan y ahí digo ah! ya de repente me duele hasta la cara la otra vez fui y estuve a punto de que me diera una parálisis facial entonces igual uno inconscientemente no cree que te puede pasar pero por la edad porque uno es joven, pero igual se descuida mucho la salud." (A. Catalán, 2021)

"Se ha requerido mucha fuerza para las mujeres de ese rango etario (niños menores de 7 años) es súper estresante, conozco varios casos que están bien complicadas la verdad. Entonces yo agradezco igual tener hijos un poco más grandes no tan guaguas. Son cosas que me he tenido que ir amoldando, cediendo espacios así. He sabido que si bien mi equipo de trabajo más directo hay flexibilidad no ocurre lo mismo con otros equipos, han habido bastantes temas complicados en otras áreas, a nivel de sindicato de empresa ha habido mujeres que han puesto, que se han visto afectadas por su jefe directo porque no tienen hijos chicos entonces no entienden." (R. Barrientos, 2021)

Tal como se mencionó en puntos anteriores, son las mujeres quienes harán labores muchas veces

por obligación, pero que se justifica desde una entrega y amor por las personas a su cargo. Victoria Hurtado, psicóloga de Corporación Humanas en una entrevista con La Tercera declara que durante la pandemia las mujeres no sufren solo sus dolores personales sino también lo harán por otros miembros de la familia, esto provocará un desgaste asociado a la triple jornada y como explica, "las mujeres están respondiendo a las necesidades de hijos, parejas, al funcionamiento del hogar y eso genera tensión, preocupación, desgaste y tiene un impacto grande. Padecemos por nosotras y por el resto." Este precedente, se refuerza con la siguiente cita de una de las colaboradoras

"En sí ese es el gran problema, que se mezcla todo, para mí no ha sido tan pesado porque me he organizado pero hay momentos que sí, es bastante pesado. Por eso me gusta ir a trabajar a la oficina porque libera bastante la carga laboral, llego con muy poco trabajo y ya puedo comer tranquila sin el computador y dedicarme a mis hijos." (D. Vega, 2021)

Ahora bien, podemos ver que hay mujeres que han bajado sus expectativas, pero en la práctica no siempre se ve aun cuando toman medidas para organizarse y ordenar sus tiempos la carga sigue

existiendo, la actitud con la que la toman es distinta, pero sigue siendo tomada por ellas más que buscando una corresponsabilidad o pidiendo mayor flexibilidad. En casos aislados hay respuestas sobre encontrar más tiempo para realizar deporte o actividades personales, pero otras no ven esta posibilidad ya que les ha sido difícil adaptarse al teletrabajo.

"Siento que mi carga mental es la misma, pero la estoy llevando de otra manera el año pasado estaba abrumada porque no se podía salir, los contagios, la práctica, mis estudios, mi trabajo, mi hija y quería ser bien evaluada. Me siento más despejada, quería encontrar otra pega, pero estoy llevándolo mejor quizás menos carga, pero sigo. Igual estoy tomando unas pastillas naturales para dormir. En concreto, mi carga no ha cambiado mucho." (M. Bahamondes, 2021)

“Siento que mis tiempos en relación al año pasado están mejor pero no sé si mejor organizados sino que mi actitud es más flexible, no sé si estoy mejor organizada pero sí estoy más relajada en cuanto a si alcancé a hacer cosas o no como que antes esas cosas me carcomía la mente, como los pendientes, lo que no hacía, las responsabilidades y siento que ahora estoy más relajada y eso ha sido un efecto pandémico de aceptar y entender las capacidades que uno tiene en un periodo absolutamente extraordinario. Creo que podría hacer algo para poder cambiar mis horarios y ahora que los niños van a estar un gran rato del día fuera en el colegio está la posibilidad de ordenar mejor y obviamente quiero porque tengo muchos proyectos y necesito cumplir con plazos y tengo que hacerlos, pero también pensando siempre que por mientras esta situación global y pandémica no se solucione todo con paciencia y comprensión.”
(E. Aldea, 2021)



Imagen: Fotografía del escritorio/habitación de Eleonora Aldea.

Ser mujer en pandemia

Si bien en un principio no fue parte fundamental del estudio de campo reflexionar en torno a qué es la mujer y las dimensiones diversas de las colaboradoras, existieron comentarios referidos a los roles en que se desenvuelven y sus reflexiones luego de la primera etapa de entrevistas. Dentro de las reflexiones compartidas están las preocupaciones por su triple y hasta cuádruple jornada que mantiene una alta carga y doble presencia, la poca flexibilidad y corresponsabilidad en casa y el trabajo, la triple jornada y la falta de tiempo para realizar actividades personales o recreativas. En las siguientes citas se infiere que parte importante de las entrevistadas se encuentran con tiempos y espacios muy limitados para poder desenvolverse en sus roles como mujer y desprenderse de sus labores dentro del hogar.

“Es terrible darse cuenta que no tengo ni un minuto para mí tranquila, porque todo mi día y vida es función de las demás personas.” (P. Cabrera, 2020)

“La pandemia eso sí considero que ha servido para valorar el tiempo que uno tiene que a lo mejor quizás antes no lo veíamos, el tiempo que uno le dedica a la familia porque a mí eso me ha servido, encuentro que se mezcla mucho y a lo mejor antes no te dabas cuenta, pero ahora con el teletrabajo uno como mujer te das cuenta que el tiempo de calidad que le dabas a tu familia era mucho mejor en consideración ahora que estás las 24 horas al día con tus hijos pero no es de calidad.” (D. Vega, 2021)

“Es valioso los momentos para mí porque así también puedo ser la madre, trabajadora y pareja que quiero ser y actualmente creo que los tengo aunque sean cortos.” (V. Upegui, 2021)

Al mismo tiempo, junto con la capacidad de valorar y dimensionar los tiempos y espacios en pandemia hay una intención por cuestionar las actividades y labores realizadas por mujeres, como menciona Eleonora en la siguiente cita “cosas que solo hago yo, cosas en la casa que no las hace nadie” y que aun cuando ella les enseña a realizarla a otros integrantes de la familia suelen ser olvidadas y realizadas nuevamente por ella.

“Siento que la pandemia corrió un velo muy grande que se tenía sobre los cuidados, a mí por lo menos la pandemia me ha hecho ver muy claramente la cantidad de pega que significa los cuidados y cómo históricamente ha recaído en las mujeres. Creo que nunca antes me había estado tan claro el tema. Viendo los conflictos de mis amigas, mi familia, de mí y como el hecho de que la vida funcionara más o menos normal con familias, niños fuera de la casa y con mujeres pudiendo salir era algo que aplacaba esa sensación de “ya bueno esto es lo que me tocó” y yo los voy a cuidar a todos porque incluso yo que soy una persona que no soy tan cuidadora, no soy el estereotipo de mamá apapachadora me doy cuenta de lo que significan ciertas cosas que siguen pasando incluso en los casos como el mío que no son tan extremos. Cosas que solo hago yo, cosas en la casa que no las hace nadie con detalles como correr la cortina del baño, poner el confort cuando se acaba, todas esas cosas chicas que se van sumando que en verdad te das cuenta que eres la única que las hace o cosas con los niños.” (E. Aldea, 2021)

Junto con el estrés del confinamiento y la triple jornada, todas las mujeres consideran que en algún punto de la pandemia y de la maternidad han debido postergarse más de lo debido y sin muchas posibilidades de delegar tareas o pedir mayor corresponsabilidad. En las siguientes citas, las colaboradoras comparten momentos en que como madres solteras o en pareja han tenido que dividirse las labores de cuidado:

“Ser mujer en pandemia siento que lo vivo más siendo mamá porque es muy distinto una mujer que vive sola y tiene otro tipo de problemas que en el caso mío que tengo que compartir el cuidado con el papá algunas semanas. Como tengo a mi hija se ha visto muy mi ser mujer configurado con ser madre porque tengo que estar constantemente con el papá de mi hija organizándonos. Siento que ser mujer-madre en pandemia para mí ha significado estancarme un montón. Siento que significa postergarse, como que la pandemia ha sido algo muy difícil (...). Se ha significado postergarse en todo ámbito como en lo amoroso, en mis cosas cotidianas, eso como que significa ser mamá pero también por ejemplo, mis hermanas y mamá viven en otra comuna y no tengo auto y en cuarentena no puedo

verlas tanto como yo quisiera. La libertad yo creo que también es importante más aun siendo mamá. Siento que en la pandemia nos hemos visto un poco recludas.” (M. Bahamondes, 2020)

“¡Uy! yo digo que realmente las que más se han sobrecargado son las mujeres, las mujeres cuidadoras porque en el fondo de un rato pa’ otro te dijeron “ya ándate para la casa, toma aquí está el trabajo hay que cumplir igual” y fuiste ya la asesora del hogar y además profe, te pusieron 3 funciones de una, entonces como que todo a la vez. Ahora es todos los días y tu trabajo que estás acostumbrado a hacerlo en una oficina ahora no, te interrumpen a cada rato o sea sí, es harto estrés. Si pasaste esta pandemia estás al otro lado, de verdad que sí. Es lo que pasa y no me pasa a mí nomás sino a todas las mujeres que están en la misma posición que somos varias, por lo menos todas las apoderadas del curso de mi hijo estamos todas iguales pero bueno mis colegas igual pero ya llevamos un año y yo creo que todos nos hemos ido acomodando un poco más a la situación que no es normal tampoco.” (R. Barrientos, 2021)

“Me he dado cuenta que no le tengo miedo a quedarme sola con mi marido a futuro porque uno puede manejarlo, es entretenido también. Me he dado cuenta que extraño mucho a mi familia, estoy mucho más sensible, me afectan más las cosas, todo me afecta más me ha significado ser mujer en pandemia restarme yo por los demás restarme en los espacios, en los momentos de ocio, que los quiero y quiero tenerlos y siento que no los puedo tener, darme cuenta que antes podía tenerlos pero no los aprovechaba.” (C. Quezada, 2021)

Así como se ha hablado en puntos anteriores, las mujeres se encuentran sometidas a un estrés importante en pandemia y que se ve reforzado y acentuado con las expectativas de la sociedad acerca de que se espera que sean como madres, de acuerdo a Rodríguez (2016), “es preciso destacar que este trabajo no se realiza sólo por afecto, al contrario, se desarrolla bajo presiones sociales, culturales, psicológicas o incluso de manera indeseada y bajo violencia física.”

“Creo que el rol de la mujer socialmente es que tienes que estar bien siempre, osea no puedes estar cansada, ni deprimida, tienes que estar bien. Ha sido súper agotador, porque es el concepto de cuidar, tengo que estar pendiente de que cuando llegan los zapatos queden afuera, que hay que lavar la ropa, de que no falten las mascarillas, detergente, un tema agotador, mentalmente es agotador y también se solapan los tiempos. Por ejemplo, ahora mi marido debería haber llegado y no ha llegado entonces igual él es como un apoyo fundamental porque si no estuviera mi mamá estaría con la bebé aquí. Necesito el apoyo igual de otra persona porque mi marido llega cansado entonces siento que de repente él en vez de llegar a descansar, llega a seguir trabajando en la casa porque los roles son compartidos y así. Mi suegra me odia porque el hombre tiene que llegar a descansar a la casa entonces ella es como “¡pobrecito mi hijo tiene que cocinar!” Esa es una visión muy machista, pero para ella yo soy una muy mala mujer.” (R. Zapata, 2021)

Con estas presiones de qué se les exige a las mujeres madres tanto en la maternidad como en labores domésticas es que muchas comenzaron a valorar sus trabajos y también de qué forma quie-

ren vivir la maternidad. A modo general, todas las colaboradoras pensaron en bajar sus exigencias, pero pocas declararon cómo hacerlo o por dónde les gustaría empezar. A partir de estas reflexiones en torno a la maternidad y el ser mujer es que se llegaron a conclusiones como dejar de sentirse una madre siempre sacrificada 24/7, desenvolverse en algunos casos en plano amoroso, hacer vida en pareja y encontrar no solo tiempos sino espacios físicos para ellas que les permitieran realizar las actividades que le gustaría sean productivas o de ocio.

“Ser mujer en pandemia ha sido súper demandante, pero también ha sido un desafío bonito porque me ha obligado a replantearme cómo quiero ser o la mujer que quiero ser porque antes de la pandemia había menos conciencia estaba acostumbrada a seguir cierto ritmo, cosas del sistema y en el colegio tenía la responsabilidad de acompañar a mi hijo en el tema escolar y trabajaba, había más libertad podía permitirme una vida más de pareja incluso pero con la pandemia se generaron situaciones más de sobrevivencia, por un tema de salud y de protección, sensación de peligro permanente. Me di cuenta de que estaba siendo una mujer que no era la que yo realmente quería en todos los planos

y me permití aceptar de que me cansaba ser mamá y que ya no tenía tantas ganas de ocupar tanto espacio siendo mamá y a mí la pandemia me desbordó maternalmente porque ser mamá, ser profesora en la casa, no tener tiempo para ti fue como no, no más esto no más transar mi propio espacio, transar mis sueños y mis proyectos por la maternidad, buscar un equilibrio. Significó darme cuenta de las expectativas que existen en el rol de la mujer en general, a nivel social porque era como obvio que uno tenía que abordar como mamá y ayudar a los hijos, criar, hacer tareas, estar súper bien como mamá, llevar una casa, generar recursos y además estar bien emocionalmente entonces, ni una posibilidad, igual reventé y me di cuenta que esta mamá, súper mamá yo ya no quería ser más súper mamá, me cansé y decidí aceptar que no porque es un cuento que te cuentas en la mente. Ser súper mamá no es real siempre te pasa la cuenta, hay un agotamiento, hay una capacidad física y esa es una de las cosas más fuertes que viví porque tenía esa idea de mamá siempre para los hijos, siempre dispuesta y llegó un minuto en que dije no, no quiero más me cansé. (...) Entonces hoy estoy en eso, en volver a ganar mis espacios personales y volver a hacer lo que quiero hacer, me he enfocado más en sanarme.” (A. Molina, 2021)

Junto con este cuestionamiento acerca de qué tipo de maternidad les gustaría llevar viene también la idea de acoger la maternidad como una vivencia compartida, acompañada y no con momentos flemáticos. Una maternidad que les permita a las mujeres sentirse igual de independientes, encontrando en pequeños logros domésticos grandes victorias en el día y que les permitan revalorizar sus trabajos para ser acogidas y no desplazadas por la sociedad ni por ellas mismas.

“La pandemia para mí ha significado abrazar ese rol incluso un poco más que antes, entregarme un poco más a ese rol sin pelearle tanto como replegarme a la casa y a lo doméstico como refugio, siento que antes yo estaba demasiado estresada y presionada por mí misma a estar todo el tiempo demostrando que por ser mamá o por estar casada o por estar en la casa eso significaba que yo no podía ser exitosa como en todas estas otras cosas como tener un libro, hacer talleres, ganar plata, trabajar con marcas grandes, cosas así y ahora siento que un día exitoso puede ser un día en que mi casa esté limpia y que puede sentirse igual de exitoso y antes me avergonzaba incluso el hecho de estar en la casa o de hacer labores domésticas como que sentía que era indigno para mí.

Algo muy tonto, pero que siento que a muchas mujeres de mi generación se les metió en la cabeza de que teníamos que ser distintas a nuestras mamás, distintas a las mujeres de antes y como que ser feminista significaba renegar un poco de eso de tener hijos, casarse, hacer cosas en la casa, ¿como qué? y es algo con lo que todavía batallo, pero desde la pandemia he cachado lo importante que es, la pega inmensa que es y lo brígido que es, es la pega que fundamenta todas las otras pegas. Y en mi caso lo que ha significado ser mujer en pandemia es ser mucho más comprensiva conmigo misma y con las otras que decidieron hacer lo que yo siempre consideré que era indigno hacer, como quedarse en la casa, cuidar hijos, cuidar familias y cuidar a sus maridos como que siempre consideré que era una opción inferior de vivir la vida y siento que desde la pandemia me he sentido tonta por haber pensado eso.” (E. Aldea, 2021)

Casa ideal

En la última parte de la investigación se les pidió a las entrevistadas que dibujaran un plano de su casa o departamento actual y un plano de su "su casa ideal", pensando en que sin tener ninguna limitación económica podrían tener una casa nueva o cambiar su casa actual. Si bien para las 10 colaboradoras al principio significó un desafío, luego de la entrevista todas concluyeron que querían espacios más divididos pero sobre todo un espacio para ellas, para realizar su trabajo formal o hobby y que en lo posible estuviera separado de su espacio para dormir. En las siguientes fotografías vemos dibujos de las casas ideales de 6 colaboradoras que piensan y declaran en su dibujo un espacio de trabajo separado como pieza aparte ya que hoy en día se mezcla y acomoda en otros espacios del hogar que suelen estar compartidos.

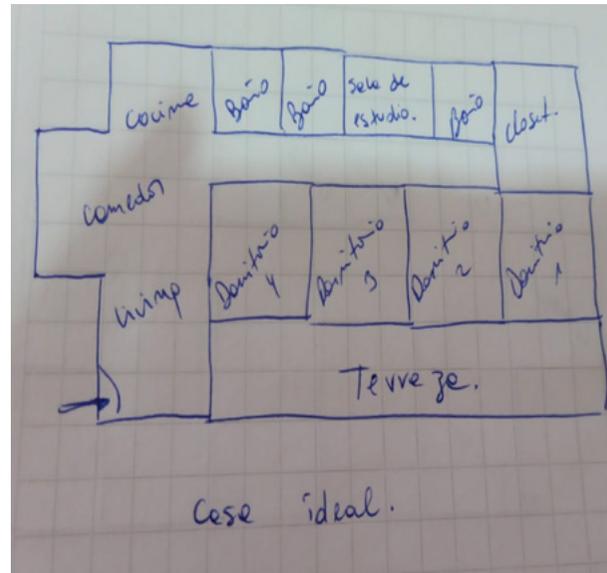


Imagen: Dibujo casa ideal Rosana Zapata, 2021.

"Donde más paso tiempo en el día es en el living, comedor y cocina. Entonces en mi casa ideal la cocina para nosotras es muy importante (yo y mi hija) porque hacemos queques, pizza entonces me gustaría una cocina más grande y dos piezas más así como una sala de juegos solo para ellas y otra pieza como oficina y con eso yo sería súper feliz. Siento que dividir el espacio de trabajo y tener uno solo dedicado al trabajo podría avanzar mejor y otra cosa muy superficial sería tener otro baño porque tenemos uno solo y nos peleamos el baño." (R. Zapata, 2021)

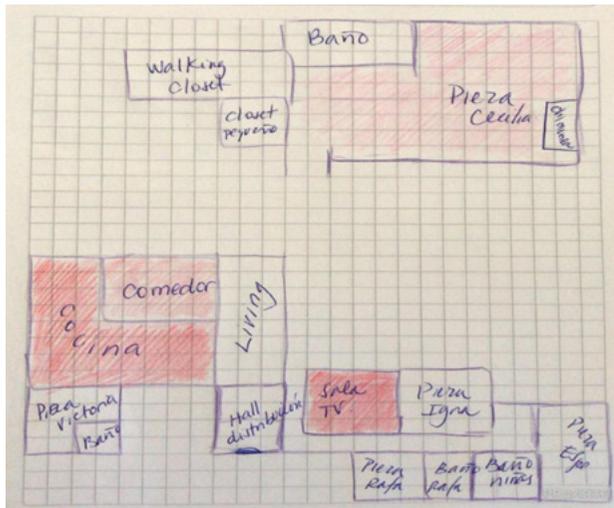


Imagen: Dibujo casa ideal Cecilia Quezada, 2021.

“Una oficina/taller para mi” (C. Quezada, 2021)



Imagen: Dibujo casa ideal Mariana Bahamondes, 2021.

“Piezas separadas con mi hija” (M. Bahamondes, 2021)

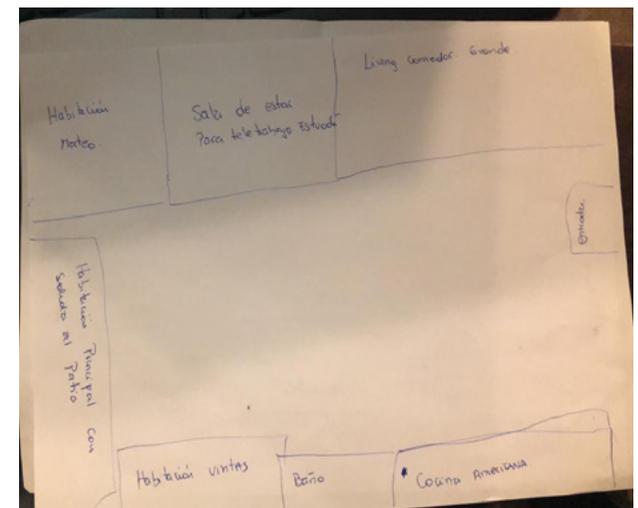


Imagen: Dibujo casa ideal Andrea Catalán, 2021.

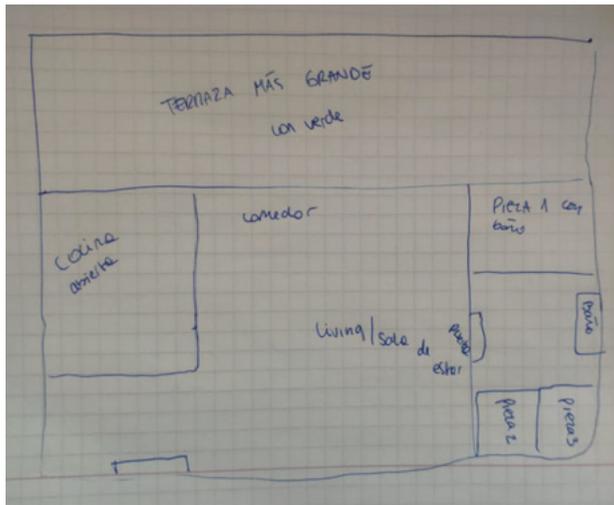


Imagen: Dibujo casa ideal Andrea Valenzuela, 2021.

“Una pieza de oficina y más patio o arreglar el patio” (A. Valenzuela, 2020)

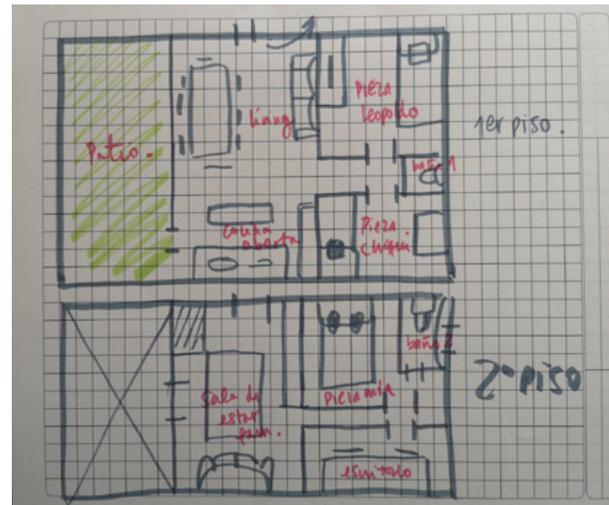


Imagen: Dibujo casa ideal Eleonora Aldea, 2021.

“Un escritorio en una pieza a parte fuera de la cama y sala de estar familiar.” (E. Aldea, 2021)

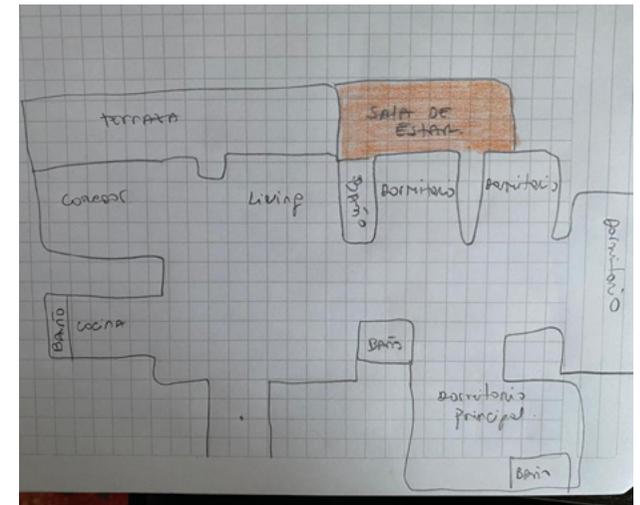


Imagen: Dibujo casa ideal Roxana Barrientos, 2021.

Parte importante de sus deseos y cambios de la casa ideal se condice con encontrar nuevos espacios y espacios más grandes ya que la pandemia ha hecho sentir los espacios más pequeños, tal como se mencionó en el punto de espacios y tiempos compartidos hay una necesidad a nivel país por buscar nuevos espacios, más grandes y prácticos. 4 de las 10 colaboradoras buscan espacios comunes, pero que sirvan para compartir en familia, salas de televisión, terraza, patio o un living más espacioso.

“Llegas al living y la cocina que son todo abierto plano abierto que le dicen en los programas, patio luego en el primer piso las piezas de mis hijos, baño solo para ellos. Luego en el segundo piso, nuestra pieza con un baño en la pieza nuestra y ojo que los dos baños tienen una ventana que da hacia afuera porque nos dimos cuenta de que necesitábamos tener un baño con ventana y nunca hemos tenido uno.” (E. Aldea, 2021)

“A mi casa soñada no le cambiaría mucho, pero lo que me gustaría sería tener una sala de estar, como para ver tele que no sea necesariamente el living que no fuera dormitorio pero que fuera como un lugar que puedas salir del dormitorio y que no tengas que estar en el living si es que hay personas. Una pequeña zona de descanso.” (R. Barrientos, 2021)



Imagen: Dibujo casa ideal Vanesa Upegui, 2021.

Por último, llama la atención el caso de Daniela, que si bien al preguntarle al inicio de la entrevista dónde están sus pertenencias personales responde en su pieza, luego confiesa que tiene parte de sus pertenencias en otros dormitorios del hogar porque no tiene mucho espacio en el dormitorio matrimonial. Por lo mismo, en su casa ideal le gustaría ampliar su pieza y tener más espacio para dejar sus cosas.

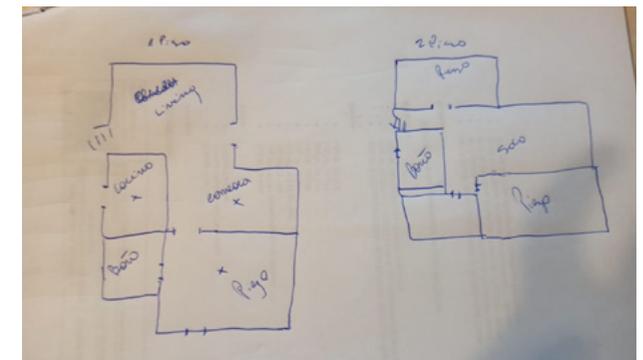


Imagen: Dibujo casa ideal Daniela Vega, 2021.

“Cambiaría el baño, mi baño y mi pieza más amplia. Agregaría espacios para dejar mis cosas, como mi ropa.” (D. Vega, 2021)

Desarrollo del proyecto

Selección de colaboradoras

Para el producto final se colaboró con 10 mujeres de distintas ciudades del país entre 28 a 52 años que cuidan de sus hijos que van entre los 1 a 23 años y correspondientes al grupo socioeconómico C1a, C1b y C2. La mitad de la muestra ya había sido parte del proceso de seminario por lo que se pudo realizar un seguimiento del comportamiento.

Nombre	Edad	Ciudad	Vivienda	Ocupación	Edad hijos	Pareja
Mariana Bahamondes	28	Santiago	Departamento	Trabajadora social	5 años	×
Andrea Valenzuela	29	Santiago	Departamento	Diseñadora gráfica	6 años	○
Roxana Barrientos	42	Santiago	Departamento	Matrona	8 años, 14 y 11 años (gemelas)	○
Cecilia Quezada	48	Viña del mar	Casa	Educadora de párvulos / Profesora universitaria	7, 18 y 22 años	○
Andrea Catalán	35	Valdivia	Casa	Trabajadora social	9 años	○
Daniela Vega	35	Valdivia	Casa	Trabajadora social	2 años 10 meses y 17 años	○
Rosana Zapata	32	Arica	Departamento	Trabajadora social	5 años y 1 año	○
Vanesa Upegui	34	Santiago	Departamento	Ingeniera comercial / emprendedora	7 años	○
Andrea Molina	51	Santiago	Casa	Corredora	9, 19, 20 y 24 años	×
Eleonora Aldea	37	Viña del mar	Departamento	Diseñadora gráfica	7 y 13 años	○

Elaboración propia

Primer prototipo

Conocer a las colaboradoras

Para la construcción de la pauta de entrevistas se definieron objetivos acerca de qué aspectos se quería investigar con el fin de delimitar los puntos de estudio y definir una directriz para el análisis de los espacios y tiempos del hogar de las colaboradoras. Para esto se utilizó la Tabla KWHL, una herramienta de investigación para poner en marcha el plan de investigación partiendo por suposiciones para luego identificar cómo hacerlo y qué se aprende de ello pudiendo encontrar la conexión con los objetivos de la investigación (Visocky, O. G. J., & Visocky, O. G. K., 2009). Esta metodología sirvió para iterar en el proceso de entrevistas entregando una mirada crítica al proceso y sintetizar el contenido obtenido en las entrevistas.

Tabla KWHL aplicada para la primera pauta de entrevistas:

¿Qué sé?

Conocimiento objetivo: Las mujeres según cifras derivadas de estudios durante el primer y segundo año de pandemia se encuentran en crisis dentro del territorio doméstico al tener que enfrentarse a una triple jornada y no poder compatibilizar tiempos y espacios.

Conocimiento subjetivo: Producto de la pandemia las mujeres han debido acomodar no sólo sus rutinas en cuanto a tiempos sino también espacios y por ende se les ha hecho difícil encontrar espacios para ellas dentro del hogar y han sido segregadas dentro del territorio doméstico.

¿Qué necesito averiguar?

Encontrar los puntos de la rutina de las colaboradoras que se ven en tensión, identificar los espacios personales y compartidos para evidenciar si existe una segregación territorial doméstica.

Indagar en sus percepciones del tiempo y espacio previo y durante la pandemia, las preocupaciones y alegrías de las colaboradoras con el fin de identificar sentimientos comunes.

¿Cómo voy a hacerlo?

Junto con la entrevista se plantea que las colaboradoras envíen fotografías de sus espacios personales y compartidos previo a la entrevista para profundizar la conversación. Además, del registro de la videollamada y las fotografías se les pedirá realizar una actividad final en que deberán dibujar una planimetría de su hogar y posteriormente su casa ideal.

¿Qué aprendí?

Registrar, analizar y poner en discusión la información recaudada, donde serán los hallazgos los que confirmarán o no las suposiciones y responderán las interrogantes, junto con abrir nuevos caminos a la investigación.

Dentro de la primera etapa de entrevistas se dilucidaron aspectos a profundizar como los espacios previos, durante el aislamiento, la distribución de sus tiempos y transformación de los espacios, carga mental y dimensiones en que se desenvuelven las mujeres en pandemia a raíz de la pregunta, ¿qué ha sido para ti ser mujer en pandemia?, salen nuevas interrogantes hacia qué dimensiones se desarrollan las mujeres colaboradoras tanto dentro como fuera del hogar y cuáles han sido sus limitaciones producto de la crisis sanitaria.

Este primer acercamiento permitió comprobar que existe efectivamente una pérdida del espacio y tiempo de las mujeres en el hogar producto de la pandemia y a su vez, hay casos de mujeres que están buscando reconquistar espacios que el contexto les quitó. Sin embargo, sigue existiendo una exigencia muy grande por cumplir con lo que se espera que sean tanto como madres y mujeres.

Nombre / Edad / Profesión		
Cantidad de personas que habitan la vivienda		
Tipo de vivienda		
Sección	Preguntas guía	Herramienta / Método
Rutina y relación con los espacios	Describe la rutina de un día laboral (de lunes a viernes)	Relato / Entrevista
Espacios personales	¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajás?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?	Relato / Entrevista Documentación propia
Espacios compartidos	¿Cuáles son los espacios compartidos?, ¿siguen siendo los mismos que previo a la pandemia?, ¿dónde pasas más tiempo durante el día?	Relato / Entrevista Documentación propia
Espacios previos y durante el aislamiento	Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma?	Relato / Entrevista
Cambios físicos en los espacios durante el aislamiento	¿Previo a la pandemia tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?	Relato / Entrevista
Percepción de su tiempo	¿Tus tiempos han cambiado en relación a enero del 2020, previo a la pandemia?, ¿Cómo lo hicieron?	Relato / Entrevista
Distribución de su tiempo	¿Cual es con tus horarios?, ¿Consideras dentro de tu rutina tiempo personal?, ¿Cambiarías algunos horarios?, ¿Cuántas horas dedicas al trabajo remunerado?, ¿Y al no remunerado?	Relato / Entrevista
Espacio de trabajo	¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo remunerado con las labores domésticas y de cuidado?, ¿dónde ves más dificultades?	Relato / Entrevista
Espacio de zoom	¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo? Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?	Relato / Entrevista
División de labores	¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿qué tareas realizas?, ¿Y esa división se conversa entre todos, lo hace tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas? ¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.	Relato / Entrevista
Dimensiones	¿Qué ha sido para ti ser mujer en pandemia?	Relato / Entrevista
Percepción y visualización del hogar	Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba. En otra hoja dibuja una planimetría de cómo sería tu casa ideal si no tuvieras un limitación económica.	Dibujo planimétrico del hogar actual y casa ideal de entrevistadas

Primer prototipo

Visualizaciones

Luego del análisis de las entrevistas se desarrolló un mapa de comportamiento analizando un día hábil de lunes a viernes de las colaboradoras, visualizando su rutina, las acciones que realiza en un rango de tiempo, los lugares por los que se mueve mientras realiza cada actividad, objetos o evidencia física y comentarios relevantes que develan desde interacciones críticas hasta reflexiones y emociones de cada colaboradora. Al analizar los 10 mapas se descubre que existen puntos de mayor intensidad tales como el horario de almuerzo o horarios en donde las mujeres deben acomodar sus tiempos a las rutinas de otros integrantes del hogar y dedicarse a su trabajo remunerado a la par que sus labores de cuidado. Junto con esto, se encontraron los lugares en donde más horas activas pasan, siendo la cocina y su lugar de trabajo que en la mayoría de los casos está situado en el comedor o dormitorio.

Estas visualizaciones permitieron bajar las entrevistas para identificar cuáles serían las dimensiones a considerar en un segundo testeo y profundizar las dimensiones y puntos de mayor actividad.

A su vez, se define orientar el análisis del mapa de comportamiento exclusivamente hacia los espacios, cómo se han transformado y cuál ha sido su uso durante la pandemia.

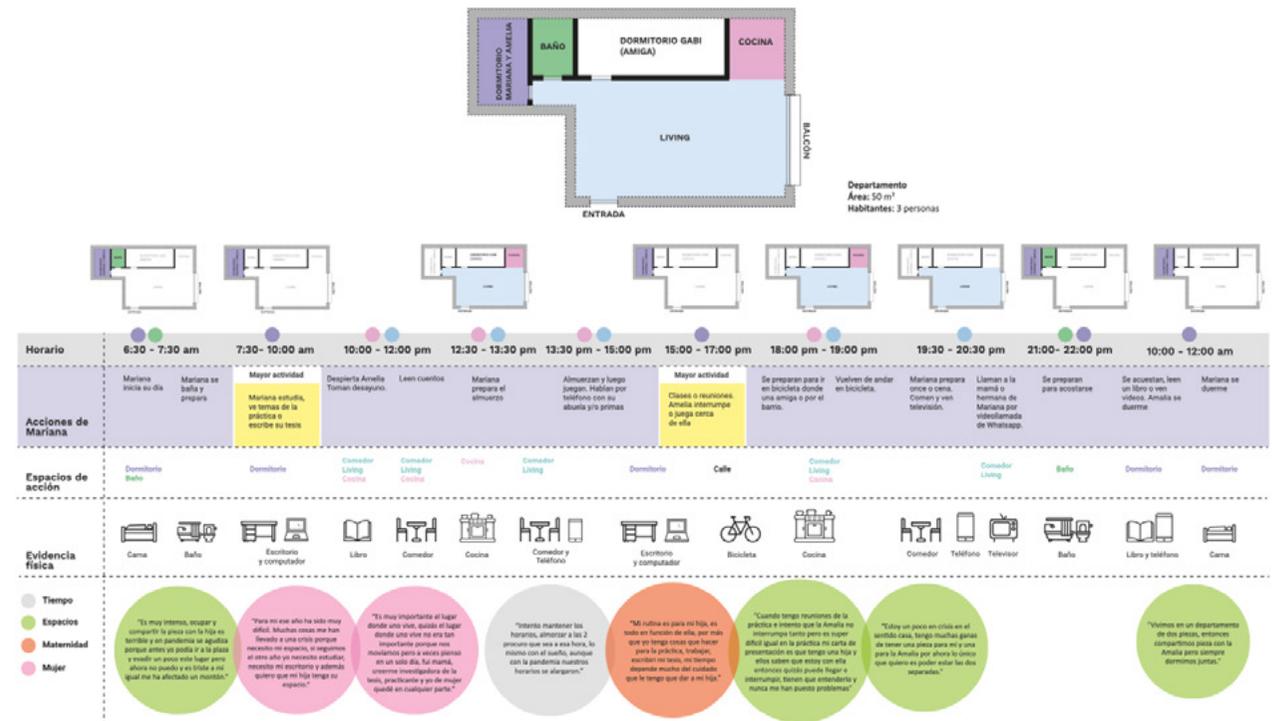
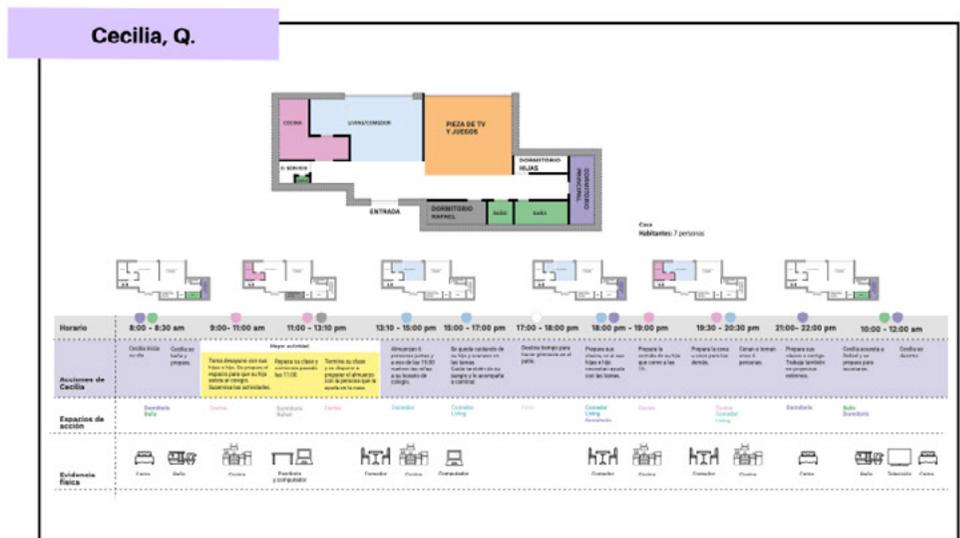
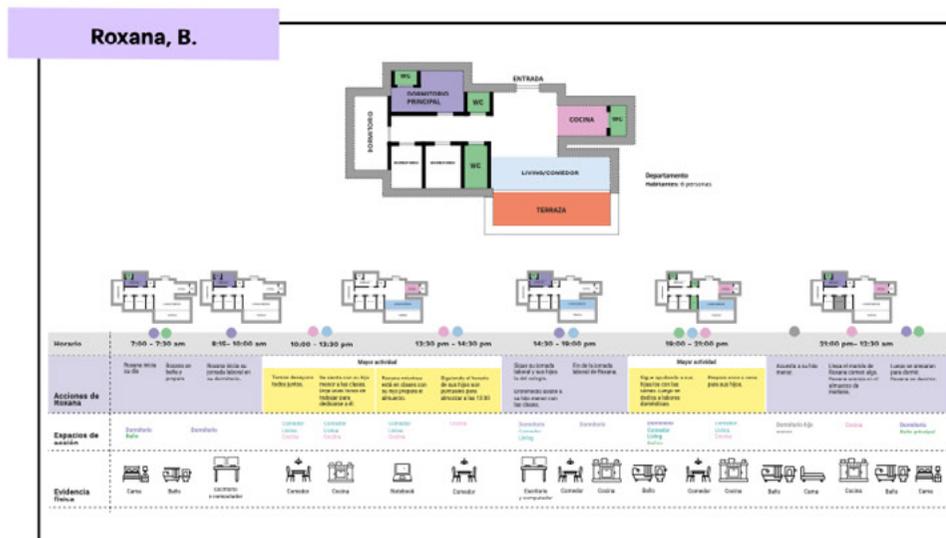
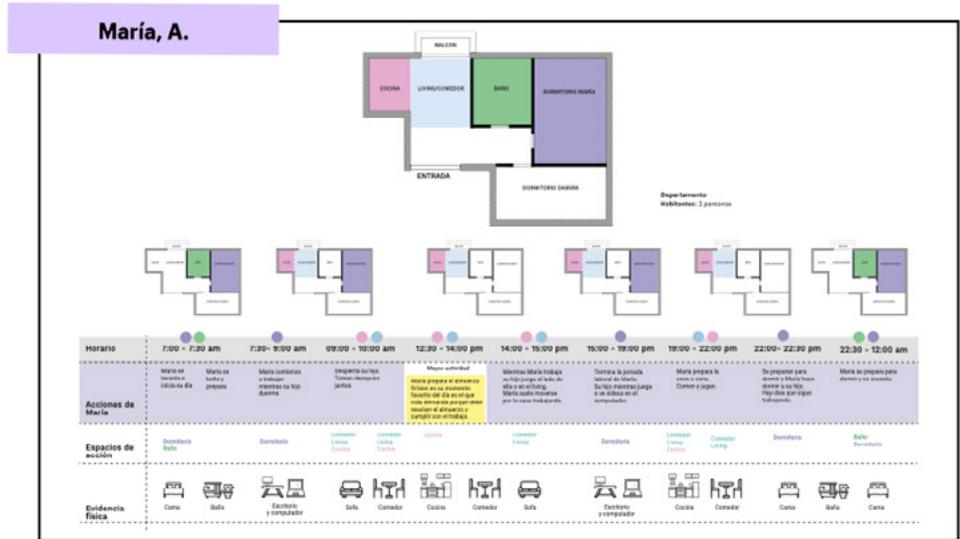
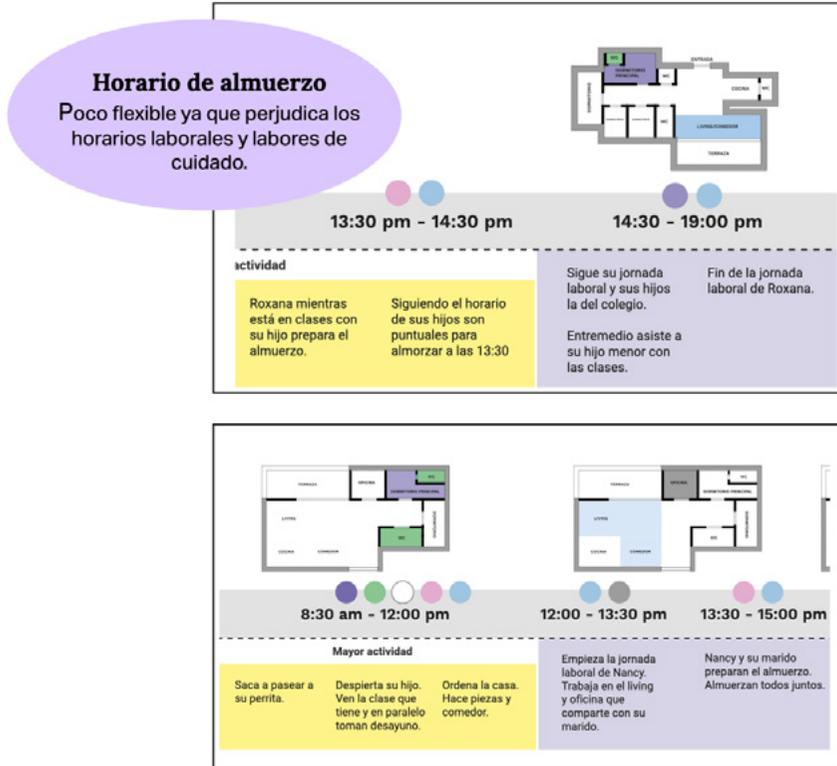


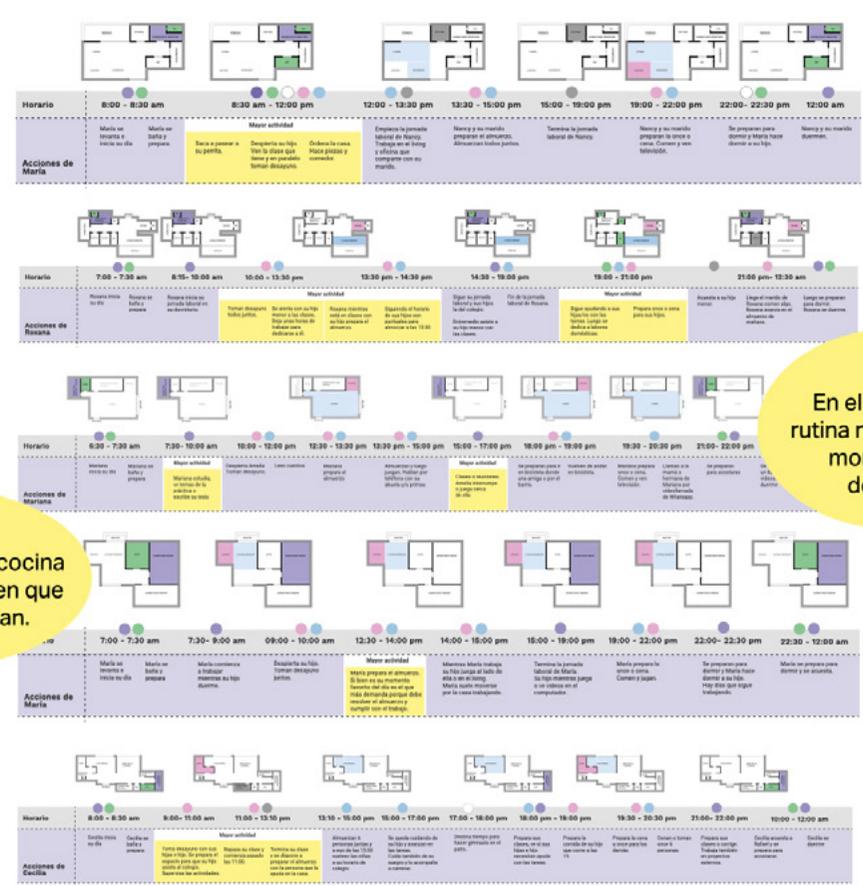
Figura: Mapa de comportamiento. Rutina de un día de lunes a viernes de una de las colaboradoras - Elaboración propia



Figuras: Visualizaciones de la rutina de un día de lunes a viernes de las demás colaboradoras - Elaboración propia.



Comedor, living y cocina son los espacios en que más horas pasan.



En el relato de su rutina no contemplan momentos de descanso.

Figuras: Análisis de las rutinas de las colaboradoras encontrando los puntos de mayor intensidad - Elaboración propia.

Segundo prototipo

Entrevistas finales

Para el proceso de entrevistas de mayo a junio del 2021 se definió una pauta de acuerdo a las metodologías señaladas anteriormente y aplicando lo aprendido en el primer testeo. Lo que cambió en este testeo es que se continuó con 5 de las colaboradoras del 2020 y se sumaron 5 mujeres este año por lo que se pudo probar por primera vez con unas y realizar un seguimiento con las anteriores.

Los carices que se profundizaron en esta entrevista fueron: espacios previo y durante el aislamiento, la distribución de sus tiempos, transformación de espacios compartidos, búsqueda de espacios personales, carga mental, medidas que pueden tomar para reducirlas, qué ha significado ser mujer en pandemia en sus aspectos positivos como negativos y qué hay detrás de los deseos en el ejercicio de casa ideal. Lo anterior, siempre haciendo una diferenciación de cómo han cambiado sus percepciones durante el primer año versus el segundo año de pandemia.

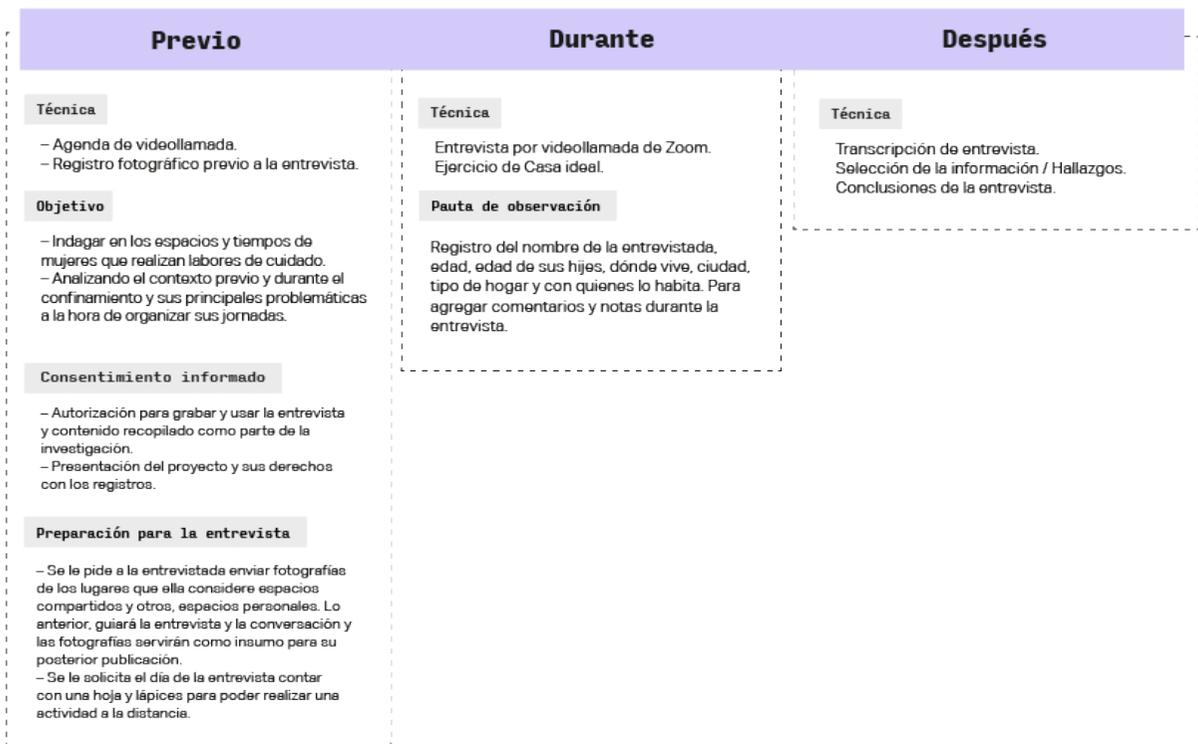


Figura: Preparación de la entrevista a distancia - Elaboración propia.

Respondiendo a qué se aprendió en esta etapa de entrevistas resulta satisfactorio para el proceso de la investigación el comprobar la segregación territorial doméstica y la crisis que se mantiene de los cuidados. Sin embargo, es preocupante para las colaboradoras que a más de un año del inicio de la pandemia en Chile las mujeres siguen y seguirán, piensan ellas, teniendo una carga mental importante que derivará en las cargas de sus tres jornadas que aun no bajan en demanda. Ahora bien, la mayoría ha podido bajar las expectativas personales que enuncian pero no necesariamente han podido llevarlo a cabo en totalidad ya que como analizamos en los hallazgos las exigencias sociales son más fuertes y las obligan a mantenerse a un ritmo determinado y cumpliendo ciertas metas esperadas.

Análisis de contenido

Para la bajada del contenido de las entrevistas se trabajaron las observaciones cualitativas y cuantitativas de cada una de las entrevistadas. Tal como se mostraron en los hallazgos se fueron encontrando en las dimensiones de la entrevista puntos en común o hallazgos particulares. En cuanto a las cifras cuantitativas fueron estudiadas en una planilla excel para ser desarrolladas en una narrativa que permitiera articular los resultados finales.

Nombre / Edad / Profesión Cantidad de personas que habitan la vivienda Tipo de vivienda Lugar de residencia		
Sección	Preguntas guía	Herramienta / Método
Rutina y relación con los espacios	Describe la rutina de un día laboral (de lunes a viernes) De acuerdo a la entrevista anterior, ¿tu rutina ha cambiado en comparación a noviembre del año pasado?	Raleto / Entrevista
Espacios personales	¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos? En la entrevista anterior (si accionista o no) un espacio personal, ¿Hoy tienes ese espacio?, ¿Ha cambiado?, ¿Por qué definiste ese espacio como personal?	Raleto / Entrevista Documentación propia
Espacios compartidos	¿Cuáles son los espacios compartidos?, ¿siguen siendo los mismos que previo a la pandemia?, ¿cómo pesan más tiempo durante el día?	Raleto / Entrevista Documentación propia
Espacios previos y durante el aislamiento	Previo al aislamiento, ¿los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?	Raleto / Entrevista
Cambios físicos en los espacios durante el aislamiento	¿Han hecho algún cambio significativo en tu casa desde noviembre del año pasado?, ¿Previo a la pandemia tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?	Raleto / Entrevista
Percepción de su tiempo	¿Sus tiempos han cambiado en relación a enero del 2020, previo a la pandemia?, ¿Cómo lo hicieron?, ¿Sus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?	Raleto / Entrevista
Distribución de su tiempo	¿Cuáles son tus horarios?, ¿Consideras dentro de tu rutina tiempo personal?, ¿Cambiarías algunos horarios?, ¿Cuántas horas dedicas al trabajo remunerado?, ¿y al no remunerado?, ¿actualmente puedes realizar todas las actividades que tienes planeadas o te gusta realizar? (considerando actividades/tiempo personal)	Raleto / Entrevista
Espacio de trabajo	¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo remunerado con las labores domésticas y de cuidado?, ¿Dónde ves más dificultades?, ¿sientes que las manejas mejor que el año pasado?, ¿si ha sido difícil cómo crees que podrías equilibrarlo mejor?	Raleto / Entrevista
Espacio de zoom	¿Te has reunido con alguien por videoconferencia?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?, ¿aproximadamente cuánto duran? Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?	Raleto / Entrevista
División de labores	¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿qué tareas realizan?, ¿y esa división se conversaba entre todos, lo hacen tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas? ¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.	Raleto / Entrevista
Carga mental	Pensando en el último mes, ¿sientes que estás teniendo mucha carga mental?, ¿qué crees que te ayudaría a reducir la carga?	Raleto / Entrevista
Relación vecinos	¿Te relaciones con tus vecinos?, ¿Cómo se organizan?	Raleto / Entrevista
Dimensiones	La pandemia ha sido un proceso muy distinto para cada mujer y las dimensiones en que se desamplia cada una, desde ser mamá, trabajadora, administradora del hogar, entre tantas otras dimensiones en esta sentido podrías contarme ¿Qué ha sido para ti ser mujer en pandemia?	Raleto / Entrevista
Percepción y visualización del hogar	Dibaja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuáles son los espacios en que te mueves?, ¿Cuáles son los que más pesas tiempo durante el día? En otra hoja dibuja una planimetría de cómo sería tu casa ideal si no tuvieras un limitación económica.	Raleto / Entrevista Dibujos planimetrías del hogar actual y casa ideal de entrevistadas

Figura: Pauta de entrevistas finales - Elaboración propia.

Segundo prototipo

Visualizaciones

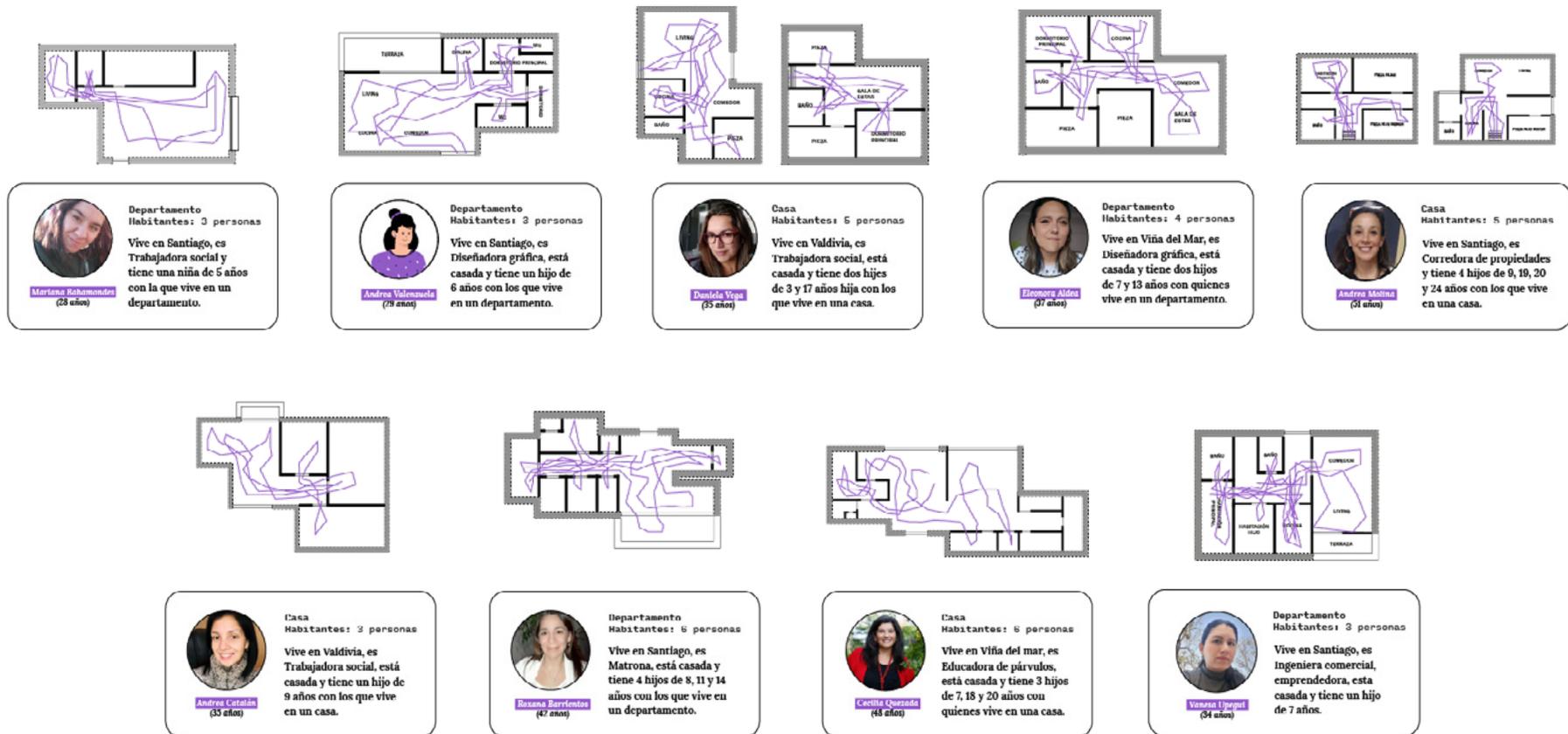
De las últimas entrevistas se logró por una parte hacer un seguimiento de las mujeres que participaron del primer testeo y contrastarlo con las mujeres que participaron solo del segundo. Finalmente se realizó un mapa de comportamiento esta vez centrado en las horas que pasan en ciertas habitaciones del hogar, cuáles eran los momentos de mayor actividad y a partir de ahí analizar cuáles eran también las tareas más difíciles y que demandan más tiempo.

Lo anterior, permitió hacer una comparación de las rutinas de las mujeres que participaron el 2020 y llegar a la conclusión que no eran las rutinas las que habían cambiado sino más bien la forma en que estaban utilizando los espacios de trabajo, pasaban más tiempo en un espacio adaptado como oficina y mejor acondicionado que el 2020 y como se mencionó en los hallazgos se bajaron ciertas exigencias y expectativas por lo que la carga cambia pero sigue siendo un estrés importante. Se agrega también a este mapa una descripción de la colaboradora indicando la ciudad, si vive en casa o departamento y cuantas personas lo habitan.



Horario	6:00 - 7:30 am	7:30- 8:30 am	08:30 - 09:30 am	9:30 - 10:30 pm	10:30 am - 12:00 pm	12:00 - 15:00 pm	15:00 - 18:00 pm	18:00- 19:30 pm	19:30 - 23:50 pm
Acciones de Rosana	- Rosana se levanta e inicia su día. Se ducha y viste. -Prepara el desayuno.	- Despierta a sus dos hijas y las ayuda a vestir. - Les da desayuno.	Mayor actividad - Rosana comienza su jornada laboral. - Atiende a su hija menor con sus clases online. - Ayuda a su hija mayor con dudas de sus clases.	- Toman desayuno. - Prepara a sus hijas para las clases e distancia mientras trabaja.	- A las 11 termina la clase de una de las niñas mientras prepara comida para su hijo menor y atiende el trabajo y las clases de su hija mayor.	- Atiende a su hija menor con sus clases online. - Alimienta con su hija mayor.	- Rosana trabaja en sus pendientes y ayuda a sus hijas con los tareas. - Si su marido llega la ayuda con las labores de cuidado.	- Toman once en familia. - Rosana termina sus pendientes y su jornada laboral o ve tareas de sus hijas.	Mayor actividad - Prepara la comida para el día siguiente o ordena la casa. - Se prepara para dormir 11:50 pm, ya está durmiendo.
Espacios de acción	Dormitorio Baño	Dormitorio	Comedor Living Cocina	Comedor Living Cocina	Comedor Living	Comedor Living Cocina	Dormitorio	Comedor Living Baño	Dormitorio

Figura: Mapa de comportamiento de una de las colaboradoras - Elaboración propia.



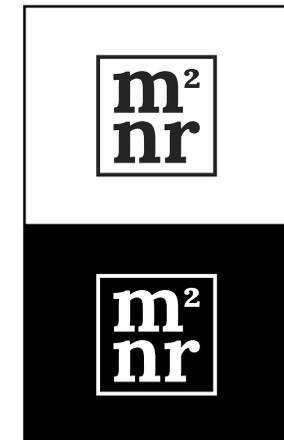
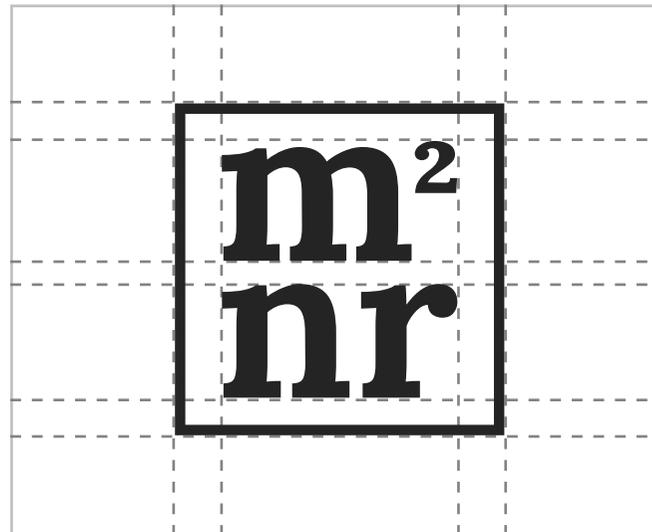
Figuras: Planimetrías y fichas de las colaboradoras - Elaboración propia.

Resultados

Estructura estética

Logotipo

De los primeros aspectos gráficos que se definieron fue el logotipo. El proyecto al tener un nombre extenso se quería un logo sencillo sin mucha complejidad y que fuera una abreviatura del nombre del proyecto. Es así como el logo responde con las letras iniciales de cada palabra y se encuentran dentro de un cuadrado haciendo referencia a "Metro Cuadrado" y las planimetrías del hogar.



Color

La paleta cromática está compuesta por variaciones de morado, negro y amarillo, se le suman también grises para generar distintos contrastes con su respectivo código RGB entendiendo que los formatos son digitales, y se nutre con la tipografía, tratamiento fotográfico y texturas utilizadas.

R 148	R 171	R 122	R 212	R 252	R 237	R 26
G 87	G 128	G 94	G 201	G 245	G 237	G 26
B 201	B 214	B 194	B 250	B 217	B 237	B 26

Tipografía

La selección de tipografías fue un elemento en donde se quiso mezclar 3 fuentes muy distintas entre sí. Para los títulos de texto continuo se utiliza la tipografía serif Lora mientras que para subtítulos específicos del sitio web o gráficas para redes sociales se utiliza la tipografía monoespaciada Input Mono. Por último, en conjunto con Lora, para texto continuo y de palo seco se utiliza la tipografía Aktiv Grotesk Corp. Las distintas variantes permiten que el diseño tanto del sitio como redes sociales sea llamativo y los testimonios adquieran distintas jerarquías.

Tratamiento fotográfico

Las fotografías son un elemento esencial y común del registro de las colaboradoras y que veremos a lo largo de todo el proyecto por lo que el tratamiento fotográfico para las fotos sacadas por las mujeres cuidadoras no fueron intervenidas más que en contraste y saturación. Sin embargo, hay momentos en que se utilizarán fotografías intervenidas con un efecto de semitono en blanco y negro acompañado de la paleta de colores.

Metro Cuadrado no Remunerado 20 pt

Metro Cuadrado no Remunerado 16 pt.

Metro Cuadrado no Remunerado 12 pt.

Aktiv Grotesk Corp 20 pt

Aktiv Grotesk Corp 16 pt.

Aktiv Grrrotesk Corp 12 pt.

Input Mono 20 pt

Input Mono 16 pt.

Input Mono 12 pt.



Imagen: Tratamiento fotográfico - Elaboración propia.

Elementos gráficos

Se utilizaron texturas de papel y fotografías para caracterizar los relatos y dibujos de las colaboradoras entendiendo que son ejercicios que se realizan a distancia sobre papel el proyecto también presenta una estética similar con estos elementos complementarios.



Perfil anónimo

El proyecto presenta relatos de mujeres en distintas ciudades de Chile lo que hace aun más fundamental que cada relato esté identificado. Si bien en el consentimiento informado se pregunta a la colaboradora si autoriza el uso de su imagen para la publicación del relato existe la posibilidad de que hayan algunas que prefieran un perfil anónimo y con el fin de usar una imagen que no pierda cercanía se utilizaron ilustraciones de libre uso que fueron modificadas, adaptadas y rediseñadas para los efectos del proyecto.

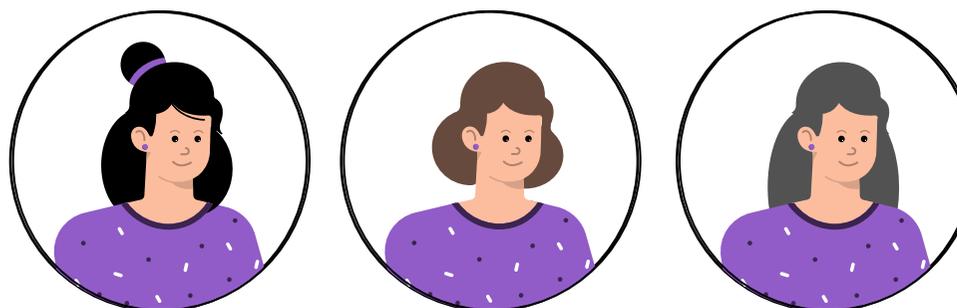


Figura: Diseño original Undraw – Adaptación para el proyecto.

Los resultados de la investigación de co-diseño remoto se traducen en una visualización de datos acerca de lo más inmediato para la mujer en tiempos de confinamiento y se comparte por dos medios. El primero, un sitio web que recopila en detalle el relato de las 10 participantes e información del proyecto y el segundo, una cuenta en instagram que permitirá la difusión y conexión con los usuarios definidos. Al mismo tiempo, estas plataformas permiten bajar la información recopilada del estudio y seguir funcionando como repositorio para próximas investigaciones en torno al tema.

Sitio web

Estructura sitio web

Para visualizar y formalizar el relato del proyecto se identificaron temáticas y se estableció un relato para contar los testimonios de modo que se pudiera afectar a los usuarios. Lo anterior, con el fin de transformar el tema en una problemática. A continuación, se presenta el mapa de navegación:

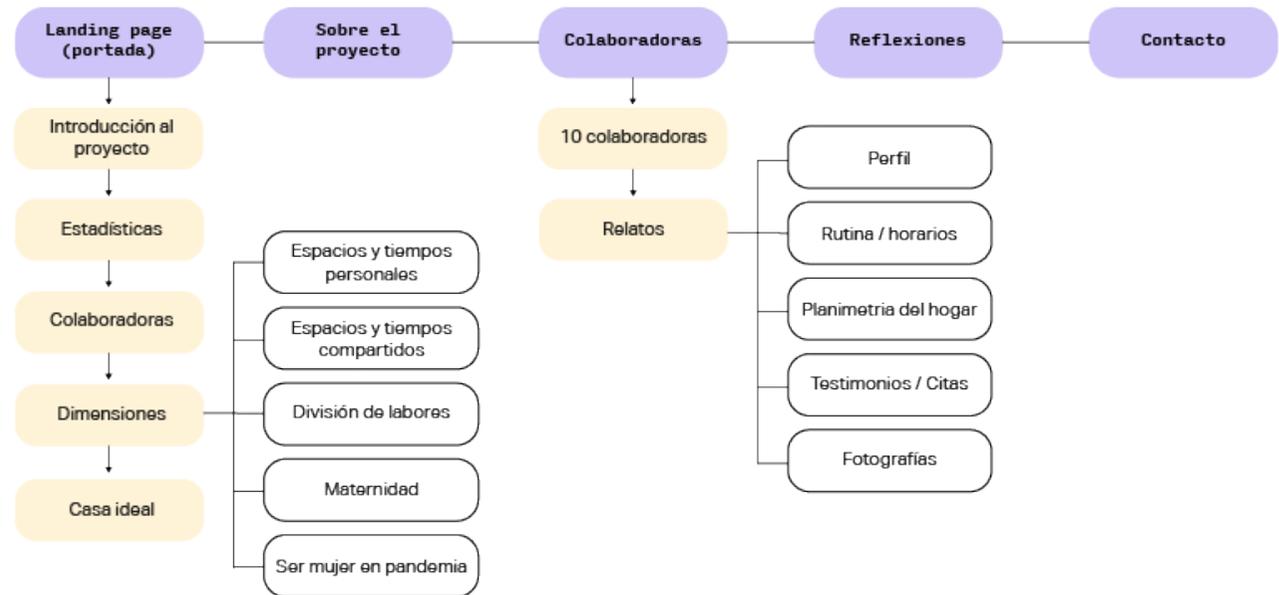
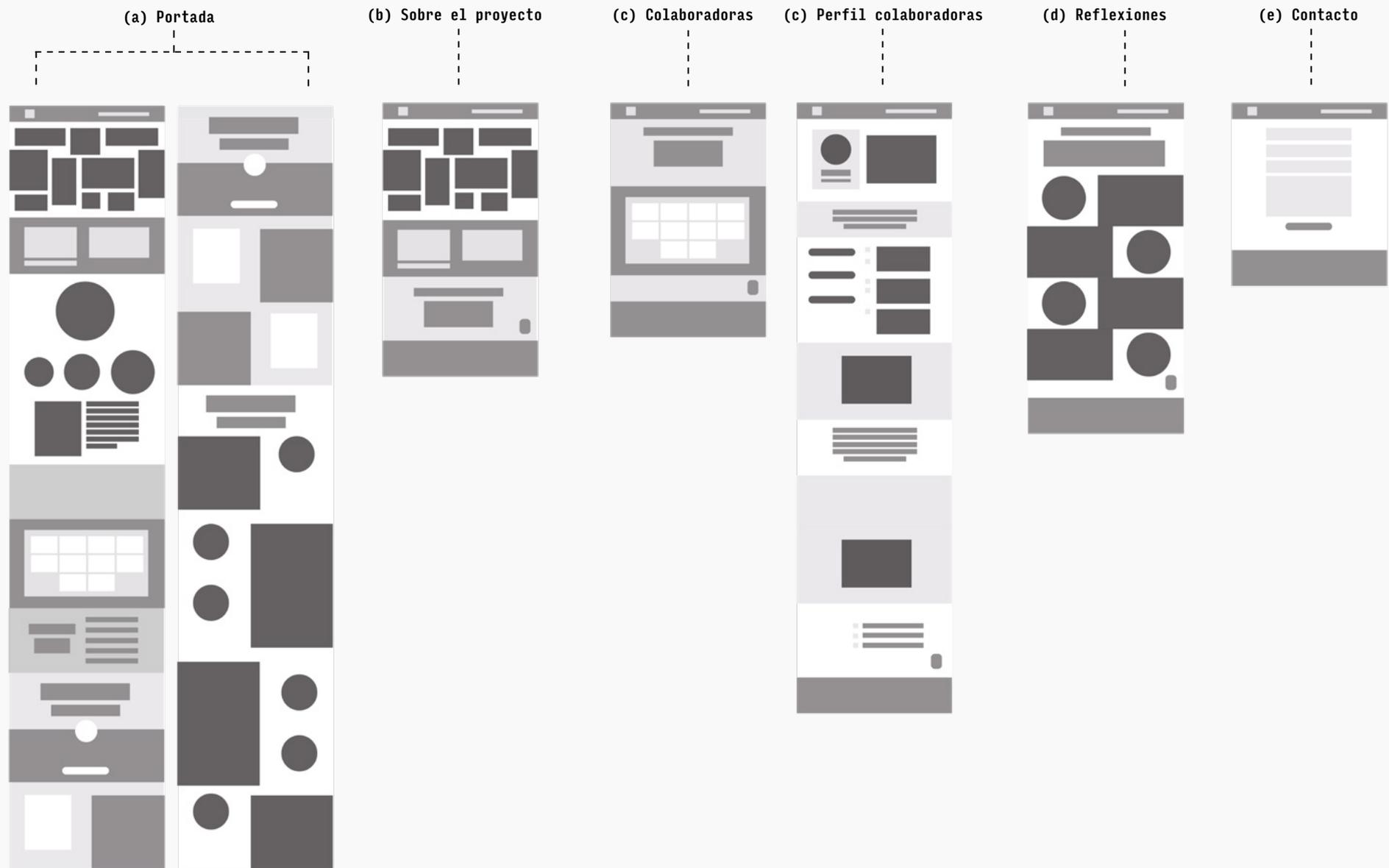


Figura: Mapa de navegación - Elaboración propia.



Figuras: Wireframes del sitio web permiten entender la organización del sitio y su estructura - Elaboración propia.

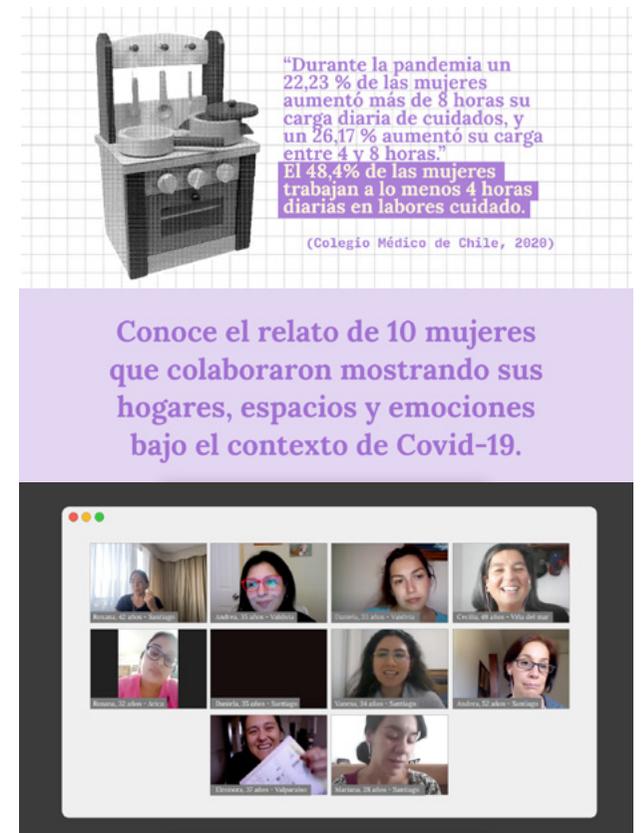


Imágenes:: Landing page (portada) - Elaboración propia.

a) Landing page (portada)

La página de inicio comienza mostrando las planimetrías de las casas de todas las colaboradoras para luego describir de qué trata el proyecto y entregar estadísticas sobre los cuidados y labores domésticas en el contexto de la pandemia y cómo ha afectado el territorio doméstico y la división sexual del trabajo.

Se sigue mostrando a las colaboradoras con su nombre, edad y ciudad con la posibilidad de visitar cada uno de los perfiles. Siguiendo el recorrido, se presentan las dimensiones que abarcó la investigación (espacios personales y compartidos, labores domésticas, maternidad y ser mujer en pandemia) con un breve resumen de las preguntas y testimonios destacados. Cada testimonio presenta un



botón que lleva al relato personal de la colaboradora seleccionada.

Luego de presentar las dimensiones se resume el contenido extraído del ejercicio de la casa ideal, con citas de las colaboradoras y la posibilidad de acceder a cada perfil. Finalmente, se presentan los puntos comunes entre las colaboradoras cuando se les pregunta cómo podrían bajar su carga.

<h3>Dimensiones</h3> <p>Para la investigación se indagaron en cinco dimensiones para conocer las percepciones de las colaboradoras.</p>	<input checked="" type="checkbox"/>	Espacios y tiempos compartidos
	<input checked="" type="checkbox"/>	Espacios y tiempos personales
	<input checked="" type="checkbox"/>	Labores domésticas
	<input checked="" type="checkbox"/>	Maternidad
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ser mujer en pandemia

¿Cuáles son sus espacios personales?

"Mi dormitorio, puede ser pero no es tan mío porque lo comparto con mi bebé y mi marido (...) como espacio personal tengo mi dormitorio y en mi terraza tengo un columpio y ese de repente es como mi mini escape."

- Rosana Zapata



REVISA LA RUTINA DE ROSANA

¿Y los compartidos?

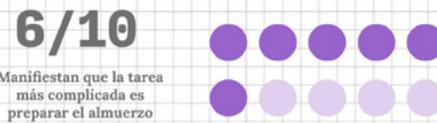
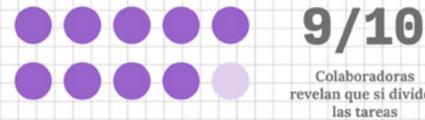
"Durante la pandemia, el comedor es muy loco porque desde las 8:00 am son dos oficinas reales con los dos computadores, pantallas y todo. De ahí a las 13:30 pm se saca todo y se transforma en comedor real y almorzamos 6 personas ahí todos los días." Esto ha sido desde marzo. Todos los espacios comunes pasan a ser clases u oficina"

- Cecilia Quezada



REVISA LA RUTINA DE CECILIA

¿Las labores domésticas están divididas?



¿Se suman exigencias en la maternidad?

"Considero que estamos en déficit. Ahora el tiempo se mezcló todo porque estás trabajando y eres mamá a medias no eres 100%, le das papa a la guagua pero sigues usando el computador, no le das el 100% de calidad a tus hijos. Me pasa que me siento culpable y traté de organizarme, levantarme más temprano y tratar de dedicar más de tiempo de calidad."

- Daniela Vega



Imágenes: Landing page (portada) - Elaboración propia.

Me gustaría...

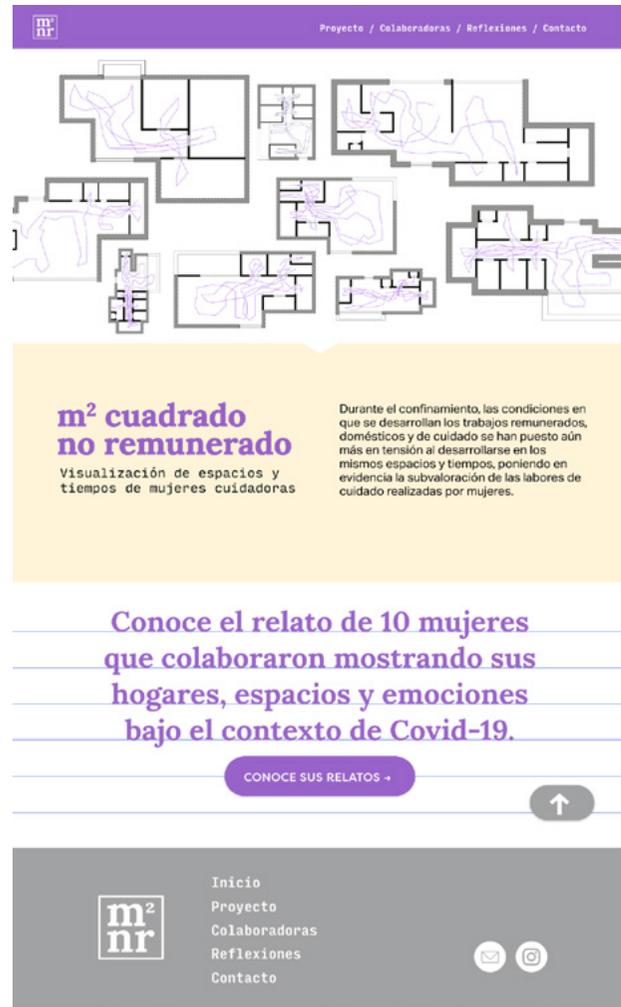


¿Cómo se podría disminuir la carga?

Las respuestas que más se repiten son las siguientes:

<input checked="" type="checkbox"/>	Mayor corresponsabilidad
<input checked="" type="checkbox"/>	Flexibilidad
<input checked="" type="checkbox"/>	Ayuda con nuevos roles
<input checked="" type="checkbox"/>	Valorización de las labores
<input checked="" type="checkbox"/>	Ser mujer en pandemia

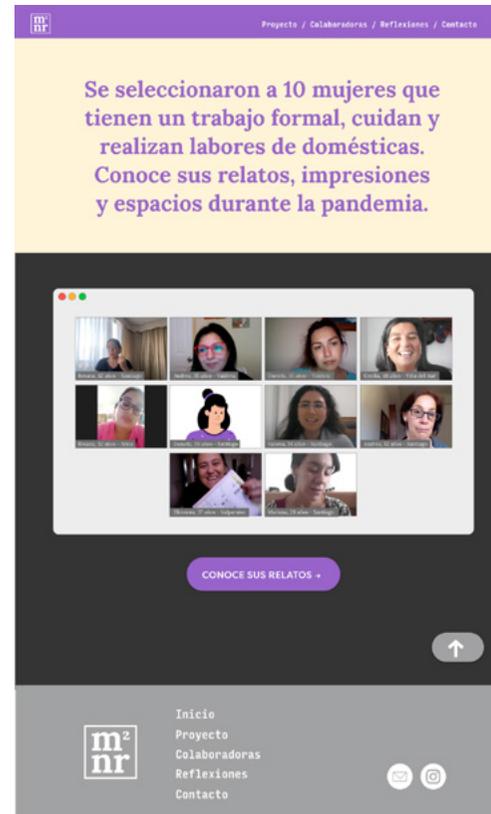




Imágenes: Sección del sitio Sobre el proyecto – Elaboración propia.

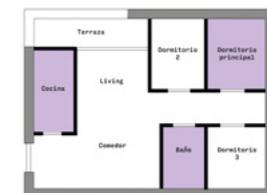
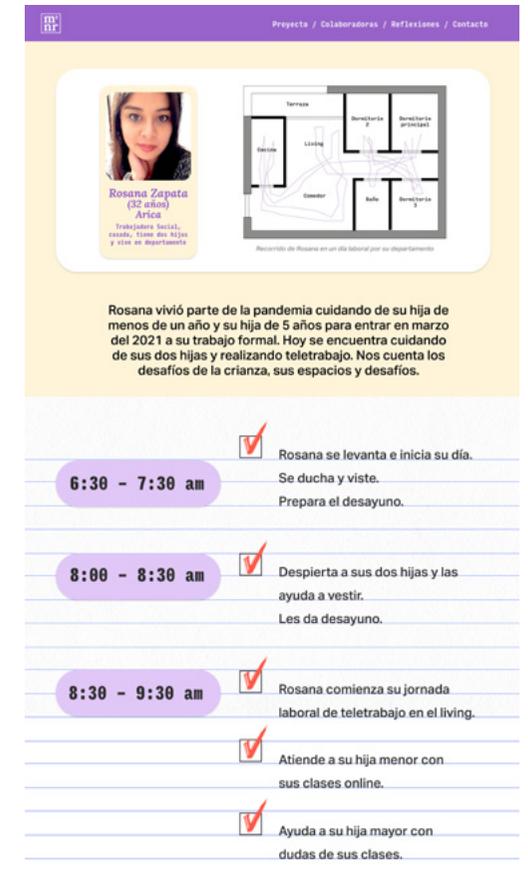
b) Sobre el proyecto

Se presenta el proyecto y método que se utilizó para el registro. Además, se vuelve a presentar la situación de crisis de los cuidados y la problemática a la que se enfrentan las mujeres cuidadoras.



c) Colaboradoras

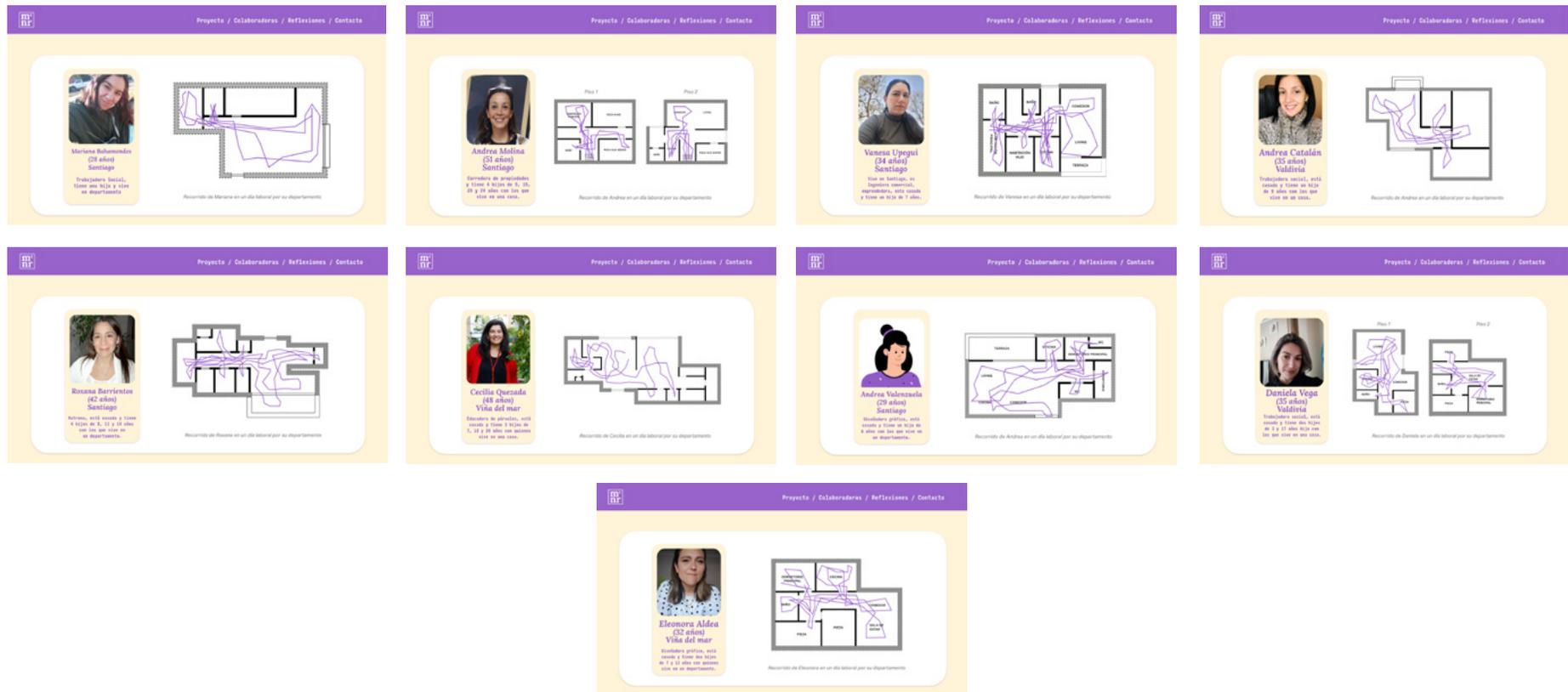
Junto con presentar a las colaboradoras se muestran fotografías de ellas vinculadas al perfil de cada una. En total son 10 perfiles que presentan datos, icono o fotografía de la participante más la planimetría correspondiente a su hogar con el recorrido de un día laboral. Se entrega una descripción de cuál es la situación y se procede a contar a modo listado su rutina. El relato se acompaña con los lugares que son utilizados por ella con la planta de su hogar, fotografías de sus habitaciones y citas destacadas.



“Estoy trabajando y ya estoy pensando en lo que tengo que hacer después y siempre tuve esa misma carga de trabajo incluso cuando mi hija estaba pequeña yo trabajaba casi que

Imágenes: Sección del sitio Colaboradoras

Elaboración propia.



Imágenes: Sección del sitio Perfiles Colaboradoras- Elaboración propia.

d) Reflexiones

Se presentan cuatro reflexiones generales del proyecto con el fin de bajar el contenido al que se llegó con las mujeres que participaron:

- 1) ¿Cómo bajar la carga de las mujeres?: Existiendo una mayor corresponsabilidad, mayor flexibilidad, ayuda con los nuevos roles.
- 2) Espacios personales de las mujeres cuidadoras
- 3) Espacios deseables
- 4) Proyecciones



Imagen: Sección del sitio Reflexiones
Elaboración propia.

e) Contacto

Esta página pretende ser el vínculo para conocer opiniones y mantener el contacto con personas que visiten la página, les interese el tema, tengan comentarios al respecto, estén interesados en colaborar con su relato o con algún estudio hecho previamente respondiendo también a los usuarios que el proyecto espera llegar.

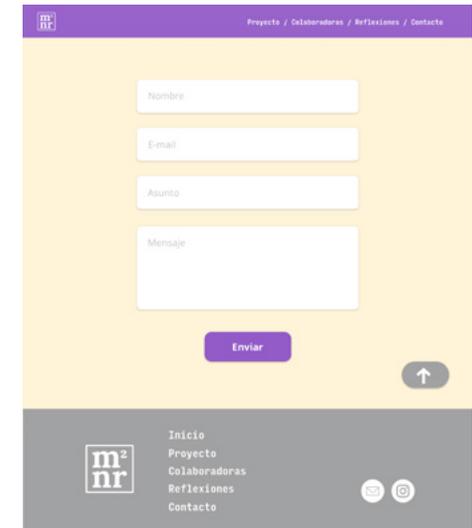


Imagen: Sección del sitio Contacto
Elaboración propia.

Instagram

Contenido

Junto con la publicación de un sitio web se considera como parte del producto final de la investigación y como estrategia de difusión en redes sociales, específicamente Instagram para poder generar comunidad entre las mujeres o personas interesadas en el tema.

El contenido de [@m2noremunerado](#) se evaluó pensando en entregar una introducción al proyecto pero sobre todo a la problemática por lo mismo fue importante realizar publicaciones *en formato posts* que entregaran estadísticas y datos de la situación para luego presentar a las participantes por *historias de instagram* y profundizar en cada perfil a través de sus relatos. Los principales hallazgos fueron presentados con algún testimonio de las colaboradoras y sus perfiles logrando un alcance importante con los relatos.

	Contenido	Formato	Publicación
Proyecto	Presentación	Post / historias	28/06
	Formulación	Post	28/06
	Problemática	3 posts	01/07
	Colaboradoras	Historias	10/07
Principales hallazgos	Labores domésticas	Post	15/07
	Espacios personales compartidos	Post	16/07
	Cuidados y ser mujer en pandemia	Post	17/07
Proyecciones	Reflexiones	Post / historias	20/07
	Alianzas	Post / historias	20/07

Figura: Contenido Instagram - Elaboración propia.



“También soy culposa con el tema de la maternidad. Antes cuando ibas a la oficina podíamos tener más tiempo para momentos en familia, dejábamos la pega en la casa, el colegio está en la casa, el trabajo está en la casa entonces no hay tiempo como para desconectarse.”

Rosana Zapata

“La pandemia ha servido para valorar el tiempo que uno tiene que a lo mejor quizás antes no lo veíamos, el tiempo que uno le dedica a la familia, encuentro que se mezcla mucho y a lo mejor antes no te dabas cuenta pero ahora con el teletrabajo uno como mujer te das cuenta que el tiempo de calidad que le dabas a tu familia era mucho mejor en consideración ahora que estás las 24 horas al día con tus hijos pero no es de calidad.”

Daniela Vega (35 años)

“La pandemia corrió un velo muy grande que se tenía sobre los cuidados y la pandemia me ha hecho ver la cantidad de pega que significa los cuidados y cómo históricamente ha recaído en la mujeres. Viendo los conflictos de mis amigas, mi familia (...) incluso yo que soy una persona no tan cuidadora, no soy el estereotipo de mamá apapachadora sé lo que significan ciertas cosas que siguen pasando. Cosas chicas en la casa que se van sumando y te das cuenta que eres la única que las hace.”

Eleonora Aldea




“He tenido dificultades para equilibrar el trabajo formal y las labores y lo veo en que siempre tengo que sacrificar algo. Por ejemplo, tiempo laboral para poder dedicarme a otras cosas y también estoy muy cansada y no tengo la energía para poder buscar espacios creativos y recreativos para mí y al final busco herramientas para otros”

Andrea Molina

“Durante la pandemia un 22,23 % de las mujeres aumentó más de 8 horas su carga diaria de cuidados, y un 26,17 % aumentó su carga entre 4 y 8 horas.”

Es decir, el 48,4% de las mujeres trabajan a lo menos 4 horas en labores de cuidado.



(Colegio Médico de Chile, 2020)

Metro Cuadrado No Remunerado

es una plataforma que busca dar reconocimiento y revalorización de los trabajos realizados por mujeres en lo privado en favor de considerarlo un asunto público.



Mujeres y trabajos en pandemia

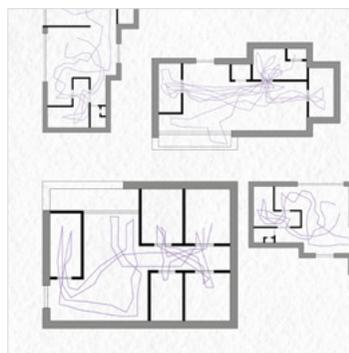
Durante el primer año de pandemia en Chile, de las 1.837.000 de personas que perdieron su trabajo 899.000 eran mujeres, esto corresponde al 48,9% del total.

De las mujeres que salieron de la fuerza laboral el 88% no estaban buscando trabajo.

(ComunidadMujer, 2020)

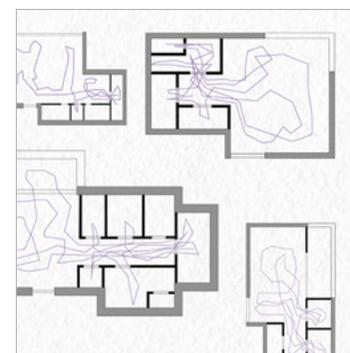
Hoy no hay servicios que puedan reemplazar su trabajo en el hogar y cuidar de sus hijos. Otras han visto limitadas sus productividades o lo que se espera que cumplan debido a que deben repartir su tiempo en una triple jornada.

(Fundación Sol, 2020)

m² nr

visualización de tiempos y espacios de mujeres cuidadoras



Horas semanales dedicadas a trabajos no remunerados

41,2 / 19,2
mujeres / hombres

(Fundación Sol, 2020)

¿Qué opinas de estas cifras?

Si te gustó puedes comentar, compartir y guardar

Instagram

Perfil

Esta cuenta Metro Cuadrado No Remunerado [@m2noremunerado](https://www.instagram.com/m2noremunerado) permitirá además generar alianzas con medios interesados en realizar publicaciones sobre la investigación y permitir la visibilización de la problemática. Actualmente el instagram cuenta con 268 seguidores entre ellos se encuentran organizaciones y perfiles que tratan temas de género y son alianzas claves a futuro.

Puedes revisar el contenido en el link de arriba o siguiendo este código QR para verlo desde el celular.



Perfil de instagram @m2noremunerado
Elaboración propia



Historias de instagram @m2noremunerado
Elaboración propia

Interacciones en Instagram

Si bien se consideraba como parte de las proyecciones del proyecto poder generar alianzas con organizaciones y medios que trataran temas de género, la cuenta de instagram permitió generar una comunidad importante de gente interesada en el tema y conectar con medios como Copadas.cl para colaborar en una publicación en conjunto para su sitio web y realizar una *transmisión en vivo* en Instagram en conjunto con Es Mi Fiesta. Estas transmisiones al igual que en otras redes sociales permiten seguir interactuando con seguidores del perfil @m2noremunerado y sumar el interés de a través de la misma plataforma de instagram.



Imagen: Captura de correo de Copadas Podcast para publicar el proyecto en Copadas.cl.

En las siguientes fotografías se identifican las interacciones más importantes y con mayor alcance que ha tenido el instagram desde finales de junio a agosto del 2021. Comprobando que la intención del instagram de generar comunidad e impacto en torno al tema del proyecto logra materializarse en cuántas personas ven el contenido, quienes lo comparten y las personas que siguen el proyecto.



Gracias por hacer visibles estos desequilibrios que hemos normalizado en el tiempo, y que van quebrando silenciosamente nuestros sueños. Ha sido una gran oportunidad de conciencia. Gran aporte!

Imagen: Mensaje enviado por anónima por mensajería directa al instagram del proyecto.



Imágenes: Historia de instagram del proyecto publicado por @junegarcia_ escritora, periodista y activista feminista quien publico posts informativos del proyecto.



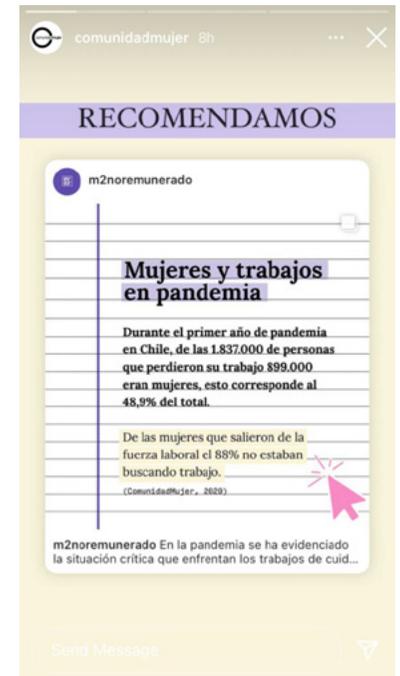
Imagen: Perfil de @junegarcia_ en instagram quien cuenta con más de 26.700 seguidores.



Imagen: Medios que estaban considerados para realizar alianzas a futuro siguen el perfil del proyecto en instagram.



ComunidadMujer
 Organización independiente y transversal cuyo propósito es que las mujeres nazcan en una sociedad con iguales derechos y oportunidades linktr.ee/ComunidadMujer
 Bustamante 26, Piso 6, Providencia, Santiago, Chile
 Followed by [criardelamano](#), [copadascl](#) and 8 others



Imágenes de izquierda a derecha: Perfil de instagram ComunidadMujer, es de las primeras organizaciones que se consideraron para la realización de este proyecto, tanto por su contenido como estudios en torno a temas de género. En la imagen derecha una historia de instagram de ComunidadMujer compartiendo el proyecto.

Estrategia de implementación y divulgación

Modelo de negocios

Con el fin de poder financiar y llevar a cabo el proyecto se plantean alternativas que se acoplan al proyecto actual y sus proyecciones teniendo en cuenta la posibilidad de nuevos insumos para la plataforma luego de su publicación. Así mismo, se desarrolló un modelo Canvas para identificar los procesos, socios claves y recursos necesarios para la implementación del sitio web con el fin de que el proyecto pueda autofinanciarse.

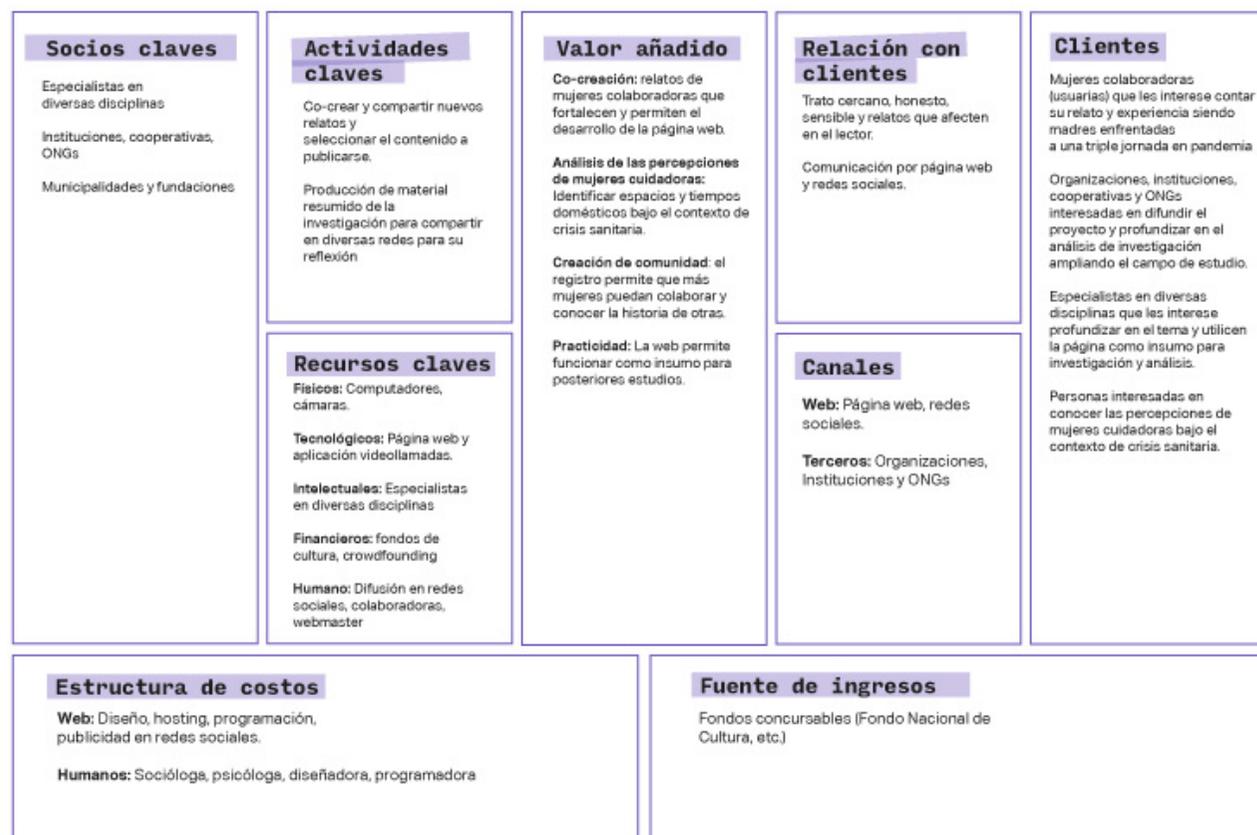


Figura: Modelo de negocio - Elaboración propia.

Estrategia de difusión

Para poder divulgar el proyecto se planeó utilizar redes sociales específicas como Instagram debido a que este tipo de información puede ser visualizada y compartida de manera más rápida entre las comunidades de mujeres que podrían ser potenciales colaboradoras o usuarias de la plataforma. Al mismo tiempo se estaría llegando a más personas como expertas/os en diversas disciplinas y posibles usuarios interesados en el tema.

Otros medios digitales que se utilizarían sería la promoción de la plataforma a través de colaboraciones y posts en organizaciones feministas o que traten asuntos de género en las que se pueda compartir por un escrito tipo artículo en un medio o post de Instagram los objetivos del proyecto y cómo colaborar. Algunas de las alianzas pueden ser Copadas.cl, Proyecto Cyborg Podcast, Revista Es Mi Fiesta, Red Mujeres por la Ciudad y Comunidad Mujer.



Imagen: Proyecto Cyborg Podcast



Red Mujeres por la Ciudad

Community

Somos la articulación de organizaciones e individualidades de Chile que trabajamos por ciudades para todos y todas desde una perspectiva feminista 💜

www.elmostrador.cl/dia/2021/08/07/habitar-digno-...

Imagen: Instagram Red Mujeres por la Ciudad



ComunidadMujer

Organización independiente y transversal cuyo propósito es que las mujeres nazcan en una sociedad con iguales derechos y oportunidades linktr.ee/ComunidadMujer

Imagen: Instagram Comunidad Mujer

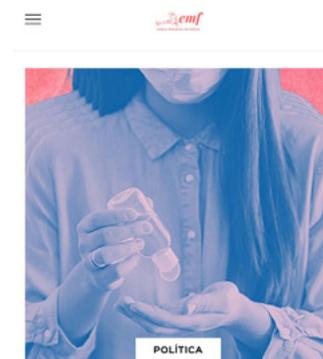


Imagen: Sitio Web - Es Mi Fiesta



Imagen: Sitio Web - Copadas.cl

Producción

Para la producción del sitio web y llevar a cabo una estrategia de difusión más completa y que permita proyectar alianzas se consideraron licencias y mantenimiento de la web. En primera instancia, se realizó una cotización de cada uno de los ítems que permitirán el funcionamiento del sitio. En paralelo se consideraron las y los profesionales que trabajarían para el proyecto de acuerdo a la jornada de trabajo, sueldo líquido y total anual.

Ítem	Descripción	Tipo de pago	Costo/u (\$CLP)	Total (anual)
Licencia Suite Adobe	Plan todas las aplicaciones para empresas	Mensual	\$54.410	\$652.920
Dominio (costo fijo anual)	Costo anual en nic.cl	Anual	\$9.950	\$9.950
Hosting (costo fijo anual)	-	Anual	\$104.750	\$104.750
Inscripción Marca	-	Una sola vez	\$170.000	\$170.000
				\$937.620

Profesionales	Descripción	Tipo de pago	Costo/u (\$CLP)	Total (anual)
Diseñadora gráfica	Tiempo completo Mantenimiento del contenido de RRSS, Web y comunicaciones con alianzas	Mensual	\$580.000	\$6.960.000
Levantamiento de relatos y datos	Tiempo completo Bajada de contenido y recopilación de datos	Mensual	\$550.000	\$6.600.000
Programadora	Asistencia parcial	Mensual	\$520.000	\$6.240.000
Diseñadora de producto	Asistencia parcial Editor de fotografías y generación de contenidos	Mensual	\$200.000	\$2.400.000
Editor de textos	Asistencia parcial	Mensual	\$180.000	\$2.160.000
			\$2.030.000	\$24.360.000
				\$25.297.620

Figura: Tabla de costos - Elaboración propia.

Se cotizó además con Francisca Medina, diseñadora y programadora web para poder producir el sitio. A continuación se incluye parte de su presupuesto con los detalles de los costos del desarrollo, contenido y capacitación para mantenerlo actualizado.

D. ESPECIFICACIÓN PRECIO DE PROYECTO

Ítem	Partida	\$ Total
1.	Desarrollo web	
1.1.	Desarrollo de código HTML	
1.2.	Adición y desarrollo de hojas de estilo	
1.3.	Adaptación responsive	
1.4.	Integración del sitio al gestor WordPress	
1.5.	Integración de post autoadministrables	
1.6.	Incorporación de plugins necesarios	
2.	Adición de contenido	
2.1.	Traspaso de contenido existente requerido	
3.	Subida del contenido inicial al servidor	
3.1.	Proceso de deploy	
3.2.	Incorporación de plugins optimización, respaldo, analítica, seguridad)	
4.	Capacitación	

Monto neto	\$ 520.000
Impuesto (11,5%)	\$ 67.571
Monto bruto	\$ 587.571

E. MONTO BRUTO

\$ 587.571

F. MODO DE PAGO

Fecha de pago a convenir, a través de transferencia bancaria a la cuenta corriente de la asesora. El pago del desarrollo del proyecto estará dividido en dos cuotas, cada una correspondiente al 50% del valor del proyecto. Sólo una vez realizado el pago inicial se procederá a empezar con el proyecto. Se emitirá boleta de honorarios (SI) junto con el último pago.

G. COBROS ADICIONALES

Para cualquier instancia de modificación adicional al servicio entregado o de implementar funcionalidades no descritas en el documento, deberá ser evaluada y para la cual se generará una nueva cotización.

H. DISPONIBILIDAD DE ATENCIÓN

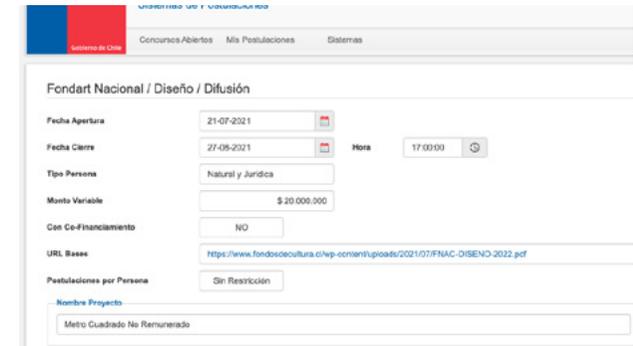
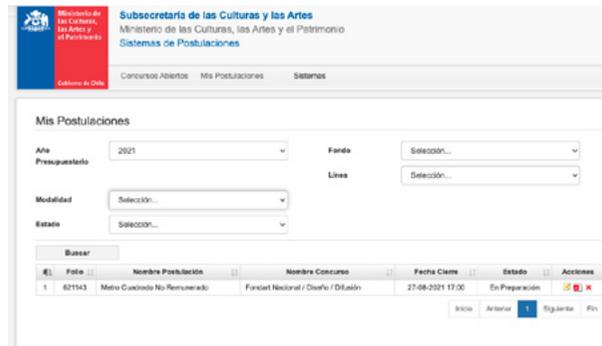
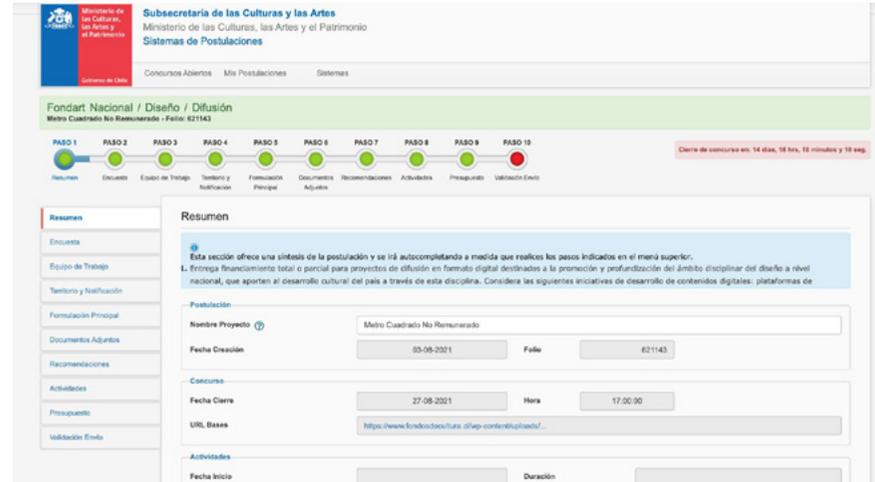
Disponibilidad de atención de lunes a viernes desde las 9:30hrs hasta las 18:30hrs por medio de mail, Whatsapp y llamadas telefónicas (sujetas a disponibilidad de la asesora).

Financiamiento

Fondos de la cultura

Por último, se proyecta participar de la postulación al concurso de los Fondos de la Cultural 2021, la convocatoria entraría en la modalidad de creación y producción, la que entrega un financiamiento total o parcial para proyectos “enfocados a la creación de productos, bienes y servicios relacionados al diseño, y que en las acciones ligadas al proceso creativo, exista innovación y/o generación de valor desde el ámbito disciplinario”. Este fondo entrega como monto máximo por proyecto \$20.000.000.

Se consideraron para el financiamiento a fondos como Haz tu tesis en Cultura y Concursos VRI de la PUC. Sin embargo, debido a que no han abierto la convocatoria hasta el momento se ve como una postulación futura.



Imágenes: Capturas del sitio web del perfil de postulación al Fondart Nacional con los campos completados antes de ingresar la postulación.



Parte IV: Cierre

Proyecciones

Es muy probable y necesario que el estudio de las experiencias de mujeres previo, durante y post pandemia siga creciendo, para continuar comprendiendo las inequidades presentes en las interacciones de la cotidianidad del espacio privado, por lo mismo, el proyecto “Metro Cuadrado no remunerado” tiene la posibilidad de continuar poniendo el foco en la rutina y espacios habitados por mujeres. Si bien se partió con un tipo de usuario específico se proyecta estudiar a mujeres que no correspondan a una clase social/económica única y se pueda estudiar según diversos parámetros como la cantidad de gente que vive en el hogar, número y edad de hijos si es que los tienen, tipo de trabajo y exigencias que cada una pueda estar llevando. Esto permitirá hacer un catastro según nivel económico, independencia, situaciones críticas vividas durante la pandemia, análisis de los espacios y repensar nuevos espacios.

De esta manera, la publicación de la plataforma espera llegar también a un usuario estudioso del tema o a personas interesadas en él que quieran trabajar con la información del proyecto, lo que transforma a esta plataforma en un repositorio

para ser utilizado en investigaciones y profundizar el estudio de mujeres; en sus trabajos remunerados y no remunerados.

Al mismo tiempo, junto con el financiamiento y crecimiento de la página se espera que mujeres interesadas en compartir sus relatos y experiencias puedan hacerlo a través de distintas formas creativas que permita la tecnología y que tendrán cabida en este espacio virtual, por ejemplo, subiendo fotografías de sus espacios personales y compartidos, contando de qué manera los han habitado durante la pandemia o subiendo otro tipo de material para ser expuesto en la página sin la necesidad de una actualización del contenido en nuevos relatos y perfiles por parte de la administración de la plataforma sino que el visitante pueda navegar también libremente en los contenidos publicados por ellos mismos, de modo que las propias colaboradoras se conviertan también en productoras de contenidos nuevos.

Conclusiones

El proyecto y estudio de campo entregó hallazgos en la investigación con las colaboradoras del que se desprenden ideas para bajar las exigencias de su triple jornada, como la posibilidad de tener mayor flexibilidad laboral y mayor corresponsabilidad dentro del hogar para poder colaborar con los nuevos roles de esta triple y en algunos casos hasta cuádruple jornada. A su vez, al examinar las rutinas de las colaboradoras que participaron desde el 2020 y comparándolas con las rutinas del 2021 se constató que no cambian en demasía los eventos, pero sí la forma en que organizan su día y las expectativas y exigencias de este año.

Por otro lado, luego de analizar los planos de los hogares dibujados por las colaboradoras y sus rutinas es un hecho que los lugares en donde más horas activas pasan son la cocina y su espacio de trabajo que se verá sobrepuesto al transformarse un espacio compartido de cuidado. Aun cuando se está analizando un grupo de personas del mismo nivel socioeconómico vemos que las rutinas y espacios son muy distintos, tal como se mencionó en los primeros hallazgos; a las colaboradoras les es difícil definir un espacio como personal. Lo que indica que la búsqueda de ese ansiado espacio

personal está atravesado por variantes más allá de lo socioeconómico. Lo anterior, refuerza la idea de “si bien algunas tenemos posiciones de privilegio, todas ocupamos posiciones de subordinadas” (Bordo, 1989 en Oliva Portolés, 2005) ya que la mayoría de los espacios en que se desenvuelven las colaboradoras están diseñados para que ellas realicen sus trabajos remunerados y no remunerados sin muchas posibilidades de encontrar un lugar de descanso o que les permita dejar sus labores como madres que significa un estar para los que se encuentran a su cuidado, en esta misma línea, pues de alguna forma también están a su cuidado, se favorece a los hombres adultos que sustentan el rol principal de proveedores la posibilidad de encontrar espacios dentro de la casa con menores exigencias. En palabras de Giannini encontrar ese espacio que representa el domicilio como “un inmediato estar disponible para mí, un espacio vuelto permanentemente a mis requerimientos, con objetos a la mano para mi uso y goce personales” (2010, p.35) para las mujeres es más complejo.

El argumento anterior se refuerza con la imagen y relato respecto a la bolsa en que la colaboradora Cecilia “traslada su espacio personal”, **esta imagen**

cargada de significados y a modo de reflexión es una muestra de lo nómada de los espacios propios que ocupamos las mujeres y la forma en que cedemos nuestros propios deseos.

“Metro Cuadrado no remunerado” busca ser una plataforma que abra la reflexión en torno a qué medidas y políticas públicas se pueden tomar en pos de atender las demandas reales de mujeres diversas que hoy viven una triple (e incluso cuádruple) jornada. Entendiendo que la mayoría de las políticas públicas sobre cuidados en la actualidad están potenciando un familiarismo en el que el Estado tampoco participa y acaba dejando todo el trabajo en las mujeres, tal como indica Pessolano, la división de labores en este trabajo universal visto desde lo privado y que trae un bienestar a las personas, en las sociedades capitalistas apunta al objetivo particular de facilitar la disponibilidad laboral de los hombres adultos del hogar para que participen del mundo público sin que las necesidades de cuidado del hogar constituyan una restricción a su actividad. (2016, p.201)

Me parece importante agregar que aun siendo un proyecto que se desarrolla y culmina en una in-

certidumbre por el contexto de pandemia se logró establecer una relación con las 10 colaboradoras las cuales manifestaron y agradecieron tener el espacio de diálogo que propició este proyecto siendo para ellas un espacio de acompañamiento con la posibilidad de reflexionar sobre sí mismas. Teniendo en cuenta las dimensiones de estudio que tomó la investigación “Metro Cuadrado No Remunerado” encuentra su razón de ser: las mujeres pueden encontrar un espacio para compartir sus experiencias, convirtiéndolo en un asunto político. El diseño en este sentido, permite la visualización y favorece la reflexión con el fin de empujar a cambiarlas conductas impuestas por el patriarcado. Deja en claro también la profundidad del tema y las preguntas que faltan por contestar y que pueden explorarse en las proyecciones del proyecto como, ¿cuales son las formas en que como sociedad podríamos organizarnos para bajar la carga de las mujeres que se enfrentan a una triple jornada?, ¿cuáles son las nuevas formas de vivir la maternidad?, ¿cómo serían habitaciones y espacios diseñados para una mayor corresponsabilidad?, ¿son solo las mujeres cuidadoras las únicas mujeres quienes han perdido espacios o será necesario hacer el ejercicio de indagar en otras realidades?

Al mismo tiempo, el proyecto invita a pensar en qué estrategias podrían ayudar a bajar la carga mental que representa para ellas conciliar sus distintos tiempos y roles permitiendo por ejemplo, que niños puedan ser parte de un sistema colectivo de cuidados o la flexibilización de las jornadas laborales y escolares que les permita conciliar mejor los tiempos y a su vez, posibilitar la valorización de los cuidados realizados por mujeres a través de la educación para poder avanzar en la superación de la división sexual del trabajo y que en la actualidad vemos que se sigue perpetuando. De acuerdo a estadísticas publicadas por la Fundación Niñas Valientes en mayo de este año, se estima que “las niñas contribuyen de manera más significativa a las tareas domésticas en relación a sus pares hombres, existiendo una brecha de un 30% en el tiempo dedicado a las tareas del hogar entre niñas y niños, cifra que llega al 50% en la adolescencia.” (El Mostrador, 2021)

El diseño como herramienta para la visualización de datos, realidades, contextos y perspectivas, se vuelve un elemento más dentro la trama de actores que componen este proyecto, porque si bien la precarización de las labores domésticas y la triple jornada han sido temas levantados y discutidos en la opi-

nión pública, es distinto observar con la mirada del diseño. A pesar de ser una herramienta en función de las experiencias de las colaboradoras, diseñar espacios dispuestos para la reflexión desde ellas mismas y su entorno es lo que cultiva directamente el tono de este proyecto. Diseñar con y para el grupo de estudio, comprender ser vulnerable como investigadora y flexibilizar el diseño para adaptarse a los resultados encontrados, hace que “Metro Cuadrado No Remunerado” no sea simplemente el resultado de un análisis de comportamiento y datos cuantitativos, sino sea el reflejo de un proceso de autoconocimiento de parte de las colaboradoras y de una sensibilidad personal que espero se pueda reconocer en los frutos de este proyecto.

El ánimo de este proyecto es movilizar la discusión sobre medidas que acojan y entiendan las necesidades transversales de cuidados, sobre las nuevas formas en que las comunidades quieren participar y las decisiones que impactan en nuestra vida, y poder reflexionar sobre las múltiples posibilidades que pueden abrirse al imaginar el paso de los cuidados pasando de una corresponsabilidad individual, privada y centralizada en la familia a una corresponsabilidad estatal, pública y colectiva.

Agradecimientos

A todas las mujeres en mi vida, en especial a mis abuelas Alma y Sonia, mi mamá Paulina y mi tía Cecilia que inspiraron este proyecto.

A Javiera, Josefa, Dalinka, Ignacia y Esperanza por ser un apoyo en mi vida.

A mi papá Pablo, por apoyarme durante la carrera.

A mis amigas, pero sobre todo a Olga, Karla, Mariana, Begoña y Lucía por acompañarme y contenerme cuando más lo necesité.

A mis profesores guías, Patricia Sánchez y Felipe Cortez quienes fueron un pilar fundamental para que este proyecto se llevara a cabo y quienes compartieron sus visiones y sus conocimientos, estaré siempre agradecida.

Finalmente, a todas las colaboradoras del proyecto y las que vendrán que día a día conquistan sus espacios para cambiar la desigualdad de género.

Bibliografía

- Allen, Amy. (1999). *The Power of Feminist Theory*. Boulder, CO: Westview Press.
- Allen, Amy. (2005). «Feminist Perspectives on Power», en *Stanford Encyclopedia of Philosophy*.
- Allen, Amy. (2008). *The Politics of Ourselves*. New York: Columbia University Press.
- Bachelard, G. (1975). *La poética del espacio*. México: FCE.
- Barriga, F., Durán, S., Gonzalo, D., Sato, A. & Sáez, B. (2020). No es amor, es trabajo no pagado Un análisis del trabajo de las mujeres en el Chile actual. 10.13140/RG.2.2.20740.48001.
- Benería, L. (1981). Reproducción, producción y división sexual del trabajo. *Mientras Tanto*, (6), 47-84. Recuperado de: <http://www.jstor.org/stable/27819239>
- Beuchat, S. (2020) Radiografía al Hombre Cero. *Revista Ya, El Mercurio*, N° 1942, 14-16.
- Feinberg, M. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: a framework for research and intervention. *Parenting: Science and Practice*, 3(2), 95-131.
- Biofutures — Extrapolation Factory. (2015). *Extrapolationfactory.com*. Recuperado de: <https://extrapolationfactory.com/Biofutures>
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama, 2000.
- Butler, Judith. (1997). *Mecanismos psíquicos del poder: teorías sobre la sujeción*. Madrid: C.tedra.
- Burin, M. (2014). *La maternidad: el "otro" trabajo invisible*.
- Carrasco, C., & Recio, A. (2014). Del tiempo medido a los tiempos vividos. *Revista de Economía Crítica*, 17, 82-97.
- Castells, M. (2009). *Comunicación y poder*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- CASEN. (2020) Manual del investigador Guía práctica para el uso y análisis de información. (n.d.). Recuperado de: http://observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/storage/docs/casen/2020/Manual_del_Investigador_Casen_en_Pandemia_2020.pdf
- CNN Chile. (2019). Intervienen Plaza Italia para mostrar cómo son por dentro los departamentos sociales. CNN Chile. Recuperado de: https://www.cnnchile.com/pais/intervencion-plaza-italia-departamentos-sociales_20191031/
- Carrasco, Cristina (2003). "¿Conciliación? No, gracias. Hacia una nueva organización social", en María Inés Amoroso Miranda, Anna Bosch Pareras, Cristina Carrasco Bengoa, Hortensia Fernández Medrano y Neus Moreno Saenz, *Malabaristas de la vida. Mujeres, tiempos y trabajos*, Barcelona, Icaria, 2003, pp. 27-51.
- Cabello, C. (2020, 7 de octubre). *Arriendo de viviendas se reactiva tras desconfiamiento y precios moderan su caída. La Tercera*. Recuperado de: <https://www.latercera.com/pulso/noticia/arriendo-de-viviendas-se-reactiva-tras-desconfiamiento-y-precios-moderan-su-caida/SIDTQ3FXOVCAVBFELP7DSOJPMFI/>
- Cabello, C. (23 de abril del 2021). Efecto Pandemia: Casas cada vez más escasas. *El Mostrador*. Recuperado de: <https://www.elmostrador.cl/generacion-m/2021/04/23/efecto-pandemia-casas-cada-vez-mas-escasas/>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2019). "Políticas del cuidado, sobre el cuidado y las políticas de cuidado". Recuperado de: <https://www.cepal.org/es/sobre-el-cuidado-y-las-politicas-de-cuidado>

- Cizek, K. (2010) Out of My Window. Recuperado de: <http://outmywindow.nfb.ca/#/outmywindow>
- Colectivo Por un Habitar Digno: poniendo a la vivienda y al rol de los arquitectos en el centro del debate actual – PLANE0. (2020). Revistaplano.cl. Recuperado de: <http://revistaplano.cl/2020/01/08/colectivo-por-un-habitar-digno-poniendo-a-la-vivienda-y-al-rol-de-los-arquitectos-en-el-centro-del-debate-actual/>
- Colegio Médico de Chile. (2020), *¿Cuál ha sido el impacto de la pandemia en las labores de cuidado?*. MOVID-19. (2020). MOVID-19. Recuperado de: <https://www.movid19.cl/publicaciones/onc-informe/>
- Collins, C. (2020). "COVID-19 and the gender gap in work hours". Recuperado de: <https://doi.org/10.1111/gwao.12506>
- Cravey, A. (2002). "Local Global: a View from Geography". En Soles, D. *Reconfigurando lo público y lo privado en el Santiago de Pinochet, un análisis de Género.*
- Design Council. (2020). Design Council. Recuperado de: <https://www.designcouncil.org.uk/news-opinion/what-framework-innovation-design-councils-evolved-double-diamond>
- De la Fuente, M. (2015). Ideas de poder en la teoría feminista. *Revista Española de Ciencia Política*, (39), 173-193.
- Despentes, V. (2018). *Teoría King Kong*. Literatura Random House.
- Dumazedier, J. (1968). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela
- Pessolano, D. (2016) *Economías de la vida. Aportes de estudios feministas y de género*. Polis 45 p. 191-209.
- Echeverría, Javier (2011). Reseña "Comunicación y Poder" de Manuel Castells. *Espacio Abierto*, 20(1),197-201. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=122/12218314009>
- El Mostrador. (2021, 22 de mayo). "Preocupación por aumento de brechas de género durante la pandemia y su impacto en niñas, niños y adolescentes". Recuperado de <https://www.elmostrador.cl>
- Fraser, N. (2015), "Las contradicciones del capital y los cuidados", *New Left Review*, N° 100. Recuperado de <http://www.rebellion.org/docs/223186.pdf>.
- Fuentes, A. (2020) *Violencia de género: la pandemia que viven las mujeres en cuarentena*. Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Chile. (2019). Pontificia Universidad Católica de Chile. Recuperado de: <https://www.uc.cl/noticias/violencia-de-genero-la-pandemia-que-viven-las-mujeres-en-cuarentena/>
- Foucault, M. (1989). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión* (16a. ed.). Ciudad Juárez: Siglo XXI
- Giannini, H. (1987). *La reflexión cotidiana: hacia una arqueología de la experiencia*. Recuperado de: <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2015/08/Giannini-H.-La-reflexion-cotidiana.pdf>
- Giannini, H. (2007). *La metafísica eres tú. Una reflexión ética sobre la intersubjetividad*. Santiago: Catalonia.
- Giovanni, La V. (2003). *Post-it city: the other European public spaces*. BOERI, Stefano, Multiplicity. USE-Uncertain States of Europe, Skira, Milán.
- Hanisch, C. (1970). *The personal is political. Notes from the Second Year: Women's Liberation*, 76-78. Recuperado de: <https://repository.duke.edu/dc/wlmpc/wlms01039>
- Held, Virginia. 1993. *Feminist Morality: Transforming Culture, Society, and Politics*. Chicago: University Of Chicago Press.

- Ipsos (2020). *Claves 2020, Informe Marzo: Mujeres*. Recuperado de: <https://www.ipsos.com/es-cl/ipsos-la-tercera-claves-2020>
- INE. (2016a). Encuesta Nacional de Uso del Tiempo 2015. Documento de Principales Resultados. Departamento de Estudios Sociales Instituto Nacional de Estadísticas. https://www.ine.cl/docs/default-source/uso-del-tiempo-tiempo-libre/publicaciones-y-anuarios/publicaciones/documento_resultados_enut.pdf?sfvrsn=cf66dad0_7
- Lab RTVE.es. (2017). Documental En la Brecha – Testimonios – Lab RTVE.es. En La Brecha. <http://lab.rtve.es/webdocs/brecha/testimonios/>
- León, M. (1997). *Poder y empoderamiento de las mujeres* (TM Editores ed.).
- Lefebvre, H. (1976). *La producción del espacio*. España: Capitán Swing.
- Legarde, M. (2001). Claves feministas para la negociación en el amor. Managua: Puntos de Encuentro.
- Lagarde, M. (2015). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México D.F.: Siglo XXI Editores.
- Lupi, G. & Posavec, S. (2013) Dear Data. Recuperado de: <http://www.dear-data.com/theproject>
- Macuer, T. & Campos, P. (Noviembre, 2020). *Violencia hacia las mujeres en el espacio público: Acoso callejero, riesgos y desigualdades de género en espacio público*. en La Escuela Abierta Mujeres y Ciudad, Santiago, Chile.
- Maganto, J.M., Etxeberria, J. y Porcel, A. (2010). “La corresponsabilidad entre los miembros de la familia, como factor de conciliación”. *Educatio Siglo XXI*, 28(1), 69-84.
- Ministerio de la Mujer y la Equidad de Género de Chile (2020). Ministra Santelices se reúne con Carabineros para abordar aumento de llamadas por violencia – MinMujeryEG. Chile: Ministerio de la Mujer y Equidad de Género. Recuperado de: <https://minmujeryeg.gob.cl/?p=40152>
- Moreno, B. (2011). Factores y riesgos laborales psicosociales: conceptualización, historia y cambios actuales. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57, 4-19. <https://doi.org/10.4321/s0465-546x2011000500002>
- Organización Internacional del Trabajo. (11 de mayo 2020). Teletrabajo: ¿modalidad de relación de trabajo o paradigma de “la nueva normalidad”? https://www.ilo.org/santiago/publicaciones/reflexiones-trabajo/WCMS_744411/lang--es/index.htm
- Organización Internacional del Trabajo. (10 de octubre 2019). Trabajar en cualquier momento y en cualquier lugar: consecuencias en el ámbito laboral. https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_712531/lang--es/index.htm
- Oliva Portolés, A. (2005). Debates sobre el género. En Amorós, C. & De Miguel, A. (eds.), *Teoría feminista: De la ilustración a la globalización. De los debates sobre el género al multiculturalismo* (p. 13-60). Minerva Ediciones.
- Organización Mundial de La Salud. (2017). Salud Mental. Recuperado de: https://doi.org/topics/mental_health/es/index.html
- Pessolano, D. (2016) Economías de la vida. Aportes de estudios feministas y de género. *Polis* 45 p. 191-209.
- Risler, J., & Ares, P. (2013). Manual de mapeo colectivo: recursos cartográficos críticos para procesos territoriales de creación colaborativa. Buenos Aires, Argentina.
- Santamarina, C. (2017). La casa: elogio y denuedo de la metáfora. CIMOP Sagasta, 28. Madrid.
- Segovia, O., & Rico, M. N. (2017). ¿Quién cuida en la ciudad? (CEPAL ed.). Recuperado de: https://www.cepal.org/sites/default/files/events/files/quien_cuida_en_la_ciudad._aportes_para_politicas_urbanas_de_igualdad.pdf
- Soles, D. (2008, diciembre). Reconfigurando lo público y lo privado en el Santiago de Pinochet, un análisis de género. *Bifurcaciones*, (8). Recu-

perado de: http://www.bifurcaciones.cl/bifurcaciones/wp-content/uploads/2008/12/bifurcaciones_008_Soles.pdf

Testing Hypotheticals — Extrapolation Factory. (2018). Extrapolationfactory.com. Recuperado de: <https://extrapolationfactory.com/Testing-Hypotheticals>

Universidad de Chile, VIDGEN (2021). "Género y Pandemia: Condiciones de Trabajo Remoto en la Universidad de Chile" Resumen del Estudio. Vicerrectoría de Investigación y Desarrollo, Universidad de Chile.

Pontificia Universidad Católica de Chile (2020). "Violencia Intrafamiliar en contexto del Covid-19 - Centro de Estudios Justicia y Sociedad". Centro de Estudios Justicia y Sociedad. Recuperado de: <https://justiciaysociedad.uc.cl/violencia-intrafamiliar-en-contexto-del-covid-19/>

Valdivia, B. (2018, noviembre 11). Del urbanismo androcéntrico a la ciudad cuidadora. *Hábitat y ciudad*, 65-84. <http://dx.doi.org/10.12795/HabitatySociedad.2018.i11.05>

Visocky, O. G. J., & Visocky, O. G. K. (2009). *A Designer's research manual: Succeed in design by knowing your clients and what they really need*. Beverly, MA: Rockport Pub.

Yau, N. (2015) A Day in The Life. Recuperado de: <https://flowingdata.com/2015/12/15/a-day-in-the-life-of-americans/>

Anexo

Consentimiento informado



CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
 Investigación Taller de Título de Diseño
 Gracia Ortiz
 Escuela de Diseño UC

Usted ha sido invitado a participar del proyecto de investigación, "Metro cuadrado no remunerado, una visualización de tiempos y espacios de mujeres cuidadoras" a cargo de la investigadora Gracia Ortiz, estudiante de la Pontificia Universidad Católica de Chile. El objeto de esta carta es ayudarlo a tomar la decisión de participar en la presente investigación.

La actual investigación tiene como propósito comprender los espacios, tiempos, percepciones, emociones, dificultades y efectos en la rutina de mujeres que bajo el contexto de crisis sanitaria se han visto enfrentadas a una triple jornada. También, se pretende profundizar la investigación previamente realizada en el proceso de seminario para poder encontrar nuevos focos y respuestas a las hipótesis realizadas.

Su participación consta de una entrevista de una duración aproximada entre 1 hora a 2 horas vía zoom. Previo a la entrevista, se le solicitarán fotografías de algunos de sus espacios domésticos con el fin de guiar la entrevista y enriquecer el material de la investigación. Durante la entrevista, la investigadora tomará notas de lo que usted dice y hace, además de diferentes métodos de registro del proceso. La investigadora le preguntará algunos datos personales como su nombre, edad, profesión y cuántas personas viven en su hogar. Esta información, como toda información obtenida en el estudio, se usará para fines de la investigación y bajo tu nombre real o una firma anónima. El proyecto final consta de una publicación en la web por lo que el registro podría ser compartido por otras personas o instituciones. Al mismo tiempo, los resultados de la investigación serán enviados por mail una vez finalizado el proceso de titulación.

Es importante destacar que su participación en la investigación es completamente voluntaria. Usted puede retirarse de la investigación en cualquier momento que desee, sin que esto tenga consecuencias negativas y sin la necesidad de explicar las razones para ello. No hay riesgos ni costos previstos asociados a su participación en el estudio.

Su participación será beneficiosa para el estudio y desarrollo del proyecto de Seminario de Título de Diseño, como también potenciales beneficios en la población de estudio, la cual consiste en mujeres entre 20 a 50 años de edad que se encuentran realizando labores domésticas, de cuidado y tienen un trabajo remunerado formal.

Si tiene cualquier pregunta acerca de esta investigación, puede contactar a Gracia Ortiz. Su teléfono es el +56 9 85226653 y su email es gortiz2@uc.cl. Si usted presenta alguna consulta o preocupación respecto a la investigación puede contactar a los profesores guía de la estudiante, Felipe Cortez (felipe.cortez@uc.cl) y Patricia Sánchez (pdsanche@uc.cl), docentes de la Escuela de Diseño de la Pontificia Universidad Católica de Chile.

Consentimiento Informado Investigación "Metro cuadrado no remunerado"
 Versión N°1, Fecha 08 / 04 / 2021



Declaración de Consentimiento

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

Mariano Bahamondes

 Firma del/la Participante

8/05/2021

 Fecha

Mariana Bahamondes Rosa
 Nombre del/la Participante

Gracia Ortiz

 Firma de la investigadora

8/05/2021

 Fecha

Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Consentimiento Informado Investigación "Metro cuadrado no remunerado"
 Versión N°1, Fecha 08 / 04 / 2021

Mariana Bahamondes



Declaración de Consentimiento

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

Roxana Barrientos

 Firma del/la Participante

25 de mayo

 Fecha

Roxana Barrientos Vallejos
 Nombre del/la Participante

Gracia Ortiz

 Firma de la investigadora

25 de mayo

 Fecha

Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Roxana Barrientos



Declaración de Consentimiento
 He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

[Firma] 19.04.2021
 Firma del/la Participante Fecha
Andrea Soave Catalán Vega
 Nombre del/la Participante

[Firma] 06/05/2021
 Firma de la investigadora Fecha
Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Consentimiento Informado Investigación "Mito o realidad en resaca?"
 Versión N°1, Fecha: 06 / 04 / 2021

Andrea Catalán



Declaración de Consentimiento
 He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

[Firma] 8/05/2021
 Firma del/la Participante Fecha
Rosana Zapata Opazo
 Nombre del/la Participante

[Firma] 8/05/2021
 Firma de la investigadora Fecha
Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Consentimiento Informado Investigación "Mito o realidad en resaca?"
 Versión N°1, Fecha: 06 / 04 / 2021

Rosana Zapata



Declaración de Consentimiento
 He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

[Firma] 19.04.2021
 Firma del/la Participante Fecha
Daniela Soave Vega
 Nombre del/la Participante

[Firma] 19/04/2021
 Firma de la investigadora Fecha
Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Consentimiento Informado Investigación "Mito o realidad en resaca?"
 Versión N°1, Fecha: 06 / 04 / 2021

Daniela Vega



Declaración de Consentimiento

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

[Firma] 25 de mayo
 Firma del/la Participante Fecha

[Firma]
 Nombre del/la Participante

[Firma] 25 de mayo
 Firma de la investigadora Fecha
Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Cecilia Quezada

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

Eleonora Aldea 15 de mayo _____
 Firma del/la Participante Fecha
 Eleonora Aldea Parido
 Nombre del/la Participante

Gracia Ortiz 15 de mayo _____
 Firma de la investigadora Fecha
 Gracia Ortiz
 Nombre de la investigadora

Eleonora Aldea

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

Vanesa Upegui 8/15/2021
 Firma del/la Participante Fecha
 Vanesa Upegui
 Nombre del/la Participante

Gracia Ortiz 8/05/2021
 Firma de la investigadora Fecha
 Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Vanesa Upegui

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

Andrea Molina 10 de mayo de 2021
 Firma del/la Participante Fecha
 Andrea Molina Buzos
 Nombre del/la Participante

Gracia Ortiz 8/05/2021
 Firma de la investigadora Fecha
 Gracia Ortiz Quezada
 Nombre de la investigadora

Andrea Molina

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

He tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, hacer preguntas acerca del proyecto de investigación y acepto participar en este proyecto. Yo autorizo al investigador y sus colaboradores a utilizar la información recopilada en la entrevista para los propósitos de la investigación.

Andrea Valenzuela 18/04/2021
 Firma del/la Participante Fecha
 Nancy Guimperi Valenzuela
 Nombre del/la Participante

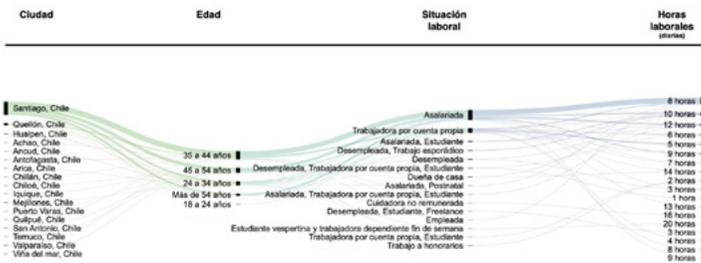
Gracia Ortiz _____
 Firma de la investigadora Fecha
 Nombre de la investigadora

Andrea Valenzuela

Encuesta

Se realizó una encuesta en noviembre del 2020 a mujeres que cuidaran de un familiar o persona con el fin de afinar la unidad de análisis se realizaron 3 filtros de respuesta. Contó con un total de 140 respuestas. A través de esta encuesta se logró identificar las características y condiciones que se encuentran distintas mujeres cuidadoras y evaluar la unidad de análisis para el proyecto.

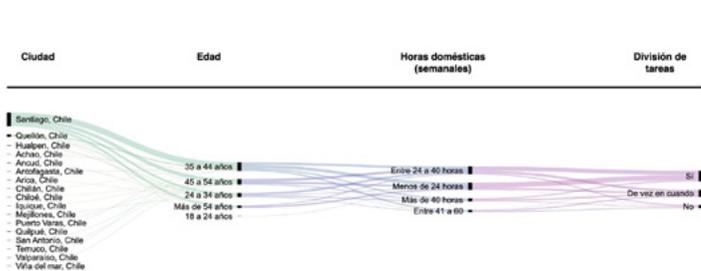
Situación laboral / Horas laborales



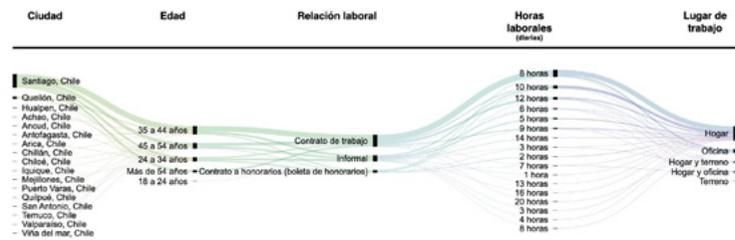
Encuesta Mujeres Cuidadoras

Primer filtro Mujeres que cuidan, tienen trabajo formal e informal
Cerrada Viernes 13 de noviembre - 140 respuestas

Horas domésticas / División de tareas

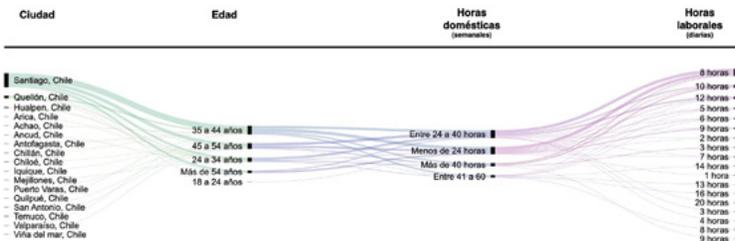


Relación laboral / Horas laborales / Lugar de trabajo

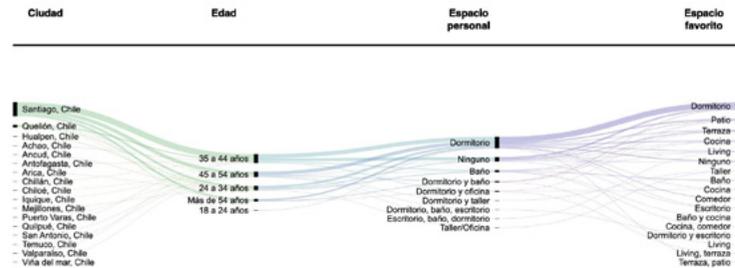


Horas domésticas / Horas laborales

*Aquí me di cuenta que una es semanal y la otra es diaria, en el filtro 2 lo calculé como semanales para ver mejor la comparación.



Espacio personal / Espacio favorito

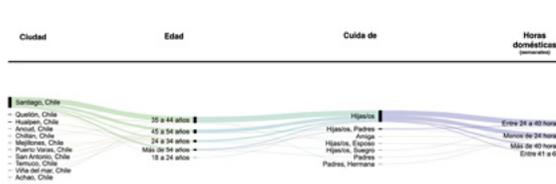


Situación laboral / Relación laboral / Horas laborales

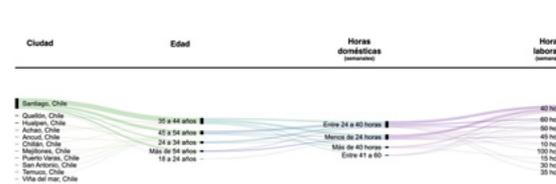


Encuesta Mujeres Cuidadoras
Segundo filtro Mujeres que cuidan, tienen trabajo formal
Cerrada Viernes 13 de noviembre - 140 respuestas

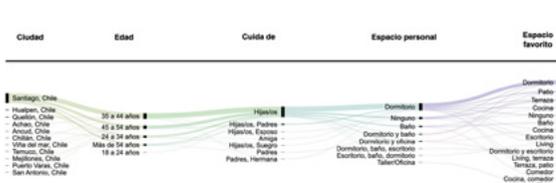
Cuida de / Horas domésticas



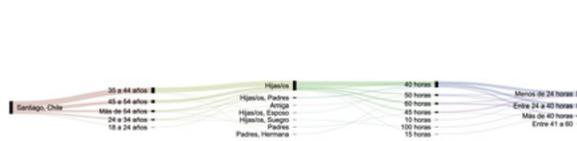
Horas domésticas / Horas laborales



Cuida de / Espacio personal / Espacio favorito

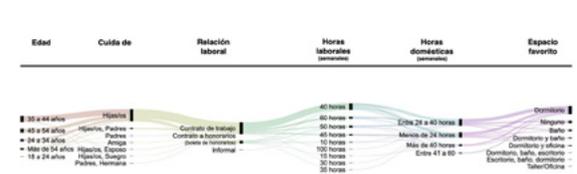


Edad / Cuidan de / Horas laborales / Horas domésticas

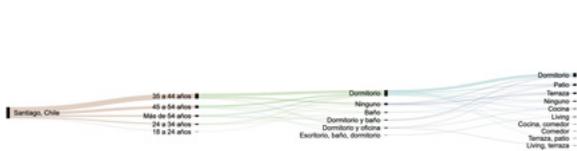


Encuesta Mujeres Cuidadoras
Tercer filtro Mujeres que cuidan, tienen trabajo formal de Santiago, Chile

Cuida de / Relación laboral / Horas laborales / Horas domésticas / Espacio favorito



Edad / Espacio personal / Lugar favorito



Relación laboral / Horas laborales / Horas domésticas



Relación laboral / Horas laborales / Lugar de trabajo



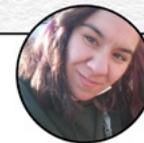
¿Qué es M² no remunerado?

Plataforma de visibilización de relatos co-construidos con mujeres que cuidan y trabajan en sus casas para dar cuenta del uso y transformación del espacio doméstico durante la pandemia.



El proyecto contó con la participación de **10 mujeres de distintas ciudades de Chile** con un trabajo formal y que están realizando desde su casa, tienen hijos y realizan labores domésticas.

Conoce a las colaboradoras en las siguientes historias



Mariana Bahamondes
(28 años)

Vive en Santiago es Trabajadora social y tiene una niña de 5 años con la que vive en un departamento.



Andrea Valenzuela
(29 años)

Vive en Santiago es Diseñadora gráfica, está casada y tiene un hijo de 6 años con los que vive en un departamento.



Vanesa Upegui
(34 años)

Vive en Santiago es Ingeniera comercial, emprendedora, esta casada y tiene un hijo de 7 años con los que vive en un departamento.



Rosana Zapata
(32 años)

Vive en Arica es Trabajadora Social, está casada y tiene dos hijas de 1 y 5 años con los que vive en un departamento.



Andrea Catalán
(35 años)

Vive en Valdivia es Trabajadora social, está casada y tiene un hijo de 9 años con el que vive en un casa.



Daniela Vega
(35 años)

Vive en Valdivia es Trabajadora social, está casada y tiene dos hijos de 3 y 17 años hija con los que vive en una casa.



Eleonora Aldea
(37 años)

Vive en Viña del Mar, es Diseñadora gráfica, está casada y tiene dos hijos de 7 y 13 años con los que vive en un departamento.

Entrevistas

Mariana Bahamondes, 28 años - Santiago

Describe la rutina de un día

Antes de la pandemia yo era muy de rutina y ahora me ha costado organizarme, antes nos levantamos iba al jardín, luego yo iba a trabajar o estudiar. Ahora todo está acá (en la casa) y me he visto un poco desorganizada. "igual finalmente estar en la casa con pandemia mi rutina es para mi hija, es todo en función de ella, me gustaría estudiar o ordenarme pero no puedo porque ella juega sola ahora juega sola y todo pero depende de que ella diga se me quitaron las ganas entonces yo tampoco puedo estructurarme mucho a no ser que yo tenga una reunión muy importante y no tenga con qué entretenerla le pongo los monos, aunque yo trato de no ponerle mucho pero ahí ella dura más tiempo, depende de su ánimo y si anda con maña mi día se ve muy afectado por eso", "A diferencia de antes que yo la dejaba en el jardín iba a la u o a la pega y ahora no tengo trabajo entonces es muy en función de mi hija todo" "intento de mantener los horarios por ejemplo almorzar a las 2 procuro que sea a esa hora, lo mismo con el sueño, con la pandemia nuestros horarios se alargaron.

Ahora me encuentro con un trabajo intermitente y terminando mi tesis. Así que me dedico a cuidar

a Amalia que ahora no está yendo al jardín. El año pasado fue todo mucho más inestable porque en un momento nos fuimos donde mi mamá, después ella se fue con su papá. Ahora tengo menos ramos, menos cosas que hacer con el computador pero sigo con la dinámica de despertarme a las 7, estudio antes de que la Amalia se despierte. el primer año de pandemia era más complicado el tema de los horarios se acostaba más tarde y quise hacerme un horario pero no me funcionó. En realidad el horario que tengo ahora de mi día es en base a ella y acomodo mis cosas en función a ella y este año quise en marzo llevarla al jardín y cuando entramos a cuarentena dije chao horario no quiero frustrarme con que el horario no me sale y dije voy a mantener el horario de la mañana despertarme temprano porque me sirve y despertarla a ella temprano igual pero durante el día lo que podamos dar porque igual es complicado y anímicamente igual he estado cansada como todo el mundo me imagino entonces dije chao horario, lo que pueda durante el día y acomodo mis pegos a eso.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos/as?

Vivimos en un departamento de dos piezas, entonces compartimos pieza con la Amalia pero siempre

dormimos juntas.

Como puedes ver yo siempre que tengo reuniones o cosas tengo que ayudar a Ani en lo que está o lo que está jugando. volviendo a la pregunta no ha cambiado mucho mi espacio pero el año pasado te comente que me habían regalado una cama y un escritorio y ha sido como el máximo cambio en mi vida pero no ha cambiado seguimos viviendo con mi amiga entonces seguimos compartiendo pieza. Eso sí los fines de semana trato de tener mis tiempos cuando ella está con su papá pero cuando no está con el papá siempre está conmigo.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

El living y la cocina que da para un espacio compartido porque se unen. Pero en la pandemia, estamos todas juntas pero me cuesta ahora en la pandemia compartir con mi compañera de hogar.

Tiempos compartidos se mantienen lo que si a mi ahora me gusta estar más en la pieza y ahora como tengo un escritorio antes no lo tenía entonces estoy más en la pieza, también arreglamos un ventanal en la pieza entonces mucho mejor y me gusta estar en la pieza. Igual a mi no sé si es de aprensiva o qué pero me gusta estar donde está la Amalia. Y si ella está en el living voy al living porque hay un ventanal y me da miedo y voy. Y ahora usamos más el patio común del edificio, ahí estamos

harto pero ninguno de esos son los que te podría decir como es mi lugar. mi cama nada más pero igual a veces la comparto con la amalia.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Antes también me preocupaba de que la Amalia fuera muy ordenada y ahora he dejado que hay más desorden en el living porque si va a estar todo el día encerrada no la puedo dejar en la pieza.

La verdad es que no. porque este año en términos económicos ha sido muy catastrófico entonces no hay muchas cosas y la mayoría están fuera de mi alcance y no lo tengo pensado. Más que arreglar cosas como del departamento pero por el dueño de departamento. Pero lo demás está todo igual. no hemos hecho ningún cambio ni comprado nada.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Han cambiado en su totalidad. Ahora es raro, es como vivir en "vacaciones" o un domingo, por más que yo tenga cosas que hacer para la práctica, trabajar, escribir mi tesis, mi tiempo depende mucho del cuidado que le tengo que dar a mi hija.

El semestre pasado tenía más carga académica y solo tengo que cumplir con la tesis pero está todo tan raro también con la pega hay veces que es más pega que otros días y antes iba con amigas

o me movía en bici con la amalia pero ahora que estamos encerradas no salimos mucho más que el patio común. Ahora con la pandemia he pensado me gustaría solo dedicarme a ella porque me pasa que no sé ahora estoy viendo una posible pega que me salga y tuve varias reuniones entonces y a mi por ejemplo en lo personal no me gusta que la ana mire televisión prefiero que juegue pero por ejemplo ahora le tuve que pasar el celular para poder yo estar concentrada en algo entonces pienso en el contexto de pandemia. Me gustaría dedicarme solo a ella por lo mismo porque cuando yo estudiaba estudiaba de noche por lo mismo porque no me gustaba no poder dedicarle el tiempo a mi hija durante el día. Yo tengo amigas que son mamás y estudian y hacen eso y la guagua estaba ahí y les ponían tele y no las juzgo pero yo no yo estudiaba de noche para dedicarme a ella en el día y no desplazarla a ella ahora yo igual a veces me veo obligada a tener que decirle amalia ahora no y que me vea ella ahora en un computador. Porque obvio que los niños si ven a su mamá van querer hablar con ella si está ahí al lado van a querer conversarle no entienden esto de que yo estoy hablando contigo pero no con ella entonces de verdad pienso en este tiempo que ganas de dedicarme solo a la amalia porque esto de estudiante, trabajadora y mamá al mismo tiempo es peludo además porque me ha pasado que estoy en una reunión con la pieza dada vuelta y la Amalia así dando vuelta un vaso en mi cara y yo teniendo que estar tranquila o en clases yo intervengo y la amalia habla y saluda y todo se complejiza porque a parte es frustrante porque he querido intervenir en

reuniones y la amalia interrumpe y yo soy insegura y vergonzosa entonces se me quitan todas las ganas de hablar con eso no puedo ser yo con ella al medio interrumpiendo. Durante el fin de semana que está con el papá puedo relajarme más porque ahí él me ayuda pero durante la semana no descanso y en verdad la zona donde puedo trabajar es en mi pieza y avanzo a veces cuando ella no está los fines de semana. Igual yo creo que esto es más de la pandemia que otra cosa porque yo antes me organizaba muy bien con mis tiempos, todo estaba más dividido igual. Ahora he buscado más tiempo para estudiar y eso igual me ha funcionado pero tener un horario para la Amalia para todo igual es complicado porque a veces es más lenta.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Ahora en pandemia si me he dado cuenta de que quiero cambiarme de casa y vivir sola con mi hija. Es mi meta pero este año está imposible de que se cumpla porque tampoco tengo un trabajo estable.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Reuniones familiares, amigas, trabajo, práctica, universidad y teatro por zoom, meet, computador siempre. Ahora generalmente hago mis reuniones en el escritorio ese ahora ha sido mi espacio de trabajo.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

La verdad, es que planifico mi clase si está o no mi amiga, si está la hago en mi pieza pero estoy más incomoda y si no está las hago en el living. Intento que se vea ordenado sobre todo cuando tengo reuniones de la práctica e intento que la amalia no interrumpa tanto pero es super difícil igual en la práctica mi carta de presentación es que tengo una hija y ellos saben que estoy con ella entonces quizás puede llegar e interrumpir, tienen que entenderlo y nunca me han puesto problemas. Cuando he tenido sesiones muy importantes en la práctica o clases le pido al papá que la vea o alguien más porque es importante.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Sí pero super piola con mi amiga somos muy relajadas. Como que si una está haciendo el baño la otra hace la cocina, se da solo. Tenemos una tarea que es la más complicada que es virutillar el piso pero lo hacemos juntas. Todo se va dando.

En enero tuve un trabajo extra que era de 3 semanas y mi hermana podía cuidarla pero ahora en marzo nopo todo es más difícil porque tenía más ayuda que ahora que estamos encerradas enton-

ces ha sido más difícil compatibilizar la pega con la amalia y el trabajo. Ahora es 100% difícil porque todas las pegas que busco son con un horario y ahora que la amalia no está yendo al jardín no puedo. porque todo requiere de un horario a no ser que sea una pega que me ofrezcan un horario bueno o muy buena plata pero la mayoría es muy exigente para poder en paralelo dedicarme con la amalia y el jardín. y ojalá encontrar un pega muy bien pagada para poder encontrar a alguien que cuide a la Ani pero eso es poco probable porque pagarle a alguien igual es plata. pero con esto de no tener jardín se me complica demasiado porque no tengo como hacerlo y ni con quien dejarla. En comparación a noviembre del 2020 siento que manejo mejor más que el tiempo las expectativas que tengo de nuestra vida. El año pasado por ejemplo la amalia me exigía que jugara con ella pero yo estaba como ay! debería estar trabajando o debería estar estudiando o debería estar haciendo todo lo que hacíamos tengo que entrar a la reunión o juntarme con alguien y ahora dije filo, da lo mismo todo. Llegue a un nivel en que filo da lo mismo es lo que tengo en este minuto y la amalia tengo que estar con ella y no sé cuando bajamos a jugar tengo que hacer eso un poco resignada y soy organizada con la plata entonces me organizo con la pensión también no estamos como quisiera estar pero estamos bien porque eso yo siento que el año pasado estaba muy frustrada porque antes yo trabajaba de empaque y ganaba muy poco pero tenía mi vida y estaba bien podía comprarle a la ani sus cremas, sus remedios y estaba todo bien ahora no ahora ya no estoy así de frustrada filo. Está

tan la caga que yo ponerme a sufrir porque mis expectativas personales no son lo que yo pensaba no chao estoy más relajada en eso disfrutando con la Ani del día a día. No sé po a mi me daban crisis de pánico y me volvieron con todo esto y yo creo que es por todo lo que está pasando y ahora he decidido disfrutar mi día a día y la amalia es lo más lindo que tengo entonces pienso voy a jugar y si tengo que jugar y desplazar otras cosas bien. y estoy muy disfrutando el momento entonces siento que bajo la frustración que yo tenía.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Siento que mi carga mental es la misma pero la estoy llevando de otra manera el año pasado estaba abrumada porque no se podía salir, los contagios, la práctica, mis estudios, mi trabajo, la amalia quería ser bien evaluada, terminé mis ramos. me siento más despejada quería encontrar otra pega pero estoy llevándolo mejor quizás menos carga pero sigo. Igual estoy tomando unas pastillas naturales para dormir porque igual la vida no está fácil no te puedo decir no estoy guatita al sol pero yo estoy tomándomelo de otra manera. En lo concreto mi carga no ha cambiado mucho. Con respecto al orden de la ani creo que todas nos dividimos bien la pega en las tareas de la casa pero yo me llevo todo el desorden de la ani y sus cosas.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo mucha carga?

Sí, parecido al año pasado pero hoy lo llevo mejor.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una
¿Cómo se comunican y cuánta confianza hay en situaciones de emergencia?

Muy poca relación. Solo con una vecina que a veces cuido a su hija pero ella no ha cuidado a mi hija entonces tengo la confianza para dejarla pero creo que sería solo en una emergencia prefiero antes pedirle a mis familiares ayuda.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Los espacios en que nos movemos, es el living y la cocina que es abierta y chiquitita pero es donde estamos todas juntas. Sueño mucho con ese momento en que me vaya con la amalia a vivir solas. "una casita chiquitita igual si somos dos, en verdad siempre he soñado con una casa enorme pero no tiene sentido, me imagino una casa con un patio para poder plantar, no tan grande pero tener mis plantas, una pieza para mi, la amalia y una para invitar a gente, me encanta la idea de pensar que alguien se pueda quedar en mi casa o invitarlo. Algo piola igual. igual ahora yo estoy un poco en crisis en ese sentido, en ese sentido casa, tengo muchas ganas de tener una pieza para mi y una para la Amalia por ahora lo único que quiero es tener una casa para poder estar las dos separadas. Mi imaginación se condiciona mucho por mi condición económica, si gano 500.000 lucas puedo tener una piola pero sino no. Si o si me gustaría tener una cocina amplia, una cocina para poder tomar

desayuno y cocinar mejor que esta. Me imagino también teniendo dos baños uno para mi y mi hija y otro invitados, me gustaría que existiera un pasillo y al final del pasillo este la pieza con la porota para poder hacer mis carretes con mis amigos y no molestarla. Y que mi pieza esté al frente de la de ella y que sea amplia, para tener mi espacio para relajarme. Un baño para nosotras si o si. En mi pieza me gustaría que fuera mi cama, un escritorio, un sillón para estar tranquila.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Para mi personalmente esta año ha sido muy difícil por eso pienso que antes como madre yo tenía mis tiempos, organización y ahora estamos todo el rato en la casa, ve menos el papá la Amelia y eso me ha llevado a una crisis porque necesito mi espacio, me llevo bacán con mi amiga del departamento pero si seguimos el otro año yo necesito estudiar, necesito mi escritorio, mi espacio y además quiero que la ani tenga su espacio, pueda desordenarlo y pueda jugar donde quiera, eso es lo más principal. Es muy intenso, ocupar y compartir la pieza con la hija es terrible y en pandemia se agudiza porque antes yo podía ir a la plaza y evadir un poco este lugar pero ahora no puedo y es triste a mi igual me ha afectado un montón. El rollo también de la habitabilidad es muy importante en el lugar donde uno vive, quizás antes no era tan importante porque nos movíamos pero a veces pienso en un solo día, fui mamá, crearme investigadora de la tesis, practicante y yo de mujer quedé en cualquier parte entonces como estas murallas me tienen así en cualquier lado.

¿Qué ha sido para mí ser mujer en pandemia? siento que se ha visto a muchas mujeres pasar por sus propios procesos pero a mi ha coincidido con mis procesos personales de ser mujer como particulares en mi vida. Que no creo que tengan que ver con la pandemia que creo que tienen que ver con mi proceso de vida que han pasado cosas pero si es acotado a mujer en pandemia siento que lo vivo más siendo mamá porque es muy distinto una mujer que vive sola y tiene otro tipo de problemas. Que en el caso mío que tengo que compartir el cuidado con el papá, me preocupo ahora que salió esta nueva enfermedad de los niños del covid para mi ha significado preocupaciones igual. Pero si fuera el ser mujer yo sola en pandemia no tengo p. idea pero como tengo a mi hija se ha visto muy mi ser mujer en pandemia configurado con el ser madre porque tengo que estar constantemente con el papá de la amalia organizandonos con el covid y cuidarnos todos porque pienso mucho en ella un montón mi preocupación ahora con el encierro como paso en el anterior fue que la ani estaba con problemas para dormirse entonces ahora estaba como como lo hago para que esta vez no pase lo mismo. y también si yo estuviera en la misma etapa de la vida pero sin la ani yo podría trabajar cachai podría decir filo me meto a cualquier trabajo de trabajadora social haciendo turnos de noche ahora no porque la amalia no tiene jardín entonces yo tengo que estar con ella entonces siento que ser mujer madre en pandemia para mi ha significado estancarme un montón. Ponte la tesis se me atrasó era más difícil hacerla con la amalia aquí y la pega también porque necesito un jardín y no hay jardines

y también hay riesgos de enfermedad de la cual también tenemos que cuidarnos como que siento que se dice que la maternidad se dice que en muchos aspectos una se posterga y ahí como madre mujer puede hacer cosas para no postergarse pero la pandemia dificulta mucho eso porque no sé si yo quisiera encontrar un pololo que no tengo también se me hace tremendamente difícil que ocurra no tengo pa cuando si estoy encerrada no veo más que a las mismas personas entonces yo siento que igual significa postergarse como que la pandemia ha sido algo muy difícil pero además de postergarse algo positivo tener a la ani en pandemia es para mi una motivación me da miedo pero tengo que pensar en ella y harto aprendizaje. Pienso que tal vez a otras mujeres no les ha ocurrido pero a mi si por ejemplo yo fui super regalona con mi hija hasta ahora siempre como que he sido muy aprensiva entonces justo este año dije ya ahora que la cuiden sus abuelos entonces yo voy a poder no sé carretear preocuparme de la tesis y ganar más plata. no abandonar a la ani cachai pero confiar más en el resto y me he dedicado yo mucho a sus cuidado este año y significó un nopo no podi entonces se ha significado postergarme en todo ámbito como en lo amoroso en mis cosas cotidianas eso como que significa ser mamá pero también por ejemplo mis hermanas y mamá viven en otra comuna y no tengo auto y en cuarentena no puedo verlas tanto como yo quisiera y la libertad! yo creo que también es importante más aún siendo mamá. siento que en pandemia nos hemos visto un poco recludas pero también depende de hartas cosas.

Roxana Barrientos, 42 años - Santiago

Describe la rutina de un día

Comenzó el teletrabajo por lo que hubo que readaptarse a todo. 10 am para el desayuno de todos y luego me sigo conectando y de ahí empiezo a alternar mi tiempo porque me meto a clases online con el más chico que va en 2do básico y ahí tengo que dejar de lado un rato el trabajo y estar en clases con el. Entre medio estoy cocinando porque también todos tenemos el horario de las 1.30 para almorzar ese es el horario que tienen los niños y yo ahora en el colegio online así que todo es super rápido entre medio hacer algunas tareas con el más chico sobretodo.

La rutina sigue bastante parecida. Los niños siguen haciendo el colegio en la casa y de los 4 el más chico tengo que ayudarlo bastante con el tema del colegio. Entonces el día parte temprano por las clases escolares pero en conjunto con mi trabajo formal y por ende el tema de las clases hace que yo me atrase en mi trabajo o lo tengo que ir posponiendo y de ahí en la tarde lo tengo que retomar entonces ahí el horario en vez de salir a las 5-6 de la tarde se alarga hasta la noche dependiendo del día y dependiendo también de las clases escolares, si son más cortas o menos actividades dedico más al trabajo formal. Ahora, eso puede ir cambiando porque antes de la cuarentena los niños iban al colegio, fueron por 3 semanas pero el resto sigue prácticamente lo mismo. El día a día es ver el tema de las clases, a medio día el tema del almuerzo, también tengo que cumplir con

el horario de almuerzo que tengo yo y también con las clases que tienen mis hijos. Hay un horario, se logra pero está apretado. Trato a diferencia del año pasado lo ajusto para terminar el horario laboral y todo lo antes posible para no terminar tan tarde pero todo todo todo depende del colegio.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigas?

Me encanta la terraza porque en mi dormitorio que es mi espacio personal se supone ha sido invadido por mis hijos entran salen y además tengo el escritorio, aquí me instalé como a trabajar. Entonces mi espacio de descanso me voy a la terraza y hay un sillón en donde llega el sol y me encanta ponerme ahí a tomar sol y ahí hago un break y me pongo ahí. Y el dormitorio es para descansar en la noche pero en el día cuando quiero estar más tranquila si la terraza porque me desconecto del computador que lo tengo en la pieza. Además los cursos y talleres (dos o 3 talleres) vía zoom y todo eso duran 1 hora y media y eso me despeja es como mi hobbie más que hacer deporte no hago nada porque no me queda tiempo ahí en la agenda no hay donde meterlo pero eso es como que me apasiona y me desconecto de la rutina de la casa entonces ha sido muy bueno para mi el tema de la pandemia para participar de estos cursos o talleres online porque me cuesta más con los niños de ir a algún lugar entonces eso ha sido bueno.

La terraza sigue siendo mi espacio personal o mi pieza porque lo demás está todo ocupado por cada integrante. Y mi marido trabaja y eso que no está con teletrabajo pero tengo un espacio para estar yo sola, más tranquila que es mi pieza donde trabajo y la terraza la ocupo para tener descansos pero últimamente la ha tomado mi hija mayor así que usualmente ese espacio se lo cedí un rato pero mantengo mi espacio de noviembre.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

Living comedor, la cocina y la terraza

Si, siguen siendo los mismos pero ahora ocupamos más la terraza, bastante sobre todo los días que están como bonitos para almorzar esos son los lugares en donde nos encontramos más los dormitorios son más de estudio y de trabajo y hacen su vida escolar o laboral. Personalmente, paso más tiempo en mi dormitorio que es mi lugar de trabajo también.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

No, está todo igual. Lo único que antes yo tenía una mesa en la cocina plegable entonces ahí tomaban desayuno los niños porque yo en realidad nunca tomo desayuno tan temprano antes de ir al colegio o almorzar entonces no ocupábamos el comedor excepto cuando era el fin de semana la terraza menos pero ahora esa mesa como los niños también ocupan terraza la dejamos estable-

cida en la terraza entonces la cocina no la ocupamos tanto.

No, está todo igual. Así como estamos es lo más práctico y cómodo.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Sí, claro porque me ocupan más tiempo en las labores del hogar y cosas que antes yo no hacía que era estar en clases con los niños, igual no creo ser la única si todas las mamás que tienen niños chicos están igual con los niños en la casa cambió absolutamente, un cambio total. (no va la persona que le ayudaba a limpiar) Aplique harto esto de tecnología, aspiradora robot, tenía lavavajillas y ahora hace poco me compré una cocina más tecnológica te ayuda a programar almuerzos y te ayuda bastante en tiempo. Entonces para poder mejorar mi tiempo pero sii es más pesado, es más cansador.

Han cambiado porque en febrero estaban los niños de vacaciones por lo tanto yo era más productiva en la mañana. Terminaba a la hora y podíamos salir a caminar o dar un paseo un a vuelta y trataba de ocupar ese tiempo para desocuparme más temprano para salir como a las 7, 6.30 y ya después volvíamos a cenar. Y siempre igual busco cuando termino de trabajar tengo días en que me dedico a actividades, hobbies o temas más personales que me gusta trabajar como la meditación, terapias energéticas o cursos que no tienen relación al trabajo formal. Los días lunes, miércoles y viernes y el finde semana a veces tengo horarios que dedico.

Semanalmente dedico 9 horas diarias que las cumpro pero son como parceladas porque me levanto a ver a mis hijos, el almuerzo, etc. A labores domésticas dedico en general 3-4 horas al día. Me gustaría hacer más actividad física y ocupo el horario del deporte para salir a caminar y lo ocupo en el fin de semana porque en la semana me cuesta más por el desayuno, las clases, la pega y me gustaría agregar uno o dos días más.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Como estoy más en mi dormitorio lo que cambié fue el cobertor la bajada de la cama, darle más vida o que sea más agradable de estar todo el día. Ahora estoy más todo el día. los cambios han sido más en el dormitorio, la cocina y la terraza.

No, está todo igual. Así como estamos es lo más práctico y cómodo.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Lo típico de los cumpleaños, trabajo casi todos los días y estos talleres. Trabajo, familia y amigas también. Sigo usando aquí o a veces ocupo el dormitorio de mi hijo más chico pero depende de cómo puedo ir variando pero en general siempre estoy en mi lugar de trabajo/dormitorio porque tengo todo más a mano.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Por ejemplo esta reunión es la tercera que tengo en el día y he estado todo el día acá y a veces me voy también a la terraza es relativo pero cuando tengo mucho trabajo para no andar moviendome demasiado me quedo aquí en el escritorio. Me preocupo de que esté ordenado. Y durante las reuniones me interrumpen siii me interrumpen de todas maneras yo ahora les dije "voy a estar en una entrevista super importante" así es que por favor no me interrumpen. A veces llegan "mamá no sé qué" y como en mi trabajo hay muchas colegas como yo que tienen niños y otros que son más chiquititos todavía estamos acostumbrados a que o se pasean por atrás y miran si estoy atrás.

Me preocupo y yo además de trabajar me preocupa que esté ordenado, limpio. Y también les aviso a mis hijos que voy a tener una reunión mis hijos están más grandes pero el más chico tiene 8 entiendo y todo que no me pueden interrumpir. Igual en mi trabajo todos tienen guaguas chicas y todas tienen hijos y hijos más chicos que los míos 2 años entonces en ese sentido nosotros no tenemos ningún problema y la jefa también es mujer y también está en modo crianza entonces es súper natural y mientras estamos en reunión la guagua llora o el otro se está peleando pero bien en ese sentido.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado?

¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

No, y la quiero hacer. Como establecida así como que casi les quiero hacer un excel así lunes martes... no lo he hecho porque los niños han tenido muchas clases han sido en el colegio en el que están ellos siguen la rutina.

No, hay unos días en el mes que es a fines de mes que tengo que estar super conectada y no me puedo parar tranquilamente porque es una especie de turno entonces ahí se complicami jornada laboral entonces dejo todo listo como en el desayuno en el caso del más chico. El resto del mes es más flexible. Siento no me estreso como el año pasado porque trataba de hacer como que todo funcionara ok como si no estuviéramos en el modo de teletrabajo pero ya este año si no alcanzaste a no se si no está aspirada la alfombra del living que al principio era como todo tiene que estar ordenado y ahora solte varias cosas. Cosas que no son realmente importantes y pueden esperar. Con respecto a las labores cada una se hace cargo de su pieza pero antes yo así aspirando casi todos los días y hoy les dio por hacer aseo pero si la cama no está hecha la hacen despues y en realidad yo hago vista gorda ya no me meto y lo hacen a sus tiempos también porque igual están full conectados con clases entonces estamos todos conectado y cada uno toma su pieza y las labores como poner la mesa y todo el que este desocupado ayuda y despues levantar los paltos y así. La tarea más complicada , el almuer-

zo te demoras más en cocinar eso te quita mas tiempo. El resto se mantiene en realidad el fin de semana el resto, todos ahí igual es más mantener pero el almuerzo te quita más tiempo. Pero también hay que organizarse, cocinar algo rapido o para dos días ero es algo que tienes que pensar qué hago hoy o para la semana.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

La tarea más complicada y en la que me veo en crisis es tener el almuerzo a la hora como que si no adelante nada el día anterior es como que tengo ese... por eso invertí en esa olla más tecnológica. Por eso el fin de semana trato de dejar cosas que yo se que en la semana me van a arreglar el almuerzo como lavar las verduras o cosas que yo llegue saque y prepare porque eso tienen un horario, lo demás puede esperar o sea que si la aspiradora paso o no puede esperar pero el almuerzo es lo más complicado.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

La carga que yo más siento más que los temas domésticos es la carga escolar porque el colegio si bien ellos pasan todas sus clases en el caso de mis hijos más grandes los niños chicos son de básica ellos no pueden solo y son muy poquitos los niños que se manejan solos, es imposible el papá o la mamá tienen que estar acompañando a los niños entonces tu pasas a ser la "profe" en la casa porque la profe da las indicaciones pero tu tienes

que estar a lado para que el niño funcione entonces eso es lo más complejo porque es una labor que no es tuya, osea ahora es nuestra pero en lo normal uno deja al niño en el colegio y después haremos tareas para la casa pero no enseñarle lo que es todo en la casa y eso es lo más estresante y de las amigas que yo tengo que están en la misma es lo que más estresa. Las labores del hogar yo creo que todas las mujeres nos hemos ido relajando un poquito en eso en el tema de organizar, cocinar para dos días siento que la labor doméstica a bajado un poco pero en el item escolar las que tenemos hijos más chicos como de esa edad es más complejo para mi gusto es lo que más me estresa o me complica. Se que en algún momento eso no va a estar no se que va a ser este año en realidad pero eso es lo más complejo y motivar al niño. Creo que lo que me ayudaría a reducir esta carga es que vuelvan al colegio si fuera un tiempo normal. Yo definitivamente me voy a quedar en teletrabajo aunque pase la pandemia entonces pero tengo que pensar que después los niños van a ir al colegio y van hacer su rutina entonces voy a tener mi horario y estar tranquila y estar atenta a otras cosas entonces siento que ahí va a ser distinto de todas maneras, creo.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuánta confianza hay en situaciones de emergencia?

Muy poca creo que no los dejaría, prefiero dejarlos con algún familiar porque no sabría a quién pedirle del edificio.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

A mi casa soñada no le cambiaría mucho pero lo que me gustaría sería tener una sala de estar, como para ver tele que no sea necesariamente el living que no fuera dormitorio pero que fuera como un lugar que puedas salir del dormitorio y que no tengas que estar en el living si es que hay personas. Tendría un televisor un sofa, y todo bien adornado bien zen, las lamparas con luz suave, una cascada de agua pequeña una zona de descanso. Tengo muchas ganas de hacer ejercicio pero algo suave. He estado siento mucho tiempo sentada de que a pesar de que me levanto a cada rato de allá pa acá es adentro de la casa entonces es un ejercicio y no me queda tiempo para salir a caminar ponte tu en la semana, me desocupo tarde entonces me da lata salir sola de noche a caminar entonces eso me gustaría hacer darme el tiempo para salir una o dos veces a la semana a caminar, yoga poner youtube unos 45 minutos y no me doy el espacio me pongo hacer otras cosa de la casa entonces de repente ando media contracturada entonces el cuerpo me pide eso.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Uy! yo digo que realmente las que más se han sobre cargado son las mujeres, las mujeres cuidadoras porque en el fondo de un rato pa otro te dijeron ya andate para la casa, toma aquí está el trabajo hay que cumplir igual y fuiste ya la asesora del ho-

gar y además profe, te pusieron 3 funciones de una entonces como que todo a la vez. porque antes también ayudabas en clases pero estaba el profe y también había que hacer las cosas de la casa pero ahi tenia una persona que venía de lunes a viernes y fin de semana yo pero ahora es todos lo días y tu trabajo que estás acostumbrado a hacerlo en una oficina ahora no, te interrumpen a cada rato osea si, es harto estrés. osea si pasaste esta pandemia estás al otro lado, de verdad que si. Es lo que pasa y no me pasa a mi nomas sino a todas las mujeres que están en la misma posición que somos varias, por lo menos todas las apoderadas del curso de mi hijo estamos todas iguales pero bueno mis colegas igual pero bueno ya llevamos un año y yo creo que todos nos hemos ido acomodando un poco más a la situación que no es normal tampoco. pero se ha requerido mucha fuerza para las mujeres de ese rango etario es super estresante, conozco varios casos que están bien complicadas la verdad. Entonces yo agradezco igual tener hijos un poco más grandes no tan guaguas porque por último les digo oye no sabes que hagan esto ustedes y me pongo las pilas y puedo trabajar pero con una guagua chica es super complicado. Son cosas que me he tenido que ir amoldando cediendo espacios así. He sabido que si bien mi equipo de trabajo más directo no ocurre lo mismo en temas de flexibilidad con otros equipos yo he sabido que la verdad han habido bastantes temas como complicadas en otras áreas pero no trabajo ahi entonces no me afecta pero a nivel de sindicato de empresa han habido mujeres que han puesto que se han visto afectadas por su jefe directo ponte tu no sé

po hombres más mayor que no tienen hijos chicos entonces no entienden. En cambio en mi área mi jefa directa y el subgerente están todos igual que nosotros todos con hijos chicos escolares entonces super comprensivos pero he sabido que hay problema con eso.

Andrea Valenzuela, 29 años - Santiago

Describe la rutina de un día

En este momento mi hijo está con clases online y yo soy la que más me dedico a él porque mi trabajo en sí no me demanda mucho tiempo porque no estoy full time entonces estoy como compatibilizando los tiempos por ambos lados.

Ahora como mencioné pasó un tema importante en nuestro núcleo familiar por lo que se atribuyó más la responsabilidad a mi. Tuvimos un poco de ayuda como a final de mes de marzo venía alguien a hacernos el aseo y ayudarnos con la casa pero por el contexto de pandemia no pudo seguir viniendo sin embargo por el accidente yo empecé a tomar más responsabilidad del hogar. por ejemplo el fin de semanas es ordenar y en la semana limpio lo que es más chico. En cuanto a la comida y cocina y las clases con mi hijo ya he estado compartiéndolo más con mi pareja porque es algo más fácil para poder estar al lado pero todo lo demás de la casa he tenido mucha más responsabilidad y he estado con trabajo y se me ha hecho más difícil la jornada. Empiezo como a las 7 me levanto a esa

hora saco a mi perrita y la saco un rato en la franja horaria deportiva y después empiezo a ordenar la casa y mi jornada laboral empieza a las 9:15 y a las 12:30 veo el tema del almuerzo y tomo el trabajo a las 1.30-2 hasta las 7 de la tarde y de ahí es muy básico lo hago barro un poco pero de ahí es muy básico porque es muy extensa la jornada así hasta el jueves y el viernes salgo de tener esas responsabilidades y no me dedico tanto a la casa pero el fin de semana hago limpieza profunda y así es la jornada que ido viviendo hasta el día de hoy.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

La mayor parte del día la paso en el living de mi casa y en la oficina que es este espacio que comparto con mi marido pero así personal mío propio la verdad es que varía mucho porque de repente puedo estar en mi pieza sola o en el living sola y tampoco mi departamento es tan grande como para decir ese espacio es mío pero mi pieza dormimos con mi marido y mi hijo tiene su propia pieza. Mi lugar de más descanso es mi pieza y trato entrar a mi pieza en la jornada laboral y eso para mí es muy importante separar esos espacios de descanso y de estar activo. El espacio personal no sabría decirte bien depende de que no esté nadie ahí.

Ahora lo invertimos mi marido pasa más tiempo en la pieza después del accidente entonces yo ahora

me voy al living y me recuesto en el sillón y estoy ahí acostada o escuchando música haciendo cosas propias pero ha cambiado la pieza ahora el living es más personal. Ahora en estos momentos estoy en la oficina que preparamos cuando empezó la pandemia ahora soy yo la que pasa más tiempo acá y aquí me dedico a trabajar y me dedico a ese espacio y no he salido a otro a trabajar.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

Ambos, dormitorio y living, cocina. Porque de repente queremos ver una película con mi hijo y la hacemos desde la pieza y el living al final son pocos los momentos que podemos estar solos pero aún así se respetan mucho esos espacios tratamos de separar los espacios.

Los espacios compartidos como el living aunque lo considere como un espacio personal ya no lo veo como un espacio físico personal sino como un momento personal en el día entonces va a depender de si estoy ahí como este espacio es personal.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Ahora sí, hemos estado comprando cosas nuevas para mejorar la casa a eso nos dedicamos al espacio desde que empezó la pandemia, le hemos cambiado la distribución, le hemos comprado algunas cosas. Ahora no hemos cambiado ninguna distribución hemos tenido planes de hacerlo pero ahora producto del accidente y varios factores no

nos hemos dedicado a un cambio así. Tampoco hemos comprado electrodomésticos ni muebles nada.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Efectivamente los tiempos han cambiado bastante, mi marido y yo empezamos a trabajar desde la casa, organizar los tiempos es complicado. A pesar de que el trabajar en la casa yo ya lo tenía implementado ahora yo si me canso más en cuanto a después del trabajo, pese a que mi jornada igual es corta es intensa a parte que estoy lidiando con las cosas de mi hijo y que mi marido también trabajé acá hay que también aprender a compartir esos espacios.

Producto del accidente que mencioné anteriormente si mis tiempos se han visto acotados o sea los días se me pasan volando como que el tiempo de descanso que tengo es muy corto entonces como tengo que estar pendiente de repente de tantas cosas que no me permite liberarme un espacio para mí sola. Sinceramente se me ha hecho super complejo pero de a poquito ahí dándole y recuperándome.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

En la pandemia fue ver los detalles pero desde antes queríamos hacer eso.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Reuniones familiares, de trabajo, con amigos, charlas y talleres.

Las reuniones y cosas ahora las hago en la oficina específicamente.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Depende de la importancia de la reunión donde la hago si la puedo tener en el living o acá en el escritorio pero las familiares son más relajadas. (su hijo entró en medio de la entrevista y le pidió algo)

Ahora estoy todo el tiempo en la oficina así que no pienso mucho donde tenerla más que aquí.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Si, la división de tareas se dio de forma natural aunque acordamos que mi marido haría el almuerzo y yo veo el orden. Por causa del accidente no ha sido mucha ayuda, no he podido sentir mucha ayuda porque obviamente se entiende porque no puede estar mucho rato parado pero intentamos compatibilizar en lo que se pueda pero aun así se

ha hecho más difícil porque he tenido que estar más pendiente de lo que ocurre de prácticamente de todo. Mi marido puede quedarse con las clases de mi hijo mientras está trabajando por ese lado bien que es la tarea que me ayuda pero cosas físicas aún no se ha podido mucho y se va de a poquito el resto lo hago yo.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Lo más complicado es cuando yo y mi marido tenemos cosas que hacer y mi hijo necesita algo. Ahí nos dividimos y vemos quién tiene que hacer algo muy urgente. De labores le he dedicado mucho el tiempo por toda la carga que tenía que hacer antes no sabría bien en horas. Pero parto en las mañanas y almuerzo ordenar durante el día de la semana y a las 7:30 de nuevo lo doméstico. Como que siempre hay algo que hacer si hay mucho desorden algunos días ordeno y dedico más tiempo pero de repente hay días que sinceramente no me da 9:30-10 corto todo lo que tiene que ver con la casa. Siento que al día le faltan horas me encantaría hacer más cosas hablando desde algo mucho más personal, a mí me encanta mi carrera, es algo que es siempre en constante aprendizaje y es algo que me gustaría enfocarme más a eso pero con tanto el trabajo con tantas esas cosas me ha costado concentrarme en eso y cuando me desconecto no quiero saber más pero de repente igual pienso pucha me gustaría poder dedicarle más el tiempo a estudiar o aprender algo nuevo esas cosas. Ha sido difícil, super complejo poder equilibrar los tiempos.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

Ahora creo que cuesta organizarse, porque no se puede pasar durante el día y a veces como que me necesitan todos y trato de cumplir con lo que necesitan todos. Creo que lo que principalmente para el trabajo creo que es importante dar en cuenta yo se que no soy la unica que le ha pasado pero dar en cuenta como el contexto de la pandemia es complejo osea quienes tienen hijos es súper complejo porque hay que pegar ojo a todas partes y mi hijo por la edad que tiene no es alguien que pueda dejarlo solo y tomar las clases solo osea tiene que tener a alguien al lado que pueda ayudarlo y alguien que pueda ayudar pero por el tema de las fases es super difícil conseguir ayuda y claramente tuvimos esto del accidente y me llegó mucha más responsabilidad y obviamente para mi espero haya una recuperación pronta de esto porque para mi es super importante el apoyo de esto como poder sentir el apoyo, la empatía en cuanto los distintos ámbitos para poder mejorar esta situación que es una situación que ha muchas les está pasando

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuánta confianza hay en situaciones de emergencia?

Nos comunicamos por whatsapp pero conozco a super pocos creo que en una emergencia los dejaría con mi hermana o mi mamá que viven cerca.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios

compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Me gustan las terrazas grandes, cocinar como nos gustan salir y estar al aire libre. La terraza nos gustaría de balcón pero tener hartas plantas o como patio verde. Le cambié a mi casa ideal la distribución y más que nada la terraza/el balcón y la cocina es lo que más me gusta (este dpto es uno de mis papás en la playa) que tiene una distribución y tiene una puerta para separar las piezas de otros espacios cuando uno hace cosas los niños se acuestan y uno está más libre.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Para mi ser mujer en pandemia personalmente como te decía ha sido complejo super complejo es super importante como esa empatía si ambos papás trabajan con un niño obviamente se necesita flexibilidad porque obviamente uno tampoco quiere exponer a las personas a que vengan porque es tema también la exposición de metro, micro o como sea y esa falta de la flexibilidad es importante para la situación que vivimos porque en el fondo todos lo estamos viviendo la situación que es super compleja y el colegio ha tratado de disminuir las cargas de las clases pero aun así pasan esas reuniones que topan con el horario de las clases entonces eso igual acompleja la situación. Y eso más que nada igual claramente uno quiere dedicarle más tiempo a la familia pero es difícil realizar eso si no hay un compromiso por la otra parte (trabajo) es eso como la flexibilidad de la empresa y eso.

Cecilia Quezada, 48 años - Viña del mar

Describe la rutina de un día

Siempre trato después de que hago clases dedicarle espacio de hacer algo con mi hijo, estar con él, entretenerlo. Pero muy dedicada en este contexto de pandemia a él.

“Cómo en cada una de las casas en cada una de las vidas de las personas la emoción ha cambiado no es la misma emoción de cuando para empezamos la pandemia y esa emoción una es una emoción en el caso mío es mucho más de incertidumbre Ya estoy como con esa mayor incertidumbre me provoca mayor ansiedad por lo tanto las relaciones tengo que poner mucho de mi parte y no solamente yo sino en todos los miembros de la casa ha cambiado esa emocionalidad a pesar de que tenemos la suerte de llevarnos bastante bien y tenemos recursos y herramientas como para poder conversar y comunicar de mejor manera este tiempo ha traído una emocionalidad de casa distinta.

Y han cambiado también sobre las expectativas. por ejemplo en los colegios por una cosa del colegio y necesidad de las autoridades es “entre más cosas le hago al niño es por que el colegio está respondiendo más” y eso ha significado también un poner alerta a los que estamos a cargo de estos niños de tener que además estar mucho más tiempo nos requiere más tiempo frente al computador el niño sino además tareas que son pre y post clase y que si bien lo entiendo porque manejo

un poco el cuento de la docencia si se hace más difícil porque es más tiempo el que está más personas y en los computadores y hay que compartir, hemos tenido que hacer otros espacios que el año pasado como que podíamos compartir entre la mañana entre tal hora y tal hora tu y hoy en día se nos ve estas políticas que han salido ahora que pueden ser buenas en muchos casos pero han traído una complejidad eso es lo que yo siento lo que yo veo y sumale a eso que la emocionalidad personal y de casa, de ciudad y de país mundial también ha hecho que esta incertidumbre en algunos momentos y ansiedad tengas que ir surfeando estas emociones.

Me levanto temprano a las 6.30 am ahí alcanzo a dejar todo listo para las clases de mi hijo y tener todo el material y acompañarlo algunos minutos mientras está en sus clases, mientras él está en su clase estoy preparando material para mi clases que tengo que dar, los días que doy clases yo toda la mañana me dedico a eso a dar clases y el rafa tiene que estar solo con una de sus hermanas que es la más atenta si tiene algún problema de señal que se caiga el internet o la batería del computador. En las tardes pido los permisos si estoy en cuarentena para ir al supermercado y hacer todo lo de casa, temprano en la mañana a veces también hago cosas de la casa como hacer la cama, aseo, en la cocina y todo eso. Pero casi todo lo de la casa es después del horario de las 13 y en este momento no tengo a mi suegro en la casa que fue lo que me paso todo el año pasado y en ese sentido siento un poco más liberada pero si siento

que hay una recarga en la cantidad de clases que tiene mi hijo y también mi otra hija que está en el colegio que a pesar que son super independientes porque ya ni contar con la de la universidad pero yo veo que hay una mayor recarga y eso se ve por ejemplo que en la conectividad, es terrible porque se cae el internet y eso en realidad es difícil y también como está más mi hijo pequeño que es el que comparte más los espacios conmigo está más expuesto a la cosa online me quita más tiempo a mi de tener espacio pa' poder hacer mis cosas entonces he tenido que recurrir a otros lugares donde pueda llegar internet pero no ocuparle el espacio de la pieza que lo hacía antes. Los días que hago clases al principio de la pandemia cuando estaba en semipresencial me ponía en su pieza pero ahora he tenido que irme para otro lado y encontrar el espacio para poder hacerla. Me he ido de hecho al departamento de mi mamá que está al frente de mi casa y que ella no está, porque sino chocamos y escuchamos. todos escuchamos al otro y ahí se entorpece o es él o soy yo eso es un gran problema el de escucharse.

en general no preparo el almuerzo porque tengo una persona que me ayuda con varias de las cosas domésticas porque por cuarentena está atrapada con nosotros y eso es lo que me tiene más tranquila y no subida en las paredes o en el techo porque esa ayuda es primordial sino tuviera eso me muero a pesar de que en las tardes yo me preocupo de tener las cosas para comer pero es en la pura noche y es algo que en el fondo o tengo que calentar o tengo que servir pero no es necesaria-

mente hacerlo entonces eso me ayuda a mil lo que yo siento más es los ruidos de poder tener silencios además estoy estudiando yo en la noche entonces hay dos días que yo desde las 7 hasta las 2 y tanto de la noche yo me tengo que desaparecer y trato de que estén en silencio y yo poder estudiar eso ocurre los lunes, martes, los jueves y los sábados que también tengo el magister. Me acuesto como a las 10.30 generalmente sino estudio y me quedo dormida como a las 12.50 si es que. "

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

El espacio personal con dificultad mi pieza. La pieza de mi hijo también. La estoy inaugurando ahora y me siento cómoda en este espacio y personal entre comillas porque igual abren, sacan cosas y todo pero es más personal que la pieza abierta de los juegos que estoy con audífonos, que pasa gente, la aspiradora, me preguntan cosas, esas cosas. El computador eso si es itinerante puede estar aquí donde estoy ahora, el comedor, la cocina, mi pieza, la pieza abierta mis cosas para trabajar están en una bolsa y esa bolsa la llevo a la cocina, al living, con el computador no tengo un espacio donde poner mis cosas. Quizás la pieza en la que estoy ahora podría tener mis cosas en un espacio chiquitito.

"Hoy día encontrar un momento para distenderme o hacer algo no lo tengo, hoy día es como todo en

función de los demás y de sacar lo mío entonces siempre como en contra del tiempo siempre por mucho que me organice siento que no tengo el espacio, solamente el día domingo en mi cama viendo alguna serie es como el día que me lo dejo un rato pa mi porque ahí está mi marido también y dejo que el haga su parte por lo menos con mi hijo. Sobre mis espacios personales no tengo muchos pero a veces la pieza de mi hijo y también en una pieza que es más abierta y el departamento de mi mamá que ahí llego como a las 7:30 am y ese puedo decir que es mi espacio porque estoy sola y de ahí más o menos hasta las 12.30 pm. Me da mucha más tranquilidad ir donde mi mamá eso es lo que me ayuda de hecho yo iría todos los días pero no puedo no se puede hay algo acá.”

¿Cuáles son los espacios compartidos?

En mi dormitorio también se crea un espacio para que vean tele jueguen y porque también otros van a hacer gimnasia allá en una bicicleta estática que tengo.

Todo en realidad excepto mi espacio donde mi mamá sigue siendo compartido. Hubo un momento en que no estuvimos en cuarentena que era la fase 2, que la cuarentena era el fin de semana. En febrero de este año no ha cambiado nada en mi casa pero claro se agregó un espacio. Establecer el departamento de mi mamá como un segundo espacio, eso es lo mejor. Ahora tengo ganas de arreglar el patio, siempre ha estado el cambio no más pero de mi marido de hacer su terraza y a mi me gustaría modificar la cocina o por ejemplo las

cortinas del living esas cosas, como más funcionales.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Me estoy dando cuenta de que a pesar de que los espacios son grandes en la casa somos demasiado democráticos y demasiado abiertos entonces todos estamos en todos lados excepto las piezas de mis hijas esos creo yo que son los espacios personales reales. La primera parte de la pandemia el comedor era loco porque era desde las 8 am dos oficinas reales con los dos computadores y todo y de ahí a las 1.30 pm se sacaba todo al living después se sacaba todo al living y eso se transformaba en comedor real para almorzar y almorzábamos ahí 6 personas todos los días y luego se terminaba eso a las 3 de la tarde se convertía en oficina hasta el día siguiente y eso fue por muchos meses por lo menos de marzo a octubre principios de noviembre. Todos los espacios comunes que pasaban a ser clases/oficina.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Sí, absolutamente dedicados a ser profe tanto en mi casa con mi hijo con la pega que yo tengo en la universidad entonces ha sido mucha más pega y dedicación mucho más que tener que poner ganas, energías y paciencia para hacer de esto más llevadero. eso me generaba mucho estrés tratando de separar este rol de mamá con el rol de pro-

fesora que tenía que ser para él y uno no lo puede separar y le estai enseñando y eso era lo que más me perturbó de no caer en ser una mala profe para el pero tampoco una mala mamá creo que eso fue lo que más me estresó porque al final yo respondo bien en las clases con mis alumnos porque no soy mamá de ellos y respondo bien y todo es más bien con el hijo.

“Logro tener los tiempos ordenados pero aumentaron, tengo que hacer más cosas por este hecho de que me puse a estudiar entonces necesito más tiempo para hacer las clases y cuidar. Entonces si bien lo tengo organizado y tengo así como el horario del rafa mi horario me quita más tiempo, hay periodos de tiempo que están jodidos porque tengo clases.

Es tanto lo que me gusta lo que estoy haciendo que pa mi es un agrado osea es tiempo es cansador pero me encanta entonces siento que no estoy perdiendo sino que estoy puro ganando.

Dentro de la rutina dedico al trabajo remunerado unas 16 horas semanales aprox.

Labores de cuidado diarias a mi hijo como unas 20 horas semanales aprox y a eso luego se le suma lo del magister y cosas de la casa. En marzo empecé el magíster y mis tiempos claro cambiaron pero como te decía están ajustados.”

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Ahora hicimos más cambios. Armé una mini sala en un espacio que antes no había o era para otra cosa y ahora tengo este mini espacio de oficina para mi.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Familia, amigos, trabajo. Pero ha sido un poco incomodo en los talleres igual me interrumpen, pasa gente, pasa mi hijo mi suegro, silencio y todo igual me preguntan cosas y eso te saca un poco de en lo que estás. Pero a pesar de que yo les aviso me preparo mucho y tengo un papel y les pongo que estoy en clases y les muestro pero siempre hay algo el timbre, el teléfono, el timbre, la cadena del baño, donde están las cosas.

“He tenido reuniones en la pieza de mi hijo, la pieza de juego y el departamento de mi mamá pero en mi casa trato de buscar los lugares con mejor internet en verdad que es donde llega. Las he tenido en mi computador, mi tablet o mi celular dependiendo de donde este conectada pero en general desde mi computador y el rafa siempre desde el tablet y yo a veces desde el celular cuando no he tenido conexión a internet.

Mis clases que yo doy las planifico donde mi mamá hoy día, antes no hacia eso lo hacia en la pieza de mi hijo pero hoy donde mi mamá si o si las que me dictan a mi por el horario las puedo hacer donde el rafa a excepción que las chiquillas mis hijas que tengan mala señal tengan que usar acá porque

tienen hora a la psicóloga y tiene que estar en un lugar cerrado entonces ahí me cambio de espacio y me voy a la sala de juegos. ”

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Sí, de que esté ordenado más que nada para que mis alumnos no se distraigan.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Sí, pero se da de forma natural a veces lo conversamos. Yo creo que a diferencia del año pasado no ha sido tan complicado organizarlo pero si llevarlo como vivirlo yo creo que eso es lo que siento como que de alguna u otra manera aprendí a organizarlo. Aprender que tengo que dejarle el tablet y dejarle el cargador por si acaso pero siento que hay más cosas siento que es más pesado de alguna u otra manera. Ahora no creo que hay alguien que me pueda ayudar pero creo que uno no es solamente una cosa somos varias cosas en uno creo que el estado anímico el poder dormir bien pa mi eso es fundamental el hecho de que el año pasado que yo no he tenido un descansar bueno hace que todo se haga un poco más pesao entonces claro ahí podría hacer mindfulness o alguna cosa que me ayude pero que también va super de la mano con el país en que vivimos porque en nuestra idiosincrasia y

hay cosas que depende de uno de los anteojos que uno se ponga y yo trato de ponerme los anteojos de la esperanza que en el fondo uno va a salir adelante que esto no va a ser eterno y ser positiva eso es lo que me permite llevarlo de mejor manera y traspasar eso a los que viven conmigo pero asi cuando tu me preguntas qué cosa podría hacer es difícil porque hay muchas cosas que no dependen de mí sino que depende de las políticas públicas a nivel ministerial de lo que es el colegio, como lo llevan cada colegio es un mundo distinto también no es lo mismo el colegio o curso en donde está mi hijo que los de cuarto medio y hay un montón de cosas que surgen que no necesariamente dependen de mí pero lo que si lo hace yo siento que pongo lo mejor, trato de poner el mejor empeño y aprender de las cosas sobre todo por ejemplo en esto de que se cae el internet es un tema super grande. porque antes me desesperaba así y ahora logré volver también siento que hay más empatía de las personas y eso da como confianza pero es difícil no es una cosa como muy fácil.

En el caso mío me siento muy bendecida de tener la ayuda de mi hija mayor de que ella a pesar de que esta en la u y en clases ella los días que yo no estoy físicamente ella es la que esta super pendiente de que el rafa esté bien que no le falte nada pero esa angustia que puede tener un niño ella lo baja. entonces he tenido que pedirle a otras integrantes de la familia que ayuden en ese momento.

El año pasado habían podido dividir y conversar las labores de la casa, acá en general está bien defi-

nido e igual nosotros tenemos la suerte de tener a alguien que nos ayuda con la casa y ella nos ayuda en toda la parte logística de almuerzo y de esas cosas pero cada una hace su pieza y en ese sentido todos colaboramos. Lo que más es con la ayuda de las clases de mi hijo cuando yo no estoy. Y como no se puede salir tratamos de que una persona vaya al supermercado y esas cosas pero si ayudan cuando llegan las cosas acá y a preparar cosas pero así tareas domésticas no sé si tanto pero si siempre están disponibles. "

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

La tarea más complicada, cuando estuve sola sin la victoria que me ayuda lo más complicado es hacer las tareas con tu hijo, cocinar y alimentar a toda tu gente porque esas combinaciones para dejarlo preparado en la noche y estar siempre pensando en cómo ayudarte tu a que el tiempo te alcance porque uno igual quiere estar en un ambiente limpio y sano de que no haya polvo de que esté ordenado, el lavado son muchas las cosas. Yo creo que las tareas domésticas que más me complican es la cocina y el aseo pero que uno lo hace nomás pero la cocina de pensar qué comer, preparar es un desgaste. 12.30 momento crítico.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

"Sí, yo creo que si de todas maneras a pesar de que es algo que uno entre comillas no es nuevo porque ya lo vivimos el año pasado pero hay un cansancio

como de todos, de casa, de ciudad, de país y eso si se traspasa y uno está más cansada por lo menos yo porque en el fondo trabajo mucho para que eso no se traspase tanto a mi gente entonces es un trabajo como super personal como de ver la cosa positiva, darle la vuelta lo que uno ve, de ponerle el lenguaje adecuado para tener una realidad distinta estar en una lucha constante de lo que la televisión te está diciendo todos los días y uno ponerle el foco en lo positivo, yo creo que es la única manera de llevarlo a cabo estoy super agradecida también de tener los medios, salud de mil cosas. pero si hay un cansancio, hay un cansancio de estar dándole la vuelta y eso para mi esa conciencia emocional de lo que yo siento y en los otros es cansador. Y si tu me preguntas hay alguna ayuda yo creo que la ayuda sería que pusieran cosas más positivas en los medios de comunicación porque uno las puede buscar uno puede encontrar las cosas buenas que han pasado con todo esto pero de repente es necesario que te lo den masticado.

Igual lo importante es el equilibrio como es lógico que no se le puede dar la vuelta a todo porque sino uno no viviría la realidad porque hay momentos en que hay que ser realista pero con una mirada más positiva y tener los espacios para ser ser humano y tener pena, llorar, tener miedo. "

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuánta confianza hay en situaciones de emergencia?

Tenemos un grupo de whatsapp que es de varias casas y departamentos y otro que es de la cuadra

pero es más como para informarnos de temas de seguridad. No considero que tengo unos vecinos amigos ponte tú es más como solo de saludarnos y claro en una situación de emergencia no los dejaría con ellos.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

A pesar de que mi casa es grande es bonita y todo siento que te separa o te vas a las piezas no te invita a estar todos juntos en algo eso para mi con mi forma de ser me encantaría un espacio grande no con tanta muralla donde puedas conversar, frente a uno que podai compartir.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Ha significado desafiarme en todo lo tecnológico, desafiarme y encontrarle el lado positivo a esta cosa cuadrada que tengo aquí adelante (computador) el asombrarme como cabra chica de cómo una persona en santiago o en otro país puede conversar conmigo y me gusta asombrarme y no quiero dejar de asombrarme. Ha sido súper bonito también darme cuenta que tengo herramientas para sobrellevar una situación tan heavy como es una pandemia, tengo herramientas emocionales que me han ayudado y me he dado cuenta también la gente que está a mi lado tiene herramientas, me he dado cuenta que no le tengo miedo a quedarme sola con mi marido a futuro porque uno puede manejarlo no es tan terrible, es entretenido

también me he dado cuenta que hecho mucho de menos a mi familia, estoy mucho más sensible, me afectan más las cosas, todo me afecta más me ha significado ser mujer en pandemia restarme yo por los demás restarme en los espacios, en los momentos de ocio, que los quiero y quiero tenerlos y siento que no los puedo tener darme cuenta que antes podía tenerlo pero no los aprovechaba. Entonces creo que hay miles de cosas que me he dado cuenta lo que ha significado pero en el caso mio es mucha gratitud como de tener una pega, poder llegar a los estudiantes, son logros que uno igual puede tener. Mucho desafío personal del uso de las tecnologías y también desafíos personales con los hijos, parejas, la vida familiar mucho mucho desafío y sobreponerme a los miedos.

Andrea Catalán, 35 años - Valdivia

Describe la rutina de un día

Vivo con mi pareja y mi hijo. me levanto por lo general a las 6:45 o a las 7 am porque tengo que encender el fuego de mi casa, ordenar porque en las tardes ya no quiero entonces ordeno en la mañana, preparo el desayuno porque mi hijo tiene clases en la mañana y a las 8 comienzo a trabajar con tele trabajo de 8 a 5 de la tarde entonces igual es harto. Y entremedio hay que hacer el almuerzo. ayudarlo a mi hijo cuando de repente necesita ayuda para conectarse o cuando no entiende algo. Mi pareja trabaja fuera así que cada 10 días llega a la casa. Me acuesto como a las 9 pm. Antes me

acostaba muy tarde como miraba tele hasta tarde pero como ahora mi hijo tiene clases en la mañana igual para que predicar para que el se acueste temprano a las 9:30 pm estamos todos acostados. Él parte a las 9 el colegio pero yo a las 8 lo tengo que levantar darle desayuno y el tiene clases de las 9 hasta las 1 todos los días. Mi jornada está media repartida entre ver a mi hijo en clases y mi trabajo. El tiene su espacio para que trabaje en su habitación pero cuando tiene tareas o cosas para yo no estar yendo a su pieza lo dejo al lado mio entonces asi veo que trabaja igual. Termina el horario tomamos once, once cena y acostarse y los días pasan volando.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

El living puede ser que ahora esta invadido con el computador de la oficina y mi habitación. Que mi habitación es como el lugar donde voy a descansar, es sagrado tiene que estar siempre ordenada e igual soy como media maniática un poquito entonces mi lugar más sagrado es ese mi habitación. Ahí también duermo. En el living comedor es donde más paso el día todo, desde las 8 parto atendiendo redes sociales en mi trabajo y como soy funcionaria pública me llegan 600 consultas entonces como que no tengo mucho tiempo para pararme más que ver a mi hijo. Antes me animaba a bailar o ver videos de youtube pero ahora no hago

nada de actividad física. Los lugares en donde me relajo es de repente en el living viendo una película o cuando tengo que salir manejar me relaja o mi habitación para estar recostada o ver una serie.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

Living, comedor y la cocina que ahí andamos todo el día ahí. Pero en el living tenemos como un baúl y ahí nos servimos algo y tenemos un picoteo los días viernes con mi hijo y es como nuestra recreación porque tampoco podemos salir.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

No, estaban igual lo único que cambia es que se hizo más pequeño el comedor por el hecho de que yo ocupo casi la mitad del comedor con el computador o de repente con mis libros y cosas así. Antes de la pandemia trabajaba en la oficina pero desde la pandemia que trabajo aquí. Ahí en la oficina era todo distinto se podía hacer de todo salir a caminar más cosas que ahora. Algo que cambio también es que le compramos un escritorio a mi hijo porque antes de la pandemia no tenía nada de eso y era algo que pensábamos para más adelante pero cuando partió la pandemia fue necesario que el tuviera un notebook porque era muy pequeño y yo sentía que con un celular bastaba pero tuvimos que comprar notebook, aumentar el internet de la casa, ese tipo de cosas.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Siii osea los primeros meses cuando partimos yo creo que todos nos pasó que pensamos que iba a ser relativamente corto el proceso pero después uno estaba acostumbrado el primer semestre ya empezamos a tener como al menos nosotros con mis colegas empezamos a tener los costos asociados al teletrabajo como no tener una silla para el teletrabajo yo tuve que pedir una desde mi oficina. El mismo hecho de sentarse y no tener un escritorio en donde tu quedas bien, me dolía el brazo, el cansancio, el hecho de estar en la casa a mi personalmente me hizo subir mucho de peso porque no tengo movimiento. Estoy super sedentaria antes caminaba a mi oficina que igual era harto ida y vuelta y ahora nada entonces acá aprendí a cocinar porque yo sabía hacer lo básico y eso pero empecé a hacer cosas de youtube entonces empecé a subir de peso y para mi eso fue un costo que me tenía casi en depresión porque estaba complicada para bajar y todo eso. Me tomé vacaciones para poder descansar porque tampoco podíamos salir como acá estuvimos en cuarentena todo el verano si me las tomé para desconectarme porque lo necesitaba de mi trabajo y ahí la primera semana no la sentí por el reloj biológico pero de ahí pude descansar. Se supone que yo tengo que estar desde las 8 ya trabajando pero como te mencioné anteriormente tengo que preparar el desayuno entonces. las 8.30 es sagrado que ya estoy trabajando tengo una media hora que no porque estoy haciendo cosas con mi hijo como que se lave bien

la cara, tomé desayuno todo eso entonces luego a las 12 hago una pausa porque tengo que ir a cocinar y después de eso ya a las 1 mi hora de colación y a las 2 retomo full de nuevo y que nadie me hable y eso es lo otro porque soy un poquito mañosa igual me he puesto más mañosa de lo que era antes porque tengo que concentrarme en mi trabajo porque si respondo una respuesta mal es terrible la gente los usuarios esperan una buena respuesta. Los fines de semana o el día viernes me desconecto y tengo tiempo para mi y nos damos un tiempesito.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Nos gustaría hacer una ampliación para tener un espacio de trabajo o de estudio que no tenga mi hijo por ejemplo en su espacio el escritorio con el computador, porque el se puede distraer en clases con cualquier juguete que el tenga ahí entonces si tuviéramos un espacio solo para teletrabajo y el estudio sería ideal. Es lo que quiero yo, si seguimos en esto es lo que quiero yo.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Me reúno para mi trabajo en el comedor y con mi familia me he reunido a través de videollamada y el año pasado fui donde mis papás porque no los veía hace meses y ahora esperamos hasta mayo para ir a verlos de nuevo y las reuniones siempre

suelen ser acá en el living. Las reuniones de oficina siempre son harto una o dos horas generalmente porque nos están capacitando todo el tiempo y las reuniones familiares son cortitas no más de 10 minutos.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Siempre es en el mismo lugar mis reuniones. Y sii he tenido que asistirlo y me ha pasado que hasta he hablado fuerte y tengo el micrófono prendido gracias a dios nunca se me ha salido ningún imperio pero si es inevitable.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado?, ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

En las mañanas ordeno hago el aseo, pero si tengo una persona que viene una vez cada 15 días como para hacer full y despues de eso yo voy manteniendo porque sola yo tampoco puedo e igual el espacio es pequeño de mi casa pero aunque tratemos de ser lo más ordenando igual nos cuesta hacerlo todo. Hoy en día siento que esta muy justo el tiempo de todo hasta el fin de semana siento que no puedo hacer todo es muy justo y el fin de semana solo tenemos un día en realidad es el puro sábado porque el domingo al final es de prepararte para el lunes. Es complicado igual equilibrar

el trabajo doméstico y de cuidado porque uno de repente piensa que como los hijos están más grandes ellos son más independientes pero igual uno está pendiente en que no se equivoquen, en que estén realmente conectados y escuchando y aprendiendo. Estoy muy atenta viendo si el está cumpliendo su deber como estudiante y se hace difícil, cuesta y hay mamás que tienen más hijos y es peor. Yo encuentro que lo gratificante de estar en mi casa estoy viviendo algo que antes no lo podía hacer porque antes mi hijo se subía al furgón a las 7 am y de ahí no lo veía más hasta la tarde y ahora estoy todo el día con él y entiendo lo que le están pasando y todo eso. El acompañamiento que puedo tener con el en donde "es mejor" es una doble tarea porque igual uno no es profesor no tiene los tips para poder enseñarles. Yo soy una mamá al estilo de la mamá de miguelito. Entonces cuesta.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Cuando estamos los dos o los 3 si logramos dividir pero si entre comillas porque yo termino haciendo casi todo. Osea mi hijo por ejemplo, ya cuando comemos o tomamos once el levanta los platos. si se queda de ultimo el sabe que tiene que retirar sus cosas y no esperar que la mamá lo haga y mi pareja igual el si esta conmigo en la semana el es el que hace el fuego en la mañana ese tipo de cosas así e igual me ayudan un poco en el orden como te decía antes igual yo soy un poquito maniática con que esté ordenado porque en algún momento me pueden venir a supervisar entonces uno nunca

sabe tratamos de mantener el orden pero si tratamos de trabajar en un equipo. y lo conversamos alguna vez y de ahí solito cada uno sabe lo que tiene que hacer. Las tareas que más me complican son el orden que me ayuda pero lo más complicado es cocinar, cuando llega mi pareja yo me desligo totalmente de eso y preparar el almuerzo y todo eso.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

Carga laboral y eso conlleva a la mental porque yo inconscientemente estoy pensando en por ejemplo ayer antes de acostarme viene a buscar unas cosas de mi trabajo para saber lo que me iban a preguntar porque viendo la televisión y lo que hablaban de los bonos dije ya las preguntas fijas de mañana entonces ya tenía que tener una respuesta clara para mañana entonces sí eso cansa, aburre y a mi me tiene hasta la coronilla. De hecho mi pareja me dice que no está bien, que tenía que desligarme pero yo le decía sí pero es que mañana igual lo voy a tener que hacer entonces prefiero dejarlo listo hoy día. ¿Qué se puede hacer para reducir esa carga? eso lo hablamos en las reuniones lo planteamos y obviamente hay gente que aspira a más dinero o otras cosas pero yo personalmente propuse tener una pausa diaria a parte de la pausa de comidas, de la colación tener una pausa saludable como de media hora sería bueno yo considero que si estuviera así estaría quizás un poco mejor pero tampoco podemos pedir tanto porque estamos todos adaptandonos a esto. Además por otro lado está la carga del hecho de que uno se cuida

y no bajan los casos y estuvimos enero, marzo y abril en fase 1 y el hecho de no poder salir y ese tipo de cosas o de no poder ir a visitar a mis papas cuando uno quiera igual agota mentalmente uno extraña a la familia entonces no es lo mismo tener una videollamada que ir a abrazarlos es eso como que igual estresa y hay veces que uno igual puede estar irritable no solo por el trabajo sino porque también extraño mucho a mi familia yo soy muy apegada a mis papás entonces igual los extraño y eso cuesta hartito. En mi trabajo eso si yo estoy dividida porque tengo mi jefe presencial y mi jefe digital entonces presencial hay colegas que siguen trabajando de manera presencial y sienten que uno se lima las uñas en la casa entonces no hay muchas comprensión por parte de la parte presencial pero de mi jefe de redes del canal digital ellos son un 7 ellos te saludan en la mañana, el otro día de hecho en la capacitación que tuvimos nos preguntaron que necesitábamos por ejemplo solicité una silla de estas ergonómicas para mi domicilio y están gestionando todo eso entonces ahí yo siento un apoyo pero igual yo siento que ellos están en la misma situación. Se hablaron hartas cosas entre esas que se nos hiciera un reconocimiento para quienes trabajamos de manera digital porque al final como que todos se llevan las felicitaciones o de merito no solo por presencial que ahí se hace toda la pega y en digital no pero como te digo a mi me llegan 600 consultas.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuanta confianza hay en situaciones de emergencia?

Como que mi hijo sale al pasaje a jugar con los vecinos pero no es una relación tan de confianza. Creo que si tuviera una emergencia lo dejaría con un familiar. Nos comunicamos por whatsapp tenemos un grupo del condominio.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Creo que haría arreglos y tendría una pieza como de trabajo para que mi hijo estudie y bueno yo también si es que sigo teletrabajando que es lo más posible.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Demostrar que somos capaces de hacer muchas cosas más pero igual es como que somos pulpos al final y demuestra que somos capaces pero si en algún minuto te puede llevar o pasar la cuenta. De repente tener tic en los ojos, te tiritan y ahí digo ah! ya de repente me duele hasta la cara la otra vez fui y estuve a punto de que me diera una parálisis facial entonces igual uno inconscientemente no cree que te puede pasar pero por la edad porque uno es joven, pero igual se descuida la salud mucho en ese sentido. Ser madre en pandemia por otro lado hay gente que dice que esto me afecta y todo pero yo siento que a mi me ha unido harto con mi hijo mateo porque quizás yo antes no sabía o no evidenciaba nada de lo que le estaba pasando o otras cosas pero el hecho de estar con el que ya va a cumplir 10 años pero ellos entran al sistema

educacional y tu te olvidas de tu hijo ya no lo ves, estábamos en el trabajo nos veíamos solo las tardes entonces nos veíamos para conversar otro tipo de cosas en cambio ahora uno está presente en todo minuto con el. Ese es como lo que es ser mamá al 100% no pueden decir que uno no está pegada a ellos.

Daniela Vega, 35 años - Valdivia

Describe la rutina de un día

Vivo en una casa somos 4 y ocasionalmente 5. Mi marido y mis dos hijos de dos años 9 meses y 17 años. Bueno últimamente he mejorado bastante mi rutina pero desde un principio me levanto como a las 7 visto a la Laura le doy su leche la baño, me visto, me baño yo luego tomamos desayuno y en ese intertanto prendemos el computador para trabajar. A su vez, en medio tiempo tratando de cocinar y viendo a la Laura que es la más chiquitita. 7:30-8:00 prendo mi computador y a las 11.30-12 comienzo a cocinar los otros momentos estoy tratando de avanzar en el trabajo. Almorzamos a las 1.30 la Laura a las 14 duerme y tratamos de comer después de que se duerme como a las 2.30 para poder comer más o menos relajados. Después de que toma la siesta sigo trabajando y mi horario depende de mi carga laboral porque en donde trabajo nos designan cierta carga laboral diaria entonces yo puedo terminar a las 4 y hay días que termino a las 7-7.30- después de mi horario de trabajo sigo cuidando a mi hija y trato de darme un

tiempo los días que están bonitos salgo a caminar así que la llevo a jugar a un parque después trato de hacer ejercicio y a mediados de la pandemia (agosto) yo empecé a trabajar presencialmente mixto entonces ahora trato de hacer la comida cuando puedo en la noche. Entonces ese mismo rato trato de dejar cocinado para el otro día y después de todo eso trato de hacer dormir a la Laura, acostarla y yo si he hecho ejercicio trato de hacer a lo menos 6 veces a la semana tipo 7-8 pm. y la acuesto entre 9.30-10 y luego tengo que preparar las cosas, cocinar o hacer algo no es tan ordenado siempre pero en ese lapsus trato de hacer todas esas cosas. Termina la rutina como a las 11.11.30 trato de no acostarme tan tarde y me pongo a jugar en el teléfono hasta como las 12-1 que es parecido al candy crush. El fin de semana trato de hacer el aseo en la semana me ayuda mi marido. El pasa la aspiradora y todo eso yo me encargo de la cocina y de lavar la ropa pero de lo otro se encarga el. El fin de semana ya trapeo el piso y es un aseo más profundo. Mi rutina depende de mis dos hijos, por ejemplo mi hijo está en un club de remo le tocaba a las 5.30 se iba a practicar y me levantaba a las 6 am entonces ahí terminaba más temprano y como todos dormían yo me levantaba en pijama y empezaba a adelantar ya el trabajo que son como técnicas que he tratado de usar porque ese tiempo estuve con harto trabajo entonces yo para tratar de terminar más temprano y que no me afecte la carga laboral tan tarde y así yo poder hacer cosas con mis hijos. Cambiamos la rutina igual a partir de marzo porque la Laura empezó a ir al jardín el cual funciona 100% con cuarentena

sin cuarentena sigue funcionando entonces nos levantamos a las 7 todos en la casa y después la preparo la voy a dejar a la sala cuna/jardín y de ahí yo paso a la oficina de lunes a viernes entonces como ella está en media jornada yo trato de avanzar hasta las 1 y trabajo, trabajo y comprobado se avanza mucho más rápido tengo más tiempo y de ahí me vengo a la casa, la hago dormir, almuerzo y sigo trabajando y generalmente me queda una carga bastante menor que lo que me quedaba cuando yo estaba 100% en la casa y eso es marzo/abril. y aquí luego trato de cocinar para el otro día. trato de hacer deporte y ahí me funciona más el tema o sea la carga se disminuye bastante. lunes, miércoles y viernes intento ir al trabajo a trabajar. a pesar de que vuelve al jardín sigo buscándola y tomando otros tiempos porque trabajo hasta las 1 y de ahí almuerzo, duerme y ahí puedo seguir trabajando entonces puedo administrar mejor mis tiempos. y es una carga bastante menor que cuando estoy 100% con mi hija. (marzo abril) de ahí en la tarde cocino para el otro día y deporte y la carga se disminuye mucho.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

El único espacio como más personal es una pieza chiquitita que hay que ahí yo guardo mi ropa porque yo decidí guardarla ahí porque estoy sola, me cambio, me visto y tiro la ropa cuando quiero y

cuando quiero estar sola voy y me meto a esa pieza que tiene fotos, tiene recuerdos, cosas personales mías. Ese es como mi espacio porque todo lo demás es compartido. Antes de la pandemia ese no era mi espacio, porque durante la pandemia ese paso a ser mi espacio cuando yo necesitaba minutos de soledad y estar ahí o me sentía mal psicológicamente iba ahí. no trabajo ahí solo cuando quiero estar sola.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

Todos los demás espacios son compartidos porque ahí no vas a poder estar solo por ejemplo en el comedor que es donde casi siempre trabajo y donde está la mesa donde comemos por un tema más de orden aquí se pasea constantemente mi guagua, mi hijo mayor, mi marido, si estoy sentada en el living también, en la pieza lo mismo después puse una máquina para hacer ejercicio tampoco estamos 100% solos porque está la pieza de mi hijo como que pasan, mi hija sube y así siempre hay alguien rondandote.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Sobre los espacios siempre estamos viendo qué podemos mejorar pero eso no cambió con la pandemia, lo que sí cambió con la pandemia fue el patio que el patio nosotros lo adaptamos para la más chiquitita que tiene un trampolín, un juego con columpio, para que ella se pueda entretener más dentro de la casa. El espacio en donde trabajo es

el comedor y mi marido es independiente así que no trabaja en la casa, es más él dejó de trabajar cuando empezó la pandemia porque empezó a ayudarme con mi hija. Queremos cambiar el sillón pero no es por un tema de pandemia sino de que de comodidad y porque el que tenemos lleva mucho tiempo de vida útil. hemos hecho ampliaciones antes como 3 entonces como que no da para más. ahora es un espacio mucho más cómodo y espacioso pensando en que ahora estamos en pandemia. El comedor se amplió se alargó más, nuestra pieza también se alargó pero llevamos harto tiempo con estas ampliaciones. El lugar donde tengo mi bicicleta estática también es un lugar relativamente nuevo de las ampliaciones previas a la pandemia.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Previo a la pandemia no fue tanto como que no cambio tanto porque estábamos contentos porque estábamos en la casa pero después igual fue aumentando la carga laboral y eso si nos hizo que finalmente se mezclara todo se mezcló la vida con el trabajo y como que tu te ibas organizando como que para cocinar ocupabas tu tiempo laboral y después en tu tiempo laboral ocupabas tu tiempo personal cosa que no pasaba antes porque entraba a las 8 a trabajar salía a las 5 y de las 5 en adelante era solo vida personal ahora no. Ahí mi hija iba al jardín jornada completa entonces yo pasaba a dejar a mi hijo y a mi hija y de ahí me iba a la oficina. Hay días que me faltan horas, porque por

ejemplo hay días que yo trato de hacer una rutina de mínimo de media hora de ejercicio y hay días que noto que no ya me atrasé, me quiero sentar un rato, estoy cansada mentalmente y trato por ejemplo de hacer ejercicios de yoga de 10-15 minutos porque digo mejor hacer poco que nada.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Nos gustaría hacer arreglos pero no cambiar todo.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Voy igual a trabajar desde marzo cuando la Laura va a clases y trabajo toda su jornada pero sin atender público supuestamente debería estar en la casa trabajando pero trato de avanzar allá. Cuando estoy en mi casa tengo las videollamadas en el comedor y las reuniones dependen hay reuniones cortas como de 40 min y otras que duran cerca de dos horas. Además de las reuniones de zoom del trabajo tengo con mi mamá que hablamos por videollamada desde el celular y diarias, con varias personas también. Considero que el espacio del comedor es como neutro así que las reuniones las tengo ahí porque en la cocina no hay donde sentarse o escuchar bien entonces el 100% de las veces estoy en el living, aquí trabajo, hago las videoconferencias y en las únicas instancias en donde yo cambio de lugar es cuando me toca dar charlas ahí me encierro en la pieza de mi hijo que tiene en

su pieza un escritorio y ahí me pongo para cerrar la puerta porque como aquí como estoy en el comedor es un espacio libre no está cerrado la pieza de él ya no entra mi hija. porque al dictar una charla es diferente porque tienes que estar pendiente o estar explicando y ahí ella no puede interrumpirme. Sí, Generalmente he tenido que asistir a mis hijos en una reunión por zoom porque como hacen la reunión como a las 3 en ese intertanto se queda dormida entre las 2-2.30 así que a las 3 empiezan las capacitaciones entonces yo estoy terminando de comer con la cámara apagada y de ahí la prendo y en ese intertanto despierta la Laura cuando se alargan las reuniones así que tengo que preparar la leche ir a darle la leche y a veces me he cambiado con el computador a la pieza y me quedo al lado de ella con el computador escuchando. Sí, considero que hay una comprensión yo me he dado cuenta que a nadie le molesta porque mientras yo esté tomando atención en la capacitación yo considero que no hay problema, osea ya me acostumbré a mezclar todo. no soy la única que tiene hijos hay más entonces yo creo que al ser más personas que tenemos hijos veo que hay mayor comprensión y además estamos en nuestra casa entonces es inevitable que aparezca el niño por detrás no es lo mismo que estar en la oficina.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Sí, sí es importante pero si me pilla con mi hija dán-

dole comida tendré que estar donde pueda estar con ella. Y claro si he tenido que asistir a mi hija en reuniones sobre todo a la más chica.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

No he tenido dificultades para balancear las labores domésticas y de cuidado. Lo que me facilita es que a mi me dan una carga laboral yo trabajo en un equipo web y tenemos 30 consultas web al día, entonces tengo que hacerme yo mi horario hay personas que quizás tienen que estar 100% en el computador y con un horario por ejemplo en el caso de los chats en donde tienes que estar 100% metida, yo no porque la consulta web va a estar ahí y la contesto a las 8 am o a las 2 lo importante es que yo termine mi carga laboral sin importar el horario por eso te digo que yo me he podido adaptar excepto cuando hay capacitaciones porque ahí se hace más complicado de repente hay veces que hemos tenido dos o tres reuniones en el día ahí se complica porque uno difícilmente va a estar concentrada en una reunión contestando la web y además tu hija que está saltando al lado tuyo. En relación al año pasado, si siento que puedo llevar mejor el horario porque cuando recién partió la pandemia había como una carga mental muy grande porque todos estábamos con pánico entonces nadie quería salir, nadie quería compartir, nadie quería volver a trabajar, pero después uno

se fue adaptando y esa carga mental de miedo también fue bajando. También uno empezó a acostumbrarse a trabajar desde la casa porque era algo que jamás me hubiese imaginado que iba a estar trabajando desde la casa y ahora hemos pasado lo que yo considero relajado porque en agosto lo que yo siento del primer retiro ahí me sentí a ratos colapsada y mucho pero también era por un tema que justo se enfermó mi hija y teníamos que cumplir porque estábamos con mucha pega y ahí yo puedo reconocer que estuve dos veces que me encerraba a llorar, después a mí en septiembre se me murió mi papá que es mi abuelo pero él me crió y ahí también tuve varios momentos malos y también me sentí como mal pero actualmente siento que lo puedo llevar mejor porque ponte tu en octubre empecé con crisis de jaqueca que no podía dormir, no podía hacer nada y llegué al punto en que se me dormía la mitad del cuerpo. Entonces bueno ahí tuve que empezar ir al médico y también ordenándome a mí misma como te digo es un proceso largo que uno no estaba acostumbrado porque es todo diferente y esto acompañado del miedo de la pandemia eso era como lo más desagradable. no llevabas tu vida normal los chicos no iban al colegio los tenías en la casa, te daba miedo que se junten por casualidad pasaban a hablar con los vecinos y ahora estamos bastante más relajados ahora yo ya casi no le tengo miedo al virus ahora trato de ser super positiva en ese ámbito y como te digo me he logrado adaptar con varios cambios y varios golpes en el camino. Además, a mí me gusta trabajar, siempre he sido trabajadora y me gusta lo que hago entonces quizás hay

personas que le tocó el teletrabajo y se les hace duro porque quizás no les gusta mucho trabajar o lo que hacen o donde lo hacen o el ambiente laboral. En realidad nosotros también tenemos un ambiente laboral bastante relajado. Creo que si viene una carga más grande de trabajo podría llevarlo de mejor manera y lo de ir a trabajar a la oficina fue algo voluntario porque como yo tengo exclusión por niños menores a nosotros nos preguntaron si podíamos y queríamos ir a trabajar es más yo habría querido regresar antes pero a mí no me lo permitieron porque a mí en sí me gusta ir a trabajar considero que avanzo más rápido además te sirve porque no vas a ningún lado interactúas super poco pero te hace bien cambiar de ambiente. Creo que el dividir los espacios y tiempos me ha ayudado a organizarme mejor y a mí me gusta trabajar en mi oficina mil veces siento que trabajo mejor y me concentro mejor, no soy tan partidaria del teletrabajo porque considero que se mezcla mucho y al mezclarse mucho terminas más tarde de trabajar o te desconcentras. Sobre las labores mi hijo es encargado de sacar el polvo de toda la casa y también limpia su baño, su pieza, su cama y mi marido limpia el baño de nosotros, hace la pieza, pasa aspiradora en la casa y me ayuda con los cuidados de la más pequeña. Yo cocino, lavo la ropa, la cuelgo, en las mañanas generalmente dejo el fuego hecho y de las tareas complicadas considero que es cocinar porque quita hartito tiempo ya te agota pensar en que vas a cocinar para mañana y prepararlo antes o el mismo día.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Siempre hemos tenido la división de tareas se fue dando de forma natural.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

En este minuto siento que estoy tranquila mentalmente considero que por otras cosas que se hicieron en el trabajo bajó bastante la carga pero sigo de otra manera trabajando. Antes de 30 consultas tenía 60 ahora tenemos un bot que nos ayuda con las respuestas y eso a disminuido mucho la carga porque automatiza las respuestas.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuanta confianza hay en situaciones de emergencia?

No mucha la verdad. No creo que confíe en ellos.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Le agregaría más cosas, ampliaría la cocina, a mí me gustan las cocinas con islas más amplia. Cambiaría el baño, mi baño y mi pieza más grande más amplia. Agregaría espacios para dejar mis cosas, como mi ropa.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Yo considero que ha sido difícil porque es complicado de un rato para otro quizás a mi no se ha hecho tan difícil pero si veo las realidades de otras personas porque yo cuento con el apoyo de mi marido que me ha ayudado bastante con el tema de mi hija si el hubiese estado ocupando otros puestos de trabajo que le hubiese exigido ir todos los días ahí se me hubiese complicado mucho más la cosa porque nadie me hubiese ayudado con Laura y ahí me hubiese visto en la obligación de pedir ayuda a otra persona, contratar a alguien porque ahí yo no podría avanzar en el trabajo. Pero yo se que complica bastante porque en estos tiempos de pandemia valdivia es de los pocos lugares que tiene jardín y con permisos para poder funcionar porque el giro es del centro de estimulación entonces eso es actividad esencial. Yo creo que en sí bien bien no lo he llevado porque como te he comentado yo he pasado por altos y bajos así que he pasado por el miedo lo cual me impedía hacer un montón de cosas te coarta bastante tu vida normal por hartos procesos psicológicos que también te van coartando no solo como mujer y te puede pasar la cuenta. En sí como yo venía recién entrando en la maternidad porque fue el año pasado y la Laura tenía un año y tanto yo ya había pasado por el pre y post natal estaba casi un año incorporándome al trabajo y uno cuando es mamá y tiene hijos muy pequeñitos estas casi en pandemia porque sales muy poco porque tu guagua depende mucho de ti entonces para mi la diferencia de estar encerrada solo fue en el ámbito laboral porque yo

ya estaba en ese proceso de encierro entonces quizás por eso no me costó mucho adaptarme. Y salir me ha ayudado mucho a despejarme pero hay artos tiempos al aire libre que echo de menos. Considero que estamos como en déficit porque tengo mezclado aquí si bien ella estaba de las 8 am hasta las 5-5.20 pero después de ese horario el tiempo era exclusividad de mamá, dueña de casa y esposa ahora no ahora el tiempo se mezcló todo y no puedo negarlo porque estás trabajando y al mismo tiempo ser mamá a medias porque no eres 100% porque le das papa a la guagua pero sigues usando el computador pero no le das el 100% de calidad a tus hijos. Me pasa que me siento culpable y por eso en el verano trate de organizarme como te decía levantarme más temprano cuando ella estaba durmiendo para poder terminar un poco más temprano y tratar de dedicarme un poco más de tiempo de calidad. De salir, de caminar con ella. En la fase 2 lograba terminar temprano y íbamos a la playa, es distinto porque no estábamos con el computador, no era mucho tiempo pero igual te sirve cambiar el ambiente. En si ese es el gran problema que se mezcla todo, para mi no ha sido tan pesado porque me he organizado pero hay momentos que si es bastante pesado. Por eso me gusta ir a trabajar a la oficina porque liberó bastante la carga laboral, llego con muy poco trabajo y ya puedo comer tranquila sin el computador. Cuando estoy en la casa yo como con el computador en la mesa comía rápido y mientras iba contestando o sea no separaba ahora lo hago un poquito, tampoco es que estoy muy organizada pero de a poco lo he podido separar. Lo que si tengo que transar

son mis horarios de gimnasia porque antes de la pandemia trataba de hacer 1 hora, salía a andar en bici o a trotar y mi marido se quedaba con ella que es más chiquitita pero trataba de hacer ejercicio más prolongado y con la pandemia se achicó y trato de darme 40 min que ahí para mi es mejor. La pandemia eso sí considero que ha servido para valorar el tiempo que uno tiene que a lo mejor quizás antes no lo veíamos el tiempo que uno le dedica a la familia porque a mi eso me ha servido, encuentro que se mezcla mucho y a lo mejor antes no te dabas cuenta pero ahora con el teletrabajo uno como mujer te empiezas a dar cuenta que el tiempo de calidad que le dabas a tu familia era mucho mejor en consideración ahora que estás las 24 horas al día con tus hijos.

Rosana Zapata, 32 años - Arica

Describe la rutina de un día

Vivo con mi marido en un departamento con mi marido y mis dos hijas. Me levanto a las 6.30 aproximadamente 6:45 ya perdí el baño. Yo contaba con una persona que nos apoyaba en la casa con el cuidado de las niñas porque estaba haciendo trabajo mixto, teletrabajo y trabajo presencial pero por problemas personales tuvo que renunciar así que se ha vuelto más locura aún porque tengo que levantar a la chica que ya tiene ya 5 años, está en kinder y tiene clases virtuales y después de eso la bebé. Y luego de la ducha, preparo el desayuno, luego levanto a la mayor a las 8. Antes cuando te-

nía a la persona que me ayudaba ella se encargaba de eso y yo me preocupaba de mí nomás pero ahora que no yo tengo que correr igual ahora yo tengo a mi mamá que nos apoya dentro de sus tiempos porque ella también trabaja así que he estado a full. a amalia la levanto a las 8 y entre amalia estoy entre pieza en pieza, angela tiene clase a las 10 y antes de eso tomamos desayuno antes de conectarse y yo a las 8:30 me conecto al computador mientras estoy con mi hija de 11 meses. Tiene clases hasta las 11, 11:30. Después sigo con mi otra hija, yo tengo mi escritorio frente al comedor y ella tiene sus clases en el comedor y tengo la cuna al lado del escritorio y la silla de comer al lado y la tele igual. Al principio fue súper complejo porque tengo que concentrarme, sobre todo cuando hago informes sociales y tengo la tele o la bebé llorando y gritando pero me he logrado adaptar con el tiempo. A las 12 almuerzo la bebé pero el almuerzo de ella siempre está listo así que se calienta y se le da, después a las 1:30 almorzamos, llega mi marido y almorzamos todos de ahí se va y a las 3 me vuelvo a conectar al trabajo. Entremedio la mayor juega y la pequeña hay que estar constantemente con ella, le pongo puros monos porque no tengo otra opción. mi jornada laboral debería ser de las 8:30 hasta las 5.30 de lunes a jueves y el día viernes de las 8:30 hasta las 4:30 pero nunca es así yo siento que no cumplo en realidad con toda la jornada porque a las 12 no estoy trabajando efectivamente sino que voy a darle comida a mi hija pequeña un rato y de ahí vuelvo a conectarme un rato hasta el almuerzo pero cuando ella está odiosa no puedo seguir trabajando entonces la llevo conmigo a

todos lados paseandola pero hora efectivamente trabajando así que me quedo generalmente en la tarde trabajando. La idea es que llega mi esposo y él cuida a la bebé y yo me quedo trabajando a veces hasta las 10 dependiendo de la carga laboral que tenga. Como a las 7:30 tomamos té, no cenamos y después de eso miguel mi marido ve a las niñas o yo veo a las niñas depende y el que no cuida a las niñas cocina. Y cuidar a las niñas significa duchar a las niñas, vestirlas y jugar un rato con ellas que es el ratito en la tarde. Después de tomamos once alguno prepara la comida del día siguiente, generalmente soy yo quién la prepara y estoy hasta como las 9-9:30. Por ejemplo, ayer me quedé hasta las 1 am mas o menos porque el fin de semana pensando que iba a venir la nana no hice mucho aseo ni nada porque además tenemos dos gatos entonces hay que estar constantemente limpiando por los pelos pasando la aspiradora, y tenemos una aspiradora robot pero tenemos tantas cosas que la verdad es que choca con todo entonces ayer me quedé limpiando hasta como las 1 am. Luego de cocinar en general a la 11. 11.30 estoy acostada y en general a las 11.50 estar durmiendo y me quedo viendo antes el celular, viendo mi correo personal o entro al facebook pero 10 min nada más porque mi cansancio no da más. Y mi hija chica a las 9.9:30 está durmiendo y mi otra hija igual temprano pero la acuesta mi marido.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?,

¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

Mi dormitorio, puede ser pero no es tan mío porque lo comparto con mi bebé y mi marido pero ultimamente la bebé ya tiene 11 meses entonces duerme como estrella de mar y mi marido llega tan cansado que ronca entonces finalmente optamos con mi marido de que él durmiera en la pieza de la bebé, tenemos 3 dormitorios. El matrimonial, uno mediano de mi hija mayor y uno pequeño de la bebé y ahí se va a descansar. Solo como espacio personal tengo mi dormitorio y en mi terraza tengo un columpio y ese de repente es como mi mini escape, tengo plantitas y vista al mar. Mi pequeño espacio para mi. Me gustaría empezar a retomar la bicicleta estática porque necesito hacer ejercicio por lo menos media hora pero necesito un tiempo para mi.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

El living y el comedor. Pero en realidad está como en toma para las niñas porque está todo para ellas. Cambiaron los espacios igual.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Cuando no estaba la bebé el living era más como de nosotros mio y de mi pareja y mi hija tenía como su espacio de juego de juguetes porque iba al jardín, era estructurada. Iba al jardín, luego a la casa de una tía, de ahí yo la pasaba a buscar y ya en la tarde era más estar en el living pero yo y mi pare-

ja pero no como ahora que tenemos reuniones, clases en e el living y trabajo también y está todo reducido y con la bebé aún más porque casi todo es de ella y se viene a jugar al living también. Ahora con la pandemia tenemos más cosas que antes no teníamos, tenemos la cuna en el living, un centro de entretención de mi bebé y la silla de comer y el escritorio. Eso antes no estaba y lo compramos en marzo ahora que yo volví a trabajar.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Si, ha cambiado. Es como que en el 2019 recién había empezado a dormir bien porque la angela tenía 4 años entonces ya era más independiente pero ahora con la bebé volví 100% para ella pero si, cuando trabajaba fuera no cocinaba, eramos menos y todos estábamos afuera entonces se ensuciaba menos, estábamos menos entonces tenía más tiempo para mí. Ha cambiado de noviembre del año pasado, sí. No estaba trabajando entonces me dedicaba 100% a ella y tenía más tiempo porque cocinaba en el mismo momento que teníamos que almorzar, ahora que tengo trabajo no me da tiempo de hacerlo durante el día y la reuniones igual se van solapando. Actualmente no hago algo para mí. Pero si pudiera cambiar la rutina trabajaría solo en la mañana o al revés trabajaría desde las 3 hasta las 10 de la noche porque en la mañana todo es más caótico por las clases, los almuerzos y las reuniones. Me gustaría hacer más cosas pero he alcanzado hacer todo hasta el momento.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

No, pero ahora queremos comprar un refrigerador asociado con el 10% porque se nos hizo muy chico y yo quiero cambiar los muebles de la cocina también pero están muy caros así que no creo que se haga. Me gustaría cambiarlos porque quiero darle otro aire a mi casa, quizás es muy superficial pero tengo tanto tiempo que esos muebles son blancos y me gustaría ponerle unos cafés, me gustaría cambiarlos. También compramos una aspiradora robot durante la pandemia y un enfriador de aire para el verano el primero por el pelo de los gatos y el tiempo en aspirar y la aspiradora es más grande y el enfriador por el calor.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Siempre tengo reuniones por zoom en el living. Tengo dos teléfonos y estoy conectada a uno para las llamadas y en el otro reviso whatsapp o emergencias. Por zoom no he hecho reuniones con amigos solo reuniones. En un condominio nos juntamos con los vecinos y ahí tenemos momentos para reírnos, relajarnos y las reuniones por zoom las tengo por el teléfono y las reuniones de team en el computador. Suelo tenerlas en el living a menos que la bebé tenga que dormir y no está mi mamá ahí me voy yo a la pieza a verla y hacerla dormir con el celular y los audífonos. Si es una reunión importante la tengo en living si o si pero

aquí no es muy silencioso tengo una tele, la puerta atrás, el citofono y la puerta. Hoy tuve un curso de la universidad de chile pero he adquirido la capacidad de concentrarme como que me pongo los audífonos y me concentro, he logrado hacer eso pero este es mi lugar de reuniones y de todo.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Sí, siempre.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Antes no teníamos a nadie que nos ayudara con las labores domésticas pero cuando volví a trabajar ahora en febrero-marzo tuve una persona un tiempo y de ahí ahora se fue. Hasta ahora no he tenido problemas para dividir las labores de cuidado y el trabajo porque lo que no termino del trabajo lo resuelvo en la noche hasta tarde y cuando mi jefatura me pide algo como para ahora ya y la amalia está odiosa la dejo en el corral nomás y ahí mando lo que tengo que mandar no me queda de otra pero si he podido cumplir con lo que me piden en el trabajo. Desde marzo he podido trabajar y ajustarme pero desde que se fue nuestra nana me desajustó un poco pero creo que la forma de organizarme me ha ayudado para poder cumplir con

todos los roles. Con mi esposo nos dividimos pero porque lo que no hago yo lo hace él entonces no lo conversamos pero si el ve la basura la saca él o por ejemplo si el está con la niñas jugando y yo me doy cuenta de algo que hay que hacer lo hago yo y tenemos esa dinámica. La tarea más complicada es mantener el aseo, sobre todo porque hay un edificio nuevo al frente y hay mucho movimiento de polvo entonces pa mi eso es como lo más complicado. Quizás me estoy acostumbrando pero hay momentos que suena la lavadora hay que colgar la ropa entonces voy cuelgo la ropa, luego sacarla colgarla, descolgarla después, guardarla en los cajones entonces son hartas cosas. Pero mantener la limpieza es lo más pesado.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

No.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

Sí, creo que antes estaba más pendiente de la pega porque pensaba en lo que tenía que hacer y no podía dormir bien pero ahora estoy muy cansada y por eso duermo pero lo noto en mi espalda quizás no es mental pero si se que tengo que hacer cosas para la pega, por ejemplo hoy tengo que mandar un oficio y si o si tiene que mandarse hoy porque mi colega tiene que trabajar sobre eso ahora. Entonces si pasa que estoy cocinando y dijo oh! tengo que hacer eso o mi hija tiene que hacer una tarea tengo que buscar ese recorte entonces

estoy constantemente pensando lo que tengo que hacer en el día y el día siguiente, en las cosas de la casa, las cosas de mis hijas o el supermercado o cosas que faltan. Por ejemplo nos pasó con mi hija chica que la ropa le estaba quedando chica y a arica llega muy poca ropa y pido por internet pero se demora entonces es súper complejo comprar ropa y le compré ropa al final en el supermercado de forma presencial porque era la única forma que podía comprarla y aún así se me olvidaron algunas cosas a pesar de que llevé una lista, a pesar de que iba como super mentalizada se me olvidaron unas cosas por comprar. No sabría que me podría ayudar a reducirla, un clon mío (risas) porque por ejemplo mi marido, en ese sentido no puedo contar con el con la información él no. Él es muy relajado en lo que respecta dividir las cosas por ejemplo si mi hija tiene alguna tarea al final es como pega doble porque le tengo que explicar a él, para que él le explique a ella entonces en ese sentido como que me sobrecargo pero dividir la carga mental o bajarla no sé cómo hacerlo. Quizás lo que podría ser es menos volumen de trabajo, por ejemplo cuando la Amalia duerme siesta me salen humo de los dedos porque trato de avanzar lo que más pueda pero si sería una opción poder trabajar solo en la tarde o un horario que me fijen porque así podría trabajar solo en la mañana. Porque claro estoy trabajando y ya estoy pensando en lo que tengo que hacer después entonces eso es una carga mental y siempre tuve esa misma carga de trabajo incluso cuando mi hija estaba pequeña yo trabajaba casi que 24/7 generalmente es así querían que tomara una jefatura también y harta carga laboral después

tuve licencia durante el embarazo entonces perdí un año y medio de pega y me puse al día super rápido pero estoy muy sobrecargada. No hay una flexibilidad tampoco, sigue siendo la misma exigencia y aún más.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuanta confianza hay en situaciones de emergencia?

Sí, me junto con vecinos y tenemos whatsapp pero no me junto con los otros vecinos y tenemos confianza pero no tanta. De las niñas creo que existe la urgencia se podrían quedar con mis vecinos, ellos eran compañeros de trabajo pero viven el condominio son ellos dos nomás.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Lunes y martes trabaja mi mamá por teletrabajo y el miércoles hace terreno. Cuando tenía a una persona que me ayudaba, ella estaba contratada solo para cuidar y ver a las niñas no tenía que hacer nada más pero ella era muy proactiva entonces tenía mucha iniciativa, llegaba siempre a hacer el aseo, limpiar y amalia logró hacerle una rutina y super bien y yo estaba haciendo trabajo presencial y ella las veía pero tuvo un tema y no pudo seguir trabajando. Lo de ser profesora también ha sido super complejo porque un hijo tiene a la mamá que le dice, lavate los dientes, ponte zapatillas, hay que ir a acostarse y ahora tiene que ser. Has la tarea,

pinta este dibujo, etc. Si bien mi hija mayor esta en un jardín tiene 5 libros en total mas uno del ministerio que es de lenguaje, matematicas, ciencias y otros, por ejemplo hoy día estaban enseñando el aparato digestivo y yo me acuerdo que lo vi como en 5to básico y tiene disertación mañana y de repente me desgasta tener que retarla o que no se distraiga y prepararla para la disertación. Donde más paso tiempo en el día es en el living comedor y cocina. Mi casa ideal. La cocina para nosotras es muy importante (yo y mi hija) porque hacemos queques, pizza entonces me gustaría una cocina más grande y dos piezas más así como una sala de juegos solo para ellas, donde tengan un castillo armable y otra pieza como oficina y con eso yo sería super feliz. Siento que dividir el espacio de trabajo tener uno solo dedicado al trabajo podría avanzar mejor. y otra cosa muy superficial sería tener otro baño porque tenemos uno solo y pucha que nos peleamos el baño. 5 piezas, 2 baños.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

¡Uy! yo en realidad soy bien culposa como que todo lo que pasa ay es mi culpa, de hecho cuando se fue mi nana pensé que era mi culpa y yo como ¿qué hice?! pero era un tema a parte. Pero el tema de cuidar osea yo creo que el rol de la mujer socialmente es como que tení que estar bien siempre, osea no podí estar cansada, no podí deprimida, tení que estar bien. Tení que ver no sé si te falta algo. Económicamente no me puedo sentir mal porque no hemos estado mal y tampoco me puedo quejar de los espacios porque si bien aquí

es chico cada uno tiene su dormitorio y a pesar de que tenemos una terraza pequeña. Pero creo que ser mujer en pandemia ha sido super agotador, porque es el concepto de cuidar como que tengo que estar pendiente de que cuando llegan los zapatos queden afuera, que hay que lavar la ropa, de que no falten las mascarillas, detergente, un tema agotador, mentalmente es agotador y también se solapan los tiempos. Por ejemplo ahora, mi marido debería haber llegado y no ha llegado entonces igual el es como un apoyo fundamental porque si no estuviera mi mamá estaría con la bebé aquí. Necesito el apoyo igual de otra persona por mi marido llega cansado igual entonces siento que de repente él en vez de llegar a descansar llega a seguir trabajando en la casa porque los roles son compartidos y así entre nos mi suegra me odia porque el hombre tiene que llegar a descansar a la casa entonces ella es como "¡pobrecito mi hijo tiene que cocinar!" entonces esa es una visión muy machista, entonces yo soy una muy mala mujer. Y de repente también eso es una carga porque ella lo llama y le dice mi marido después te llamo estoy ocupado y le dice por qué pero él sabe que nos distribuimos los roles y lo hace bien osea no tengo problemas en eso pero si de repente siento que necesito una tercera persona que nos ayude mi nana por ejemplo que sacaba la basura, ordenaba entonces siempre estaba limpio y ahora lo tuve que empezar a hacer de nuevo. También soy culposa con el tema de la maternidad, si porque yo creo que los hijos juzgan cuando uno ya está más grande pero de repente siento que no tengo el tiempo o las energías para jugar con mi hija grande

porque también la chica demanda tiempo entonces si de repente digo pucha angela me necesita y a pesar de todo el cansancio si me doy tiempo para ella pero antes cuando ibas a la oficina me pasaban a buscar y podíamos tener más tiempo de momentos de familia, dejábamos la pega en la pega ahora como que todo está en la casa, el colegio está en la casa, el trabajo está en la casa entonces no hay tiempo como para desconectarse.

Vanesa Upegui, 34 años - Santiago

Describe la rutina de un día

34 años, emprendedora. Me despierto entre las 7-8 am me despierto junto con mi hijo el es mi reloj despertador. Muy pocas veces me despierto antes que él, entonces me despierto con el y lo primero que hago es estar disponible por si el necesita algo para alimentarse, finalmente es muy autónomo y tiene las cosas a su alcance entonces el se sirve lo que quiera comer pero si me necesita estoy pendiente. Entremedio de eso yo me pongo ropa y me aseo la cara y luego estoy disponible con él en la cocina y yo también como algo. Mientras me visto está en la cocina y tiene un escritorio en el living y lleva su plato e individual y come hay veces que necesita mas ayuda pero porque depende que quiera comer entonces ahí yo estoy pendiente. Me visto, hago una rutina de la cara y luego lo alcanzo en la cocina y me hago algo de comer. Luego se viste entonces también estar ahí pendiente y de ahí lo que hacemos es sacar a

nuestra perrita y salimos los dos. Entonces la sacamos 9-9:30 estamos sacando a la perrita unos 20 minutos y estamos ahí los dos y la perrita y es un tiempo para salir él también y luego volvemos y mi esposo está disponible, ha despertado o hecho algunas cosas del trabajo entonces está más disponible entonces él va a hacer el desayuno y mientras él prepara el desayuno yo hago algo de ejercicio así sean 10 min o 30 min eso es alrededor de las 10 am y 10:30 estamos tomando el desayuno los 3 y dependiendo como se dio la rutina me baño antes de eso o después para estar lista y sino me organizo después del desayuno entonces a las 11:00 por ahí hago aseo, lavo loza, cosas de la casa y mi esposo y mi hijo comparten, juntos o juegan y también depende de si mi esposo está en la casa porque puede salir o no. Después de que ordeno la casa ahí estoy modo mi hijo a full a las 11:30-12 del día y ahí hacemos una actividad leemos un libro y nos empezamos a preparar y tener una siesta él hace su siesta alrededor de las 1 de la tarde a veces quiere comer algo a veces está bien con lo que comimos de desayuno y ahí alrededor de las 1-13:30 él está haciendo su siesta. En paralelo trato de que ese tiempo sea para mí ahí lo que hago es que medito, hacer rutina de agradecimiento o depende de como esté yo ese día descanso, depende como este mi hijo que duerme 1 hora o más pero tengo entendido que la siesta sea un momento para mí que no sea necesariamente trabajar ni de mí. Y mi esposo a esa hora suele irse a trabajar en sus cosas, es un tiempo de mi hijo y mío. Luego renzo despierta alrededor de las 14:30-15. El almuerzo está preparado porque se cocina

por tandas entonces es cuestión de armar el menú y el almuerzo sale rápido, los tres almorzamos a más tardar a las 3:15-3:30 máximo porque también depende que si esta mi marido o no y de mi hijo estar con él. Son horarios críticos cuando despierta, cuando tienen sueño, cuando tienen hambre entonces ahí trato de tener un margen amplio porque no me gusta tener cosas agendadas a esa hora porque no sé que puede pasar. En general él es autónomo, entonces él se desenvuelve con normalidad el tema era también que cuando trabajaba y no tenía una metodología o estructura con él yo no tenía un trabajo tan bueno era muy monótono y hacía cosas con menos calidad porque tenía que estar pendiente de él y antes usaba pañal y hacía cosas que tenía que estar yo más encima. Antes lograba trabajar una hora, un poco más pero ahora ya no ahora trabajo más de 2 horas mínimo y estoy full sentada en la computadora y tengo una persona que me ayuda a cuidarlo solo eso. A las 16:30 sale con ella y juega y lo alcanzo en el parque lo paso a buscar por decirse y volvemos a la casa a las 18:30. La niñera lo ayuda a tener un vínculo y que se entretenga y poder desligarlo de mí porque antes no podía separarse de mí y esto de tener a alguien hizo que él se pudiera separar de mí y estar con ella que está de 15 a 18 de la tarde. Para mí no es prioridad que ella le enseñe algo porque él está en una etapa en la que yo más valoro que juegue libre y que haya una persona disponible para lo que él sea que quiera aprender más que una actividad estructurada. Los alcanzo a las 18:15 y de ahí estoy con él hasta las 19 para a las 19:30 estemos cenando y a las 20 se esté bañando y durmiendo a

las 20:30-21. En promedio a las 21 está durmiendo. Generalmente en las noches me dedico a mi otro trabajo de guía y durante el día mi trabajo de comercial. Trato de no dormir más allá de las 23 hay veces que me paso otro día me quedo dormida con él y paso tiempo con mi esposo dependiendo pero ese es otro espacio que tengo. Soy de esas personas que necesita tiempo para dormir así que trato de no pasarme. Puede pasar también que mi hijo se despierta en la noche o yo me despierto entonces igual tengo que estar atenta a eso.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

Depende del momento ahora cambiamos la cuna de nuevo entonces el espacio de la siesta el cuarto mío era suyo y mientras él dormía mi espacio era el de su pieza que es un cuarto donde están sus juguetes y ahora yo estoy en mi cuarto porque él está en su pieza y ahora he habilitado más mi espacio para trabajar estaba en la terraza o en el cuarto. Yo me acomodaba, le preguntaba donde vas a estar y me acomodaba podría ser el comedor, la terraza o su cuarto. Hoy día no hoy estoy más en mi cuarto y tengo una mesita que me ha servido para un montón de cosas y este ya es mi espacio para descansar y para trabajar así que eso. Desde que él está con la niñera como dos meses que están más definidos mis espacios. Intento hacer ejercicio todos los días en el living con el

celular y estoy pendiente y le digo a mi hijo lo que voy a estar haciendo dependiendo del ejercicio. Las reuniones también las hago en la pieza cuando el no está durmiendo acá pero su duerme acá ocupa su habitación como oficina. Pero ahora volvió a dormir en la pieza nuestra con su cuna porque ha costado que vaya al baño en la noche bien. Mi hijo igual ahora juega en todas partes casi porque mi hijo no está sujeto a que solo en el living o su pieza puede jugar porque tiene juguetes y materiales por toda la casa aunque igual tenemos un lugar donde él tiene sus cosas.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

Todos los demás espacios

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Ha cambiado mi pieza, creo que cambio el hecho de que ahora está más definido mi espacio y momento de trabajo porque tengo un espacio y mi hijo en el momento que trabajo está con otra persona entonces ya me puedo desligar y él igual tiene acceso a mi no es que yo me pueda desligar por completo pero ahora tengo mi espacio y lo he conversado con él.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

El principal cambio desde febrero es que tengo a una persona con mi hijo y horas más claras de

trabajo que antes estaban definidas pero eran con menos concentración, menos tiempo, menos productivo eso ha sido el principal cambio durante la pandemia. Y antes de la pandemia, yo trabajaba en otro trabajo y los tiempos y espacios estaban mucho más divididos estaba desde las 9:00 am hasta las 15 pm trabajando y de ahí volvía a la casa. También fuera de la oficina estaba mi hijo con su papá o una niñera que también nos ayudaba y de ahí era full casa y mi hijo hasta el otro día y un mes antes de la pandemia renuncié a mi trabajo y me dediqué full a nuestro emprendimiento y estar con mi hijo buscamos también jardín y todo pero nunca fue exitoso porque nunca pudo estar en el jardín sin mi entonces al final pasabamos tardes o mañanas con el y de ahí el resto jardín pero yo tenía que estar ahí no lograba trabajar y ese periodo fue difuso muy de ver que onda, fue difícil. A las actividades domésticas dedico 1 o 2 horas al día no es mucho porque si se puede intento tener ayuda doméstica también dos veces a la semana y esa persona hace un aseo profundo y mantener, hacer baños, limpiar, lavar. A mi hijo dedicarle a tiempo full el y actividades cotidianas pero full él es como una hora y media, dos horas al día pero el resto estoy con el todo el día pero no full con él pero también los tiempos son acotados están mezclados. Hoy siento que mi jornada está mucho más equilibrada, la gestión del tiempo y siento que al final y cómo lo veo y el tiempo uno lo administra desde el autoconocimiento que uno tiene y cuanto puede dar. A diferencia del año pasado bajé las expectativas también yo venía de un periodo de transición previo a la pandemia, de dependiente a independiente

y lidiando con el estrés de la pandemia. Pero ahora entendí como quería llevar el tema de los roles y han cambiado las expectativas. Lo primero es que he podido pedir lo que realmente necesito y lo que podía pedirle a mi marido. También tener ayuda doméstica nos ha ayudado mucho porque era mucho tiempo el que ocupábamos de eso uno cree que puede hacer esas cosas en poco tiempo pero no y en esos minutos ahora hago cosas que me llenan mucho más.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Previo al encierro y ahora no tenemos ganas de hacer cambios en la casa.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Entre el cuarto de mi hijo y mi pieza tengo reuniones y cuando voy a tenerla me preocupó de los horarios y las coordino yo y que ofrezco también y me preocupó de ordenar atrás. Duran como 1 hora o 2 máximo y mínimo 20 minutos.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Generalmente no porque las planifico de noche o tarde pero si mi hijo se despierta cancelo la reu-

nión o la muevo porque mi hijo con sueño no puede estar y tengo que estar con él y las que son por la tarde las hago en la hora de la siesta o cuando él está con la cuidadora

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado?

¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Mi esposo no hace tantas labores son como cosas muy puntuales tenemos dividido por ejemplo el desayuno, sacar a la perra y ya está priorizamos el tiempo que él está acá y que esté disponible para mi hijo. Las labores como lavar, asear las hago yo él no hace eso y hay cosas que acordamos desde que empezamos porque nos conocimos compartiendo una casa entonces hay dinámicas que hemos mantenido pero igual siempre ha sido tema. Porque a medida que pasa el tiempo se van cargando cosas a la mujer o una las va asumiendo no sé en qué momento hay una línea ahí difusa porque antes como éramos compañeros de departamento pues cada quién se encargaba y ambos colaboramos en qué momento eso empieza a hacer tema no lo tengo claro pero si recuerdo que para ordenarnos era tema porque ellos hacen las cosas de una manera y uno de otra y el tema era por qué no le echaste el cloro yo le echo menos y así se vuelve un tema. Y también teníamos ayuda y yo mantenía el orden. Siempre ha pasado también que mi esposo siempre trabaja más horas fuera que yo y estudiaba entonces su día era el domingo

y tenía muy pocas horas en casa y cuando eso es así bueno son trabajos que exigen en horas pero también físicamente. El tema doméstico es más de la mujer.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

Lo más difícil que es prioridad o ocupa más tiempo es conectar con mi esposo, tener tiempo en pareja porque tenemos horarios muy distintos tenemos tiempos que necesitan coordinación hasta tener relaciones y con respecto a la crianza mi hijo demanda muchas exigencias y me pide ayuda con algo y no me puedo desligar y colapso pero lo importante es poder hacerme tiempo para mi. Es valioso los momentos para mi porque así también puedo ser la madre, trabajadora y pareja que quiero ser y actualmente creo que los tengo aunque sean cortos. Intento no tener carga mental y que no haya mucho ruido y me organizo

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuanta confianza hay en situaciones de emergencia?

Cuidar a mi hijo mis vecinos no me complica pero creo que mi hijo tiene que estar listo para eso también

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arri-

ba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Me imagino mi casa ideal dividida en dos pisos. El primer piso un living más grande y cocina también, patio y una piscina. Alguna sala de estar del común de las habitaciones. Un baño que no compartamos o sea que cada uno tenga su baño. Cuando las casas tienen dos pisos hay mas vida arriba y abajo y yo y mi esposo somos distintos igual cada uno tiene sus gustos y cosas. Y pienso en una pieza que sea de visitas o que podamos usar extra.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

No me siento una mujer de pandemia. Para mi ha sido una situación más, como el ser esposa, no lo he vivido desde el miedo, al principio sí pero ahora no. Ahora que está la información y todo y la vacuna para mi no me siento una mujer de pandemia me siento como una mujer que ha vivido una pandemia pero no lo veo como algo que me define. Ha sido un proceso de conocimiento y de ser madre y todos los sentires que tuve en ese tiempo y ahora los pude sanar bien. Siento que ahora he podido tener mejor relación con la maternidad también. Me di la oportunidad de terapearme y que me permitieron entender lo que estaba viviendo a nivel físico y psicológico y también la relación con mi hijo y los tiempos. También coordinarme mejor con mi trabajo y emprendimiento. Hay dos cosas entonces, el trabajo y conocimiento y en términos prácticos una misión y visión de vida que me ayudaran a poder definir mejor lo que quería y eso lo

traduzco en la vida que quiero vivir más adelante y traducirlo en objetivos y con eso también bajar mis expectativas a unas más reales y que realmente yo quiero.

Andrea Molina, 51 años - Santiago

Describe la rutina de un día

Vivo en una casa con mis 3 hijos. Me levanto entre 6.30-7 am a esa hora medito, tomo desayuno y luego a las 8.30 se despierta mi hijo de 9 años así que le doy desayuno y lo superviso para que se vea, haga su cama, todos los deberes como sus responsabilidades. por otro lado tengo que ordenar la casa, hacer camas, principalmente la mía y apoyo un poco a Maximiliano, mi hijo menor, bueno veo el tema del almuerzo, si hay que lavar ropa, lavo ropa. Eso. A las 9:50 tiene clases sincrónicas hasta las 10:30 después de eso tipo 11:30 tengo que tener listo el almuerzo para él porque él a las 12:30 se va a clases presenciales entonces 12:15 salimos de la casa nos vamos en bicicleta al colegio, lo dejo, vuelvo y de ahí seguimos con el tema de almorzar si esta mi hija o yo. Previo a irse al colegio veo que mi hijo menor prepare sus cosas lleve su colación, y coma algo antes de partir. De ahí trato de trabajar un poco lo que alcanzo después de almuerzo o antes de almorzar y luego salgo de nuevo a las 15:20 a buscar a mi hijo al colegio que sale a las 15:30 y de ahí vuelvo con el y entremedio en lo que él hace sus actividades recreativas está él ahí mientras yo trato de trabajar y tengo que

seguir haciendo otras cosas por ejemplo, colgar la ropa o secar la ropa, cosas domésticas de la casa, entremedio trabajo, entremedio preocupada de cosas domésticas es una mezcla no es nada tan establecido pero es así es como siempre ahí con mi hijo regulándole los tiempos en la tablet, regulando que haga otras cosas y yo trabajando y trabajo coordinando visitas y a veces salgo a mostrar propiedades o me dedico a temas administrativos. La mayoría de las veces mi hijo pequeño almuerza después de ir al colegio entonces almuerza a las 4. De ahí él habitualmente come o toma once algo, tipo a las 6 y de ahí a las 7 se tiene que duchar preparar sus cosas para el día siguiente, come a las 8. 8:30 y se está acostando a las 9.9:30. De ahí superviso que se bañe coma y todo eso pero de ahí le leo un cuento antes de dormir. habitualmente se queda dormido entre 9.9:30 y 10 de la noche. De ahí termino temas de la casa, lavar, cocinar y después trabajo y leo y me duermo como a las 12 de la noche o 1 am.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dónde se quedan/conversas con tus amigos?

Mi dormitorio es mi espacio personal, principalmente. Todos los demás son espacios comunitarios. Ahí duermo sola y tengo mis cosas.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

Living comedor, la cocina, el jardín porque son es-

pacios que ocupamos todos todos tenemos cosas ahí.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Ahora estoy en mi dormitorio que tiene su escritorio y todo se agudizó con la pandemia digamos. Con la pandemia los espacios han cambiado por ejemplo cambiamos los dormitorios, el de abajo yo tenía una pieza escritorio y eso se cambió y todos mis hijos compartían dormitorio, los hombres y las mujeres pero producto de la pandemia se hizo un cambio y al final mi hijo mayor ocupó el del escritorio y al final los hombres tienen su dormitorio y las niñas lo comparten que es el más grande y yo me cambié a un dormitorio que era como el intermedio. La idea era que cada uno tuviera su espacio, los horarios eran muy distintos y pasó más tiempo acá para ayudarme en la casa. Además de cambiarme de pieza agregue el escritorio pero nada más. Lo puse desde la pandemia. Antes de la pandemia existían inquietudes con respecto a los cambios que hicimos como los dormitorios de los hombres porque había demasiada diferencia horaria pero solo eso solo que con la pandemia se hizo muy urgente porque pasabamos más tiempo en las casas y eso obligó a habilitar mejor los espacios y cuidar mejor los espacios para respetar más los espacios personales porque mucho tiempo todos juntos.

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Completamente distinta. Esto se ve a que tenía más tiempo para trabajar independiente de mi hijo menor que iba toda la mañana al colegio hasta las 4 de la tarde. todo el día y eso me permitía a mi trabajar en las mañanas, hacer cosas en la casa, organizar mis tiempos personales de otras maneras y también les permitía a los hermanos grandes más independencia y movimiento. Hoy, los hermanos grandes son los que me tienen que apoyar a mi cuando tengo que salir a mostrar porque no hay nadie más adulto entonces sí se modificó mucho. En relación a febrero que estaba mi hijo de vacaciones había que estar creando temas recreativos y a nivel emocional también es súper desgastante porque además a todos los niños o por lo menos mi hijo le ha afectado mucho el tema de la pandemia, el encierro, la rutina excesiva como que los días son muy planos tienen poca estimulación, se aburren, se estresan, controlar el acceso a pantallas, etc. entonces sí, igual pudimos salir fue igual un mes estresante entonces ahora volver a clases tener otro tipo de estimulación estar con otras personas obvio que ha sido mucho mejor para todos nosotros tenemos dos horas en las que podemos enfocarnos en hacer algo distinto que es trabajar. Dentro de mi rutina añoro poder tener tiempo para mi, he podido estudiar por ejemplo y este año lo sigo estudiando pero eso es en la noche o muy temprano en la mañana que es lo que intento lograr para poder avanzar. A mi trabajo formal diario le dedico unas 4 horas diarias y a las labores de la casa unas 11 horas? 10 horas? si. Y sí, siento que al día le faltan horas me gustaría poder estudiar más, estudiar inglés y música. Creo

que quiero hacerlo más presente que futuro de hecho ahora estoy viendo de qué manera poder armarlo sobre todo mis salidas fuera o sacrificar horas de sueño día por medio, buscar un equilibrio. A diferencia del año pasado, cambió el año pasado fue mucho más duro emocionalmente porque fue un desgaste tremendo a nivel escolar porque tenía que hacer las tareas con mi hijo y todo y no es un niño que quiera hacer tareas entonces es muy desgastante emocionalmente. Cambió, hoy hay más posibilidades que el año pasado de hacer más cosas. Intento absolutamente no repetir los errores del año pasado por ejemplo, mi hijo menor un amigo de mi otro hijo le está haciendo clases viene dos veces a la semana, si tiene tareas, tareas y sino apoyo pedagógico entonces yo me estoy tratando de desligar lo más posible de esa situación para evitar los conflictos porque fueron muy duros el año pasado y se desgastó mucho. Empezó con terapia ocupacional también mi hijo, estamos abordando todo lo que no pudimos el año pasado. El año pasado fue super bravo también en mi trabajo me costó pero hoy en día también el corretaje ha mejorado y la gente busca espacios más grandes también, busca hacer cambios porque el año pasado fue un año duro y a veces los lugares físicos te recuerdan, se vinculan a situaciones de estrés y uno decide hacer un cambio y sentir que se está renovando y efectivamente como el año pasado se generaron muchas situaciones de conciencia que este año me han permitido tomar decisiones distintas y acortar las situaciones de conflicto me pude haber enfrentado a una situación de conflicto el año pasado pero hoy la resuelvo mejor.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Me gustaría mejorar afuera, quiero poner un toldo para poder usarlo en invierno y usar más el jardín principalmente y habilitar un comedor de diario.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Muy pocas con mi familia, la verdad es que no me gusta el zoom todos mis clientes absolutamente por teléfono o por videollamada pero principalmente atención telefónica por whatsapp y temas muy puntuales de arriendo o particular. y con mi familia más llamadas por teléfonos. Me suelo conectar desde mi teléfono más que mi computador, si me conecto las reuniones no duran más de una hora. Si está mi hijo menor me reúno en mi pieza pero si él no está me pongo en el comedor o en otra parte.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Sí. Lo hablo con mis hijos, con el mas pequeño sobre todo que es el que más me pide cosas durante la reunión entonces yo le pido que espere un poco, lo resuelvo y vuelvo.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Sí, he tenido dificultades para equilibrar el trabajo formal y las labores y lo veo en que siempre tengo que sacrificar algo ponte tu, tiempo laboral para poder dedicarme a otras cosas o por otro lado, también estoy muy cansada entonces tampoco tengo la energía para poder buscar espacios creativos y recreativos para mi entonces estoy tan cansada que al final busco herramientas que a él (hijo menor) le pueden servir para que el se pueda entretener y soy una madre más vieja entonces eso igual es distinto. El año pasado dividimos muy bien las tareas algunos les toca hacer almuerzo, labores de la casa, mucho más dividido pero este año no ha podido ser tan así. la verdad es que ha sido casi nada porque mi hijo mayor está trabajando y no está en la casa, mi hija mayor se operó de la cadera y tampoco puede ayudar mucho, ahora ayuda un poco más pero está con mucho estudio y mi otra hija está en cuarto medio y preparandose para dar la psu y todo entonces ha estado la ayuda pero muy poca. A mi, la tarea más complicada, la que mas me cansa por el momento ha sido cocinar como que todos los días buscar algo distinto para hacer y hacerlo y darte el tiempo porque cocinar no ocupa menos de una hora, una hora y media nunca menos que eso. También lo otro que aprendí fue a soltar el tema de la limpieza, a decir se puede dejar hasta aquí y hasta aquí nomás se hace y

chao es lo que hago. Lo otro también planchar que es super pesado. pero esto yo ya lo hacía antes de la pandemia porque no tenía nadie que me ayudara solo que ahora también he aprendido a soltar cada día más ciertas tareas y también he aprendido a pedir ayuda. Por que una cosa es soltar y que todo quede ahí pero otra cosa es soltar y que todos nos involucremos para que las cosas estén mejor. entonces el año pasado pedí más ayuda y este año dije si están los recursos me voy a cuidar.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Cuando nos dividimos las tareas el 2020, lo conversamos y las pusimos en un calendario bien grande en una pizarra blanca y era algo que cada uno tenia sus tareas y si se querían cambiar tenían que verlas entre ellos. Ahora todo recae más en mi, y justo el cambio que quería hacer este año era contratar a una persona dos veces a la semana pero con la cuarentena vino dos semanas y sigue en cuarentena su comuna.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

En que tengo que estar siempre tratando de coordinar una es coordinar mi trabajo con los cuidados de mi hijo chico y hoy es el más demandante, los otros grandes funcionan bien solos pero hoy día es eso. Mi función de madre de un niño de 9 años, con pandemia, con clases entremedio, casa y colegio, mundo laboral y mundo económico que siempre es un estrés y querer desarrollarme como

persona, nutrirme más hacer mis proyectos personales sola. Ese es como el estrés mental que te diría yo. Siempre creo que se puede bajar la carga mental por ejemplo aceptar las cosas como son dejar de pelear las cosas, segundo, priorizar a lo que realmente es más urgente soltar todo el resto y confiar también en que mi hijo chico tiene la capacidad para generar sus espacios y recursos, todos mis hijos. No ser una mamá sobre mamá, sino que dejarle un espacio más pequeño a la maternidad, buscar un equilibrio.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuanta confianza hay en situaciones de emergencia?

Buena super buena, puedo recurrir a ellos y son cercanos. Nos organizamos por whatsapp de vecinos, un whatsapp de mamás de vecinos y tenemos un whatsapp de mamás con niños. La unica que podría necesitar ayudar para cuidar a los hijos de mis vecinos soy yo todos los demás tienen ayuda doméstica y son dos adultos, a veces me piden ayuda para cuidar a los niños cuando lo he necesitado muy excepcionalmente lo hago pero sino no. Nos comunicamos por whatsapp por temas de pandemia, como estamos de salud o vamos a seguir juntando a los niños o medidas extras o cosas del día a día.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Ahora se busca más arriendo, la gente está cansada entonces busca más espacio y patio por ejemplo si es que están con niños y todo eso. Donde más paso es la cocina, living, patio y mi dormitorio. Mi casa ideal creo que sería de un solo piso, con un patio despejado atrás. Una cocina más abierta, una mesa principalmente, los dormitorios me gustaría una para cada hijo y una pieza en suite y un espacio distinto uno para música y de trabajo otro distinto a la casa o pieza a parte. Mi dormitorio lo busco más un espacio sola, podría tener el escritorio en mi pieza pero me gustaría un espacio más grande.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en pandemia?

Ser mujer en pandemia ha sido súper demandante pero también ha sido un desafío bonito porque me ha obligado a replantearme cómo quiero ser o la mujer que quiero ser porque antes de la pandemia había menos conciencia en mí por lo menos estaba acostumbrada a seguir cierto ritmo, ciertas cosas del sistema, hacer ciertas cosas y en el colegio tenía la responsabilidad de acompañar a mi hijo en el tema escolar y trabajaba había más libertad podía permitirme una vida más de pareja incluso pero con la pandemia se generaron situaciones más de sobrevivencia, por un tema de salud y de protección, sensación de peligro permanente. Me di cuenta de que estaba siendo una mujer que no era la que yo realmente quería en todos los planos y me di cuenta que me permita aceptar de que me cansaba ser mamá y que ya no tenía tantas ganas de ocupar tanto espacio siendo mamá y a mí la

pandemia me desbordó maternalmente porque ser mamá, ser profesora en la casa, no tener tiempo para ti fue como no. no más esto no más transar mi propio espacio, transar mis sueños y mis proyectos por la maternidad, busca un equilibrio. Tiene que haber un equilibrio, osea no puedo vivir así, no quiero vivir así y me di cuenta de que me nutría muy poco con aquello que sí quería hacer entonces a mí ser mujer en la pandemia significó darme cuenta de las expectativas que existen en el rol de la mujer en general a nivel social porque era como obvio que uno tenía que abordar como mamá y ayudar a los hijos y tenía que ayudar en sus tareas y super bien como mamá, hacer las cosas, enfrentar emocionalmente lo mejor posible, tener que llevar una casa, tener que generar recursos y además estar bien emocionalmente entonces ni una posibilidad igual reventé, igual quedó la embarrá y me di cuenta que está mamá super mamá yo ya no quería ser más super mamá, me cansé y decidí aceptar que no y porque es un cuento que te cuentas en la mente. Ser súper mamá no es real siempre te pasa la cuenta hay un agotamiento, hay una capacidad física, uno necesita empezar a pensar en uno para estar bien con los hijos y con los demás pero primero tienes que estar bien para ti mismo y esa es una de las cosas más fuertes que viví porque tenía esa idea de mamá siempre sacrificada, siempre para los hijos, siempre dispuesta y llego un minuto en que dije no, no quiero más me cansé entonces empecé a revisar todo el tema, encontrar equilibrio y soltar lo que no era capaz de abordar. De hecho mi hijo en un minuto fue como chao no hizo más tareas, se

conectaba por zoom a veces y al final la resolución fue que siempre se conecte al zoom y vaya a sus clases, tareas mala pata y en las reuniones con los profesores quedamos que hiciera 3 cosas. Me permití llorar, me permití pedir ayuda, aceptar a estar sola y que necesitaba mi espacio y que nadie me tocara la puerta porque yo necesitaba estar sola es como que me permití que tenía que hacer cambios en mi vida no podía seguir igual y esa idea de mujer que yo tenía sobre exigida por todos lados porque socialmente también uno siente que tiene que cumplir, mostrar, ser una madre x, porque sino cómo y con esta idea de la generosidad con esta idea del padre hurtado "dar hasta que duela", yo no estoy de acuerdo con esa frase yo creo que uno no puede dar hasta destruirse, no puede ser, hay algo malo, algo que no es coherente uno tiene que amarse y cuidarse para mostrarle a los hijos lo que significa eso porque si uno tiene hijos sobre exigentes con base ansiosos, con la necesidad permanente de que hacen bien las cosas y eso también es super esclavizante y llega un punto en que uno tiene que decir que no quiere hacerlo, lo que yo quiero hacer es esto y no pasa nada. Nada se derrumba todo lo contrario los hijos crecen, se vuelven más autónomos, aprenden a resolver sus propias cosas. Entonces también darte cuenta que uno construye dependencias innecesarias entonces hoy la idea de mamá que yo tenía que ya venía modificándose, el año pasado fue como una explosión que dije no puedo seguir así porque me enfermé entonces este año ha sido un trabajo funcional y poder recrearme, entonces hoy estoy en eso en volver a ganar mis espacios personales

y volver a hacer lo que quiero hacer, quiero volver a la musica quiero seguir estudiando pero darle un tiempo acotado así a otras cosas. Lo otro también poder evolucionar y poder sanar las heridas de tu propia historia para poder construirte mejor, me he enfocado más en sanarme.

Eleonora Aldea, 37 años - Viña del mar

Describe la rutina de un día

Hijo de 13 y otro de casi 7. vivimos en un departamento con mi marido y mis dos hijos. Un día normal parte temprano porque los niños van al colegio entonces siempre más o menos a las 7 parte. El Cristóbal mi marido ve la mañana, les prepara el desayuno o los lleva al colegio, él ve la mañana y yo soy pésima en la mañana entonces él se encarga de eso pero lo más tarde que me levanto yo es a las 9 y hoy me di una licencia de quedarme hasta tarde pero usualmente a las 8-8:30 estamos todos levantados, los niño entran a clase a las 8:20-8:30 entonces a esa hora están en el colegio o conectados. El más chico por ejemplo se conecta aquí y yo en la mañana soy nada entonces lo que he estado haciendo hasta ahora por cosas de la pandemia lo que hago en la mañana estoy viendo el celular, respondiendo mails y hago labores domésticas en la mañana, lavo la loza, lavo ropa, hago las camas, aseo o aspiradora o hago almuerzo y todo esto lo hago mientras mis hijos están en el colegio o conectados y el Cristobal trabajando y después tipo 13. Mi marido o yo nos ponemos a cocinar y entre

1.30 y 2 almorzamos. De 14:00 a 15:00 almorzamos si o si todos los días y termina la comida y me quedo usualmente lavando la loza y ordenando la cocina y después de almuerzo es como el momento en que empiezo a trabajar ahí me pongo a hacer un proyecto que tenga pendiente o me siento a escribir pero a hacer cosas de la pega como pedidos, diseño, lettering esas cosas y en la tarde estoy o en el living o en la cocina ahí como que avanzo o entremedio bordo, en la tarde es mi tiempo de hacer las cosas que hago después ahí tengo unas horas de trabajo pero que igual es interrumpido porque si estoy en la cocina llegan los niños a buscar agua o sacar cosas y me cuentan cosas y después tipo 19:00 empieza el horario nocturno y ahí es hacer la once o preparar la comida. Los niños tipo 15 o 16 están fuera del colegio y se ponen a ver tele o dibujar o hacer otras cosas y ahí se pone más dispersa la cosa cuando los niños salen del colegio o terminan las clases virtuales como que están ahí medio flotando, entre 19 a 20 y ahí tienen que bañarse y uno de los dos lo baña y si yo estoy trabajando los baña mi marido sino yo pero solo a mi hijo chico el más grande se baña solo. Pijama y secar pelo y se duermen a las 9 y si me quedó algo por trabajar lo sigo trabajando en la noche o en la noche también escribo porque está más tranquilo para escribir y nos acostamos tipo 10:30-11 nos dormimos. Ayer nos dormimos a las 12:30 y eso fue muy tarde.

¿Dónde duermes?, ¿Dónde pasas la mayor parte del día?, ¿Dónde dejas tus cosas?, ¿Dónde trabajas?, ¿Dónde estudias?, ¿Dónde practicas tus hobbies/ actividades personales?, ¿Dónde te relajas?, ¿Dón-

de se quedan/conversas con tus amigos?

Son todos personales compartidos no hay ni uno que sea personal personal. En mi casa anterior tenía como un taller, un estudio, un escritorio, que tenía puerta se cerraba y era más como mío y en mi casa ahora tengo como un escritorio al lado de la cama pero también es el lugar en donde mi hijo chico hace las clases entonces durante toda la mañana yo no estoy acá. Está mi marido trabajando al lado y mi computador lo usa mi hijo chico para estar en sus clases entonces la mayoría del tiempo yo estoy o en el living o haciendo otras cosas o en la cocina en una mesa, en ese rincón como escritorio, lugar propio. Cosas mías están todas en mi pieza, tengo un mueble que tiene todo mi escritorio que antes estaba como en la pieza que tenía antes y habilité una repisa en la cocina con algunos libros porque allá tengo unos libros sobre escritura o sobre eso que ahí es donde suelo escribir. Mientras yo estoy en la cocina mi hijo menor usa el escritorio y le compré un teclado al ipad para poder trabajar y trabajo desde el ipad lo bueno es que la mayoría de mi pega la hago en el ipad.

¿Cuáles son los espacios compartidos?

El living, comedor, la cocina y un poco mi pieza.

Previo al aislamiento, ¿Los espacios de tu hogar estaban distribuidos de la misma forma? y ahora durante el aislamiento, ¿han cambiado?

Cuando estaba en Santiago no cambiaron los espacios, era distinto porque teníamos 4 piezas y cada

niño tenía su pieza igual que ahora pero teníamos la pieza del mismo tamaño que la pieza principal y ahí tenía mi escritorio y mis cosas era como el taller y eso era muy poco ocupado por las otras personas y mi pieza era para puro dormir. Y aquí no tengo un espacio propio como que solo está mi pieza o la cocina solo espacios compartidos. "Rinconcitos pequeños en espacios compartidos".

¿Tus tiempos han cambiado en relación a febrero de este año?, ¿Cómo lo hicieron?

Han cambiado mucho porque el año pasado yo estaba muy deprimida y estoy mejor que el año pasado anímica y enérgicamente entonces de hecho la pandemia siento yo me ha puesto mucho más doméstica como más incluso viviendo en Santiago. Yo quería de antes dejar de vivir en Santiago y la pandemia parecía que estaba todo mal. Entonces ahora que estamos en Viña a pesar de que hemos seguido encerrados porque hemos pasado mucho tiempo en fase 1, cambió mucho mi rutina porque ahora hago muchas más cosas de casa, yo antes no me encargaba tanto del trabajo doméstico. Entonces antes según yo le dedicaba mucho más tiempo a mi trabajo formal y cero al trabajo doméstico y ahora yo creo que estoy trabajando super poco en mi trabajo remunerado de diseño gráfico y trabajando hartito más en la casa y estoy eligiendo mis pegadas con pinzas maximizando por ejemplo los talleres, que los hago el fin de semana donde puedo tener el computador para mi misma, un taller online que me permite trabajar 2 horas y media en la semana y ganando buena plata entonces estoy

maximizando menor cantidad de horas mayor cantidad de plata. Entonces trabajo poco pero porque estoy más metida en la casa y en el funcionamiento de la casa, pero no se pueden las dos cosas, tengo que elegir. Lo bueno es que mis hijos igual ya son grandes como que no tengo hijos chicos, guaguas entonces eso igual ha ido cambiando igual porque ahí se ve la diferencia entre un niño de 5 y un niño de 7 mi hijo más chico va a cumplir 7 y el se entretiene solo no es tanta la demanda. Lo comparo con una amiga que tiene hijos de 4 y 2 que es una locura y no es tanto de que mis hijos necesiten de mi cuidado o mi vigilancia tanto como que me interrumpen. Son super buenos (sus hijos) para interrumpir entonces yo se que yo no puedo concentrarme en algo que necesite mucha concentración durante el día o cuando ellos están más libres porque sí o si me van a interrumpir porque tiene hambre o tiene sueño, es la interrupción la que me corta lo que estoy haciendo. Igual desde que llegue a Santiago que quería volver a Viña llegue el 2012 y quería volver el 2013. Es entretenido y lo pasé bien y todo pero yo siempre me vi volviendo a Viña entonces yo creo que desde que el 2018-2019 tuve una depresión muy grande y la razón del por qué me costaba era porque vivía en Santiago y tener como un ritmo que es demasiado acelerado y yo no tengo esa frecuencia, sentía que no me funcionaba y ahora me siento mucho más haciendo las cosas a mi ritmo que es lento porque siento que funciona más porque a parte la vida acá es más barata entonces siento que también venirnos a Viña tuvo un impacto super grande en esto que te cuento de bajar el ritmo estar en la casa, trabajar poco porque podemos. Porque

podemos depender de un sueldo. La pandemia igual permitió que mi marido pudiera trabajar por teletrabajo y venirnos. De hobby no tengo uno, la verdad es que soy buena para hacer nada, soy super fan del ocio siento que puede sonar raro pero me siento una persona creativa dentro de todo escribiendo, haciendo, dibujando eso es lo que hago y siento que para hacer eso el ocio es como integral como que necesito hacer nada y pensar entonces yo soy buena para hacer nada me doy muchos espacios de ocio, de estar viendo tele entonces lo hago mucho. Lo hice al inicio de la pandemia en las mañanas por ejemplo y eso me salvó encuentro en la pandemia. Ese espacio de no hacer nada y ver una cosa tonta y reirme. Valoro mucho los espacios de hacer nada o ver una película o literal no hacer nada, me preocupó mucho de tener esos espacios en la semana. La pandemia lo que ha hecho principalmente promover la aceptación de lo que uno es y de lo que uno quiere para su vida entonces yo siento que no, osea durante mucho tiempo estuve batallando con la idea de que mis mañanas no eran productivas de que no me levantaba a las 6 a hacer ejercicio y la rutina de skincare y yo sentía que tenía que tenerla igual te bombardean de todos lados de acuerdo a la cantidad de cosas que tienes que hacer solo para vivir como una mujer en este mundo entonces yo durante mucho tiempo, durante toda mi vida quizás he tenido esta problemática de que las mañanas las odio y he batallado con esa idea con esa sensación de que la productividad era como algo de levantarse temprano y hacer lo que tienes que hacer y tener el resto del día y siento que la pandemia me hizo decir que no importaba y que

no toda la gente es igual no a toda la gente le funciona la mañana. Yo ya me despierto temprano pero no me funciona. Y también a identificar los momentos en que estoy más productiva, más rápida siento que lo que he tratado de hacer desde que cache esto y siendo más comprensiva conmigo ha sido identificar esos momentos en que puedo trabajar concentrada y rápido y para mi eso siempre ha sido en la tarde, noche. Igual a veces es malo porque si yo estuviera sola por la vida trabajaría de noche no de día pero como tengo hijos no me puedo levantar tarde tampoco y siempre ha sido así lo de funcionar de noche. A las labores domésticas dedico al día 5 horas en un día, pueden ser menos. Pero uno no se da cuenta lo que toma el tiempo yo creo que colgar la ropa en el tendedero te demoras una hora. En la tarde dedico tiempo a mi trabajo formal entre 3 o 4 horas al día. Creo que uno nunca siente una satisfacción con la repartición de horas en el día, sí, al día le faltan horas. Lo que he estado haciendo es que uso mi agenda para organizarme con las tareas y mis lunes hago de todo, por ejemplo en esta agenda tengo solo anotado para el día lunes nueve tareas que cumplí pero ponte tú al día siguiente son cuatro. Lo que he hecho es identificar como me siento en el día y si me siento bien, energética o concentrada y repartir las tareas y ponerme tareas de acuerdo a eso, si pongo más o menos tareas. Pongo no sé cocinar, almuerzo que es una tarea pero uno no lo ve tanto como tarea siempre antes no lo hacía porque esas tareas que antes eran domésticas no las anotaba en mi lista de cosas que tenía que hacer entonces muchas veces veía y decía pucha no hice nada y en verdad, si había hecho cosas pero eran

todas de casa. Igual siento que más que me falten horas me falta energía y ganas.

¿Previo al encierro tenías ganas de hacer un cambio en tu casa?, ¿Y ahora, te gustaría hacer algún cambio?

Sí, de hecho queremos irnos de esta casa porque esta fue como donde llegamos, lo que encontramos para llegar y a pesar de que a mi me gusta mucho y tenía ganas de quedarme y todo mi marido que es la persona que probablemente va a teletrabajar por siempre porque su trabajo es en Santiago pero vamos a vivir aquí se hace necesario tener un lugar específico para trabajar. Queremos buscar algo más grande que tenga las 4 piezas de vuelta como para poder tener una pieza para dormir y otra para trabajar no como esto de que nos levantamos y se sienta al lado y se acuesta.

¿Te has reunido con alguien por videollamada?, ¿Desde qué dispositivo?, ¿Estas reuniones han sido familiares, recreativas o de trabajo?

Por el computador, ipad o el celular...una vez tuve una reunión en la calle. Las he tenido donde me pille la reunión nomás. Mis reuniones suelen ser de trabajo pero cortitas 40 min máximo o 20 min. He tenido reuniones con amigos también más con amigos que familiares para cumpleaños y cosas así y son super cortitas también con amigos he tenido juntas por zoom siempre son el fin de semana o en la noche.

Al momento de tener la reunión, ¿Planificas el lugar en que vas a tenerla?, ¿En alguna de estas reuniones has tenido que asistir a las personas a tu cargo?

Me da lo mismo en ese sentido donde tenerlas y cómo está el fondo. Trato de que por ejemplo cuando hago el taller, hago la cama o ahora hice la cama no quiero dar la idea de caos pero si entran mis hijos entran mis hijos y si me interrumpen igual no finjo que estoy en una situación ideal. Mil veces he tenido que asistirlos mientras estaba en una reunión. De hecho grabé unos videos el otro día y entran a sacar los zapatos o me preguntan cosas y siempre participan o de repente está quedando la embarrá afuera y gritan, pelean y yo así como en la reunión oye están peleando afuera perdón.

¿Has tenido dificultades para equilibrar tu trabajo formal con las labores domésticas o de cuidado? ¿En tu hogar se dividen tareas?, ¿y esa división es conversada entre todos, lo haces tú o alguien más?, ¿Qué tareas son más complicadas?

Sí, todavía siento que está desequilibrado porque es difícil porque mis hijos son más grandes y está difícil el tiempo con mis hijos. Mi hijo mayor tiene 13 años y tampoco él quiere que yo esté con él jugando un juego pero el chico es más chico y requiere de más tiempo y energía y en general ponte tú los tiempos con los niños los hace más mi marido. Porque mi marido está trabajando de lunes a viernes sí o sí en la oficina. Entonces cuando hay momentos en el fin de semana como de salir a pasear o de bajar a mi perra esos tiempo de calidad con los niños los hace más mi marido que yo. Yo estoy más a

cargo del día a día rutinario y estoy con ellos pero soy más la mamá que los reta y les dice que hacer y en esos tiempos del fin de semana yo me quedo en la casa haciendo más. Y siento que me falta más tiempo de calidad con los niños y en eso me siento constantemente y absolutamente al debe todos los días de mi vida. Y de repente uno no se da cuenta que un regaloneo corto o estar con ellos y decirles que los amas y que estás ahí. Darles un besito cuando se acuestan de repente es suficiente. Pero de pronto también pienso "No! y si todos los días no jugamos un juego de mesa" como que está mal, es como la exigencias que uno se pone por ver cosas en la tele incluso muy absurdo igual pero sí, mi gran tema es que siento que le doy demasiadas horas de mi vida a contemplar, el trabajo o realización personal y el otro tiempo a las cosas que hay que hacer en la casa pero como claro me siento todo el rato como que hay algo que no estoy haciendo con respecto a ser mamá. Creo que eso es lo que más me cuesta más que hacer labores o otras cosas. Porque a parte siento que yo soy una persona que desde chica nunca quise ser mamá y de repente soy mamá de dos y siento que me cuesta mucho ponerme al servicio de otros, de mis hijos, o de otras voluntades que no son las mías entonces me pasa mucho que lo que más me genera conflicto indudablemente es la maternidad y la entrega que se requiere para la maternidad como que ni siquiera tanto el trabajo doméstico que también es ponerse al servicio de otros pero en la pandemia le he encontrado algo más meditativo. El poder cumplir las tareas domésticas me baja mucho la ansiedad y el tercer lugar sería mi trabajo remunerado. Siento que

mis tiempos en relación al año pasado están mejor pero no sé si mejor organizados sino que mi actitud es más flexible, no sé si estoy mejor organizada pero si estoy más relajada en cuanto a si alcancé a hacer cosas o no como que antes esas cosas me carcomían la mente, como los pendientes, lo que no hacía, las responsabilidades y la wea y siento que ahora estoy más relajada y eso ha sido un efecto pandémico de aceptar y entender las capacidades que uno tiene en un periodo absolutamente extraordinariamente. Creo que podría hacer algo para poder cambiar mis horarios y ahora que los niños entraron al colegio está la posibilidad ahora que los niños van a estar un gran rato del día fuera está la posibilidad de ordenar mejor y obviamente quiero porque tengo muchos proyectos y necesito cumplir con plazos y tengo que hacerlos pero también pensando siempre que por mientras esta situación global y pandémica no se solucione todo con paciencia y comprensión. Tengo ganas de ocuparme. Pero en general las labores domésticas están super divididas, mi casa es la más paritaria todas esas quejas de "Ay, los hombres no sé qué..." en mi casa no existe no puedo quejarme de nada porque el Cristobal es el que más se mueve y no lo hace en un afán de demostrar sino que siempre asumió que era lo que tenía que hacerse y no es tema en mi casa. Siento que él es mejor dueño de casa que yo, yo lo hago con esfuerzo y a él no le sale tan difícil. Entonces en verdad cocinar ponte tu hay semanas que cocino yo toda la semana pero son pocas en general el cocina caleta, lava la loza, lava la ropa, tiende la ropa, ve a los niños mucho, es muy muy equilibrado ahora, porque antes era muy desequilibrado para él

porque él hacía todo. Eso era porque yo trabajaba más y porque yo estaba más o menos con mi salud mental y muy extrañamente ahora en pandemia estoy repuntando. Pero durante mucho tiempo fui floja en ese sentido y lo conversamos, fue necesario también cuando llegamos a Viña porque él tenía que trabajar en teletrabajo todos los días entonces yo también le expresé mi deseo de trabajar lo menos posible como que ese es mi sueño y le dije muy honestamente oye yo quiero trabajar lo menos posible y trabajar la menor cantidad de horas pero ganar la mayor cantidad de plata en esas horas y a mi me tinca que puede ser así que tu trabajes y yo me encargue más de la casa y me encargue de esas cosas caseras y quedamos más o menos en eso pero como igual está más equilibradas en este tiempo ahora hay horas que podría usar en horas domésticas o trabajo que las estoy usando en hacer cosas de la casa las estoy usando en sobrevivir. Mi marido no es así el es muy estable. Lo más complicado creo que es hacer los baños entonces limpiar los baños es terrible. De todas las cosas es eso que es lo más intenso, el resto de las cosas no es tan difícil.

¿Utilizan alguna herramienta para organizarse? Por ejemplo, una pizarra, calendario o aplicación.

Hemos querido, compré una pizarra y todo pero al final no, no fue.

Carga mental, ¿consideras que estás teniendo muchas carga?

Desde que estoy en viña, he agarrado un orden y

ritmo si siento que mi carga mental ha agarrado un ritmo piola y estoy cómoda con la organización actual. En otros momentos me he sentido más desahogada con el oh tengo que hacer tantas cosas, no sé cuándo, no sé. Y ahora siento que ahora no sé si es algo de orden pero si ahora estoy más permisiva quizás tengo el mismo desorden de siempre pero ahora se vivir con eso o soy más comprensiva con mis propios tiempos. No tan exigente. Si hiciste una cosa bien hoy día bien. Creo que algo externo que podría pasar para bajar la carga es que los niños vayan al colegio creo que es algo demasiado importante y de hecho por eso también los mandamos yo creo que también es un dominó, porque que entren los niños al colegio significa también mi marido no esté con mi hijo menor que era el que más requería que hiciera cosas y mi hijo mayor igual porque estábamos pendientes de que estuvieran en clases entonces ahora sacar esa preocupación del colegio virtual eso yo creo que va a ayudar caleta, no tener esa presión de estar vigilando que hagan las cosas. El que se libere esa carga mental y que a ambos nos liberemos de la carga mental es como un efecto dominó. Porque una cosa es que hagan las tareas, que se conecten a zoom pero incluso el hecho de que estén todo el día en la casa es algo que no es normal ni natural ni en las aldeas más primitivas los niños no están en la casa todos los días, están afuera y relacionándose, generando comunidad entonces no es normal ni natural que ellos estén 100% pegados a sus papás no están bien.

¿Cuál es tu relación con tus vecinos?, si existe una ¿Cómo se comunican y cuánta confianza hay en situaciones de emergencia?

Mis hijos tienen un grupo de niños que juegan abajo, que no tenían antes en Santiago porque yo vivía antes en una calle muy concurrida no había vida de barrio aquí sí, es un condominio muy residencial muy familiar. Entonces tienen amigos con los que salen a jugar. Y eso también es glorioso y a pesar de que ese contacto pueda ser un contacto estrecho creo que sigo dejándolos porque les da vida y los ayuda. No tenemos whatsapp porque son puros viejitos.

Dibuja cómo se distribuye tu casa vista desde arriba, con sus habitaciones, baño, cocina y espacios compartidos. ¿Cuales son los espacios en que te mueves?, ¿Cómo sería tu casa ideal?

Llegas al living y la cocina que son todo abierto plano abierto que le dicen en los programas, patio luego en el primer piso las piezas de mis hijos, baño solo para ellos. Luego en el segundo piso, nuestra pieza con un baño en la pieza nuestra y ojo que los dos baños tienen una ventana que da hacia afuera porque nos dimos cuenta de que necesitábamos tener un baño con ventana. Luego escritorio en una pieza a parte fuera de la cama y sala de estar familiar.

¿Qué ha significado para ti ser mujer en la pandemia?

La pandemia para mí ha significado abrazar ese

rol incluso un poco más que antes, entregarme un poco más a ese rol sin pelearle tanto como replegarme a la casa y a lo doméstico como refugio igual, siento que antes yo estaba demasiado estresada y demasiado presionada por mí misma a estar todo el tiempo demostrando que por ser mamá o por estar casada o por estar en la casa eso significaba que yo no podía ser exitosa como en todas estas otras cosas como tener un libro, hacer talleres, ganar plata, trabajar con marcas grandes, cosas así y ahora siento que un día exitoso puede ser un día en que mi casa esté limpia y que puede sentirse igual de exitoso siento que antes me avergonzaba incluso el hecho de estar en la casa o de hacer labores domésticas como que sentía que era indigno para mí. Algo muy tonto, pero que siento que a muchas mujeres de mi generación se les metió en la cabeza de que teníamos que ser distintas a nuestras mamás, distintas a las mujeres de antes y como que ser feminista significaba renegar un poco de eso de tener hijos, casarse, hacer cosas en la casa, ¿cómo qué? y es algo con lo que todavía batallo pero siento que desde la pandemia he cachado lo importante que es, la pega inmensa que es y lo brígido que es, es la pega que fundamenta todas las otras pegas. Y en mi caso lo que ha significado ser mujer en pandemia es ser mucho más comprensiva conmigo misma y con las otras que decidieron hacer lo que yo siempre consideré que era indigno hacer, como quedarse en la casa, cuidar hijos, cuidar familias y cuidar a sus maridos como que siempre consideré que era una opción inferior de vivir la vida y siento que desde la pandemia me he sentido tonta por haber pensado eso.