



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

“Una mirada a las familias biparentales con doble ingreso en la ciudad de Querétaro a través de la democratización familiar.”

Trabajo Escrito

Que como parte de los requisitos para obtener el Diploma de la Especialidad en Familias y
Prevención de la Violencia

Presenta
Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva

Dirigido por:
Dra. Amanda Hernández Pérez.
Querétaro, Qro.

Querétaro, Qro. a 7 de agosto 2019



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

“Una mirada a las familias biparentales con doble ingreso en la ciudad de Querétaro a través de la democratización familiar.”

Trabajo Escrito

Que como parte de los requisitos para obtener el Diploma de
La Especialidad en Familias y Prevención de la Violencia

Presenta
Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva

Dirigido por:
Dra. Amanda Hernández Pérez.

Sinodales:

Dra. Amanda Hernández Pérez.
Presidente

Dra. María Alejandra Hernández Castañón
Secretario

Dra. Sulima García Falconi
Vocal

Dra. Ilithya Guevara Hernández
Suplente

Dra. Lorena Erika Osorio Franco
Suplente

Centro Universitario, Querétaro, Qro.

Julio 2019

México

RESUMEN

Con el paso del tiempo las relaciones al interior de las familias han vivido innumerables cambios, es así que los estereotipos y los roles de género han marcado una diferencia en la actualidad, tal es el caso de las familias biparentales, donde las mujeres han decidido trabajar fuera de casa, ya sea por autonomía y/o necesidad económica, transformándose así en familias de doble ingreso. Sin embargo, el trabajo al interior del hogar, continúa siendo una responsabilidad femenina.

Si bien la participación de las mujeres en el espacio público ha aumentado en fechas recientes, la participación de los hombres en el espacio privado no. Es así que el presente trabajo retoma estos cambios sociales, con la finalidad de realizar un diagnóstico, donde se exploró la forma de organización de las familias con respecto a la repartición de las tareas domésticas y de cuidado de la infancia, las construcciones sociales de la maternidad y la paternidad, así como la participación económica respecto a los gastos del hogar y el autocuidado de las parejas.

A partir de los resultados obtenidos en el diagnóstico, se propone una intervención que busca promover la democratización familiar a partir de la promoción de los derechos humanos, la comunicación, la simetría de poderes y autonomía.

Palabras clave: familias biparentales de doble ingreso, democratización familiar, diagnóstico, tareas domésticas y de cuidado.

ABSTRACT

Over time, relationships within families have undergone innumerable changes, so stereotypes and gender roles have made a difference at present, such is the case of two-parent families, where women have decided to work away from home, either by autonomy and / or economic need, thus transforming into double income families. However, work within the home continues to be a female responsibility.

Although the participation of women in public space has increased recently, the participation of men in the private space has not. This is how the present work takes up these social changes, with the purpose of making a diagnosis, where the way of organization of the families was explored with respect to the distribution of the domestic and childcare tasks, the social constructions of the maternity and paternity, as well as the economic participation with respect to household expenses and the self-care of couples.

Based on the results obtained in the diagnosis, an intervention is proposed that seeks to promote family democratization through the promotion of human rights, communication, symmetry of powers and autonomy.

Key words: double-parent families of double income, family democratization, diagnosis, domestic tasks and care.

AGRADECIMIENTOS

Primeramente quiero agradecer la oportunidad que me dio la Universidad Autónoma de Querétaro por permitirme formar parte de ésta honorable institución, y del mismo modo al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, que gracias a su aportación económica logré dedicar todo mi tiempo y esfuerzo a la presente investigación

Mi más profundo reconocimiento a la Dra. Amanda Hernández Pérez, que me acompañó a lo largo de éste proceso, impulsando mis avances, y guiándome en todo momento, le agradezco su tiempo y dedicación.

Agradezco a las mujeres y hombres que me permitieron conocer a sus familias, entrar a sus hogares y escuchar sus inquietudes, su participación resultó valiosa e imprescindible para el presente proyecto.

Así mismo, agradezco a mi familia por su escucha, cariño y cuidado, así como por estar presente en todo momento, impulsando mi crecimiento y mis logros.

ÍNDICE	PAG
RESUMEN	
DEDICATORIA	
INTRODUCCIÓN	1
<i>I. Marco Teórico</i>	3
1. Familias	3
1.1 Concepto de Familias	3
1.1.2 Familia Biparental de Doble Ingreso	5
1.2 Roles y Estereotipo de género: tareas y responsabilidades	7
1.2.1 Construcción de lo femenino: la maternidad	8
1.2.2 Construcción de lo masculino: la paternidad	9
1.3 División Sexual del Trabajo	10
1.3.1 Doble Jornada de Trabajo	11
1.3.2 Trabajo Doméstico y de cuidado	13
1.3.3 Autocuidado de las y los cuidadores	14
1.4 Democratización Familiar: Relaciones igualitarias	16
1.4.1 La Corresponsabilidad en el cuidado	17
<i>II. Diagnóstico</i>	
2. Diagnóstico	19
2.1 Estructura Base del Diagnóstico	19
2.1.1 Enfoque del Diagnóstico	19
2.1.2 Planteamiento del Problema	19
2.2 Diseño Metodológico	20
2.2.1 Objetivo General del Diagnóstico	20
2.2.2 Población Objetivo	20
2.2.3 Estrategias, etapas y actividades	21
2.2.4 Técnicas e instrumentos del estudio	22
2.2.4.1 Realización de Instrumentos	22
2.2.5 Planeación del Diagnóstico	25
2.2.5.1 Cronograma	25
2.2.5.2 Recursos Humanos, materiales e infraestructura	26
2.2.5.3 Presupuesto del Diagnóstico	26
2.3 Plan de Análisis general de la Información	27
2.3.1 Conceptos e Indicadores de la situación micro de las familias.	27
2.3.2 Conceptos e Indicadores de la situación macro de las familias.	30
2.4 Análisis de Resultados	31

2.4.1	Análisis de la situación Macro de las Familias.	31
2.4.2	Análisis de la situación Micro de las Familias.	32
2.4.2.1	Caracterización de las familias	42
2.4.2.2	Principales problemas en las familias	43
2.4.2.3	Análisis de brechas en las familias	47
2.5	Árbol de Problemas	48
III.	<i>Elaboración del Proyecto de Intervención</i>	49
3.1	Diseño del Proyecto	49
3.1.1	Justificación del Proyecto	49
3.1.2	Objetivo	50
3.1.2.1	Objetivo General	50
3.1.2.2	Objetivos Específicos	50
3.2	Estructura del Proyecto	52
3.2.1	Elementos de la Estructura del Proyecto	52
3.2.2	Ruta Crítica del Proyecto	53
3.3	Metas del Proyecto	63
3.4	Indicadores de Efectos del Proyecto	64
3.5	Criterios de Valoración del Proyecto	65
3.6	Sostenibilidad del Proyecto	66
3.7	Modelo de Implementación y gestión del proyecto	67
3.7.1	Ciclo de Implementación y gestión	67
3.7.1.1	Esquema del Ciclo de implementación y gestión	67
3.7.1.2	Descripción de cada elemento que integra el ciclo	68
3.7.2	Plan de Gestión del Proyecto y estructura organizativa	68
3.7.2.1	Actividades de Gestión	69
3.7.3	Plan de Implementación	69
3.7.4	Plan de monitoreo y evaluación	71
3.7.5	Plan económico financiero	72
Conclusión		74
ANEXOS		76
Anexo 1.	Guía de entrevista semi-estructurada a hombres	76
Anexo 2.	Guía de entrevista semi-estructurada a mujeres	77
Anexo 3.	Cuestionario Hombres	78
Anexo 4.	Cuestionario Mujeres	84
Anexo 5.	Carta de Consentimiento Informado	90
Anexo 6.	Croquis	91
Anexo 7.	Carta Descriptiva “Taller dirigido a madres”	92
Anexo 8.	Carta Descriptiva “Taller dirigido a padres”	98
Anexo 9.	Carta Descriptiva “Sesión de Cierre”	103
Anexo 10.	Plan de Autocuidado	105
Anexo 11.	Test de percepción para madres	106
Anexo 12.	Test de percepción para padres	106
Anexo 13.	Collage Familiar “Trabajando Juntos”	107
Bibliografía		108

Introducción

El presente proyecto de intervención está enfocado a explorar cuatro familias biparentales de doble ingreso con hijos e hijas en un rango de edad de entre cinco a diez años. Madres trabajando medio tiempo padres tiempo completo, residentes del municipio de Querétaro. Interesa conocer las características de la organización familiar para llevar a cabo los trabajos domésticos y de cuidados. Por ello, el trabajo se divide en tres partes. Un marco teórico, un diagnóstico y un proyecto de intervención.

El marco teórico se divide en cinco apartados. El primer apartado sobre las familias, discute su conceptualización. La segunda parte habla sobre las familias biparentales de doble ingreso y sus características. Se sabe que la crisis económica, el alza de precios de la canasta básica, entre otros, ha provocado que un alto porcentaje de mujeres se coloquen en espacios laborales remunerados. A esto nos referimos con el reacomodo familiar, y los retos del trabajo doméstico y de cuidado, que históricamente han sido absorbidos por las mujeres. Pero en una familia biparental de doble ingreso ¿quién realiza las actividades domésticas y de cuidado? Esa es la pregunta generadora del proyecto de intervención. La tercera parte hace referencia a los roles y estereotipos de género, los cuales se catalogan como una construcción social, mismos que normalizan las desigualdades dentro de las familias. Como cuarto apartado se aborda la división sexual del trabajo, como una costumbre que deviene de los roles y estereotipos sexuales, teniendo como resultado dobles jornadas de trabajo dentro de las familias biparentales de doble ingreso. Dentro del mismo se habla del autocuidado de las y los cuidadores, como soporte fundamental dentro de las familias. Y finalmente, se aborda la democratización familiar como propuesta de intervención desde una perspectiva de derechos humanos, autonomía, simetría de poder y comunicación.

Por otro lado, el diagnóstico tiene por objetivo conocer la organización de los trabajos domésticos y de cuidados de cuatro familias biparentales de doble ingreso. Para ello, se divide en cuatro apartados. El primero es el enfoque del diagnóstico, así como al planteamiento del problema. El segundo el diseño metodológico. Como tercer apartado el plan de análisis general de la información macro de las familias. Por último, y a partir de un cuestionario y entrevistas semiestructuradas a padres y madres, se obtuvo información que sustentan los resultados del diagnóstico. Dichos resultados apuntan a que las mujeres continúan a cargo de la mayoría de las responsabilidades del hogar y del cuidado de la vida. Sin embargo, se observa un avance en temas de igualdad, puesto

que es evidente que los padres afirman tener conciencia del trabajo que implica el cuidado de las y los menores, esto, en definitiva, irá modelando las nuevas configuraciones familiares.

A partir de los resultados se elaboró una propuesta de intervención que consiste en un taller de tres sesiones por grupo, en un lapso de seis meses. Es decir, se trabajará una sesión de una hora, cada dos meses, con las madres, y una sesión de una hora, cada dos meses con los padres. Los cuales se centrarán en diseñar y compartir estrategias funcionales que las familias puedan implementar en su día a día, labrando un camino de progresos y cambios que les lleven a establecer relaciones más justas y equitativas dentro del hogar. Finalmente, se acordará una sesión para citar a las cuatro familias, en la cual compartan estrategias y avances que han tenido a lo largo de los talleres, generando en físico un collage representativo de la equidad en el trabajo del hogar, el tiempo que comparten con sus hijas e hijos y el propio autocuidado.

I. Marco teórico

1. Familias

1.1. Concepto de Familia

Para adentrarnos en el escrutinio de la familia se revisan varios autores. Uno de ellos es Giddens. El autor define a las familias como: “un grupo de personas [...] ligadas por nexos de parentesco, cuyos miembros adultos asumen la responsabilidad del cuidado de los hijos. Los lazos de parentesco [...] se establecen [...] mediante el matrimonio o por las líneas genealógicas que vinculan a los familiares consanguíneos (madres, padres, hijos, abuelos, etc.)” (Giddens, 1998, p. 190). Dentro de esa definición se puede observar que se da por hecho que la familia procrea hijos. Sin embargo, hoy existen otros tipos de familias que no los incluyen, por ejemplo, las parejas que deciden no procrear, la familia unipersonal, la familia lesbo u homo parental. En ese sentido, su definición es parcial.

Bohannan (1996) plantea que: “la familia es el determinante primario del destino de una persona. Proporciona el tono psicológico, el primer entorno cultural; es el criterio primario para establecer la posición social de una persona joven. La familia, construida [...] sobre genes compartidos, es también la depositaria de los detalles culturales compartidos, y de la confianza mutua” (p. 72). A diferencia de Giddens, Bohannan nos invita a observar otros elementos para comprender a las familias, pero sigue poniendo énfasis en los lazos genéticos. Hoy en día, existen familias que no tienen filiación consanguínea como una familia homoparental o heterosexual que adopta hijos, o una familia reconstituida.

Por otro lado, Esteinou menciona tres dimensiones de la vida familiar para contar con una visión más completa: la estructura familiar, las relaciones familiares y las relaciones de parentela:

“La primera comprende al grupo de personas que viven bajo el mismo techo, la amplitud y composición de este agregado de corresidentes, las reglas con las cuales éste se forma, se transforma y se divide. La segunda dimensión incluye las relaciones de autoridad y de afecto al interior de este grupo de corresidentes, los modos a través de los cuales éstos interactúan y se tratan las emociones y los sentimientos que prueban el uno con el otro. La tercera se refiere a las

relaciones existentes entre grupos distintos de corresidentes que tengan lazos de parentesco, la frecuencia con la cual éstos se ven, se ayudan, elaboran y persiguen estrategias comunes para acrecentar, o al menos para conservar, sus recursos económicos, su poder, su prestigio.” (Barbagli citado en Esteinou, 2004, p.100).

Se puede observar que la definición de Esteinou es más amplia pues se centra en los lazos de autoridad y afecto, elementos que configuran en todo momento las relaciones personales. Ésta definición va más allá reconociendo que la familia no sólo es un grupo de personas que cohabitan bajo un mismo techo, sino que dentro de éste núcleo existen sentimientos y emociones que los vinculan psicológica y afectivamente. Afirmando así, que la familia es una base o respaldo donde se encuentra ayuda y desarrollo.

Sin embargo, para poder adentrarnos al estudio de la familia resulta fundamental conocer los significados que se le ha dado en el tiempo. En los últimos siglos, la familia ha sido una de las formas de organización más efectiva para mantener el orden social. A partir de ella se ha construido una serie de valores y normas pretendidamente inamovibles legitimadas no sólo por la costumbre, sino también por la norma jurídica. Pero al ser la familia una estructura social, se encuentra en constante cambio. Por tanto, sus funciones, normas y valores cambian. Al respecto Román (2013) afirma: “la familia es una entidad que ha demostrado sus capacidades de resistencia y flexibilidad; ha resistido los embates e impactos de las enormes transformaciones sociales manteniendo su presencia como célula básica de la sociedad y, para hacerlo, se ha transformado, diversificando su composición y estructura y cambiando los roles y modelos de género (p.33).

Una de las grandes modificaciones a la cual se ha enfrentado la familia es la incorporación de las mujeres al ámbito laboral. Todo ello ha implicado grandes reajustes en los roles y expectativas de hombres y mujeres, generando nuevos retos y problemáticas. Al respecto Di Marco, et al. (2005) puntualiza: “Uno de los factores centrales en los cambios en la dinámica familiar es la condición de las mujeres vinculada con el mundo del trabajo. Si bien la inserción de las mujeres en el mercado de trabajo no es un hecho novedoso, se ha producido un importante crecimiento de la participación económica femenina a edades centrales” (p.40).

1.1.2 Familia biparental de doble ingreso

Dentro de la clasificación o tipologías de las familias encontramos a la familia nuclear tradicional o nuclear biparental con roles tradicionales, la cual ha ocupado un papel predominante en las realidades sociales, pues resulta la familia más común dentro del orden heteronormativo, y se caracteriza por ser un grupo de personas conformado por una madre y un padre, con hijas e hijos propios. Dentro de ese esquema tradicional, el rol o la función del padre era ser buen proveedor económico, en cambio, la madre, permanecía al resguardo del hogar, con todas las implicaciones y trabajo que eso representa, siendo ella la responsable del cuidado y desarrollo de los hijos y de su esposo. Al respecto Arriagada (2007) enfatiza: “Por largo tiempo, la familia nuclear con presencia de un padre proveedor, una madre ama de casa e hijos, fue considerada y aún lo es el paradigma de familia ideal y el modelo familiar sobre el que se planifican las políticas públicas” (p.129). Sunkel (2006) señala que: “la familia nuclear biparental con hijos, que en principio representaba el modelo tradicional de la post-guerra, se mantiene como el modelo predominante de familia: en el año 1990 este representaba el 46,3% de todas las formas familiares en América Latina, proporción que disminuyó a un 42,8% el año 2002” (p. 8).

A finales del siglo XX, otro tipo de familia biparental emerge con la profundización de la crisis. Se trata de la familia nuclear biparental de doble ingreso, que tiene como característica la incursión de las mujeres al ámbito laboral, siendo personas económicamente activas que suman sus ingresos al gasto familiar. Al respecto Esteinou (2010) la define: “donde la mujer trabaja; es decir, en donde se presentan dos proveedores [...] este tipo de familias suponen formas de organización distintas, a menudo implican una flexibilización en la estructura de roles y denotan el desarrollo de pautas valorativas y culturales distintas.” (p.23). Ese tipo de familias irrumpió en las conservadoras costumbres de finales del siglo XX. Rosario Esteinou y Alejandro Vázquez (2007) analizaron a las familias biparentales de acuerdo a la actividad laboral de las parejas:

“En 1984, el 77.9% de las familias en el país eran biparentales y esa cifra bajó al 69.1% en 2014. En contraste con ese declive, resalta el crecimiento de las familias biparentales de doble ingreso y las que más lo hicieron fueron aquellas donde la pareja trabaja de tiempo completo (de 10.22% a 19.83%) y donde el hombre lo hace de tiempo completo y la mujer de tiempo parcial (de 5.15% a 10%). En conjunto, estos dos tipos de familias de doble ingreso también aumentaron tanto en ámbitos urbanos como rurales (de 16.1% a 31.5% y de 14.1% a 27.1% respectivamente)” (p. r. 4)

En un estudio realizado a familias biparentales con doble ingreso sobre el manejo del dinero en la década de 1990 se encontró que: “El marido cumple el papel de principal proveedor económico [...]. Le entrega a su esposa una porción de sus ingresos [...]. La esposa, a su vez, emplea sus ingresos para cubrir los gastos que van más allá del nivel de vida mínimo garantizado por el gasto” (Benería y Roldán, 1992, p. 145).

Lo que se puede apreciar es que el salario del hombre no va dirigido íntegro a los gastos del hogar, dejando el peso de cubrir lo restante a la mujer, misma que utiliza por completo su ingreso para cubrir los gastos del hogar, y en pocas ocasiones invierte en su persona o autocuidado. Es decir, “el flujo de dinero [...] estaba sujeto a ciertos controles ejercidos por el hombre. En el patrón de aportación mancomunada, el primer punto de control era la capacidad del marido de retener o compartir información sobre el importe real [...]” (Benería y Roldán, 1992, p. 145). Este ejemplo nos habla de los ajustes en los roles de género que ese nuevo patrón familiar ha experimentado. De un control hegemónico económico ejercido por el hombre se ha pasado a otras formas de planear el gasto familiar. Sin embargo, se continúan perpetuando las desigualdades a través de formas diversas, tales como la culpa, puesto que a pesar de que los ingresos resultan ser mancomunados, los gastos personales que suelen hacer las mujeres para sí mismas no les hacen sentir placenteras en su totalidad, puesto que la ideología del altruismo maternal, les provoca un sentimiento de culpa, priorizando de nueva cuenta a las y los hijos y su pareja.

Otra de las desigualdades en esas familias son las dobles o triples jornadas de las mujeres. De acuerdo al Atlas de Género (2015), el promedio de horas de trabajo no remunerado dedicadas al cuidado de menores de 14 años (horas a la semana) en Querétaro es de 54.74 en el caso de las mujeres, mientras que los hombres contribuyen con 26.62 horas a la semana. Lo que las cifras dejan al descubierto son las problemáticas que se encuentran sorteando las familias biparentales de doble ingreso, y en específico las mujeres. Eso se da pues a pesar de que han encontrado espacios de desarrollo y avance económico, no dejan de ser las responsables de las y los hijos, así como de las tareas del hogar, enfrentándose a dobles y triples jornadas que las someten a desgastes físicos y emocionales, que en algunos casos pueden desencadenar en enfermedades físicas y mentales.

1.2 Roles y Estereotipo de género: tareas y responsabilidades

Como parte de la socialización primaria de género encontramos un elemento fundamental que es el rol de género, mismo que es aprendido desde los primeros años de la vida de hombres y mujeres, ya sea por imitación o por frases que vamos escuchando a lo largo de la vida, donde se nos imponen tareas, comportamientos y responsabilidades en función del sexo biológico. Lamas (2002) señala:

“...el papel (rol) de género se configura con el conjunto de normas y prescripciones que dictan la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino. Aunque hay variantes de acuerdo con la cultura, la clase social, el grupo étnico y hasta el estrato generacional de las personas, se puede sostener una división básica que corresponde a la división sexual del trabajo más primitiva: las mujeres paren a los hijos y, por lo tanto, los cuidan: ergo, lo femenino es lo maternal, lo doméstico, contrapuesto con lo masculino, que se identifica con lo público” (p.33).

Dentro de las familias, el cumplimiento de dicho rol se traduce en asignar a las mujeres la responsabilidad de la maternidad (muchas veces no deseada) y el cuidado de las y los hijos. El rol social de género que se impone es la creencia de que las mujeres cuentan con habilidades para las actividades manuales y el cuidado, y es por ello que todo lo que se relacione a alguna actividad dentro del hogar ella debe realizarlo. Y es que al ser el rol social de género un aprendizaje cultural, trae aparejado un castigo social en caso de no cumplirse, pues incluso se puede señalar a la mujer de mala madre o desobligada al no seguir dichos mandatos al pie de la letra.

Por su parte, dentro de este pensamiento occidental binario, a los hombres no se les exige las mismas cosas y actividades que a las mujeres. En contraparte de lo femenino, a ellos se les impone unos roles donde deben imponer control y poder dentro de la familia. Su rol es estar alejado de las tareas domésticas y de cuidado, y pasar largas horas en el espacio laboral, asumiendo que en casa habrá una mujer que cuide de los integrantes de la familia.

Al igual que el rol de género, el estereotipo social de género, se construye socialmente, a base de ideas que no se cuestionan, y que son justificadas por la tradición “pertenecen al imaginario colectivo y se presentan como la pura realidad objetiva e incuestionable, ya que están vinculados con la estructura social y obviamente trascienden así a la sociedad”. (Hernández, 2014, p. 67).

La familia es también el primer lugar donde se estereotipa a sus miembros. “Lo estereotipado consiste en el seguimiento de un modelo preestablecido, conocido y formalizado, que se ha

adaptado de una manera fija”. (Hernández, 2014, p. 67). Resulta de suma importancia aclarar que el mandato de género es algo que afecta no solo a las mujeres.

“A pesar de vivir en una cultura de estereotipos sexistas, en los que aparentemente se privilegia al hombre sobre la mujer, en realidad los estereotipos afectan de forma negativa a ambos porque se constituyen en patrones o paradigmas divisionistas que no permiten el descubrimiento, el desarrollo y la expresión de cualidades y valores propios del ser humano, sin distinción de sexo” (Hernández, 2014, p. 67)

Como ya se mencionó, la familia es el núcleo donde se pueden aprender principios de igualdad eliminando roles y estereotipos de género. Sin embargo, la cultura patriarcal jerárquica en la que vivimos, resulta una gran barrera de cambio. Para paliar esto, existen instrumentos jurídicos como la Convención sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW), entre otros. Sin embargo, la gran tarea es ir armonizando las leyes y los convenios a la realidad donde los estereotipos y los roles de género aún se cuelan debajo de la mesa.

1.2.1 Construcción de lo femenino: la maternidad

Como parte de los roles y estereotipos femeninos, se encuentra la idea de que las mujeres tienen que cumplir con ciertos requisitos para ser aceptadas como tal, y dentro de estos mandatos se encuentra la maternidad como piedra angular. Para lograr abordar el tema de la maternidad resulta fundamental desmitificar la idea del “instinto” de ser madre, pues suele ser una idea arraigada que ha atravesado históricamente el cuerpo de las mujeres, someténdolas a castigos sociales por no desear o disfrutar ese rol asignado, sosteniendo ésta idea a partir de lo natural que es amar a otra persona que nace de ti. “La maternidad es comúnmente considerada por la mayoría de las personas como un hecho natural o dado, que realiza y completa a la mujer, fructifica el amor de la pareja y concretiza el triunfo de la vida ante la muerte al trascender en los hijos.” (Ávila, 2004, p.55). La maternidad no solo es el hecho biológico de parir un hijo o una hija, sino todas las implicaciones que conlleva hacerse cargo de un menor, tales como el gasto económico, la carga de trabajo, etc.

Verea (2004) señala: “La multiplicación de necesidades económicas a raíz del nacimiento de un/a hijo/a, así como la vulnerabilidad que supone la crianza en términos de capacidades, tiempos y energía, crean circunstancias de precariedad que conducen a condiciones humanas explosivas,

considerando los papeles de género que suponen que sean las mujeres quienes carguen con prácticamente todo el peso del ejercicio de la maternidad, el cual muchas veces se confunde y suma a las dobles jornadas de trabajo” (p.14).

Es de suma importancia que la maternidad sea sobre todas las cosas una decisión propia e informada, para generar espacios de respeto y cordialidad, donde ambos padres sean responsables de los hijos que ambos procrearon, a fin de cohabitar en un espacio donde las mujeres no tengan cargas triples. Existen diversas realidades al respecto, pues muchas mujeres han optado por no ser madres, y se han enfrentado a la crítica social, empezando por sus propias familias, y las mujeres que han decidido tenerlos continúan sorteando la maternidad con sus ritmos de vida, muchas de ellas se olvidan de su persona y priorizan a las y los hijos sobre ellas, teniendo como resultado mujeres que no viven plenamente la maternidad, y olvidándose de su autonomía.

1.2.2 Construcción de lo masculino: la paternidad

La identidad masculina, al igual que la femenina es una construcción social que le va dando forma y representación a lo que significa ser hombre en cada sociedad, cultura y época específica. La masculinidad está fundada en los roles y estereotipos de género, mismos que marcan una exigencia hacia los hombres muy alta, llevándolos incluso a situaciones de miedo e impotencia frente a un mundo de precariedad económica, siendo ellos los encargados de ser los proveedores de la familia por excelencia.

Por otro lado, el ejercicio del poder y la búsqueda de sumisión en relación con los demás miembros resulta ser otra muestra de ésta masculinidad, generando desigualdad y dando origen a la violencia. Y finalmente, la distribución de las tareas del hogar se continúa viendo como un rasgo femenino el cual desvaloriza su virilidad. Y es así que los hombres se enfrentan a lo largo de sus vidas con un sinnúmero de mandatos que los obliga a ser de ciertas formas, y muchas llegan a ser violentas hacia ellos. “La manera en que se nos educa para ser hombres no sólo limita el desarrollo personal, también predispone a una serie de problemas de salud y es factor clave que desencadena situaciones conflictivas en el seno de las familias” (De Keijzer y Ayala, 2010, p.26)

Pero dentro de esas realidades del género, se encuentran algunos hombres cuestionándose la posibilidad de vivir paternidades diversas, basadas en la democratización familiar, reconociendo

que la figura paterna, no sólo es el padre biológico proveedor de bienes materiales, sino una figura de apoyo, escucha y colaboración permanente dentro del hogar, involucrándose en temas de cuidado y autocuidado de ellos mismos. Al respecto, una de las medidas que aporta una nueva visión de la paternidad son esos esfuerzos que organismos internacionales hacen por la igualdad y la democratización familiar.

Al respecto: “la Resolución relativa a la igualdad de género [...], adoptada por la Conferencia Internacional del Trabajo (CIT) en 2009 reconoce que las medidas de conciliación de la vida laboral y familiar interesan a los hombres y a las mujeres. La Resolución insta a los gobiernos a formular políticas adecuadas que permitan equilibrar mejor las responsabilidades laborales y familiares [...]” (p.8).

1.3 División Sexual del Trabajo

El trabajo remunerado ha estado sesgado por el sexo y el género, muchas teorías androcéntricas se han dado a la tarea de justificar lo “natural” de esa división sexual del trabajo (dónde hombres trabajan fuera de casa y mujeres se ocupan del hogar). Por ejemplo, encontramos la teoría del hombre cazador-proveedor, la cual coloca a la mujer en un espacio poco importante para la evolución humana. Al respecto Martín (2008) señala: “Según sus teorías, mientras los varones se dedicaban a la caza, las mujeres recogían plantas para la alimentación y cuidaban de los niños y niñas [...]. Esta [...] división generizada del trabajo está íntimamente relacionada con la infravaloración del trabajo femenino” (p. 192).

Es así que el concepto de trabajo se ha construido bajo una mirada masculina, asociada al ámbito público, posicionando a la mujer en el espacio privado, dándole un menor valor a sus actividades, incluso no llamándole trabajo a sus actividades para la reproducción del grupo.

Otro elemento para comprender la división sexual del trabajo es el rol biológico de la reproducción humana, pues ese elemento ha sido la justificación histórica de la división sexual del trabajo. Se ha argumentado que la mujer es más apta para estar dentro del hogar por parir a los vástagos. En ese sentido, resulta necesario repensar el papel de la división sexual del trabajo en la familia actualmente, pues los esquemas económicos han evolucionado, y las necesidades también.

Un ejemplo de ello, es la incursión de las mujeres a espacios laborales remunerados formando familias biparentales de doble ingreso.

Los hombres llevan siglos ocupando espacios públicos y de decisión, y por tanto, las estructuras laborales que generaron son a su medida. En ese sentido, es urgente repensar las características de estos espacios laborales pensados por y para los hombres. Pues esa división sexual del trabajo condiciona las oportunidades para las mujeres. Por ejemplo, el acceso al mundo laboral tiene grandes brechas salariales, horarios de trabajo que no pueden conciliar la vida familiar, etc.

Aunado a esto existen barreras invisibles que no se encuentran expresadas en reglamentos oficiales que impongan una limitación explícita en la carrera laboral a las mujeres, a este fenómeno se le conoce como techo de cristal, que incluso impide que las mujeres ocupen altos cargos o puestos de decisión que por ejemplo impliquen movilidad de residencia o tiempos corridos de trabajo, puesto que por costumbre las mujeres han sido históricamente las encargadas de cuidar de la familia, y ante un comportamiento distinto corren el riesgo de ser juzgadas. Al respecto Varela (2008) comenta: “La división sexual del trabajo no sólo diferencia las tareas que hacen hombres o mujeres, además, confiere o quita prestigio a esas tareas y también crea desigualdades en las recompensas económicas que se obtienen” (p.173).

1.3.1 Doble jornada de trabajo

Una característica fundamental de los roles y estereotipos de género es que son cambiantes, dependiendo la época y la sociedad que los construye. Es así que la idea de que las mujeres sean madres de tiempo completo realizando labores domésticas y de cuidado ha ido cambiando. Esto no significa que las mujeres dejaran de realizar las mismas actividades en el hogar, sino más bien a su rol de madres se agrega la carga del trabajo remunerado. “[...] las nuevas responsabilidades laborales de las mujeres se agregan a las correspondientes al espacio doméstico” (Tobío, 2010, p. 95). A esto se le llaman dobles jornadas.

Los movimientos sociales de las mujeres se han encaminado a abrir sendas en los espacios públicos, tales como tener derecho a la educación, a votar y ser votadas en decisiones democráticas, así como estar en espacios académicos universitarios, y tener una autonomía económica.

Todos estos cambios han traído como resultado nuevas realidades, puesto que hoy en día se tiene registro de un alto índice de mujeres ocupando espacios laborales remunerados. Sin embargo,

persiste la idea de que el trabajo doméstico y de cuidado es responsabilidad de las mujeres. Varela (2008) señala: “Las mujeres han conseguido el derecho a la educación y al trabajo retribuido, pero la mayoría de quienes trabajan fuera de sus casas [...] continúan encargándose [...] del trabajo doméstico y del cuidado de los hijos. Es la tremenda doble jornada o doble presencia.” (p. 147).

Además, el Estado poco ha hecho por revertir esa doble carga que se asigna a las mujeres, y al no contar con una infraestructura para estas nuevas realidades laborales deja sin opciones a miles de mujeres. En ese sentido, esa nueva necesidad de cuidado lo solventan otras mujeres de la familia de forma gratuita o de existir la posibilidad económica, un servicio privado. En otras palabras “la escasez de recursos institucionales suficientes para el cuidado de los menores obliga a las madres que trabajan a desarrollar estrategias para compatibilizar ambos mundos, generalmente basadas en su sustitución por otras mujeres: abuelas o inmigrantes” (Tobío, 2010, p. 91). Por ello, las mujeres han tenido que emplear estrategias múltiples para sostener sus deseos de superación y desarrollo profesional, a la par del “deseo” de ser madres y tener una familia propia. Esas son las dobles o triples jornadas. Sin embargo, el fantasma de la infravaloración de las tareas domésticas y de cuidado que realizan las mujeres asecha día a día en sus vidas, pues las familias e incluso las mismas mujeres no lo reconocen como un trabajo que requiere esfuerzo, tiempo, dedicación y desgaste físico.

La Organización Internacional del Trabajo, realizó en el año 2016 un resumen ejecutivo respecto a las Mujeres en el Trabajo, al respecto resalta: “las mujeres continúan trabajando jornadas más largas que los hombres cuando se toma en consideración tanto el trabajo remunerado como no remunerado. En particular, las mujeres empleadas tienen unas jornadas de trabajo más largas en promedio que los hombres empleados” (OIT, 2016, p.7). Además, no se debe olvidar otro elemento dentro de la ecuación, y este es el reto de desmitificar la idea de que una buena madre permanece dentro del hogar para beneficio de las familias y la sociedad en general, sosteniendo toda esta ideología a través de la culpa. Esta es una de las problemáticas que actualmente se presenta en las familias biparentales de doble ingreso.

Al hablar de modelos de familias tradicionales, nos encontramos haciendo referencia al ideal de la familia nuclear, con una arraigada tradición judeocristiana, basada en el sacrificio y el amor, misma que ha dejado huella en las relaciones familiares, donde la mujer ha adoptado un papel maternal y altruista, que se basa en mostrar el amor a través de sacrificar su metas, sueños y objetivos. Es así

que si las mujeres deciden desarrollarse profesionalmente lo pueden hacer, sin embargo, la carga social es un yugo que se encarga de recordar constantemente el rol de género que se les ha asignado, todo esto reflejado en las mujeres a través de la culpa. Puesto que una buena madre es aquella que permanece en casa al cuidado de las y los hijos.

“El Centro de Especialización de Estudios Psicológicos en la Infancia (CEEPI) señala que ocho de cada 10 madres que acuden a terapia y que son económicamente productivas, se sienten culpables por no dedicarles más tiempo a sus hijos. [...] Ahora es cada vez más frecuente que por las exigencias de su empleo, los hijos de madres trabajadoras pasen gran parte del día en guarderías, centros escolares o bajo el cuidado de algún familiar” (Servín, 2014).

1.3.2 Trabajo Doméstico y de cuidado

El tema del trabajo doméstico y de cuidado es inevitablemente relacionado con la mujer, pues hemos sido educadas para ser madres. Sin embargo, el modelo maternal se ha ampliado a lo largo del tiempo. Es así que hoy en día, el término maternal no sólo se constriñe a la procreación y cuidado de los propios hijos e hijas, sino también de la pareja, de los adultos mayores, de las personas discapacitadas, y en cierto modo de todos aquellos grupos vulnerados.

Se cuida y no sólo por justificación consanguínea, sino por las creencias reforzadas y tradicionales que nos han hecho creer que lo femenino es más apto para éstas actividades pues en la mayoría de los casos son tareas de suma paciencia, dedicación, y “amor”, mandatos que son exigidos socialmente a la mujer. Sin embargo, resultan ser éstas actividades inevitablemente fundamentales para el desarrollo y supervivencia de la misma especie humana. Al respecto Tobío (2010) define el cuidado como “herramienta intelectual que identifica y describe las diversas actividades y prácticas sociales encaminadas a asegurar la supervivencia básica de las personas a lo largo de la vida.” (p.19).

De igual forma es necesario precisar que los cuidados varían respecto a la persona que se cuida, por ejemplo, al ser hijos e hijas menores de edad, los cuidados requeridos, resultan ser mucho más absorbentes y de tiempo completo.

“El tiempo invertido en el cuidado de hijos e hijas se relaciona directamente con el ciclo vital de la familia. Las mujeres refieren que el cuidado de los hijos e hijas menores de 6 años es prácticamente todo el día [...]” (Tobío, 2010, p. 213).

Y es que al hablar del cuidado de otros y otras es necesario contar con una visión amplia respecto a la labor en sí, pues dentro del cuidado encontramos tres elementos y costos fundamentales: el aspecto económico, el físico y el emocional. El económico visto como ese trabajo no remunerado ni valorizado socialmente, y por otro lado la falta de reconocimiento ante tal labor que sostiene el avance económico no sólo de las familias, sino también de la sociedad misma. Como segundo elemento, el factor físico, pues al ser un trabajo como cualquier otro, requiere un esfuerzo, mismo que es infravalorado al ser una responsabilidad femenina. Por último, el aspecto emocional que genera el desgaste mental que provoca estar a cargo de otro ser humano que exige cuidados específicos.

Por su parte, el trabajo doméstico y de cuidados resultan ser el engrane que hace funcionar la dinámica del hogar y la familia, pues se trata de un trabajo cuyo objetivo fundamental es el cuidado de la vida y el bienestar de las personas (Varela, 2008, p.175). Es así que éstos roles que han asumido las mujeres, las han dejado en desventaja frente a los hombres, puesto que el trabajo en espacios públicos es remunerado, tiene reglas, horarios para laborar, prestaciones y hasta seguro social, en cambio la labor doméstica resulta ser de tiempo completo, sin límites, y sin remuneración económica fija.

Ahora bien, la realidad de las familias biparentales de doble ingreso, es actualmente la precarización económica del país, así como los deseos de independencia de las mujeres, que las han llevado a no soltar los espacios laborales. Situación que no ha modificado la carga de trabajo dentro del hogar puesto que ahora “las esposas trabajan más horas al día que sus maridos y que esta situación no se invierte cuando ellas participan en el mercado laboral.” (García y Hernández, 2016. p. 176).

1.3.3 Autocuidado de las y los cuidadores

El autocuidado de las personas que cuidan debería ser uno de los ejes rectores a la hora de pensar en el desarrollo de las familias. Esto es importante porque aquel que cuida implica en ello su cuerpo

y su mente. Tobío (2010) señala: “Cuidar es una actividad compleja que requiere habilidades, entre otras, empatía, paciencia, dedicación y esfuerzo, tanto físico como psicológico. El resultado para quienes la desempeñan es, frecuentemente, el cansancio y, a menudo, las patologías directamente relacionadas con su dedicación” (p.74).

Por ello, al ser un trabajo tan demandante, las y los cuidadores requieren crear una conciencia sobre la importancia de atenderse a ellas y ellos mismos, para qué de ésta manera el trabajo de cuidados se realice con la energía que requiere ésta labor.

Tobío (2010) menciona las necesidades de los y las cuidadoras: “apoyo físico (respiro, descanso), psicológico (emocional, atención, orientación), social (formación e información, revalorización) y económico (subvenciones)” (p.78). Desde la alimentación, revisiones médicas hasta actividades de ocio son requeridas por las personas para seguir realizando las tareas de cuidado. Sin embargo, al ser visto el cuidado muchas veces como una obligación y realizado en condiciones precarias, se vive de forma negativa.

En ese sentido, dentro de las familias biparentales se da la necesidad de que el cuidado sea compartido y no visto como una obligación de las mujeres. En ese sentido, se ha promovido que también los hombres cuidan y se hacen cargo de sus hijos. El papel de los hombres frente al cuidado de las y los otros se ha ido modificando, con tendencias a vivirse de forma distinta, pues en la actualidad los hombres se plantean nuevos modelos de masculinidad que les permite expresar sentimientos, así como asumir roles y ocupar espacios que históricamente no ejercían.

Sin embargo, no en todos los casos es así, puesto que los estereotipos de género no dejan de atravesar el cuerpo de los hombres, y en su gran mayoría, son cuidadores que se olvidan de su propio bienestar, dejan de lado la expresión de sus deseos y malestares. Y en el afán de mostrar sus fortalezas, es muy raro verlos reconocer el cansancio o la enfermedad. Por ello, cuando hablamos de autocuidado también deberíamos de hablar de repartición de obligaciones o “corresponsabilidad” para que hombres y mujeres tengan tiempos de autocuidado.

Y es que, ante la búsqueda de soluciones para hacer frente a ésta realidad, se ha planteado como una opción el trasladar dicha tarea a los entes privados que se han especializado en los cuidados a terceros. Sin embargo, estos servicios suelen ser de altos costos y poco accesibles para el grueso de la población. Puesto que el Estado no cuenta con una infraestructura para solventar ésta realidad,

la familia ha sido ese organismo que respalda la crianza y el cuidado de los otros, en específico las mujeres (madres, abuelas, hijas, tías, etc.). Y justamente es aquí donde la estructura familiar biparental de doble ingreso enfrenta verdaderos retos, pues justamente las mujeres no cuentan con tiempos para dedicarse al cuidado de los miembros de su propia familia.

Sin embargo, ellas lo siguen realizando, enfrentándose a jornadas agotadoras y desgastantes, que poco tiempo les deja para pensar en su salud, su persona, hasta sus actividades de ocio, pues ante todo continúan priorizando a las y los demás, frente a su propia persona.

1.4 Democratización Familiar: Relaciones igualitarias

Para poder abordar los retos y las problemáticas familiares, es central tomar en cuenta su democratización. Pues justo es ahí donde se gestan los primeros signos de toma de decisiones, y la construcción de la ciudadanía en sus miembros, puesto que al fin y al cabo lo personal, es político.

Es justo ahí donde comenzaremos a hablar de democratización familiar, aquel derecho de ser tratados como iguales dentro de un núcleo familiar, reconociendo en todo momento las diferencias de cada integrante dentro de ella, es ahí donde se plantea el verdadero reto, saber que sí es y que no es la democracia en familia.

“Esta democracia no implica anarquía, ni la necesidad de votar para tomar decisiones, tampoco significa debilidad respecto de los deberes familiares. Implica “aceptación de las obligaciones, además de derechos protegidos ante la ley. Implica la protección de niñas y niños, de ancianas y ancianos y de las personas con discapacidad. No significa falta de respeto y ausencia de autoridad, sino equidad en las decisiones, en la distribución del bienestar y en la libertad de pensamiento y acción, así como la posibilidad de réplica y de disentir, de ser diferentes.” (Ravazzola, 2010, p.11)

Resulta fundamental dejar en claro que hablar de democratización familiar, no es dar una receta de cocina, con ingredientes y modo de preparación, es más bien una alternativa para construir relaciones saludables dentro de la familia y posteriormente fuera de ella. Puesto que cada familia cuenta con sus propios recursos y herramientas para afrontar los problemas, así como sus propias experiencias e historias de vida. Sin embargo, el esquema de la democratización es amoldable y edificable, buscando en todo momento alternativas de solución ante los diversos conflictos.

Es así que cada estructura familiar tiene la posibilidad de centrar sus relaciones personales bajo el sistema de democratización, dejando de lado las tradicionales construcciones de género, abriendo paso a la corresponsabilidad de cada miembro para sostén del hogar, tener siempre presente el interés superior de las y los niños, así como cuidar y auto cuidarse.

En el caso de las familias biparentales con doble ingreso, el reto a partir de la democratización familiar es llegar a acuerdos donde las mujeres no se miren en desventaja frente a los hombres, y reconocer que las actividades que requiere el hogar son responsabilidad de todos los miembros, así como el derecho de ellas a trabajar y desarrollarse en igualdad de condiciones. Es por eso que:

“los mecanismos de negociación entre varones y mujeres, para contribuir a superar la desigualdad, deben cuestionar la “naturalidad” de la desigualdad de autoridad y de recursos. La dominación masculina se legitima a partir de prácticas y discursos que hombres y mujeres toman como naturales y reproducen en la vida social.” (Di Marco, 2005, p. 130)

Y sin embargo, sea cual sea la estructura de la familia existen elementos con perspectiva de género y que resultan ser fundamentales para vivir en democracia familiar. Al respecto Schmukler (1999) explica: “Una familia democrática, cualquiera que sea su estructura, requiere una mayor autonomía de las mujeres, el reconocimiento de sus intereses y deseos por parte de la familia y de la sociedad, el derecho al control de los recursos propios y grupales y su participación igualitaria en las decisiones familiares, en equidad con los hombres.” (p. 120).

Así mismo reconoce la importancia de mirar a las y los niños como personas, evitando verlos como objetos o monedas de cambio. “Requiere que los niños sean reconocidos como sujetos y que puedan participar en las decisiones familiares de acuerdo con su evolución y madurez” (Schmukler, 1999, p. 120).

Pero por sobre todas las cosas, el trabajo inminente es visibilizar lo problemático que resulta el abuso de poder y de autoridad, basado en relaciones jerárquicas que siembran desigualdad. “Mientras se siga suponiendo que “por naturaleza” el hombre es la autoridad, aunque no ejerza una paternidad responsable y no comparta las cargas derivadas de la reproducción, se seguirán reproduciendo normas culturales y mitos que favorecen la desigualdad de género” (Schmukler, 1999, p. 120).

1.4.1 La Corresponsabilidad en el cuidado

La corresponsabilidad debería ser un principio ético, pues resulta ser fundamental para hablar de democratización familiar. Varela (2008) afirma: “la corresponsabilidad ha de existir entre hombres y mujeres y en todos los ámbitos: la familia, la amistad, el amor, la política y las relaciones sociales (p.182).

Es decir, el problema como la solución incumbe a todos. Pero en el caso concreto de las familias, Varela (2008) puntualiza: “La conciliación de la vida familiar y laboral no puede ser una política para mujeres que en la práctica se reduzca a que ellas compaginen: precarizando el empleo femenino con jornadas más cortas que suponen salarios más bajos para que se pueda trabajar gratis en casa. Las políticas de conciliación tienen que ser diseñadas para hombres y para mujeres.” (p.179).

Y es que parte de los cambios que han enfrentado las familiares son las nuevas formas de expresar la paternidad de algunos hombres. Tobío (2010) señala: “De forma todavía minoritaria pero creciente, los hombres colaboran en el cuidado de sus hijos y de otros menores. Del conjunto de actividades domésticas, son éstas las primeras que aceptan, generalmente como ayuda que se presta a la madre, más que como responsabilidad propia.” (p.24).

Es así que las nuevas configuraciones familiares deben de adaptarse y responder de forma asertiva ante las problemáticas y diversas realidades sociales y económicas que enfrenta nuestro país, relacionándose de forma igualitaria y con una perspectiva de dignidad humana.

De igual forma, la incorporación de los hombres al ámbito privado o del hogar debería de ser visto como una posibilidad de romper con viejas costumbres, que posibiliten y den la oportunidad de generar un vínculo amoroso con sus hijos e hijas, mostrando sus sentimientos y creando en los propios hijos ideas igualitarias de masculinidad.

Pues incluso con la ausencia se educa y es desde ahí donde las y los pequeños se van construyendo como hombres y como mujeres. Es así que el tema de la corresponsabilidad por parte de los hombres no solo es un derecho y un beneficio para las mujeres, sino un cambio de paradigma, dando apertura a la diversidad, generando espacios de escucha y mejorando la resolución de conflictos.

Pero también, una oportunidad de autocuidado para los propios padres, reconociendo la importancia del bienestar tanto físico como psicológico y con ello beneficiando a la familia en general y ofreciendo un ejemplo a las y los hijos, educando seres corresponsables tanto en un ámbito familiar, como en un ámbito personal y social.

II. Diagnóstico

2.1 Estructura Base del Diagnóstico

El presente diagnóstico parte de la necesidad de conocer las formas en las que cuatro familias biparentales de doble ingreso enfrentan la división sexual del trabajo y los cuidados de la vida. Por ello, el diagnóstico se centra en indagar de qué manera se reparten el trabajo doméstico y de cuidado dentro del hogar las madres y los padres, pues ambos trabajan fuera.

Es también relevante conocer las aportaciones económicas que destina la pareja para los gastos del hogar y las opiniones, creencias y valores que tienen los hombres y las mujeres de las familias respecto a la maternidad y paternidad. Todo lo anterior con el objetivo de realizar una propuesta de intervención con un enfoque dentro de la democratización familiar.

2.1.1 Enfoque del Diagnóstico

El presente diagnóstico se aborda desde un enfoque de democratización familiar y de género, analizando los tiempos que invierten cuatro familias biparentales de doble ingreso en trabajos domésticos y de cuidados.

2.1.2 Planteamiento del Problema

En la actualidad, la inserción de las mujeres al campo laboral ha modificado las maneras en que las familias se organizaban. Puesto que el trabajo doméstico y de cuidado ha sido solventado históricamente por las mujeres, ellas siguen jugando el doble rol de proveedoras económicas y cuidadoras de tiempo completo. Esa doble jornada de trabajo, deja a las mujeres con tiempos

reducidos para su cuidado y ocio, y en muchos casos, la doble carga física y emocional deriva en enfermedades. En comparación, los hombres no han logrado adoptar la parte de cuidados que les corresponde, siendo éste un síntoma de desigualdad en las familias biparentales de doble ingreso.

Preguntas

Problema a intervenir: La desigualdad en el reparto de tareas domésticas y de cuidados dentro de la organización de familias biparentales de doble ingreso

Preguntas sobre la realidad a intervenir:

Pregunta 1: ¿De qué manera se organizan las familias biparentales de doble ingreso respecto a los trabajos domésticos y de cuidado de las y los hijos menores?

Pregunta 2: ¿Cuál es la percepción de la maternidad y la paternidad?

Pregunta 3: ¿Con qué herramientas de auto cuidado cuentan las y los cuidadores?

Pregunta 4: ¿De qué manera organizan las aportaciones económicas dentro del hogar?

2.2 Diseño Metodológico

2.2.1 Objetivo general del Diagnóstico

Explorar las formas en las que se configura la organización de las familias biparentales de doble ingreso con hijos e hijas en un rango de cinco a diez años de edad y con madres que trabajan medio tiempo, así como la repartición del trabajo doméstico y de cuidado con padres que trabajan jornadas de tiempo completo, las construcciones sociales respecto a la maternidad y la paternidad, así como la participación económica, y el autocuidado de los que cuidan.

Objetivos Particulares

- Indagar de qué manera se reparte el trabajo doméstico y de cuidado dentro del hogar.
- Examinar la aportación económica que destina la pareja para los gastos familiares.
- Ahondar en las opiniones, creencias y valores que tienen los hombres y las mujeres respecto a las construcciones sociales de la maternidad y la paternidad.

- Investigar acerca las herramientas de auto cuidado de quienes cuidan de otros.

2.2.2 Población Objetivo

El diagnóstico se realiza con cuatro familias biparentales heterosexuales de doble ingreso. Las parejas se encuentran casadas o en unión libre, con hijas y/o hijos en un rango de cinco a diez años de edad cohabitando el mismo hogar. Las mujeres trabajan como profesionistas con jornadas de medio tiempo en el Instituto Queretano de las Mujeres, situado en el municipio de Querétaro y los hombres trabajan jornadas completas en diversas actividades profesionales.

2.2.3 Estrategias, etapas y actividades

ESTRATEGIAS	ETAPAS	ACTIVIDADES
Organización del diagnóstico	Etapa 1. Planeación del diagnóstico	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se realizó una primera visita al Instituto Queretano de las Mujeres, en la cual se tuvo la oportunidad de presentar el anteproyecto a las directoras tanto técnica como general, la cual tuvo una respuesta positiva e inmediata. ✓ Se realizó una segunda visita, en la que se platicó con las profesionistas respecto a la configuración y tipo de familias en la que viven.
Elaboración del Diagnóstico	Etapa 2. Diseño del diagnóstico	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se definió la muestra con la que se trabajó. ✓ Se habló con las participantes respecto a los retos con los que se enfrentan el día a día y así poder plantear posibles problemáticas ✓ Es así que se delimitó por completo el tema y objetivos. ✓ Definición de las técnicas a utilizar: MÉTODO CUANTI - CUALITATIVO Cuestionario y Entrevista Semiestructurada ✓ Diseños de instrumentos.
Elaboración del Instrumento	Etapa 3. Diseño del	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reunión con cada profesionista y sus parejas, para calendarizar las reuniones para la aplicación de los

	Instrumento	instrumentos, tanto el cuestionario como la entrevista.
	Etapa 4. Aplicación del Instrumento	✓ Reunión con la población objetivo para aplicación de los instrumentos.
Finalización del Diagnóstico	Etapa 5. Sistematización y análisis de información	✓ Sistematización de la información ✓ Análisis de la misma

2.2.4 Técnicas e Instrumentos de Estudio

MATRIZ DEL INSTRUMENTO DE ESTUDIO	
TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Una encuesta para mujeres	Cuestionario
Una encuesta para hombres	Cuestionario
Una entrevista semiestructurada para hombres	Guía de entrevista
Una entrevista semiestructurada para mujeres	Guía de entrevista

2.2.4.1 Realización de Instrumentos

Guía de Entrevista dirigida a Hombres
(Ver Anexo 1)

GUÍA DE ENTREVISTA HOMBRES	
DIMENSIÓN	PREGUNTAS
Cuidado de las y los menores	¿Te sientes conforme con el tiempo que pasas con tus hijas o hijos?
Construcción social de la paternidad	¿De qué manera te comunicas con tus hijos y les demuestras amor?
Trabajo doméstico	¿Consideras que el trabajo doméstico que se realiza dentro de tu hogar es equitativo entre tú y tu pareja?

Aportaciones económicas para la manutención del hogar	¿El salario que percibes va dirigido en su totalidad a los gastos del hogar?
Autocuidado	¿De qué manera cuidas tu salud, y cuándo fue la última vez que acudiste al doctor?

Guía de Entrevista dirigida a Mujeres
(Ver Anexo 2)

GUÍA DE ENTREVISTA MUJERES	
DIMENSIÓN	PREGUNTAS
Cuidado de las y los menores	¿Te sientes conforme con el tiempo que pasas con tus hijas o hijos?
Construcción social de la maternidad	¿En algún momento te has sentido culpable por priorizarte antes que a tus hijas o hijos?
Trabajo doméstico	¿Consideras que el trabajo doméstico que se realiza dentro de tu hogar es equitativo entre tú y tu pareja? ¿Te sientes apoyada por tu pareja en términos de tiempo y actividades referentes al cuidado de tus hijas o hijos?
Aportaciones económicas para la manutención del hogar	¿El salario que percibes va dirigido en su totalidad a los gastos del hogar?

Cuestionario Dirigido a Hombres
Ver Anexo 3

DESARROLLO DE LA TÉCNICA: CUESTIONARIO HOMBRES / PADRES	
Objetivo general de la técnica	Conocer la organización de las familias biparentales de doble ingreso, con respecto a la repartición de las tareas domésticas y de cuidado de las y los menores, así como la participación económica respecto a los gastos del hogar.
Descripción del Grupo	Padres / Hombres pertenecientes a familias biparentales de doble ingreso en el estado de Querétaro
Metodología de la técnica	Cualitativa
Lugar	Hogares personales.

Tiempo de realización	Cuatro días máximo
Número de participantes	De forma individual (5)
Material	Cuestionario impreso

Cuestionario Dirigido a Mujeres
Ver Anexo 4

DESARROLLO DE LA TÉCNICA: CUESTIONARIO MUJERES / MADRES	
Objetivo general de la técnica	Conocer la organización de las familias biparentales de doble ingreso, con respecto a la repartición de las tareas domésticas y de cuidado de las y los menores, así como la participación económica respecto a los gastos del hogar.
Descripción del Grupo	Mujeres / Madres pertenecientes a familias biparentales de doble ingreso en el estado de Querétaro
Metodología de la técnica	Cualitativa
Lugar	Instituto Queretano de las Mujeres / Hogares personales.
Tiempo de realización	Cuatro días máximo
Número de participantes	De forma individual (4)
Material	Cuestionario impreso

DESARROLLO DE LA TÉCNICA: ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MUJERES / MADRES	
Objetivo general de la técnica	Conocer la organización de las familias biparentales de doble ingreso, con respecto a la repartición de las tareas domésticas y de cuidado de las y los menores, así como la participación económica respecto a los gastos del hogar, y la percepción que tienen sobre la maternidad, finalmente se indagará sobre las herramientas de cuidado que tienen las madres.
Descripción del Grupo	Mujeres / Madres pertenecientes a familias biparentales de doble ingreso en el estado de Querétaro
Metodología de la técnica	Cualitativa
Lugar	Hogares personales.
Tiempo de realización	30 minutos por participante
Número de participantes	De forma individual (5)
Material	Grabadora de voz, guía impresa.

DESARROLLO DE LA TÉCNICA: ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA	
HOMBRES / PADRES	
Objetivo general de la técnica	Conocer la organización de las familias biparentales de doble ingreso, con respecto a la repartición de las tareas domésticas y de cuidado de las y los menores, así como la participación económica respecto a los gastos del hogar, y la percepción que tienen sobre la paternidad, finalmente se indagará sobre las herramientas de cuidado que tienen los padres.
Descripción del Grupo	Padres / Hombres pertenecientes a familias biparentales de doble ingreso en el estado de Querétaro
Metodología de la técnica	Cualitativa
Lugar	Hogares personales.
Tiempo de realización	30 minutos por participante
Número de participantes	De forma individual (5)
Material	Grabadora de voz, guía impresa.

2.2.5 Planeación del diagnóstico

Para tener claras las actividades a realizar, y con la finalidad de eficientar el trabajo, cada etapa se planeó para ser realizada en cierto tiempo. Desde la planeación del diagnóstico hasta la aplicación del instrumento y la sistematización de la información fueron cinco meses.

2.2.5.1 Cronograma

Proceso	Etapas	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Planeación del diagnóstico	1	✓				
Diseño del diagnóstico	2	✓	✓			
Diseño del Instrumento	3			✓		
Aplicación del Instrumento	4				✓	

Sistematización y análisis de información	5					✓
--	---	--	--	--	--	---

2.2.5.2 Recursos humanos, materiales e infraestructura

MATRIZ DE RECURSOS HUMANOS, MATERIALES, INFRAESTRUTURA		
	ESPECIFICACIÓN	CANTIDAD
Recursos humanos	1. Responsable del Proyecto de Intervención (Estudiante de la Especialidad en Familias y Prevención de la Violencia)	1
	2. Asesora	1
Recursos materiales	Plumas	10
	Hojas	10
	Impresiones	10
	Copias	10
	Computadora	1
	Grabadora de voz	1
Infraestructura	Instalaciones del IQM/ Casa propia	1

2.2.5.3 Presupuesto del Diagnóstico

MATRIZ DE PRESUPUESTO PARA EL DIAGNÓSTICO			
DESCRIPCIÓN	UNIDAD	COSTO UNITARIO	TOTAL
Responsable del Proyecto	1	\$ 15,000	\$ 15,000
Plumas	1 caja con 12 pzs.	\$3.54	\$42.00
Hojas	80	\$0.25	\$20.00
Impresiones	50	\$3.00	\$150.00
Copias	80	\$0.25	\$20.00
Viáticos (Traslados al IQM o casa habitación)	5	\$23.00	\$115.00

Laptop Dell 15 500 (Core 15, 15.6 pulgadas)	1	\$12, 499.00	\$12, 499.00
		TOTAL	\$27,903.00

2.3 Plan de Análisis general de la información

A continuación, se muestran los criterios de búsqueda de la información, de acuerdo a indicadores de la situación macro y micro de las familias biparentales de doble ingreso, los cuales se dividen en dimensión, conceptos e indicadores, los cuales nos ayudarán en el análisis de la información.

2.3.1 Conceptos e indicadores de la situación macro de las familias

FAMILIAS BIPARENTALES		
NACIONAL	ESTATAL	MUNICIPAL
Del total de familias encuestadas a nivel nacional el 53.8% dijo ser familia biparental. INEGI. Encuesta Nacional de Hogares, 2017	Del total de familias encuestadas a nivel estatal el 59.2% dijo ser familia biparental. INEGI. Encuesta Nacional de Hogares, 2017	No se encontró

FAMILIAS BIPARENTALES DE DOBLE INGRESO		
NACIONAL	ESTATAL	MUNICIPAL
“se consultó el censo de Población y Vivienda 1990, 2000 y 2010, y en cuanto a la Población Económicamente Activa (PEA), las familias de doble ingreso presentaron los siguientes porcentajes: 23%, 39% y 45%. Es decir, que han ido aumentando considerablemente las familias donde el hombre y la mujer trabajan de	No se encontró	No se encontró

manera remunerada en el ámbito público.” (De la Peña, 2017, p.42).		
---	--	--

PARTICIPACIÓN ECONÓMICA DE LA POBLACIÓN DE 15 AÑOS O MÁS		
NACIONAL	ESTATAL	MUNICIPAL
Tasa de participación económica de la población de 15 años o más, 2018 Primer Trimestre. Mujeres 42.62% y Hombres 77.09% . “Atlas de Género” INEGI. 2018	Tasa de participación económica de la población de 15 años o más, 2018 Primer Trimestre. Mujeres 40.12% y Hombres 73.97% . “Atlas de Género” INEGI. 2018	No se encontró

TRABAJO DE CUIDADO DE MENORES POR HORAS		
NACIONAL	ESTATAL	MUNICIPAL
Tiempo que ocupan para atender a personas sanas menores de 6 años Mujeres 28hrs 20 min. Hombres 06 hrs 32 min. Tiempo que ocupan para Atender a personas sanas de 6 a 14 años Mujeres 25 hrs. 9 min. Hombres 6 hrs. 10 min. INEGI. Encuesta Intercensal. 2015	Promedio de horas de trabajo no remunerado dedicadas al cuidado de menores de 14 años, (Horas a la semana) Mujeres: 54.74 HRS. Hombres: 26.62 HRS. “Atlas de Género” INEGI. 2018	No se encontró

TRABAJO DOMÉSTICO POR HORAS A LA SEMANA		
NACIONAL	ESTATAL	MUNICIPAL
1. Preparar o servir alimentos para su familia. Mujeres: 9 hrs. 9 min. Hombres: 1 hrs. 38 min 2. Limpiar su casa, lavar o planchar la ropa de su familia Mujeres: 7 hrs. 47 min.	Promedio de horas de trabajo no remunerado dedicado a los quehaceres del hogar, (Horas a la semana) Mujeres 25.98 horas Hombres 9.99 horas “Atlas de Género” INEGI. 2015	No se encontró

<p>Hombres: 1 hrs. 37 min.</p> <p>3. Hacer las compras para la comida o la limpieza.</p> <p>Mujeres: 2 hrs. 44 min.</p> <p>Hombres: 1 hrs. 1 min.</p> <p>INEGI. Encuesta Intercensal. 2015</p>		
---	--	--

CREENCIAS SOBRE ROLES Y ESTEREOTIPOS		
NACIONAL	ESTA TAL	MUNI CIPAL
<p>1. Dígame dos palabras que asocie con la palabra mujer</p> <p>Mujeres: Independencia, inteligencia y fuerza 29.1% Maternidad 25.7% Hogar y trabajo doméstico 13.9% Trabajo, emprendedora 11.7 %</p> <p>Hombres: Maternidad 27.8% Amor, ternura, cariño y dulzura 21.7% Hogar y trabajo doméstico 19.1%</p> <p>2. Dígame dos palabras que asocie con la palabra hombre</p> <p>Mujeres: Trabajo 31.3 % Fuerza 24.6% Hogar y trabajo doméstico 13.9% Valiente, aventurero, capaz 13.4 %</p> <p>Hombres: Trabajo 35.0 % Fuerza 27.2% Proveedor, protector, jefe de familia 17.0%</p> <p>3. Los hombres no saben expresar sus emociones</p> <p>Mujeres: De acuerdo 24.6 % En desacuerdo 9.9%</p> <p>Hombres: De acuerdo 27.1 % En desacuerdo 15.2%</p> <p>3. Los hombres se guían por la razón y las mujeres por las emociones</p> <p>Mujeres: De acuerdo 27.2 % En desacuerdo 13.5%</p> <p>Hombres: De acuerdo 32.1 %</p>	<p>No se encontró</p>	<p>No se encontró</p>

En desacuerdo 10.3%
 “Género Asimétricos. Representaciones y Percepciones del Imaginario colectivo”. Encuesta Nacional de Género 2015.

2.3.2 Conceptos e indicadores de la situación micro de las familias

CUADRO SINÓPTICO DE LAS DIMENSIONES DE LAS RELACIONES FAMILIARES O VIDA FAMILIAR				
DIMENSION	EJES	SUBDIMENSIONES	VARIABLES	INDICADORES
ESTRUCTURA FAMILIAR			Tamaño del hogar	Número de personas que viven en el hogar
				Edades de los integrantes
			Ciclo de vida	Etapa de crecimiento del hogar Según Palacios 2007
2.- RELACIONES FAMILIARES	2.1. División intrafamiliar del trabajo	Trabajo doméstico	Trabajo doméstico realizado por mujeres	Actividades domésticas (cocinar, lavar trastes, lavar ropa, aseo)
			Corresponsabilidad en el trabajo doméstico (realizado por hombres y mujeres)	Actividades domésticas (cocinar, lavar trastes, lavar ropa, aseo)
		Cuidado de la vida	Cuidado de hijos e hijas realizado por mujeres	Actividades para el cuidado (preparar alimento, vestirlos, bañarlos, llevarlos a la escuela, contención, escucha, afecto emocional, cuidados de la salud)
			Corresponsabilidad en el cuidado (realizado por hombres y mujeres)	Actividades comparativas entre hombres y mujeres del cuidado de los hijos e hijas
		Auto Cuidado	Autocuidado de las mujeres que realizan trabajos de cuidado	Estrategia de prevención de enfermedades (comida balanceada, hacer ejercicio, revisiones médicas, realizar una actividad del agrado)
			Autocuidado de los hombres que realizan trabajos de cuidado	Estrategia de prevención de enfermedades (comida balanceada, hacer ejercicio, revisiones médicas, realizar una actividad del agrado)
		Aportaciones económicas para la manutención del hogar		a) Participación de los aportes económicos.
				b) Organización de las aportaciones económicas.
				Creencias, normas, opiniones

	2.3. Opiniones sobre los roles de género. Valores, creencias y normas		Opiniones convencionales sobre los roles masculinos y femeninos	sobre el tema de la maternidad y paternidad listando una serie de actividades relacionadas con la misma
--	--	--	---	---

2.4. Análisis de resultados

En el siguiente apartado se analizarán los resultados del diagnóstico aplicado a las cuatro familias biparentales de doble ingreso, todo lo anterior a través de la perspectiva de género y generacional.

2.4.1 Análisis de la situación Macro de las Familias.

En cuanto la situación macro de las familias biparentales, se rastrearon cifras que muestran la realidad nacional y local, y municipal. En cuanto a las familias nucleares a nivel nacional se consultó la Encuesta Nacional de Hogares (2017), la cual arroja que del total de familias encuestadas a nivel nacional, el 53.8% dijo ser familia biparental. Siendo en la actualidad ésta una estructura predominante, con referencia al nivel estatal y basándonos en la misma encuesta, del total de familias entrevistadas, el 59.2% dijo ser familia biparental -(como se puede apreciar, el porcentaje es aún mayor que a nivel nacional)-, dándonos una idea muy clara sobre lo predominante que sigue siendo esta figura parental en México y en específico en el estado de Querétaro.

Una de las características de las familias nucleares actuales, es el doble ingreso, resultando ir en ascenso al paso del tiempo, es así que se consultó el censo de Población y Vivienda desde el año 1990, 2000, hasta el 2010, con respecto a la Población Económicamente Activa (PEA), las familias de doble ingreso a nivel nacional, presentaron los siguientes porcentajes: 23%, 39% y 45%, respectivamente. Es decir, el aumento de ingresos económicos ha sido considerablemente visible en las familias donde el hombre y la mujer trabajan de manera remunerada en el ámbito público.

Con respecto al eje de la participación económica a nivel nacional, se consultó el Atlas de Género del INEGI (2018), el cual indica que las mujeres participan económicamente en un 42.62% y los hombres lo hacen en 77.09%, de la misma manera se consultó la misma fuente para indagar sobre

los porcentajes a nivel estatal, al respecto se encontró lo siguiente: las mujeres económicamente activas son el 40.12% en tanto, los hombres participan en un 73.97%.

Cambiando al eje de cuidados de la vida hacia los menores, se consultó la Encuesta Intercensal (2015), arrojando los siguientes resultados; a nivel nacional, el tiempo que se ocupa semanalmente para atender a personas sanas menores de 6 años en mujeres es de 28hrs 20 min, y en los hombres es de 06 hrs 32 min. Tiempo que ocupan para atender a personas sanas de 6 a 14 años, mujeres 25 hrs. 9 min., Hombres 6 hrs. 10 min. Respecto a los resultados estatales se encontró que el promedio de horas de trabajo no remunerado dedicadas al cuidado de menores de 14 años, (Horas a la semana), las mujeres utilizan: 54.74 hrs. y los hombres: 26.62 hrs., “Atlas de Género” INEGI. 2018.

Finalmente, y con referencia al trabajo doméstico la Encuesta Intercensal (2015) a nivel nacional tenemos los siguientes resultados, con respecto a preparar o servir alimentos para su familia, las mujeres ocupan a la semana 9 hrs. 9 min., a diferencia, los hombres que colaboran 1 hrs. 38 min. En cuanto a limpiar la casa, lavar o planchar la ropa de la familia, las mujeres dedican 7 hrs. 47 min., en comparación con los hombres que utilizan 1 hrs. 37 min. Para hacer las compras para la comida o la limpieza las mujeres dedican 2 hrs. 44 min., y los hombres: 1 hrs. 1 min. Es así que podemos observar como el tema del cuidado de la vida y el trabajo doméstico, lo siguen realizando las mujeres en su mayoría. Sin embargo, el nuevo paradigma, es la inserción de las mujeres al mercado laboral, siendo éste elemento un punto clave para abordar las desigualdades del género.

2.4.2 Análisis de la situación Micro de las Familias.

A continuación, se podrán apreciar los resultados obtenidos en el diagnóstico aplicado a las cuatro familias biparentales de doble ingreso, explicando por dimensiones, ejes, subdimensiones, la información recopilada tanto en el cuestionario como en la entrevista semiestructurada.

ESTRUTURA FAMILIAR: TAMAÑO DEL HOGAR Y CICLO DE VIDA FAMILIAR

Como parte del análisis de las cuatro familias respecto al tamaño del hogar, en su totalidad son nucleares biparentales. La familia número uno se conforma de 5 integrantes, 3 hijas de 10, 6 y 3 años, una madre de 39 años y un padre de la misma edad. La segunda familia se encuentra conformada por 4 integrantes, 2 niños de 6 y 2 años, una madre de 29 y un padre de 34. La tercera familia la conforman 5 integrantes, 3 niños de 7, 7 y 9 años, con una madre de 35 y un padre de 36 años. Y por último la cuarta familia está conformada por 3 integrantes, un niño de 9 años, una madre de 38 y un padre de 39 años.

Con respecto al análisis del ciclo familiar, las cuatro familias fueron clasificadas en fase de crecimiento, según la clasificación que propone Palacios (2007): “En éste sentido reconozco tres fases principales que son: la de crecimiento, cuando el grupo doméstico inicia su reproducción [...]” (p.117). Observando que las cuatro familias se encuentran trascendiendo por ésta etapa, ya que predominan en ellas las y los niños.

RELACIONES FAMILIARES: DIVISIÓN INTRAFAMILIAR DEL TRABAJO: TRABAJO DOMÉSTICO REALIZADO POR MUJERES

Respecto al trabajo doméstico las informantes hacen énfasis respecto a los tiempos de trabajo fuera y dentro del hogar, haciendo evidente la diferencia de horarios entre sus parejas y ellas: **(Informante Mujer fam. #4):** “Yo creo que no está equitativo el quehacer, porque no tenemos los mismos tiempos”

Pues el que tengan un horario laboral más flexible que sus parejas, les permite en cierta forma avanzar con las actividades domésticas, pero esto a la vez les implica una doble jornada laboral, pues sus parejas trabajan hasta tarde y su colaboración es menor: **(Informante Mujer fam. #4):** “No, no es equitativo y creo que es muy complicado que llegemos a ese acuerdo, porque los tiempos son distintos, yo soy una mujer que siempre le ha gusta tener limpia su casa, por ejemplo a mí me educaron así, tener una casa limpia y más donde hay un niño”

Dejando en claro que la división del trabajo dentro de casa no es equitativa, y en ocasiones se rompen con facilidad las rutinas y acuerdos, esto inevitablemente causa ciertas inconformidades dentro de la familia **(Informante Mujer fam. #1):** “Hay varias actividades como forzosas que le he

dicho que él las haga, que él se encargue, pero si por él fuera, pues no, yo me tendría que encargar de todo, porque él es difícil que él esté atento de las necesidades”. Por ello, afirman que buscan los métodos y las formas para que el trabajo sea más equitativo, como limpiar ambos el fin de semana, por ejemplo.

Solamente una de las informantes afirma que integra a su hijo en la repartición de las actividades del hogar, de acuerdo a la edad, la fuerza y capacidad del menor (**Informante Mujer fam.# 4**): *“Hay participación por parte de los tres integrantes de acuerdo a sus tiempos y capacidades (en el caso del hijo)”*

En general, las informantes consideran que el trabajo doméstico dentro del hogar no es equitativo entre ellas y sus parejas, principalmente por los horarios corridos que tienen ellos. Y dejan ver que ese trabajo extra es mucho y que es agotador en algunas ocasiones, siendo evidente la doble jornada de trabajo. Además, se les ve convencidas que llegar a ciertos acuerdos es muy complicado, porque el factor de los horarios laborales de sus parejas es algo que no está en sus manos cambiar, y resulta imprescindible para el sustento económico de la familia. Sin embargo, se les observa en la búsqueda de alternativas y opciones para organizar las actividades del hogar de una forma más equitativa entre ellas y sus parejas

RELACIONES FAMILIARES: DIVISIÓN INTRAFAMILIAR DEL TRABAJO: TRABAJO DOMÉSTICO REALIZADO POR HOMBRES

Respecto al trabajo doméstico, los informantes, afirman que las actividades dentro del hogar las ejecutan entre ambos, y conforme se presentan las necesidades, en términos generales, realizan limpieza profunda una vez por semana todas las familias, y las demás actividades se dividen entre ambos. (**Informante Hombre fam. #3**): *“los dividimos, conforme se presenta las cosas, es decir, no es apoyo, es entre dos”*

Sólo un informante indica que su hijo también participa en las labores del hogar encomendándole actividades acorde a su edad: (**Informante Hombre fam. #4**): *“Un día a la semana se realiza limpieza general en donde participamos los tres y el resto se dividen las actividades según horarios laborales”*

En términos generales los informantes sostienen que el trabajo doméstico sí es equitativo en medida de sus tiempos laborales, y reconocen que sus parejas están más tiempo en el hogar. (*Informante Hombre fam. #1*): “...mi esposa está más tiempo en la casa, ella tiene más carga con las niñas y la casa, yo trato cuando puedo apoyarla en lavar trastes, la ropa, una barrida, una trapeada, siempre es un poco más cargado hacia ella, el cuidado de la casa”

De igual forma afirman que sí se podría acordar un plan de actividades definidas, a pesar del cansancio que les implica su jornada laboral, siendo el tema central que todos los informantes puntualizaron como un obstáculo para ser partícipes de las labores domésticas de forma equitativa. (*Informante Hombre fam. #1*) “Se puede hacer un plan donde tengamos actividades definidas cada quien, y a pesar del cansancio, hacer ese espacio, para no descuidar las labores de la casa”

Se puede observar, en términos generales, que los hombres tienen una percepción distinta a las mujeres respecto a la equidad en términos de labores domésticas. Es decir, existe una conciencia respecto a las necesidades del trabajo dentro del hogar, y a su parecer los padres afirman ser colaborativos. Sin embargo, el trabajo dentro del hogar resulta ser mucho más amplio y cansado de lo que les parece. Pues al estar tanto tiempo fuera del hogar, pueden perder la dimensión de la labor.

RELACIONES FAMILIARES: DIVISIÓN INTRAFAMILIAR DEL TRABAJO: CUIDADO DE LA VIDA: CUIDADO DE HIJAS E HIJOS REALIZADO POR MUJERES

Las mujeres, afirman estar conformes con el tiempo que pasan con sus hijas y sus hijos, sin embargo piensan que no siempre es de calidad, y les gustaría tener más tiempo para disfrutarles y dedicarles espacios de recreación. (*Informante Mujer fam. #4*): “...digo soy una mujer que trabaja, afortunadamente mi horario de trabajo es corto relativamente, a comparación de otras mujeres, tengo tiempo relativamente bueno para estar con él.”

Reconocen que son mujeres que trabajan dentro y fuera del hogar y se sienten muy bien con esa condición, así mismo declaran ser afortunadas, pues no todas las mujeres tienen la oportunidad de contar con su horario laboral, y eso les permite tener más tiempo para estar con las y los infantes.

Nombran la palabra culpa por ser exigentes con sus hijas e hijos, pues el tema de la educación la absorben casi por completo ellas, desde darles principios, valores, hasta inculcar rutinas. Es así que dentro de las actividades que realizan para sus hijos, ellas se vinculan en mayor medida con la

educación y las rutinas, a diferencia de sus parejas, que se encuentran más presentes en el juego, la distracción, el ocio, bañarlos y llevarles a la escuela. (**Informante Mujer fam. #1**): *“Me siento con cierta culpa al darme cuenta que yo soy muy exigente con ellas, entonces mi esposo al verme que soy tan exigente, él es muy blando, si me he llegado a sentir muy mal, pareciera como que yo me estoy ganando su desprecio, por así llamarlo, y él se está ganando su cariño, pero es porque yo estoy más pendiente de educarlas, de darles principio, valores, rutinas, son cosas como que él no se preocupa”*

Otra causa por la que nombran la culpa, es por dejarlos solos cierto tiempo, pues a pesar de su horario flexible hay momentos en los que sus tiempos no son compatibles con el de las y los niños. (**Informante Mujer fam. #4**): *“Sin embargo siempre si hay, no sé a lo mejor malamente, cierta culpabilidad, de que llega del colegio y se queda un ratito solo, y pues uno de mamá piensa en mil cosas.”*

En términos de colaboración en el cuidado de los niños, las informantes afirman no siempre sentir el respaldo de sus parejas, incluso una de ellas dice tener que sacrificar tiempo laboral por resolver asuntos ya sea de salud o escolares de sus hijas, y si para ella no es posible solventar el problema, su pareja solicita a su madre el apoyo. (**Informante Mujer fam. #4**): *“si ya de plano yo tengo alguna actividad de trabajo, o algo así extra, pues si él ve como le hace, pero generalmente las encarga con su mamá”*

Es así que vemos en algunos casos el apoyo de una tercera persona colaborando con el cuidado de las y los menores, en general es otra mujer, ya sea la madre o suegra.

De nuevo se hace énfasis en el agobio, y no encontrar un equilibrio dentro de las actividades de cuidado, a causa de la carga desproporcionada, reconociendo lo complicado que es encontrar tiempos libres o espacios para ellas mismas. Solo una informante declaró que cuando su pareja llega de trabajar, él se encarga enteramente del niño y ella se dedica su tiempo. (**Informante Mujer fam. #4**): *“Cuando él llega de trabajar, ya el hijo es de él, y a mí me toca ya ocuparme de mí”*

Con respecto al presente apartado se puede observar que las mujeres se encuentran muy conformes con el trabajo remunerado y el horario con el que cuentan. Que en definitiva les encantaría pasar mucho más tiempo con sus hijas e hijos. Sin embargo, en ocasiones sienten cierta culpa por no estar al cien con ellos. Se puede observar que en la mayoría de las familias las actividades suelen

ser diferenciadas pues las madres se encargan de la educación, inculcar valores, etc., y los padres realizan actividades como vestirles, darles desayuno, llevarles a la escuela, al deporte o el ocio.

RELACIONES FAMILIARES: DIVISIÓN INTRAFAMILIAR DEL TRABAJO: CUIDADO DE LA VIDA: CUIDADO DE HIJAS E HIJOS REALIZADO POR HOMBRES

En términos generales los informantes expresan su deseo por pasar más tiempo con sus hijas e hijos, sin embargo vuelve a surgir el tema del trabajo, como un elemento que implica afrontar una realidad respecto a horarios extensos, y poco tiempo para convivir con los menores, y el único momento que les queda son los traslado a la escuela, que en su mayoría, son ellos los que se encargan de ésa actividad (*Informante Hombre fam. #1*): “*Mi horario de salida es variado, si llego a las 9, las niñas ya están dormidas, y no puedo estar con ellas para nada, hasta el fin de semana, o al día siguiente que las llevo a la escuela*”

Dicen sentir en ocasiones tristeza y en otras, enojo con el mismo trabajo (*Informante Hombre fam. #1*): “*Triste por no estar, enojado con mi trabajo, por no estar con mis hijas*”. Uno de ellos comenta tener dos jornadas de trabajo, y llegar a casa muy cansado, el trabajo lo absorbe (*Informante Hombre fam. #2*): “*Me gustaría pasar más tiempo con ellos, siento que paso poquito, tengo dos trabajos, trabajo de 8:00 a 9:00, por lo general ya están dormidos cuando llego*”

Uno de los informantes reconoce que debería delegar funciones en cuanto al trabajo, como una estrategia para mejorar (*Informante Hombre fam. #3*): “*Me parece que debería empezar a delegar un poquito más de funciones, en cuanto al trabajo, y reorganizar mis tiempos para tratar de pasar un mayo tiempo con ellos*”

Como estrategia, uno de ellos afirma dedicar todo el fin de semana a estar con su hijo, desde que se levanta, hasta que se duerme, lo acompaña a sus actividades deportivas y de esa forma trata de compensar el tiempo que no está con él entre semana. (*Informante Hombre fam. #4*) “*Los fines de semana trato desde que se levanta hasta que se duerme, dedicárselo todo a él, y hacer todas las actividades con él.*”

En definitiva éste apartado tiene como punto central las largas jornadas de trabajo que reduce en los padres la posibilidad de pasar más tiempo con sus hijas e hijos, el cansancio y la frustración que les produce ésta falta de tiempo. Por otro lado, es evidente que los pocos tiempos que les restan

los utilizan para pasar tiempo agradable con las y los menores, en espacios de juego, recreación, y se encuentran lejanos en temas de educación, disciplina y reglas. Resultando imprescindible la búsqueda de estrategias y acciones para ir encontrando paulatinamente la forma de pasar más tiempos de calidad y complementarios.

RELACIONES FAMILIARES: AUTOCUIDADO: AUTOCUIDADO DE LAS MUJERES Y LOS HOMBRES QUE REALIZAN TRABAJOS DE CUIDADORES

En cuanto al autocuidado de las mujeres, se puede observar que dos de las informantes afirma no realizar ninguna actividad para cuidar su cuerpo, mientras que el otro par, comenta ejercitarse mientras sus hijos realizar un deporte o van al parque y comen saludable. (*Informante Mujer fam. #3*): “Ejercicio cuando los llevo al parque, comer saludable e higiene”

En cuanto a las actividades de agrado o de ocio, se observa una muestra similar, puesto que afirman ver la televisión por la noche, entretenerse con el celular, ver películas o paseo familiar, solo una manifiesta leer. (*Informante Mujer fam. #2*) “Dormir un poco, aún no puedo sentir mi tiempo para descansar, llevar a mis hijos al parque, cine, ver t.v”

Y finalmente respecto a la frecuencia de asistir a reuniones o fiestas, dos declaran salir una vez al año y las otras dos una vez por semana y una vez al mes

Con respecto a los hombres se observa que sólo uno dijo no hacer nada para cuidar su cuerpo, los restantes hablaron de dieta y principalmente ejercicio, mismo que sólo uno dijo compartirlo con su hijo (*Informante Hombre fam. #4*): “Regresé a practicar americano después de quince años para que me viera mi hijo y cambiarle un poquito porque le gusta el soccer, y mi proyecto es regresar al gimnasio”

En cuanto a las actividades de ocio, hablaron sobre un torneo de boliche, escuchar música, leer, jugar videojuegos y convivencia con la familia, afirman tener poco tiempo libre. Dos de ellos dijeron salir una vez al mes, mientras que los dos restantes hablaron de una vez a la semana y una vez al año.

Respecto a la manera de cuidar la salud, los informantes comentan que con la carga de trabajo y el cansancio que ello les provoca, hacer ejercicio cada vez se vuelve más difícil, sin embargo lo

practican en la medida de lo posible, de la misma afirman cuidar su alimentación (**Informante Hombre fam. #3**): *“Trato de comer bien, por la misma cuestión de trabajo, ahorita no tengo tanto tiempo de hacer ejercicio, pero regularmente hago ejercicio, eso es lo que normalmente hago.”*

En cuanto a las visitas al médico y su periodicidad, afirman no recordar su última visita, pero piensan en promedio que fue de hace dos meses a cuatro años, puesto que siempre van por necesidad o malestar, no como un hábito de prevención, y uno de ellos afirma no gustarle el medicamento, y trata de no ir al médico.

En el presente apartado se puede observar que las mujeres cuentan con pocos espacios de esparcimiento u ocio. Dos de ellas realizan ejercicio, y lo hacen cuando salen a pasear con sus hijos, siendo al fin de cuentas un espacio que no es al cien por ciento propio.

En cuanto a los hombres, solo uno de ellos no se ejercita, pero acude una vez a la semana a tornos de boliche, los cuales no comparte con la familia. Se puede apreciar que el tema de ejercitarse es algo que lo tienen muy presente. Sin embargo, el acudir a revisiones médicas solo lo hacen en el caso de que se encuentren muy enfermos, pues el tema de la prevención no lo contemplan.

RELACIONES FAMILIARES: APORTACIONES ECONÓMICAS PARA LA MANUTENCIÓN DEL HOGAR EN EL HOGAR

Con respecto a las informantes, sólo una declara aportar todo su ingreso al hogar, esto responde a la forma de organización económica, pues su pareja de igual forma aporta todo su ingreso, y posteriormente lo dividen, de acuerdo a las necesidades (**Informante Mujer fam. #4**): *“...aquí todo el dinero se junta y se va repartiendo conforme a los compromisos que se tengan, tenemos los gastos propios de una casa, agua, luz, teléfono, gas, siempre se priorizan los pagos, y después se prioriza la diversión”*

El resto de las informantes aportan la mayor parte de su ingreso, y los gastos se dividen, pero no juntan los salarios, y dejan un porcentaje para ellas, el cual ocupan en ropa, diversión, bienes materiales personales. Sin embargo, afirman priorizar los gastos del hogar y de sus hijos, respecto a gastos personales, pero también comentan que la forma en que reciben sus sueldos es distinta, luego entonces programan los pagos y los gastos de tal forma que se cubra todo (**Informante Mujer**

fam. #3): “De acuerdo a la forma de pago, es decir, los pagos de él son en la semana y los míos quincenales. Así programamos los pagos y gastos”

Por su parte, los hombres afirman ocupar el noventa por ciento de su ingreso para gastos del hogar y salidas o comer en la calle y para gastos personales un diez por ciento. Sin embargo, éste gasto extra, a diferencia de las mujeres, no es para ropa, o bienes materiales, sino son para salidas con amigos, reuniones, o para el gimnasio.

En cuanto a la manera de dividirlo tres de los cuatro informantes describieron algunos gastos y a quien le toca pagarlos, otro dice no haber disciplina y todo un caos, el informante cuatro es la excepción, al tener muy claro que no hay división, sino una sola cuenta y de ahí se planea el gasto, y si existiera un algún imprevisto, sólo se toma y se anota en una libreta que ambos van llenando.

En el presente apartado se puede afirmar que en lo general los gastos familiares se realizan conforme llegan los pagos, y se los van dividiendo de forma igualitaria, a excepción de la familia cuatro que juntan sus sueldos y lo ordenan por gastos. Tanto hombres como mujeres apartan un porcentaje para gastos propios que no tienen nada que ver con el hogar. Otro dato interesante, es que de ese porcentaje de gastos propios, las mujeres lo utilizan para comprar cosas para el arreglo personal, y los hombres afirman utilizarlos para salir con amigo, reuniones o pagar el gimnasio.

RELACIONES FAMILIARES: OPINIONES SOBRE LOS ROLES DE GÉNERO: VALORES CREENCIAS Y NORMAS: CONSTRUCCIONES SOCIALES DE LA PATERNIDAD Y LA MATERNIDAD

Tres de las cuatro informantes, afirman amar a sus hijos e hijas, pero no siempre haber disfrutado de la maternidad, reconociendo que el trabajo de cuidados las deja agotadas físicamente al término del día, así mismo reconocen que han sentido miedo por no ser buenas madres, y dos de ellas reconocen haber rechazado ofertas laborales. Es así que se deja al descubierto la idea idílica de la maternidad, frente a una realidad que ha desvelado frente a los ojos de las mujeres las dobles jornadas de trabajo, que se materializan con días agotadores.

Con referencia a la culpabilidad, y sus prioridades, ellas sostienen que casi no la sienten, porque muy rara vez se priorizan frente a sus hijas e hijos, sin embargo el hecho de tener que salir a trabajar, siempre las deja pensativas respecto al tiempo que deberían pasar con ellos (**Informante Mujer fam. #1**): *“No, no porque casi no pasa, cuando es alguna compra, cuando es tiempo, alguna actividad, siempre es pensando en ellas”*

Sin embargo, se les ve convencidas de merecer tiempos exclusivos para ellas, el interés central es encontrar esos tiempos sin descuidar a su familia.

En cuanto a la paternidad y la muestra de afecto, los informantes nos dijeron, que se comunican con sus hijos e hijas desde el juego, platicando y escuchándoles, preguntándoles sobre la escuela y apoyándoles en sus tareas. El cariño lo demuestran a través de caricias, apapachos, abrazos, besos contacto físico diciéndoles que les aman (**Informante Hombre fam. #4**): *“Somos mucho de caricias, de besos, somos muy expresivos, realmente nunca hemos tenido así como un límite de expresión, todavía en las noches cuando le doy la bendición, nos buscamos los labios, el típico besito de piquito, porque no se... nos nace”*

En general para ningún padre es difícil demostrar afecto hacia sus hijos e hijas, sólo un informante indicó que el viene de una familia donde no se demuestra el afecto, sin embargo él cambió y es diferente con sus hijos. (**Informante Hombre fam. #3**): *“No es algo natural para mí, yo vengo de una familia más conservadora, en donde no recibías tanto cariño, o no se notaba tanto el afecto paterno, y de pronto también materno”*

En el presente apartado resulta evidente la desmitificación de la maternidad pues las informantes afirman que aman a sus hijos pero no siempre han disfrutado de la maternidad, pues es una condición que les demanda vida propia, así mismo afirman que pocas veces se priorizan frente a sus hijos, pero cuando lo hacen no sienten culpa, pues son conscientes de que ellas también son importantes al igual que sus hijos e hijas. En cuanto a la muestra de afectos y contacto físico con sus hijas e hijos, los hombres afirmaron no tener problema para demostrarlo, e incluso se muestran emocionados al hablar del cariño hacia ellos y ellas.

2.4.2.1 Caracterización de las familias

Se aprecia que el total de la muestra es de familias nucleares biparentales con doble ingreso, con un promedio de habitantes por familia de 4.25 personas. En cuanto a las mujeres se caracterizan por trabajar fuera del hogar, medio tiempo, contando con un promedio de edad de 35.25 años y en cuanto a los padres, ellos trabajando jornadas completas, con un promedio de edad de 37 años, luego entonces las mujeres se hacen cargo del cuidado de las y los hijos, así como del trabajo del hogar el resto del día, presentándose la corresponsabilidad en el tiempo restante por parte de los padres.

Son parejas que cuentan con educación profesional, y ambos aportan ingresos económicos al hogar, se puede observar que las mujeres se encuentran sensibilizadas en temas de igualdad. En cuanto a las y los hijos, las cuatro familias se encuentran en etapa de crecimiento, es así que cada familia cuenta con 2.5 hijos en promedio. Es necesario recalcar que sólo una familia cuenta con un solo hijo. A continuación, se muestra en dos cuadros un resumen de las características familiares.

CARACTERÍSTICAS DE LAS CUATRO FAMILIAS	
FAMILIA 1	Total de habitantes: 5 personas (Tres hijas 10, 6 y 2 años de edad), papá y mamá. Ciclo familiar: En crecimiento
FAMILIA 2	Total de habitantes: 4 personas (Dos Hijos 10 y 2 años), papá y mamá Ciclo familiar: En crecimiento
FAMILIA 3	Total de habitantes: 5 personas (Tres Hijos 7, 7 y 9 años), papá y mamá Ciclo familiar: En crecimiento
FAMILIA 4	Total de habitantes: 3 personas (Un Hijo 9 años), papá y mamá Ciclo familiar: En crecimiento

2.4.2.2 Principales problemas en las familias

CUADRO SINÓPTICO DE LAS DIMENSIONES DE LAS RELACIONES FAMILIARES O VIDA FAMILIAR

DIMENSION	EJES	SUBDIMENSIONES	VARIABLES	INDICADORES
2.- RELACIONES FAMILIARES	2.1. División intrafamiliar del trabajo	Trabajo doméstico	Trabajo doméstico realizado por mujeres	<p>Respecto a las actividades domésticas tales como (cocinar, lavar trastes, lavar ropa, aseo...) las mujeres:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Las mujeres afirman llevar una mayor carga que sus parejas 2. Reconocen que éste efecto se debe a las largas jornadas laborales de sus parejas 3. Manifestando su inconformidad respecto a la equidad en las tareas 4. Apuntan como tema central la búsqueda de opciones para reacomodar las actividades, a fin de buscar un equilibrio más equitativo.
			Corresponsabilidad en el trabajo doméstico realizado por hombres	<p>Respecto a las actividades domésticas tales como (cocinar, lavar trastes, lavar ropa, aseo...) los hombres:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los hombres tienen una percepción distinta a la participación activa dentro de sus hogares con respecto a sus parejas. 2. Con excepción del informante cuatro, el resto de los informantes consideran que las actividades si se encuentran repartidas 3. Reconocen que por los horarios de sus parejas, ellas pueden estar más tiempo en casa y por ende dedicar más tiempo al trabajo doméstico. 4. En general se encuentran optimistas y con ganas de buscar

				mejores opciones para el reparto de actividades.
		Cuidado de la vida	Cuidado de hijos e hijas realizado por mujeres	<p>Respecto a las actividades para el cuidado (preparar alimento, vestirlos, bañarlos, llevarlos a la escuela, contención, escucha, afecto emocional, cuidados de la salud) las mujeres:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ellas expresan hacerse cargo en mayor medida de la educación, las rutinas, inculcar valores. 2. cuando existe algún contratiempo con los menores, las mujeres recurren al apoyo de terceras personas, en específico de otras mujeres, ya sean sus madres o suegras de ambos.
			Corresponsabilidad en el cuidado realizado por hombres)	<p>Respecto a las actividades para el cuidado (preparar alimento, vestirlos, bañarlos, llevarlos a la escuela, contención, escucha, afecto emocional, cuidados de la salud) los hombres:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. en cambio ellos, ocupan tiempo de juego, deporte, llevarles a la escuela, generando una diferencia en la percepción que las y los niños pueden tener de sus padres y madres, afirman una de las mujeres informantes. 2. Reconocen estar muy poco tiempo con los menores, de nuevo hacen visible las largas jornadas de trabajo fuera de casa.
		Auto Cuidado	Autocuidado de las mujeres que realizan trabajos de cuidado	<p>Estrategia de prevención de enfermedades (comida balanceada, hacer ejercicio, realizar una actividad del agrado)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dos de ellas reconocen no hacer ninguna actividad, y por las noches solo mirar series de t.v o entretenerse con el celular.

			<p>Las dos restantes encuentran activación física cuando salen con sus hijos a tiempos de recreación.</p> <p>2. Dos de ellas afirma asistir a reuniones o fiestas una vez al año, mitras que las dos restantes afirman acudir una vez al mes y una vez a la semana (cabe señalar que ésta última informante indica que éstas reuniones son con sus hermanas.</p>
		Autocuidado de los hombres que realizan trabajos de cuidado	<p>Estrategia de prevención de enfermedades (comida balanceada, hacer ejercicio, realizar una actividad del agrado)</p> <p>1. Tres de ellos afirman hacer ejercicio, y alimentarse, siendo un punto a su favor.</p> <p>2. El tema de la prevención médica se encuentra invisibilidad, la mayoría solo acude al médico por causa de fuerza mayor, incluso uno de ellos afirma no acudir, sólo en caso de una verdadera emergencia.</p> <p>3. Dos de ellos afirman asistir a reuniones o fiestas una vez al mes, y los dos restantes dijeron acudir una vez a la semana y una vez al año.</p>
		Aportaciones económicas para la manutención del hogar	<p>Participación de los aportes económicos.</p> <p>Tres familias afirman aportar la mayor parte de su ingreso, pues reservan un pequeño porcentaje para gastos propios (gustos, salidas)</p> <p>La familia número cuatro afirma aportar todo su ingreso, puesto</p>

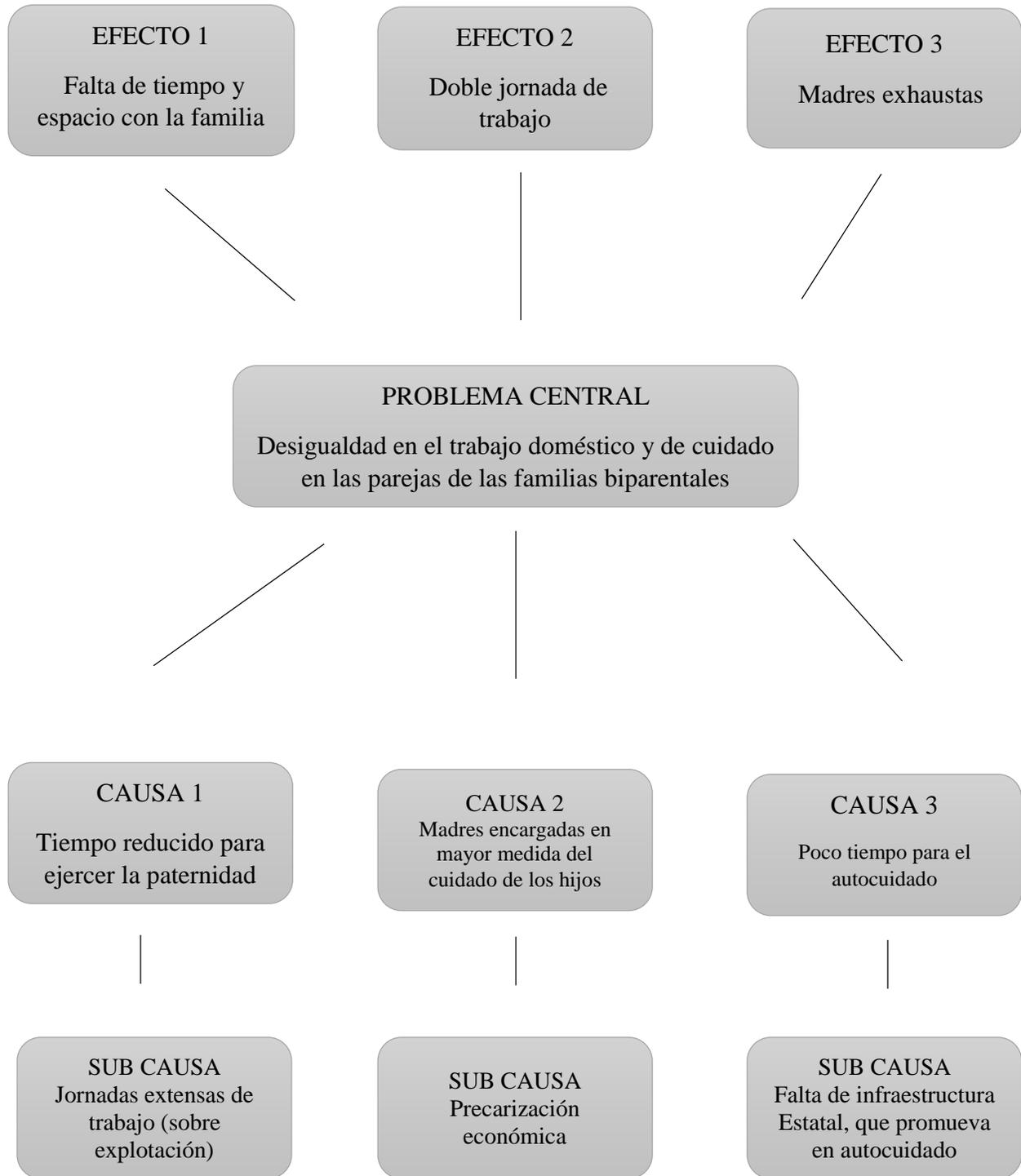
			<p>que no dividen los gastos, más bien juntan todo.</p> <p>Organización de las aportaciones económicas.</p> <p>- En tres de las cuatro familias cuestionadas, se encuentra que la manera de organizar los gastos, es repartida, sin embargo, los informantes número cuatro encuentran una manera muy peculiar de participar, pues ellos juntan ambos ingresos en una caja y destinan porcentajes para cada gasto</p>
	<p>2.3. Opiniones sobre los roles de género. Valores, creencias y normas</p>		<p>Opiniones convencionales sobre los roles masculinos y femeninos</p> <p>Creencias, normas, opiniones de las mujeres respecto a la maternidad</p> <p>Tres de cuatro mujeres se encuentran totalmente de acuerdo en que aman a sus hijos, pero no siempre han disfrutado la maternidad.</p> <p>Tres de cuatro mujeres se encuentran totalmente de acuerdo en que el trabajo de cuidado las deja agotadas físicamente al terminar el día</p> <p>Las cuatro informantes se encuentran más o menos de acuerdo respecto a haber descuidado su salud desde que son madres.</p> <p>Tres de cuatro mujeres han tenido sensaciones de miedo por no ser buenas madres.</p> <p>Sólo una informante dijo estar totalmente de acuerdo respecto a haber rechazado propuestas laborales por no ser compatibles con la maternidad.</p> <p>Respecto a los hombres:</p>

				<p>Un informante se encuentra totalmente de acuerdo con que las mujeres son más cariñosas que los hombres.</p> <p>Tres de cuatro informantes se encuentran en desacuerdo total respecto a que las mujeres son mejores que los padres para cuidar a un hijo, o que una mujer es más confiable para cuidar a un bebé que un hombre, y que una mujer es más sensible para escuchar a un niños,</p>
--	--	--	--	---

2.4.2.3 Análisis de brechas en las familias: Vulnerabilidad o factores de riesgo familiar

MATRIZ DE ANÁLISIS DE BRECHAS		
INDICADOR O COMPONENTE DE LA ESTRUCTURA Y RELACIONES FAMILIARES	VULNERABILIDAD O FACTORES DE RIESGO FAMILIAR (VIOLENCIA)	COMPONENTES DE LA DEMOCRATIZACIÓN FAMILIAR Y GRUPO
División intrafamiliar del trabajo	Inequidad en el trabajo doméstico y de cuidado en las parejas de las familias biparentales	Derechos Humanos
División intrafamiliar del trabajo	Falta de tiempo y espacio dedicado a las y los niños por parte de los padres	Comunicación
División intrafamiliar del trabajo	Doble jornada de trabajo en las mujeres	Simetría de Poderes
División intrafamiliar del trabajo	Baja participación masculina respecto al cuidado de hijas e hijos	Comunicación

2.5 Árbol de Problemas



Descripción del Problema a intervenir

Como resultado del diagnóstico podemos advertir que el problema central es la baja participación e inequidad del trabajo doméstico y de cuidado dentro de los hogares de las familias biparentales de doble ingreso. Observando como principal causa las jornadas laborales extensas que tienen los padres de estas familias, perdiendo tiempos valiosos para estar con sus hijos e hijas, y compartir las labores del hogar. Todo esto repercute directamente en la sobre carga de trabajo que expresan tener las mujeres en su día a día, visibilizándose las dobles jornadas de trabajo, mismas que sostienen ellas. Y dejando de lado el autocuidado para sí mismos.

III. ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN

3.1 Diseño del Proyecto

Como resultado del diagnóstico aplicado a las cuatro familias biparentales doble ingreso, se pueden apreciar resultados consistentes respecto a las problemáticas y los retos a los que se enfrentan día con día las madres y padres de estas familias. Es así que comenzamos con ésta tercera etapa donde se propondrán alternativas de resolución a los conflictos detectados, ponderando tres problemáticas: a) inequidad en el trabajo doméstico y de cuidado, b) tiempo reducido para ejercer la paternidad, c) escasas de autocuidado, mismas que se verán traducidas en objetivos a intervenir; con la finalidad de proporcionarles herramientas viables en su día a día, todo esto a través de los principios de la democratización familiar, la perspectiva de género y generacional.

3.1.1 Justificación del Proyecto

En base al diagnóstico aplicado a éstas cuatro familias, queda al descubierto un evidente desequilibrio en términos de trabajo doméstico y cuidados de la vida con respecto a las y los hijos. Siendo las largas jornadas laborales de los padres un factor que se interpone para la correcta conciliación entre la familia y trabajo. Mismo que trae como consecuencia las dobles jornadas de trabajo en las mujeres, y el descuido de la salud, los tiempos libres y el ocio de ambos padres.

Siendo ésta problemática la que nos convoca a imprimir la creatividad acompañada del ingenio y las bases teóricas para generar una propuesta de intervención, que resulte viable para la mejora de las relaciones intrafamiliares y que por ende se reflejen en el desarrollo de las y los niños.

3.1.2 Objetivo

Colaborar en el desarrollo de estrategias de organización al interior del hogar, a partir de una propuesta de intervención. Donde se busque que los hombres planifiquen de mejor manera sus actividades laborales y personales, con la finalidad de ofrecer tiempos de calidad a sus hijos e hijas, así como compartir actividades domésticas de forma justa, disminuyendo dobles jornadas femeninas, promoviendo el autocuidado con mujeres y hombres.

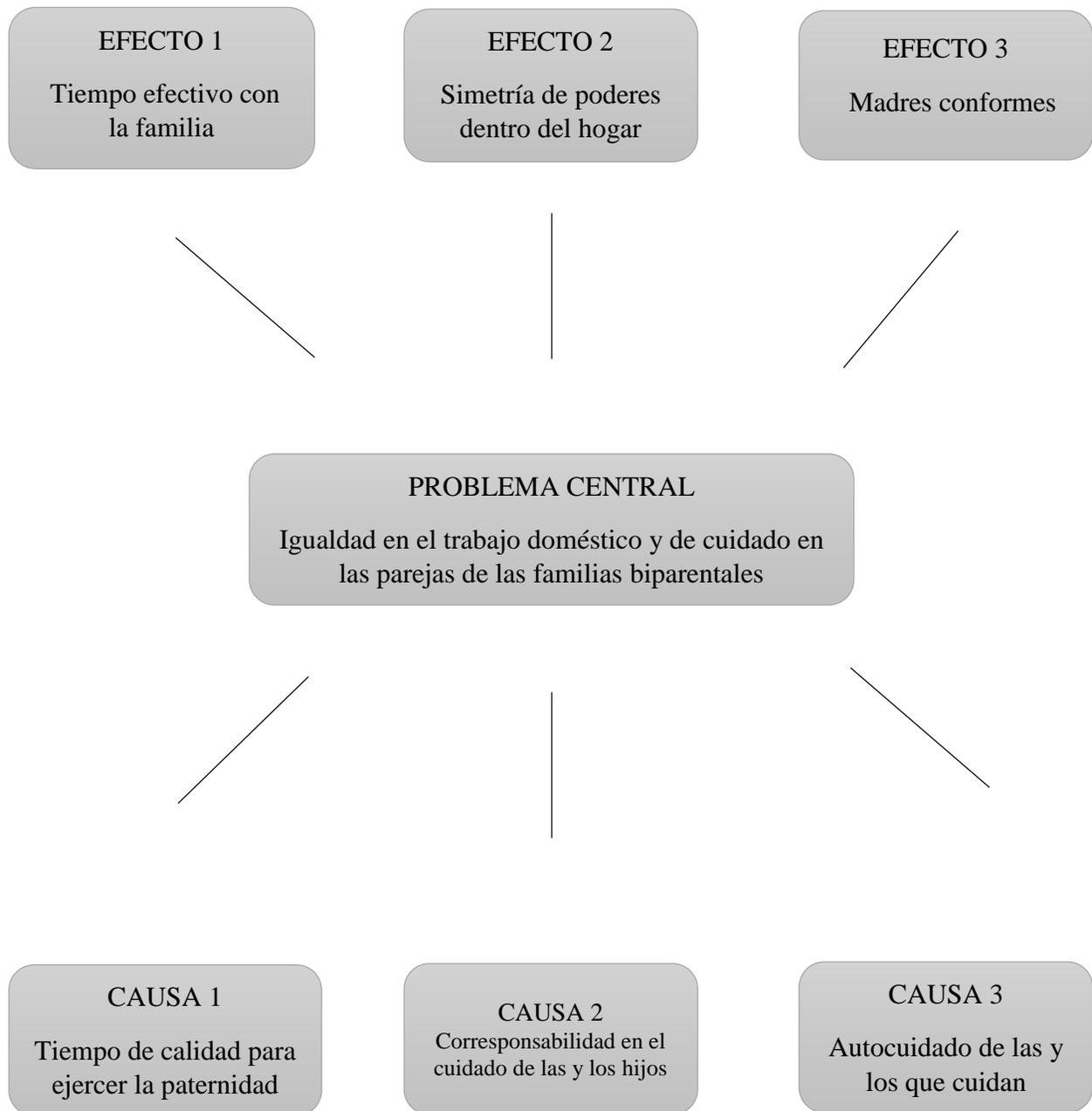
3.1.2.1 Objetivo General

Compartir estrategias con las y los padres que les posibiliten pasar más tiempos de calidad con sus hijas e hijos, así como repartir las tareas del hogar equitativamente, reconociendo en todo momento al autocuidado como eje central de la vida en familia.

3.1.2.2 Objetivos Específicos

1. Proponer estrategias para la mejor distribución de las tareas domésticas, adecuándolas a tiempos y actividades de cada familia, esto a través de la reflexión y los acuerdos dentro del hogar.
2. Impulsar en los hombres la importancia de la paternidad en el crecimiento y desarrollo de la infancia, sin dejar de lado el factor de los tiempos laborales fuera de casa, planteándonos como meta alcanzable la posibilidad de entregar a las y los menores más tiempos de calidad y calidez.
3. Promover dentro de las familias la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de las relaciones entre los integrantes, a través de técnicas y propuestas funcionales.

Árbol de Objetivos



3.2 Estructura del Proyecto

A continuación se muestra el modelo que tiene la estructura del proyecto, el cual está encaminado a trabajar con las cuatro familias biparentales de doble ingreso, los tres temas centrales que se detectaron a través del diagnóstico. Todo lo anterior con una perspectiva de género y generacional.

3.2.1 Elementos de la estructura del proyecto

1) Determinación de la cobertura. El proyecto de intervención se llevará a cabo en Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”. Se estará trabajando con las cuatro familias diagnosticadas. Es decir, ocho personas; cuatro de ellas son mujeres con un promedio de 35 años de edad, y cuatro son hombres con un promedio de 37 años de edad.

2) Recursos. En ésta ocasión se trabajará en colaboración con el Instituto Queretano de las Mujeres, es así que los recursos materiales, serán dotados desde la institución, en cuanto a los recursos humanos se contempla a la responsable (Lic. Diana Cuevas), y la contratación de una psicóloga social, la cual se encargará de proponer las herramientas y recursos emocionales para abordar los tres objetivos antes mencionados.

3) Actividades. En este punto se tomará en cuenta el diseño y la hechura del taller, las gestiones, reuniones y pláticas correspondientes con las autoridades de la Institución, así como la gestión del espacio para brindar el taller.

4) Productos. Como producto final se tendrá un taller que conste de tres sesiones por grupo, en un lapso de seis meses. Es decir, se trabajará una sesión de una hora, cada dos meses, con las madres, y una sesión de una hora, cada dos meses con los padres. Los cuales se centrarán en diseñar y compartir estrategias funcionales que las familias puedan implementar en su día a día, labrando un camino de progresos y cambios que les lleven a establecer relaciones más justas y equitativas dentro del hogar.

Finalmente se acordará una sesión para citar a las cuatro familias, en la cual compartan estrategias y avances que han tenido a lo largo de los talleres, entregando en físico un collage representativo

de la equidad en el trabajo del hogar, el tiempo que comparten con sus hijas e hijos y el propio autocuidado.

5) Objetivos. Se centrarán en establecer pautas y medidas que les permitan a las familias construir acuerdos con respecto al trabajo doméstico y de cuidados, así como elaborar estrategias para que los padres pasen más tiempo de calidad y escucha con sus hijos e hijas, haciendo énfasis y creando conciencia en la importancia del autocuidado y la salud en las madres y padres.

6) Indicadores. Los resultados de dicho taller serán observados a partir de un test, el cual medirá los avances que tuvieron las parejas a lo largo de la intervención a partir de percepciones de hombres y mujeres dentro del hogar.

7) Supuestos o factores externos. Algunos factores externos ya sean positivos o negativos que pueden influir en la realización de la presente intervención sería: El obstáculo de la poca disposición del tiempo que tienen las familias para acudir al taller. Lo positivo que puede influir es el interés que muestran padres y madres para generar estrategias de resolución del problema detectado.

3.2.2 Ruta Crítica del Proyecto

A continuación se muestra el proceso de implementación del taller, tomando en cuenta las tres sesiones de intervención con padres y madres, y la sesión para compartir en familia.

PASO 1

PASO 1	
OBJETIVO	Organizar un taller de tres sesiones para padres y tres sesiones para madres, de las cuatro familias biparentales de doble ingreso, antes diagnosticadas
INDICADORES	<p>a) Número de mujeres que asistieron a la sesión dirigida a madres, responder un test de percepción al inicio y finalizar el taller, que demuestre los avances que obtenidos en familia con respecto al objetivo trabajado en las sesiones.</p> <p>b) Hombres que asistieron a la sesión dirigida a padres, responder un test de percepción al inicio y finalizar el taller, que demuestre los avances que han tenido en familia con respecto al objetivo trabajado en las sesiones.</p>

	c) Parejas que asistieron a la sesión de cierre dirigida a las cuatro familias, y la entrega final de un collage familiar.
MEDIOS DE VERIFICACIÓN	1. Listas de Asistencia por cada sesión 2. Registro fotográfico de cada actividad 3. Test de percepción al inicio y al finalizar el taller.
FACTORES EXTERNOS	a) Que los padres y las madres no puedan permanecer completamente en cada sesión por razones laborales o familiares. b) Que alguna de las personas no se encuentre receptivo o difiera de alguna idea con referencia a la problemática central

PASO 2

PASO 2	
OBJETIVO ESPECÍFICO 1	Visibilizar la importancia de la justa distribución del trabajo en casa y el cuidado de las y los menores, a través de la reflexión y los acuerdos dentro del hogar.
INDICADORES	a) Porcentaje de padres que continúan desarrollando estrategias para la mejor distribución de las tareas domésticas y el cuidado de las y los niños, a través de la comunicación y los acuerdos con respecto a sus parejas. b) Porcentaje de madres que perciben menos cansancio al finalizar el día a día.
MEDIOS DE VERIFICACIÓN	1. Registro de asistencia a la sesión 2. Fotografías 3. Pre y post test de percepción
FACTORES EXTERNOS	a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores b) Que en su talidad lleguen a un acuerdo donde todos puedan acudir a las sesiones
RESPONSABLES	Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.
DURACIÓN	Seis Meses - Tres encuentros con las madres y tres encuentros con los padres

PASO 2	
OBJETIVO ESPECÍFICO 2	Sensibilizar a los hombres y mujeres sobre la importancia de la paternidad corresponsable en el crecimiento y desarrollo de la infancia, generando estrategias para compartir con las y los menores más tiempos de calidad y calidez.
INDICADORES	Porcentaje de padres que desarrollan estrategias para pasar mucho más tiempo con sus hijas e hijos Madres que perciben un mayor involucramiento de sus parejas en temas de educación y disciplina hacia sus hijos e hijas
MEDIOS DE VERIFICACIÓN	1. Registro de asistencia a la sesión 2. Fotografías 3. Pre y post test de percepción
FACTORES EXTERNOS	a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores b) Que en su totalidad lleguen a un acuerdo donde todos puedan asistir a las sesiones
RESPONSABLES	Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.
DURACIÓN	Seis Meses - Tres encuentros con las madres y tres encuentros con los padres

PASO 2	
OBJETIVO ESPECÍFICO 3	Compartir con las mujeres y los hombres, la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de la salud y de las relaciones entre los integrantes.
INDICADORES	Hombres y Mujeres que perciben una mejora en su salud física y mental, rindiendo mejor en su día a día y enfrentando de forma más asertiva los problemas
MEDIOS DE VERIFICACIÓN	1. Registro de asistencia a la sesión 2. Fotografías 3. Pre y post test de percepción
FACTORES EXTERNOS	a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores b) Que en su totalidad lleguen a un acuerdo donde todos puedan asistir a las sesiones
RESPONSABLES	Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social

	En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.
DURACIÓN	Seis Meses - Tres encuentros con las madres y tres encuentros con los padres

PASO 3

Objetivo específico 1: Visibilizar la importancia de la justa distribución del trabajo en casa y el cuidado de las y los menores, a través de la reflexión y los acuerdos dentro del hogar.			
RESULTADOS (productos)	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
1. Un taller de sensibilización que consta de tres sesiones para madres, y tres sesiones para padres, en un lapso de seis meses.	<p>Porcentaje de padres y madres de familia que asistan a las tres sesiones.</p> <p>Número de padres y madres que realizan acuerdos para la justa repartición de las actividades del hogar.</p>	<p>-Listas de asistencia</p> <p>-Fotografías</p> <p>Dichos medios serán entregados al área de capacitación del Instituto Queretano de las Mujeres, en caso de ser requeridos</p>	<p>a) Acordar los horarios adecuados para que las personas puedan asistir en su totalidad al taller.</p> <p>c) Que alguna persona difiera con los objetivos planteados en la sesión.</p>
<p>Responsable: Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.</p>			
<p>Duración: Seis Meses - Tres encuentros con las madres y tres encuentros con los padres</p>			

Objetivo específico 2: Sensibilizar a los hombres y mujeres sobre la importancia de la paternidad corresponsable en el crecimiento y desarrollo de la infancia, generando estrategias para compartir con las y los menores más tiempos de calidad y calidez.

RESULTADOS (productos)	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
1. Un taller de sensibilización que consta de tres sesiones para madres, y tres sesiones para padres, en un lapso de seis meses.	1. Porcentaje de padres y madres de familia que asistan a las tres sesiones. 2. Número de madres y padres que afirmen percibir mayor acercamiento con sus hijos e hijas, así como compartir mayor tiempo de calidad por parte los padres	-Listas de asistencia -Fotografías -Pre y post test de percepción (al inicio y al finalizar el taller)	a) Acordar los horarios adecuados para que las personas puedan asistir en su totalidad al taller. c) Que alguna persona difiera con los objetivos planteados en la sesión.

Responsable:

Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social

En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.

Duración: Seis Meses - Tres encuentros con las madres y tres encuentros con los padres

Objetivo específico 3: Compartir con las mujeres y los hombres, la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de la salud y de las relaciones entre los integrantes.

RESULTADOS (productos)	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
1. Un taller de sensibilización que consta de tres sesiones para madres, y tres sesiones para padres, en un lapso de seis meses.	1. Porcentaje de padres y madres de familia que asistan a las tres sesiones. 2. Número de padres y madres que	-Listas de asistencia -Fotografías	a) Acordar los horarios adecuados para que las personas puedan asistir en su totalidad al taller.

	realicen actividades deportivas, de relajación, etc,	-Pre y post test de percepción (al inicio y al finalizar el taller)	c) Que alguna persona difiera con los objetivos planteados en la sesión.
Responsable: Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ un (a) Fisioterapeuta En lo subsecuente se tendrían que considerar a un Especialista en Familias y Prevención de la Violencia y al fisioterapeuta			
Duración: Seis Meses - Tres encuentros con las madres y tres encuentros con los padres			

Objetivo específico: Generar un espacio donde las cuatro familias compartan sus estrategias y avances, con la finalidad de enriquecer la experiencia de la sensibilización respecto a las tres problemáticas detectadas.			
RESULTADOS (productos)	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
2. Sesión de cierre dirigida a las cuatro familias, y la entrega final de un collage familiar.	Porcentaje de padres y madres de familia que asistan a la sesión.	-Listas de asistencia -Fotografías -Test de percepción final por persona.	a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores b) Que todos los participantes permanezcan a lo largo de la sesión
Responsable: Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.			
Duración Una sesión de una hora			

PASO 4

Objetivo específico 1: Visibilizar la importancia de la justa distribución del trabajo en casa y el cuidado de las y los menores, a través de la reflexión y los acuerdos dentro del hogar.

Producto o resultado: Taller de sensibilización que aborde el tema de trabajo doméstico y cuidado de la vida. Una sesión de una hora para padres y una sesión de una hora para madres

ACTIVIDADES	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
<p>1. Planeación previa de actividades y checklist de material.</p> <p>2. Gestionar el espacio donde se brindarán los talleres, en éste caso el CECEQ “Manuel Gómez Morín”</p> <p>3. Establecer contacto con las cuatro familias para planear las fechas y horarios de impartición de las sesiones.</p>	<p>Porcentaje de padres y madres de familia que asistan al taller y la sesión final.</p>	<p>1. Se entregarán facturas.</p> <p>2. Listas de asistencia</p>	<p>a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores</p> <p>b) Que todos los participantes permanezcan a lo largo de la sesión.</p> <p>c) Falta de tiempo para acudir al taller</p>

Responsable:

Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social

En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.

Duración Una sesión de una hora para madres y una sesión de una hora para padres

Objetivo específico 2: Trabajar con hombres y mujeres sobre la importancia de la paternidad responsable en el crecimiento y desarrollo de la infancia, generando estrategias para compartir con las y los menores más tiempos de calidad y calidez.

Producto o resultado: Taller de sensibilización que aborde el tema de la paternidad y las horas reducidas para ejercerla. Una sesión de una hora para padres y una sesión de una hora para madres

ACTIVIDADES	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
<p>1. Planeación previa de actividades y checklist de material.</p> <p>2. Promoción e invitación a las madres y padres de familia para la segunda sesión.</p> <p>3. Organizar reuniones posteriores a seis meses, con la finalidad de compartir avances mucho más sustanciales.</p>	<p>Porcentaje de padres y madres de familia que asistan al taller.</p> <p>Padres y madres que acudieron a reuniones posteriores para compartir avances.</p>	<p>1. Listas de asistencia</p> <p>2. Número de padres que asisten a las reuniones previas.</p>	<p>a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores</p> <p>b) Que todos los participantes permanezcan a lo largo de la sesión</p> <p>c) Falta de interés para continuar con las reuniones.</p>

Responsable:

Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social

En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.

Duración Una sesión de una hora

Objetivo específico 3: Sensibilizar a mujeres y hombres, en la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de la salud y de las relaciones entre los integrantes.

Producto o resultado: Taller de sensibilización que aborde el tema del autocuidado de los cuidadores. Una sesión de una hora para padres y una sesión de una hora para madres

ACTIVIDADES	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	FACTORES EXTERNOS
<p>1. Planeación previa de actividades y checklist de material.</p> <p>2. Confirmar el espacio donde se brindarán los talleres.</p> <p>3. Establecer contacto con las cuatro familias para confirmar fecha, hora y lugar de la sesión.</p>	<p>Porcentaje de padres y madres de familia que asistan al taller y la sesión final.</p>	<p>El presupuesto que se empleará para la materialización del taller y la sesión de cierre, incluyendo recursos materiales, así como humanos será entregado al área administrativa de la institución, en caso de requerir dicha información</p>	<p>a) Acordar momentos con fecha y hora que les sea compatible con sus tiempos para reuniones posteriores</p> <p>b) Que todos los participantes permanezcan a lo largo de la sesión</p>

Responsable:
 Lic. Diana Fabiola Cuevas Oliva y un/ una Psicóloga Social
 En lo subsecuente se tendrían que considerar a dos Especialista en Familias y Prevención de la Violencia.

Duración Una sesión de una hora

PASO 5

TABLA DE ACTIVIDADES				
OBJETIVO ESPECÍFICO 1	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RESULTADOS O PRODUCTOS DE LA ACTIVIDAD	MEDIOS DE VERIFICACIÓN
<p>Construir acuerdos con respecto al trabajo doméstico y de cuidados, así como elaborar estrategias para que los padres pasen más tiempo de calidad y escucha con sus hijos e hijas, haciendo énfasis y creando conciencia en la importancia del autocuidado y la salud en las madres y padres.</p>	<p>Tres sesiones para padres y tres sesiones para madres, donde se aborden los objetivos del presente proyecto</p> <p>Así como una sesión de cierre</p>	<p>Se impartirá un taller de sensibilización abordando las problemáticas detectadas en el diagnóstico</p> <p>Así como una sesión donde las cuatro familias compartan estrategias y herramientas que han ido implementando para mejorar las problemáticas detectadas.</p>	<p>Que dentro de las familias se vayan implementando paulatinamente estrategias y técnicas que encaminen a una distribución más justa y consciente del trabajo en el hogar, y el cuidado de la infancia, así como crear conciencia sobre el autocuidado.</p>	<p>La asistencia de las madres y padres a las sesiones del taller y sesión de cierre</p> <p>Fotografías</p> <p>Test de percepción.</p> <p>Collage de familias equitativas.</p>

3.3 Metas del Proyecto

METAS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>1. Asistencia de un 80% (como mínimo) de las madres y de los padres a las tres sesiones, cada uno</p> <p>2. Interés en permanecer a lo largo de cada sesión 90% de los padres asistentes. (por cuestiones de trabajo)</p> <p>3. Se espera tener al 100% de las y los participantes, aplicando estrategias para mejorar la distribución de las tareas en el hogar.</p>	<p>Objetivo 1</p> <p>Visibilizar la importancia de la justa distribución del trabajo en casa y el cuidado de las y los menores, a través de la reflexión y los acuerdos dentro del hogar.</p>
<p>1. Asistencia de un 80% (como mínimo) de las madres y de los padres a las tres sesiones, cada uno.</p> <p>2. Interés en permanecer a lo largo de cada sesión 90% de los padres asistentes. (por cuestiones de trabajo)</p> <p>3. Se espera tener al 100% los participantes, aplicando estrategias para convivir más tiempo con sus hijos, involucrándose en su educación.</p>	<p>Objetivo 2</p> <p>Sensibilizar a los hombres y mujeres sobre la importancia de la paternidad corresponsable en el crecimiento y desarrollo de la infancia, generando estrategias para compartir con las y los menores más tiempos de calidad y calidez.</p>
<p>1. Asistencia de un 80% (como mínimo) de las madres y de los padres a las tres sesiones, cada uno.</p> <p>2. Interés en permanecer a lo largo de cada sesión 90% de los padres asistentes. (por cuestiones de trabajo)</p>	<p>Objetivo 3</p> <p>Compartir con las mujeres y los hombres, la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de la salud y de las relaciones entre los integrantes de la familia.</p>

3. Se espera tener al 100% las y los participantes, modificando hábitos de cuidado hacia su persona.

3.4 Indicadores de Efectos del Proyecto

MATRIZ DE INDICADORES DE EFECTOS DEL PROYECTO		
INDICADOR CON ENFOQUE DE DEMOCRATIZACIÓN FAMILIAR	GÉNERO	GENERACIONAL
<p>Porcentaje de padres que se encuentran convencidos sobre colaborar y compartir el trabajo del hogar.</p> <p>Así como porcentaje de madres que reconocen la labor que realizan dentro de sus hogares.</p>	<p>Hombres que buscan alternativas para compensar el tiempo que permanecen fuera de casa.</p> <p>Generando una conciencia sobre el trabajo que realizan las mujeres fuera y dentro del hogar.</p>	<p>Hijos e hijas que observan equidad en el trabajo doméstico, así como actividades sin estereotipos de género, percibiendo un ambiente de democratización familiar.</p>
<p>Porcentaje de padres que implementan estrategias para involucrarse en la educación y desarrollo de sus hijas e hijos.</p> <p>Porcentaje de mujeres que reconocen la importancia de que sus parejas ejerzan una paternidad responsable</p>	<p>Hombres aprendiendo a ejercer paternidades responsables, fuera de estereotipos de género, viviendo experiencias distintas con sus hijos e hijas, a partir de una convivencia de calidad y calidez.</p> <p>Mujeres que cuentan con tiempos para ellas mismas, mientras sus parejas ejercen la paternidad</p>	<p>Hijos e hijas que naturalizan el cuidado y la escucha de los padres en su desarrollo.</p> <p>Eliminando estereotipos respecto a los cuidados y el amor.</p>

Porcentaje de hombres y mujeres que generan una conciencia sobre la importancia del cuidado de su salud.	Mujeres y hombres que eliminan estereotipos de género y priorizan su salud, como un eje central del autocuidado y el cuidado de su familia.	Familias que promueven hábitos de autocuidado, ejercitando su cuerpo y permitiéndose espacios propios.
--	---	--

3.5 Criterios de Valoración del Proyecto

MATRIZ DE CRITERIOS DE VIABILIDAD SOCIAL				
CRITERIOS DE VIABILIDAD SOCIAL	CRITERIOS DE PERMANENCIA	CRITERIOS DE PARTICIPACIÓN	CRITERIOS DE EFICACIA	CRITERIOS DE EFICIENCIA
<p>En cuanto a la viabilidad del presente proyecto, es necesario contar con la participación y el respaldo del IQM, así como cualquier otra institución, interesada.</p> <p>En cuanto a las y los participantes, podemos reconocer un nivel de interés alto, respecto a las problemáticas que se detectaron, es así que creemos tener una respuesta positiva de su parte frente al proyecto.</p>	<p>Los objetivos antes planteados, fueron pensados y elaborados con la finalidad de atender las principales problemáticas detectadas en el diagnóstico. Es así que se plantea un proyecto de intervención pensado para trabajar con padres y madres, que tenga como resultado, implicaciones positivas para los hijos e hijas de éstas familias, teniendo un enfoque con perspectiva de género, derechos humanos de las mujeres, y democratización familiar.</p>	<p>El presente proyecto propone actividades sencillas de realizar, con el propósito de ofrecerles a las y los participantes un espacio donde puedan expresar libremente sus pensamientos y propuestas. Y generen una cultura de autocuidado</p>	<p>El proyecto ha sido pensado para trabajar con padres y madres, a partir de un marco teórico, que sostiene una perspectiva de género, la cual aborda la construcción social de la maternidad y como esto ha generado una disparidad entre las actividades que realizan las mujeres frente a las que realizan los hombres. Es así que apostamos por el enfoque de género, respecto a la sensibilización de los participantes.</p>	<p>El objetivo del presente proyecto apunta a la contribución de la eliminación de los estereotipos y roles de género dentro de las familias, esto como una serie de esfuerzos a realizar en pro de los derechos humanos de las mujeres y la prevención de la violencia</p>

3.6 Sostenibilidad del Proyecto

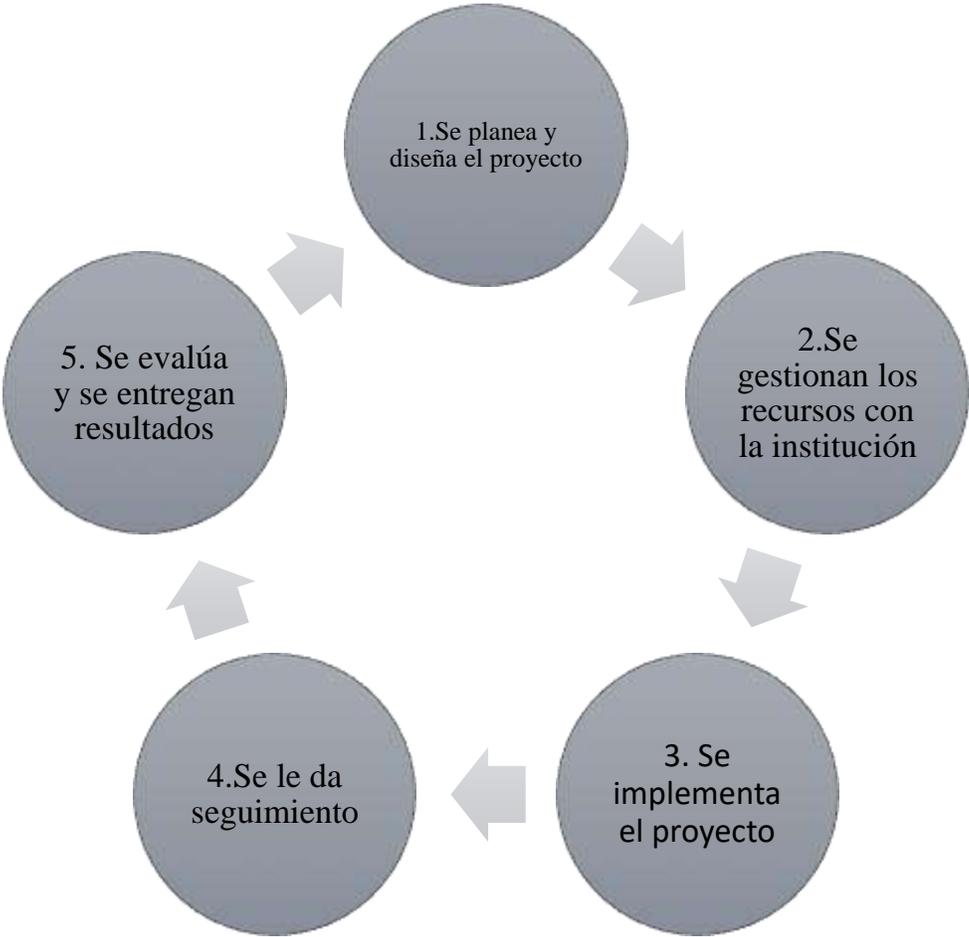
El presente proyecto se encuentra elaborado para ser replicado en otros espacios con familias biparentales de doble ingreso, respecto a los recursos materiales es imprescindible dejar en claro que los espacios serán gestionados a partir de la propia institución y que los materiales requeridos forman parte del costo total del taller, en cuanto al recurso humano se tendría que contemplar a las personas que replicarían el proyecto, teniendo los conocimientos requeridos para la presente intervención.

MATRIZ DE SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO	
OPCIONES Y MEDIDAS	DESCRIPCIÓN
Gestión de recurso para el material	Es importante dejar en claro que el apoyo económico del IQM, en el presente caso, resultará fundamental para la implementación del proyecto. En caso de ser implementado por alguna otra institución se tendrá que contemplar esa inversión económica
Gestión del espacio	En este caso, se pensó solicitar un espacio dentro del Centro Educativo y Cultural “Manuel Gómez Morín” a través del IQM, siendo éste una excelente opción para emprender los talleres, pues cuenta con un excelente espacio para realizar las actividades.
Recursos Humanos	Para la correcta implementación y resultados de los talleres antes mencionados, es fundamental contar con dos profesionales que se encuentren capacitados (as) en temas de democratización familiar, perspectiva de género y derechos humanos.

3.7 Modelo de Implementación y gestión del proyecto

3.7.1 Ciclo de Implementación y gestión

3.7.1.1 Esquema del Ciclo de implementación y gestión



3.7.1.2 Descripción de cada elemento que integra el ciclo

1. Se planea y diseña el proyecto. Resulta ser la primera etapa del proyecto de intervención, es aquí donde se planean las actividades, las sesiones, las temáticas a abordar, las metas y resultados que se esperan obtener de la aplicación.

2. Se gestionan los recursos con la institución. Para este momento, ya contamos con la propuesta del proyecto, se procede a gestionar reuniones con la o las instituciones que puedan estar interesadas en aplicar los talleres. Es en éstas reuniones, donde se solicita el apoyo económico para la implementación, mostrando las metas y viabilidad del proyecto.

3. Se implementa el proyecto. Se deberá de estudiar correctamente la idea de los talleres, buscar los recursos económicos y humanos para la correcta implementación del proyecto.

4. Se le da seguimiento. Resulta fundamental dar un correcto acompañamiento a los integrantes del taller, escuchando sus inquietudes y propuestas, evaluando sus avances y midiéndolos respecto a objetivos y metas previstas

5. Se evalúa y se entregan resultados. En ésta última etapa se les aplicara la evaluación de precepción siendo un indicador fehaciente respecto a los cambios tangibles que implementen en su día a día. Entregando dichos resultados a el área de capacitación o la que indique la institución.

3.7.2 Plan de Gestión del Proyecto y estructura organizativa

Con el objetivo de que el presente proyecto pueda ser replicado en cualquier institución que requiera trabajar las problemáticas detectadas en el diagnóstico, es importante presentar los resultados obtenidos en la presente intervención, como muestra de avances positivos y metas alcanzadas. Siendo fundamental, aclarar a las instituciones interesadas, que éstos talleres deberán ser aplicados por personal con cierto perfil y capacitado en estos temas. Así como asegurarse que los espacios para su aplicación sean amplios y con las instalaciones necesarias.

3.7.2.1 Actividades de Gestión

MATRIZ DE ACTIVIDADES DE GESTIÓN		
ACTIVIDADES INICIALES	ACTIVIDADES DURANTE LA EJECUCIÓN	ACTIVIDADES DE CIERRE
Reuniones con el área administrativa de la institución para firma de contratos, donde se estipule forma y fecha de pagos	Reuniones semanales con el equipo que se encuentre en ejecución, con la finalidad de registrar sus percepciones respecto al grupo y mejoras en la ejecución.	Entrega de resultados, a través de un reporte escrito sobre el análisis cualitativo de los test de percepción
Búsqueda del personal capacitado, solicitud de CV y entrevistas de selección.	Analizar los avances y monitorear las actividades	Mostrar resultados del proyecto a otras instituciones y asociaciones civiles.
Asistir a reuniones con asociaciones civiles y otras instituciones gubernamentales que requieran o trabajen el tema	Mostrar avances del proyecto en mesas de trabajo, reuniones o actividades múltiples con activistas, asociaciones civiles e instituciones públicas.	Reconocer el trabajo colaborativo con la institución que respalda e invierte los recursos económicos para capacitar a su personal, impactando directamente en su labores.

3.7.3 Plan de gestión del proyecto

PLAN DE OPERACIÓN DEL PROYECTO				
Objetivo Esp.	Actividad (es)	Recursos	Responsable	Cronograma
Establecer pautas y medidas que les permitan a las familias	1. Aprobación del proyecto de intervención	Humanos y Materiales	Institución (IQM) y la Responsable del proyecto	Enero
	2. Planeación de actividades.	Humanos y Materiales	Institución (IQM), especialistas y	Enero

<p>construir acuerdos con respecto al trabajo doméstico y de cuidados, así como elaborar estrategias para que los padres pasen más tiempo de calidad y escucha con sus hijos e hijas, haciendo énfasis y creando conciencia en la importancia del autocuidado y la salud en las madres y padres.</p>			equipo general en	
	3. Gestionar el espacio.	Humanos y Materiales	Institución (IQM), especialistas y equipo general en	Enero
	4. Invitación y gestión de tiempos con las familias que participarán en el taller	Humanos y Materiales	Institución (IQM), especialistas y equipo general en	Enero
	5. Confirmación de asistencia con las familias que participarán en el taller.	Humanos y Materiales	Equipo general. en	Enero
	6. Taller de sensibilización (3 sesiones)	Humanos y Materiales	Especialistas y equipo general. en	Feb - Jun
	7. Invitación y gestión de tiempos con las familias que participarán en la sesión de cierre	Humanos y Materiales	Institución (IQM), especialistas y equipo general en	Julio
	8. Confirmación de asistencia con las familias que participarán en la sesión de cierre.	Humanos y Materiales	Equipo general. en	Julio
	9. Sesión de Cierre y aplicación del test de percepción.	Humanos y Materiales	Especialistas y equipo general. en	Julio
	10. Monitoreo y seguimiento para dar a conocer avances que se han obtenido a lo largo del taller.	Humanos y Materiales	Institución (IQM), especialistas y equipo general en	Agosto

3.7.4 Plan de monitoreo y evaluación

Jerarquía	Indicadores	Métodos de recopilación de datos	Persona encargada de recopilación	Frecuencia de la recopilación	Documentos de evaluación
Objetivos	Padres que se encuentran convencidos sobre colaborar y compartir el trabajo del hogar. Así como involucrarse en la educación y desarrollo de sus hijas e hijos.	Cuantitativo: Número de padres y madres que asisten a los talleres y sesión de cierre, así como el porcentaje de familias que implementan estrategias de mejora.	Especialistas y equipo en general.	Durante el proceso de la intervención y al finalizar con la aplicación del test de percepción	Lista de asistencia de padres y madres que asistieron al taller y la sesión de cierre. Test final de percepciones
Productos/ Resultados	Número de padres que colaboran con las labores domésticas, ofrecen a sus hijos tiempo de calidad y cuidan su salud Número de madres que afirman ver a sus parejas más involucradas en el trabajo del hogar y el cuidado de sus hijos e hijas, así como adquirir hábitos sobre el cuidado de su cuerpo	Cualitativo: A través de un test sobre percepciones, al término de los talleres y la sesión de cierre.	Especialistas y equipo en general.	Al finalizar con la aplicación del test de percepción	Test final de percepciones
Actividades	Taller de sensibilización, que consta en tres sesiones dirigida a padres y tres	Reportes escritos	Especialistas y equipo en general.	Al finalizar cada sesión	Lista de asistencia de padres y madres que asistieron al taller y la sesión de cierre. Fotografías

	<p>sesiones dirigida a madres</p> <p>Una sesión de cierre donde se reunirán las cuatro familias para compartir estrategias, avances y herramientas referentes a los temas tratados en los talleres.</p>				Test final de percepciones
Recursos/ Insumos/ Presupuesto	Gastos realizados al inicio, a lo largo y al finalizar el proyecto	Informes, facturas, nota de compras, etc.	El equipo en general	Al inicio, a lo largo y al finalizar el proyecto	Porcentaje de personas que acudieron en su totalidad a los talleres y sesión de cierre

3.7.5 Plan económico financiero

Actividad	Rubro	Tipo de Gasto	Costo Total	Fuentes de Financiamiento
Planeación y coordinación del proyecto, se incluyen a las dos profesionales encargadas de llevar a cabo el taller y la sesión de cierre	Recurso Humano	Honorarios	<p>\$10,000 x 7 meses = \$70,000</p> <p>Por dos esp. En familias y prevención de la violencia</p> <p>Un fisioterapeuta (2 sesiones de una hora) \$ 1,000</p> <p>TOTAL \$80,000</p>	Recursos de organizaciones, asociaciones, instituciones públicas y/o privadas. En éste caso del IQM

Taller (6 sesiones) Sesión de Cierre (1 sesión)	Recursos Materiales	Insumos para la ejecución del proyecto	Coffee break: \$500 por día \$500 x 7 días = \$3,500 Papelería: -Hojas blancas: \$40 -Caja de Plumones: \$80 -10 Rotafolios: \$50 -Revistas usadas: \$50 -7 tijeras: \$70 -Resistol: \$50 -Caja de bolígrafos: \$40 \$380 TOTAL \$3,880	
Total de Viáticos (incluye el taller y sesión de cierre)	Recursos Materiales	Honorarios	Viáticos para el total del proyecto \$500 x 7 meses TOTAL = \$3,500	
COSTO TOTAL DEL PROYECTO			\$ 87,380	

CONCLUSIÓN

Inevitablemente las familias evolucionan con el paso del tiempo y los cambios culturales. Es así que nos enfrentamos en la actualidad a una realidad que modifica los estereotipos y roles de género dentro de las relaciones familiares, sin ser esto un indicador de igualdad entre hombres y mujeres.

Las familias en México y en específico en el estado de Querétaro, continúan siendo predominante nucleares o tradicionales, y en cuanto a la característica del doble ingreso se puede observar un crecimiento gradual desde los años noventa hasta la actualidad.

Como resultado de la división sexual del trabajo, las madres reconocen encontrarse agotadas por la carga de actividades a la que se enfrentan día con día, pues una de las victorias histórica que han ganado las mujeres, ha sido el derecho a desarrollarse en espacios públicos, sin embargo el trabajo dentro del hogar es una carga silenciosa que las mujeres continúan asumiendo en mayor medida.

Es así que se confirmó que las mujeres diagnosticadas recientes las dobles jornadas de trabajo, pues por un lado afirman sentirse cómodas con sus empleos fuera de casa y tener su propio dinero, y al mismo tiempo, reconocen la necesidad de compartir las labores del hogar y el cuidado de las y los menores con sus parejas.

Sin embargo, un elemento estructural en toda ésta fórmula resulta ser el sistema económico en el que nos encontramos, puesto que el dinero alcanza cada vez menos, y la necesidad de buscar dobles empleos o empleos de tiempo completo en el caso de los padres, se ha vuelto casi un requisito para éstas familias en crecimiento, siendo casi imposible colaborar de forma equitativa en las labores del hogar. Y en el caso del cuidado de las y los hijos, los hombres afirman contar con pocos espacios para dedicar tiempo a la crianza de las y los pequeños, dejando los tiempos libres para el ocio y la diversión.

Es así que el reto de éste trabajo fue elaborar un proyecto de intervención, en el cual se reconocieran las problemáticas estructurales y a partir de las herramientas familiares, se sensibilizara a la población sobre la importancia de relacionarnos a través de la democratización familiar, implementando técnicas sencillas las cuales las familias pudieran emplear en su día a día.

Como resultado de éstas largas jornadas, se pudo observar que tanto las madres, como los padres dejan de lado el autocuidado, y los tiempos libres para dedicarlos a ellos y ellas mismas siendo un

punto clave para prevenir enfermedades y tener una calidad de vida, repercutiendo de forma positiva en la crianza de las y los niños.

Este trabajo fue realizado a través de una mirada con perspectiva de género, generacional y de derechos humanos, reconociendo que la prevención de la violencia es una herramienta fundamental para el ejercer los derechos humanos de las mujeres y las niñas dentro de las familias, apostando por ésta alternativa para continuar labrando un camino más justo y menos violento para las mujeres de éste país.

ANEXOS

Realización de Instrumentos del Diagnóstico

A continuación se muestran los instrumentos que fueron aplicados dentro del diagnóstico, del cual posterior a éste se pudieron detectar como resultado las tres problemáticas más relevantes

Anexo 1. Guía de entrevista semi-estructurada dirigida a hombres

	<p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES ESPECIALIDAD EN FAMILIAS Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA</p>	
<h3>Guía de entrevista semi estructurada</h3>		
<p>Objetivo de la entrevista: Adentrarse a conocer la organización de las familias biparentales de doble ingreso y los retos a los que se enfrentan.</p>		
<p>Dirigido a: Hombres/ Padres pertenecientes a familias biparentales de doble ingreso en el estado de Querétaro</p>		
<p>Tiempo aproximado de la entrevista: 30 minutos</p>		
<p>Recursos: la guía de entrevista, audio o video grabadora y/o cámara de fotos.</p>		
<p>Guion:</p> <p>¿Te sientes conforme con el tiempo que pasas con tus hijas o hijos?</p> <p>¿De qué manera cuidas tu salud, y cuándo fue la última vez que acudiste al doctor?</p> <p>¿Consideras que el trabajo doméstico que se realiza dentro de tu hogar es equitativo entre tú y tu pareja?</p> <p>¿El salario que percibes va dirigido en su totalidad a los gastos del hogar?</p> <p>¿De qué manera te comunicas con tus hijos y les demuestras amor?</p> <p>Pregunta libre formulada por parte de la entrevistadora en caso de creerlo necesario...</p> <p>(Opcional)</p>		
<p>*Ésta entrevista es anónima y confidencial. La información que usted proporcione se usará únicamente con fines de investigación. Es importante que las respuestas sean honestas. No existen las respuestas correctas o incorrectas. Gracias por su valiosa contribución.</p>		

Anexo 2. Guía de entrevista semi-estructurada dirigida a mujeres



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES
ESPECIALIDAD EN FAMILIAS Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA



Guía de entrevista semi-estructurada

Objetivo de la entrevista: Adentrarse a conocer la organización de las familias biparentales de doble ingreso y los retos a los que se enfrentan.

Dirigido a: Mujeres / Madres pertenecientes a familias biparentales de doble ingreso en el estado de Querétaro

Tiempo aproximado de la entrevista: 30 minutos

Recursos: la guía de entrevista, audio o video grabadora y/o cámara de fotos.

Guion:

¿Te sientes conforme con el tiempo que pasas con tus hijas o hijos?

¿En algún momento te has sentido culpable por priorizarte antes que a tus hijas o hijos?

¿Consideras que el trabajo doméstico que se realiza dentro de tu hogar es equitativo entre tú y tu pareja?

¿El salario que percibes va dirigido en su totalidad a los gastos del hogar?

¿Te sientes apoyada por tu pareja en términos de tiempo y actividades referentes al cuidado de tus hijas o hijos?

Pregunta libre formulada por parte de la entrevistadora en caso de creerlo necesario...
(Opcional)

*Ésta entrevista es anónima y confidencial. La información que usted proporcione se usará únicamente con fines de investigación. Es importante que las respuestas sean honestas. No existen las respuestas correctas o incorrectas. Gracias por su valiosa contribución.

Anexo 3. Cuestionario dirigido a hombres



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES
ESPECIALIDAD EN FAMILIAS Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA



*Éste cuestionario es anónimo y confidencial. La información que usted proporcione se usará únicamente con fines de investigación. Es importante que las respuestas sean honestas, no hay respuestas correctas o incorrectas. Gracias por su valiosa contribución.

ESTRUCTURAS FAMILIARES

Escriba sobre las líneas la información que se le pide y marque con una X la opción elegida:

b) Edad: _____

c) **Escolaridad** (en caso de contar con licenciatura o algún posgrado, favor de especificar carrera): _____

d) **Ocupación:** _____

e) **Estado Civil:** Casada/do _____ Unión libre _____

f) **¿Cuántas personas viven en su casa?** (incluyéndose a usted) _____

g) **¿Quiénes viven en su casa?** (especifique lo siguiente)

Hija (s) _____ ¿Cuántas? _____ Edad (es) _____
Escolaridad _____

Hijo (s) _____ ¿Cuántos? _____ Edad (es) _____
Escolaridad _____

Pareja _____ Edad _____ Ocupación _____
Escolaridad _____

h) **¿Considera que existe un jefe, jefa o jefes en su hogar?** _____

En caso de haber contestado que sí:

¿Quién (quienes) considera usted que es (son) jefa(s)/jefe(s) del hogar? _____

¿Por qué? _____

TRABAJO DOMÉSTICO / DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO

¿De qué manera se dividen las actividades y tareas del hogar dentro de tu familia? _____

Marca con una X quien realiza las siguientes actividades en tu hogar

Barrer y trapear la vivienda	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Lavar, secar y acomodar trastes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Planear la comida semanal (lista del supermercado)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Recoger y ordenar juguetes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Preparar la comida	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Llevar la ropa a la tintorería	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Limpiar automóvil y/o repararlo	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Reparar electrodomésticos (licuadora plancha), computadoras, muebles, ventanas, puertas o juguetes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Lavar, secar, y planchar la ropa	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Hacer reparaciones o instalaciones en el hogar (focos, colgar cuadros, plomería, fugas de agua, pintura, cambio de empaques de llaves de agua, cableados, destapar tuberías,	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Realizar pagos del hogar (tenencia,	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

predial, agua, luz, colegiatura, renta, etc.)				
Acudir a la papelería para trabajos de la escuela	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Acudir al supermercado	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Planear vacaciones o salidas extras	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Sacar/ Tirar la basura	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

TRABAJO DE CUIDADO DE HIJOS E HIJAS

¿De qué manera se dividen las actividades de cuidado de sus hijos o hijas dentro de tu familia? _____

Marca con una X quien realiza las siguientes actividades en relación con tus hija(as) y /o hijo(os).

Bañarles	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Vestirles por la mañana	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Darles desayuno - comer	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Llevarles a la escuela	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Acompañarles en tareas escolares	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Asistir a reuniones escolares	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Asistir a festivales escolares	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Educarles (Poner reglas, orden, valores, trabajo en equipo, etc)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

Escucharles/ conversar	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Actividades de ocio y diversión (ir al cine, parque, juegos mecánicos)			Ambos _____	Alguien más _____
Brindarles cariño (abrazos, besos, cumplidos, reconocimientos).	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Jugar con ellos (ellas)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Levarles a actividades extraescolares, ejercicio (natación, arte, danza, etc)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Levantarse por la noche para atender sus peticiones	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Llevarles a médico (a)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Proporcionar medicamento	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Cuidarles ante enfermedades	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Solicitar permiso en el trabajo para cuidarles/ atenderles/ enfermedades	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Preparar uniformes y útiles para el siguiente día	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

PARTICIPACIÓN ECONÓMICA DENTRO DEL HOGAR

¿De qué manera se dividen los gastos dentro de tu familia? _____

Respecto a la participación económica dentro del hogar usted considera:

Aporta todo su ingreso _____

Aporta la mayor parte de su ingreso _____

Aporta la mitad de su ingreso _____

Aporta menos de la mitad de su ingreso _____

Marque con una X los gastos que considera usted realiza, los que realiza su pareja, o ambos

Alimentos de la familia (desayunos y cenas)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
*Cuentas de restaurantes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Educación (uniformes, libros, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Papelería (plumas, cartulinas, rotafolios, pinturas, mapas)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Ropa, calzado, etc.	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
*Gasolina de automóvil	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Artículos de limpieza personal (papel, jabón, shampoo, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Pago de servicios (luz, agua, gas, internet, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Pago de hipoteca / renta de la vivienda	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Viajes (vacaciones)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Pago a trabajadora(or) del hogar	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____

AUTOCUIDADO DE LAS Y LOS QUE CUIDAN

¿Qué actividades realizas para cuidar tu cuerpo? _____

¿Qué actividades de ocio / agrado realizas? _____

¿Con que frecuencia asistes a reuniones, fiestas, etc, con amigos o amiga?

Una vez a la semana _____ Una vez al mes _____ Una vez al año _____ Nunca _____

Favor de marcar con una X una sola opción

CONSTRUCCIÓN DE LA MATERNIDAD / PATERNIDAD A PARTIR DEL GÉNERO			
	TOTALMENTE DE ACUERDO	MÁS O MENOS DE ACUERDO	EN DESACUERDO TOTALMENTE
Las mujeres son mejores que los padres para la crianza de las y los hijos			
Un hombre no puede cuidar adecuadamente a un bebé			
Las mujeres son más confiables para cuidar a un bebé que un hombre			
Las mujeres son más sensibles sentimentalmente para escuchar a un niño (a)			
Las mujeres son más cariñosas que los hombres			

Anexo 4. Cuestionario dirigido a Mujeres



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES
ESPECIALIDAD EN FAMILIAS Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA



*Éste cuestionario es anónimo y confidencial. La información que usted proporcione se usará únicamente con fines de investigación. Es importante que las respuestas sean honestas, no hay respuestas correctas o incorrectas. Gracias por su valiosa contribución.

ESTRUCTURAS FAMILIARES

Escriba sobre las líneas la información que se le pide y marque con una X la opción elegida:

b) Edad: _____

c) **Escolaridad** (en caso de contar con licenciatura o algún posgrado, favor de especificar carrera): _____

d) **Ocupación:** _____

e) **Estado Civil:** Casada/do _____ Unión libre _____

f) **¿Cuántas personas viven en su casa?** (incluyéndose a usted) _____

g) **¿Quiénes viven en su casa?** (especifique lo siguiente)

Hija (s) _____ ¿Cuántas? _____ Edad (es) _____
Escolaridad _____

Hijo (s) _____ ¿Cuántos? _____ Edad (es) _____
Escolaridad _____

Pareja _____ Edad _____ Ocupación _____
Escolaridad _____

h) **¿Considera que existe un jefe, jefa o jefes en su hogar?** _____

En caso de haber contestado que sí:

¿Quién (quienes) considera usted que es (son) jefa(s)/jefe(s) del hogar? _____

¿Por
qué? _____

TRABAJO DOMÉSTICO / DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO

¿De qué manera se dividen las actividades y tareas del hogar dentro de tu familia? _____

Marca con una X quien realiza las siguientes actividades en tu hogar

Barrer y trapear la vivienda	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Lavar, secar y acomodar trastes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Planear la comida semanal (lista del supermercado)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Recoger y ordenar juguetes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Preparar la comida	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Llevar la ropa a la tintorería	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Limpiar automóvil y/o repararlo	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Reparar electrodomésticos (licuadora plancha), computadoras, muebles, ventanas, puertas o juguetes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Lavar, secar, y planchar la ropa	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Hacer reparaciones o instalaciones en el hogar (focos, colgar cuadros, plomería, fugas de agua, pintura, cambio de empaques de llaves	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

de agua, cableados, destapar tuberías,				
Realizar pagos del hogar (tenencia, predial, agua, luz, colegiatura, renta, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Acudir a la papelería para trabajos de la escuela	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Acudir al supermercado	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Planear vacaciones o salidas extras	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Sacar/ Tirar la basura	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

TRABAJO DE CUIDADO DE HIJOS E HIJAS

¿De qué manera se dividen las actividades de cuidado de sus hijos o hijas dentro de tu familia? _____

Marca con una X quien realiza las siguientes actividades en relación con tus hija(as) y /o hijo(os).

Bañarles	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Vestirles por la mañana	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Darles desayuno - comer	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Llevarles a la escuela	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Acompañarles en tareas escolares	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Asistir a reuniones escolares	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Asistir a festivales escolares	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

Educarles (Poner reglas, orden, valores, trabajo en equipo, etc)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Escucharles/ conversar	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Actividades de ocio y diversión (ir al cine, parque, juegos mecánicos)			Ambos _____	Alguien más _____
Brindarles cariño (abrazos, besos, cumplidos, reconocimientos).	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Jugar con ellos (ellas)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Levarles a actividades extraescolares, ejercicio (natación, arte, danza, etc)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Levantarse por la noche para atender sus peticiones	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Llevarles a médico (a)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
*Proporcionar medicamento	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Cuidarles ante enfermedades	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Solicitar permiso en el trabajo para cuidarles/ atenderles/ enfermedades	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____
Preparar uniformes y útiles para el siguiente día	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____	Alguien más _____

PARTICIPACIÓN ECONÓMICA DENTRO DEL HOGAR

¿De qué manera se dividen los gastos dentro de tu familia? _____

Respecto a la participación económica dentro del hogar usted considera:

- Aporta todo su ingreso _____
- Aporta la mayor parte de su ingreso _____
- Aporta la mitad de su ingreso _____
- Aporta menos de la mitad de su ingreso _____

Marque con una X los gastos que considera usted realiza, los que realiza su pareja, o ambos

Alimentos de la familia (desayunos y cenas)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
*Cuentas de restaurantes	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Educación (uniformes, libros, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Papelería (plumas, cartulinas, rotafolios, pinturas, mapas)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Ropa, calzado, etc.	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
*Gasolina de automóvil	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Artículos de limpieza personal (papel, jabón, shampoo, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Pago de servicios (luz, agua, gas, internet, etc.)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Pago de hipoteca / renta de la vivienda	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Viajes (vacaciones)	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____
Pago a trabajadora(or) del hogar	Usted _____	Pareja _____	Ambos _____

AUTOCAUIDADO DE LAS Y LOS QUE CUIDAN

¿Qué actividades realizas para cuidar tu cuerpo? _____

¿Qué actividades de ocio / agrado realizas? _____

¿Con que frecuencia asistes a reuniones, fiestas, etc, con amigos o amiga?

Una vez a la semana _____ Una vez al mes _____ Una vez al año _____ Nunca _____

Favor de marcar con una X una sola opción

CONSTRUCCIÓN DE LA MATERNIDAD A PARTIR DEL GÉNERO

	TOTALMENTE DE ACUERDO	MÁS O MENOS DE ACUERDO	EN DESACUERDO TOTALMENTE
Amo a mis hijos (as), pero no siempre he disfrutado la maternidad			
El trabajo de cuidado de mis hijos me deja agotada físicamente al terminar el día			
He descuidado en cierta forma mi salud desde que soy madre			
He tenido sensaciones de miedo por no ser buena madre			
He rechazado ofertas o propuestas de trabajo por no ser compatibles con la maternidad			

Anexo 5. Carta de consentimiento informado



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES
ESPECIALIDAD EN FAMILIAS Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA



Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

Yo, la Lic. Diana Cuevas, estudiante becaria del CONACYT de la Especialidad en Familias y Prevención de la Violencia de la Universidad Autónoma de Querétaro, llevo a cabo una investigación escolar con un tema que versa sobre las familias biparentales en el estado de Querétaro. Para ello, es crucial realizar levantamiento de información.

Su participación es voluntaria, la información que se obtenga será estrictamente confidencial y sin fines de lucro. En ese sentido, los resultados aparecerán en una tesis escolar, y en alguna publicación científica. Se le pedirá responder preguntas en un cuestionario y una entrevista, mismas que serán codificadas para su sistematización. En el caso de la entrevista, ésta será grabada, de modo que se pueda transcribir las ideas que usted haya expresado. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán anónimas. Cualquier duda sobre el presente instrumento o sobre el trabajo de investigación, será resuelta en el momento que desee.

Acepto participar en esta investigación. Y he sido informado (a) del objetivo de la misma. Así como de que tendré que responder un cuestionario y preguntas en una entrevista, mismas que serán resguardadas de forma confidencial y utilizados con fines académicos. Se me informa que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Así mismo recibo una copia del presente documento, dejando en claro que puedo requerir información sobre los resultados de éste proyecto, en el momento que desee, contactado a la Lic. Diana Cuevas al correo: diana.cuevas.oliva@gmail.com

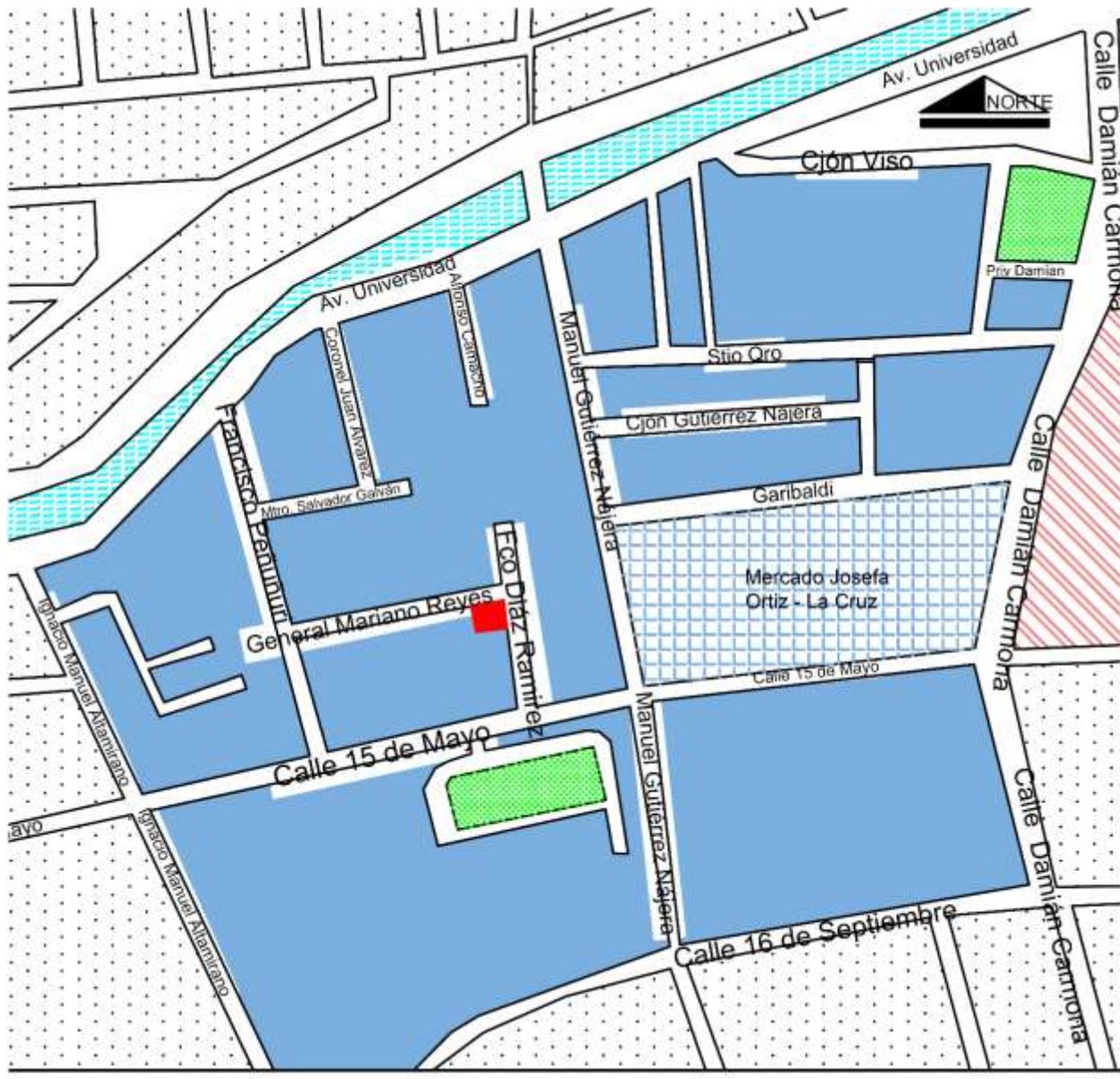
Nombre del Participante
(en letras de impreza)

Firma del Participante

Fecha

Anexo 6. Croquis

A continuación se muestra el croquis de la ubicación del Instituto Queretano de las Mujeres, espacio donde se acudió a pláticas con las trabajadoras de ésta institución, para ser parte del presente proyecto.



Anexo 7. Carta Descriptiva “Taller dirigido a madres”

CARTA DESCRIPTIVA

PRIMERA SESIÓN

Nombre de la Actividad: “ESTABLECIENDO ACUERDOS”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : madres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Visibilizar la importancia de la justa distribución del trabajo en casa y el cuidado de las y los menores

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Presentación del equipo de trabajo y presentación del grupo.	<p>1. Se da la bienvenida a las madres de familia y se les agradece su interés en participar en el taller.</p> <p>2. Se presenta el equipo de trabajo y se les reparte el pre test de percepción, se les indica la forma de llenado y el objetivo de ésta actividad.</p> <p>3. Se explica el objetivo del taller y la estructura que seguiremos.</p>	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
Contratos y acuerdos implícitos o explícitos	Contratos y acuerdos entre pareja	<p>4. Se abre la sesión hablando que en cada familia se pueden establecer distintos tipos de acuerdos, en ocasiones explícitos y en otros implícitos. Y pueden ser rígidos o flexibles y adaptándose a diferentes momentos. Y la importancia de no faltar a dichos contratos. Todo esto a través de la democratización familiar.</p>	Expositiva	Computadora y cañón	20 min
		<p>5. La facilitadora solicita a cada mujer que plasme en una hoja las siguiente reflexión:</p>	Expositiva	Hojas blancas, hojas de rotafolio y plumones.	20 min

		<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué me gustaría incluir en el contrato con mi pareja? <p>Posteriormente se pide que escriban sus demandas o alternativas.</p> <p>6. En plenaria, se comparten las conclusiones y experiencias propias que les han funcionado y las que no en su día a día.</p>			
Cierre	Escucha activa por parte de las facilitadoras, se promueve el compartir sus experiencias respecto a la repartición de las actividades dentro del hogar	<p>7. En este punto de la sesión el/la facilitadora resume de forma general lo expuesto hasta el momento.</p> <p>8. En conjunto con las participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión.</p> <p>9. Se hace hincapié en la importancia de distribuir las tareas dentro del hogar, y como ésta actividad equitativa responde a los Derechos Humanos de las Mujeres, la comunicación y la simetría de poderes dentro del hogar</p> <p>10. Se cierra la sesión invitando a las participantes a reflexionar sobre los acuerdos.</p> <p>11. Se felicita a las madres por su participación y se despide al grupo.</p>			15 min

SEGUNDA SESIÓN

Nombre de la Actividad: “CORRESPONSABILIDAD PATERNA”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : madres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Sensibilizar a las mujeres sobre la importancia de la paternidad corresponsable en el crecimiento y desarrollo de la infancia de sus hijas e hijos.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Apertura del taller y retomar temas. Reflexiones al respecto.	<p>1. Se da la bienvenida a las madres de familia y se les agradece su interés en participar en el taller.</p> <p>2. Se explica el objetivo del taller y la estructura que seguiremos.</p> <p>3. Les invitamos a recordar los temas abordados de la primera sesión</p>	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
Las paternidades responsables también suman	Se aborda la importancia de la paternidad en el desarrollo bio psico social de la niñez	<p>4. Se abre la sesión hablando Que la maternidad y la paternidad deben verse como un proyecto compartido, siendo la comunicación, un pilar fundamental para el cuidado y la crianza de las y los niños.</p> <p>Se aclara que el desarrollo de la niñez implica factores, bio psico sociales, y que los estilos de parentalidad son variados.</p> <p>Haciendo énfasis en la importancia del desarrollo de la confianza, y la disciplina frente a sus hijos e hijas</p>	Expositiva	Computadora y cañón	20 min
Criando juntos		<p>5. Se les solicita a las participantes reflexionar y plasmar sobre una hoja blanca, cuáles se imaginan que son las cosas buenas de ser padres y cuáles son las cosas malas.</p>	Expositiva	Hojas blancas y plumas	20 min

		6. Y que acciones ellas implementarían para mejorarlas dentro de una perspectiva de corresponsabilidad en el cuidado.			
Cierre	Escucha activa por parte de las facilitadoras, se promueve el compartir sus experiencias respecto a la corresponsabilidad en la crianza.	7. En este punto de la sesión el/la facilitadora resume de forma general lo expuesto hasta el momento. 8. En conjunto con las participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión. 9. Se felicita a las madres por su participación y se despide al grupo.			15 min

TERCERA SESIÓN

Nombre de la Actividad: “MI CUERPO, MI SALUD”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : madres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Compartir con las mujeres, la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de la salud y de las relaciones entre los integrantes.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Apertura del taller y retomar temas. Reflexiones al respecto.	1. Se da la bienvenida a las madres de familia y se les agradece su interés en participar en el taller. 2. Se explica el objetivo del taller y la estructura que seguiremos. 3. Les invitamos a recordar los temas abordados de la segunda sesión	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
Me quiero, me cuido.	Autocuidado de las mujeres y el rol de madre.	4. Se abre la sesión comenzando por la premisa de que antes de ser cuidadoras	Expositiva	Computadora y cañón	20 min

		son mujeres y que parte de la autonomía, es necesario reapropiarnos de nuestros cuerpos y mantenerles en constante cuidado, tanto físico como psicológico. Puesto que es necesario reconocer malestares, deseos y satisfacciones que en ocasiones se ven inhibidos por las cargas de trabajo diario			
	El autocuidado como parte fundamental de cualquier rutina de bienestar	<p>5. Se les pide a las participantes que cierren los ojos y perciban algún malestar en la vida cotidiana. Posteriormente se les pide que se pregunten ¿De qué manera podrías hacer tu vida más placentera?, ¿Qué quieres profundamente? ¿Qué cuidados requieres en tu cuerpo, tu salud, tu desarrollo, tu trabajo, tus relaciones? ¿De qué manera podrías hablar con tu familia –pareja, hijas e hijos, hermanas/os, madre, padre, etc. Para que te ayuden y respeten lo que necesitas para cuidarte?</p> <p>6. En este punto de la sesión el/la facilitadora les pide a los participantes que anoten sus respuestas en una hoja de papel.</p> <p>7. Posteriormente se comparte con las participantes algunas técnicas de bienestar corporal para realizar de forma sencilla con la guía del o la fisioterapeuta.</p> <p>a) Piernas en alto Cerrar los ojos, dejar en menta en blanco, tumbarse en la cama y apoyar los pies con las</p>	Expositiva	Hojas blancas Plumas	20 min

		<p>piernas flexionadas sobre la pared, escucha tu cuerpo y lleva las piernas hasta donde puedas</p> <p>b) Respiración Abdominal Siéntate en una posición cómoda, cierra los ojos, coloca las manos sobre el vientre, inhala a través de la nariz y siente como el vientre se expande, como un globo, exhala y date cuenta como el vientre se acerca a la columna vertebral. Repite varias veces haciendo que cada ciclo sea más largo y profundo.</p>			
Cierre	Escucha activa por parte de las facilitadoras, se promueve el compartir sus experiencias.	<p>8. En conjunto con las participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión.</p> <p>9. Se felicita a las madres por su participación y se despide al grupo.</p>			15 min

Anexo 8. Carta Descriptiva “Taller dirigido a padres”

CARTA DESCRIPTIVA

PRIMERA SESIÓN

Nombre de la Actividad: “TRABAJANDO JUNTOS”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : padres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Visibilizar la importancia de la justa distribución del trabajo en casa y el cuidado de las y los menores

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Presentación del equipo de trabajo y presentación del grupo.	<p>1. Se da la bienvenida a los padres de familia y se les agradece su interés en participar en el taller.</p> <p>2. Se presenta el equipo de trabajo y se les reparte el pre test de percepción, se les indica la forma de llenado y el objetivo de ésta actividad.</p> <p>3. Se explica el objetivo del taller y la estructura que seguiremos.</p>	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
Colaborando en igualdad	Roles y estereotipos de género y justa repartición del trabajo	<p>4. Se abordan los roles de género en el trabajo del hogar y la construcción de los mismo. Y esto como repercute en el agotamiento de las mujeres.</p> <p>Se tiene un acercamiento con el término y consecuencias de dobles o triples jornadas de las mujeres</p>	Expositiva	Computadora y cañón	20 min
Compartiendo las labores	Las dobles y triples jornadas de trabajo en las mujeres.	<p>5. Se les reparte a los participante una hoja con un reloj, en el cual se les pide coloquen sus actividades a lo largo del día y analicen</p>	Expositiva	Hojas blancas y plumas	20 min

		cuanto tiempo ocupan para realizar trabajos en el hogar 6. Y se les solicita que lo lleven a casa y pidan a sus parejas coloquen sus actividades			
Cierre	Escucha activa por parte de las facilitadoras, se promueve el compartir sus experiencias respecto al autocuidado y las técnicas que utilizan en su vida cotidiana.	7. En conjunto con los participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión. 8. Se felicita a los padres por su participación y se despide al grupo.			15 min

SEGUNDA SESIÓN

Nombre de la Actividad: “PATERNIDADES RESPONSABLES”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : padres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Sensibilizar a los hombres sobre la importancia de la paternidad responsable en el crecimiento y desarrollo de la infancia de sus hijas e hijos.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Apertura del taller y retomar temas. Reflexiones al respecto.	1. Se da la bienvenida a los padres de familia y se les agradece su interés en participar en el taller. 2. Se explica el objetivo del taller y la estructura que seguiremos. 3. Les invitamos a recordar los temas abordados de la primera sesión	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
Función paterna	La importancia de la paternidad en el desarrollo de las y los niños	4. Se comienza hablando sobre la importancia de las paternidades como un punto medular para el desarrollo de la autonomía en la niñez.	Expositiva	Computadora y cañón	20 min

		<p>Así como la presencia física y psicológica del padre en todo momento.</p> <p>Tocando el tema de las horas que pasan con sus hijas e hijos y la calidad de ése tiempo.</p>			
	<p>Actividades para realizar en casa con hijos e hijas, que no demoren más de 20 minutos, y que les vincules, física y/ o afectivamente</p>	<p>5. Se les solicita a los padres realicen una lista con actividades que les gustaría realizar con sus hijos e hijas.</p> <p>Como condición que sean actividades que no demoren 20 minutos al día.</p> <p>Algunas de las actividades que se les pueden sugerir para darles ideas son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Seleccionen música de su agrado y comiencen a moverse improvisando ejercicios de manos, piernas, gestos, sonidos; brinca, camina, acuéstate en el suelo; imítense unos a otros. - Arma un plan para el día siguiente (por ejemplo ir al parque) de manera que estimule la apreciación del tiempo; explica acontecimientos; menciona algo especial que hicieron ayer. 	Expositiva	Computadora y cañón	20 min
Cierre	<p>Escucha activa por parte de las facilitadoras, se promueve el compartir sus experiencias respecto al tiempo que comparten con sus hijas e hijos.</p>	<p>6. En conjunto con los participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión.</p> <p>7. Se felicita a los padres por su participación y se despide al grupo.</p>			15 min

TERCERA SESIÓN

Nombre de la Actividad: “MI CUERPO, MI SALUD”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : padres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Compartir con los hombres, la importancia del autocuidado, como un elemento fundamental para la mejora de la salud y de las relaciones entre los integrantes de la familia.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Apertura del taller y retomar temas. Reflexiones al respecto.	1. Se da la bienvenida a los padres de familia y se les agradece su interés en participar en el taller. 2. Se explica el objetivo del taller y la estructura que seguiremos. 3. Les invitamos a recordar los temas abordados de la segunda sesión	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
		4. Se abre la sesión retomando los roles y estereotipos de género, y esto como implica en el autocuidado de los hombres. Se brindan información de hombres que acuden al médico y los que cuentan con otras estrategias distintas a acudir al gimnasio.	Expositiva	Computadora y cañón	20 min
		5. Se les pide a los participantes que cierren los ojos y perciban algún malestar en la vida cotidiana. 6. Posteriormente se les pide que se pregunten ¿De qué manera podrías hacer tu vida más placentera?, ¿Qué quieres profundamente? ¿Qué cuidados requieres en tu cuerpo, tu salud, tu desarrollo, tu trabajo, tus relaciones? ¿De qué manera podrías hablar con tu familia –	Expositiva	Hojas blancas Plumas	20 min

		<p>pareja, hijas e hijos, hermanas/os, madre, padre, etc. Para que te ayuden y respeten lo que necesitas para cuidarte?</p> <p>7. En este punto de la sesión el/la facilitadora les pide a los participantes que anoten sus respuestas en una hoja de papel</p>			
Cierre	<p>Sepromueve el compartir sus experiencias respecto al autocuidado y las técnicas que utilizan en su vida cotidiana.</p>	<p>8. En conjunto con los participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión.</p> <p>9. Se felicita a los padres por su participación y se despide al grupo.</p>			15 min

Anexo 9. Carta descriptiva “Sesión de Cierre

CARTA DESCRIPTIVA

SESIÓN DE CIERRE

Nombre de la Actividad: “TRABAJANDO JUNTOS”

Lugar y fecha: día _____ del mes _____ 2019, en el Centro Educativo y Cultural del Estado de Querétaro (CECEQ) “Manuel Gómez Morín”

Dirigido a : padres y madres que pertenecen a familias biparentales de doble ingreso

Objetivo General: Compartir experiencias, percepciones y avances que hayan tenido a lo largo del taller, y generar un collage como producto final, donde se plasmen los avances y cambios positivos que hayan tenido las familias.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TEMA	ACTIVIDAD	TÉCNICA	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Encuadre	Apertura del taller y retomar temas de la última sesión. Reflexiones al respecto.	1. Se da la bienvenida a las familias y se les agradece su interés en participar en el taller. 2. Se explica el objetivo y la estructura que seguiremos. 3. Les invitamos a recordar los temas abordados la última sesión	Expositiva	Plumones y rotafolio	5 min
Compartiendo historias	Recuento de los temas abordados a lo largo del taller	4. Se les solicita a los participantes se sienten formando un círculo. 5. A continuación se irán abordando los tres objetivos de los talleres, pidiéndoles a cada familia compartir experiencias, avances y percepciones que han tenido a lo largo de las sesiones. Con la finalidad de que las familias se lleven herramientas con anécdotas de su día a día. 6. Finalmente se comparte con las y los participantes un plan de autocuidado para ser llenado personalmente y compartido con la pareja. (Ver Anexo 10.)	Plenaria		20 min

Collage familiar	Plasmar en imágenes los avances que han tenido en familia.	6. Posteriormente se colocan revistas en las mesas, así como tijeras, rotafolios y pegamento. 7. Se les pide busquen imágenes que plasmen los avances positivos que han visto dentro de las familias y los coloquen formando un collage familiar, al cual se le denominará “Trabajando juntos” (Ver Anexo 13).	Expositiva		20 min
Cierre	Escucha activa por parte de las facilitadoras, se promueve el compartir sus experiencias respecto las percepciones del taller, sugerencias e inquietudes.	7. En conjunto con los participantes se realiza un trabajo reflexivo sobre lo aprendido en la sesión. 8. Se felicita a los padres por su participación a lo largo del taller y se despide al grupo. 9. Se les aplica el test final de percepciones.			15 min

Anexo 10. Plan de Autocuidado

PLAN DE AUTOCUIDADO			
Área de autocuidado	Situación actual	Situación deseada	Mi compromiso para esta semana para acercarme a la situación deseada
Alimentación			
Descanso			
Deporte			
Recreación			
Convivencia			
Reversión de hábitos tóxicos (consumo de alcohol y/o tabaco, exceso de café o bebidas energizantes)			

Tabla Elaborada por Indesol 2012. “Pausa para la Salud”

Anexo 11. Test de percepción para madres

TEST PERSONAL DE PERCEPCIONES PARA MADRES		
Favor de marcar con una X una sola opción		
	DE ACUERDO	EN DESACUERDO
¿Considera que su pareja se encuentra colaborando de forma equitativa dentro del hogar?		
¿Considera que su pareja pasa tiempos de calidad y calidez con sus hijas (os)?		
¿Considera que su pareja se involucra en la educación de sus hijas (os)?		
¿Considera tener tiempo suficiente para el cuidado de su salud?		
¿Considera tener tiempo suficiente para su ocio y descanso?		

Anexo 12. Test de percepción para padres

TEST PERSONAL DE PERCEPCIONES PARA PADRES		
Favor de marcar con una X una sola opción		
	DE ACUERDO	EN DESACUERDO
¿Considera que usted se encuentra colaborando de forma equitativa dentro del hogar?		
¿Considera que pasa tiempos de calidad y calidez con sus hijas (os)?		
¿Considera que se involucra de forma equitativa en la educación de sus hijas (os)?		
¿Considera tener tiempo suficiente para el cuidado de su salud?		
¿Considera tener tiempo suficiente para su ocio y descanso?		

Anexo 13. Collage Familiar “Trabajando juntos”



BIBLIOGRAFÍA

- Arriagada, I. (2007) (coord.) *Familias y Políticas Públicas en América Latina: una historia de desencuentros*. Santiago de Chile: CEPAL/UNFPA. Recuperado de: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/2504/S0700488_es.pdf
- _____. (2018) *Atlas de Género INEGI*. [En línea]. Consultado: [Octubre 2018] Disponible en http://gaia.inegi.org.mx/atlas_genero/
- Ávila, Y. (2002). Las mujeres frente a los espejos de la maternidad. *Revista de Estudios de Género. La ventana*. Núm. 20 [Fecha de consulta: 19 de septiembre de 2018] Disponible en: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88402004>> ISSN 1405-9436.
- Benería, L., Roldán, M. (1992). *Las encrucijadas de clase y género: trabajo a domicilio, subcontratación y dinámica de la unidad doméstica en la Ciudad de México*. México, D.F.: El Colegio de México y Fondo de Cultura Económica.
- Bohannan, P. (1996). *Para raros nosotros. Introducción a la antropología cultural*. Madrid: Ediciones Akal.
- De Keijzer, B.; Ayala, L. G. (2010). *Hombres participando en la democratización de las familias, en Manuales construyendo alternativas de convivencia familiar*. Número 3. México: Instituto Mora – CONACYT.
- De la Peña, F., (2017). “*Democratización familiar, una propuesta en la repartición equitativa de las tareas domésticas y de cuidado de los y las menores en familias biparentales con doble ingreso*”. Tesis de Especialidad. Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro.
- Di Marco, G. et al. (2005). *Democratización de las familias*. Buenos Aires, Argentina: UNICEF. Oficina de Argentina.
- _____. (2017). *Encuesta Nacional de los Hogares. Principales Resultados*. [En línea]. Consultado: [9, Octubre, 2018]. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enh/2017/doc/enh2017_resultados.pdf
- Esteinou, R. (2004). *El surgimiento de la familia nuclear en México*. México: Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social.
- Esteinou, R. (2010). *Construyendo relaciones y fortalezas familiares*. México: Editorial Porrúa.
- Esteinou, R.; Vázquez, A. (2017, 8 de Octubre). El crecimiento de las familias de doble ingreso. *Horizontum. Finanzas y Cultura*. Recuperado de <https://www.horizontum.com/el-crecimiento-de-las-familias-de-doble-ingreso/#>
- García, S., Hernández, A. (2016). *Género y Política Pública: pobreza, conciliación y familias*. México: Editorial Universitaria Colección Académica. Serie Nodos.

García, S.; Hernández, A. (2018). *Estudios Sociales Sobre las Familias*. México: Editorial Fontamar

Giddens, A. (1998). *Sociología*. España: Editorial Alianza.

Hernández, I. (2014). *Violencia de género. Una mirada desde la Sociología*. La Habana: Editorial Científico – Técnica.

Izquierdo, M. J., (2012). *La estructura social como facilitadora de maltrato*, en Huacuz Elías, María Guadalupe, *La bifurcación del caos: reflexiones interdisciplinarias sobre violencia falocéntrica*. México, UAM.

La maternidad y la paternidad en el trabajo, la legislación y la práctica en el mundo. (2014). Organización Internacional del trabajo. Consultado en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/publication/wcms_242618.pdf

Lamas, M. (2002), *La antropología feminista y la categoría género*, en *Cuerpo, Diferencia Sexual y Género*. México Taurus.

Martín, A. (2008). *Antropología del género*. España, Madrid: Ediciones Cátedra.

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2016). *Las mujeres en el trabajo*. Resumen ejecutivo.

Palacios, P. (2017). *El trabajo femenino en Querétaro: un estudio de familias con perspectiva de género*. México, Querétaro: Universidad Autónoma de Querétaro y Plaza y Valdés, S.A. de C.V.

_____. (2012) *Pausas para la Salud. Manejo adecuado del estrés y programa personal de autocuidado para las y los trabajadores del Indesol* [En línea]. Consultado: [Mayo 2019] Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/160956/13_cuaderno_pausas_para_la_salud.pdf

Ravazzola, M. (2010). *Hacia la Democratización Familiar en México*. (Manuales Construyendo Alternativas de Convivencia Familiar. no 1). México: Instituto Mora / Conacyt.

Román, R. P. (2013). *La familia como unidad de análisis en el estudio de la migración* en E. A. Sandoval Forero, R. P. Román Reyes y R. Salas Alfaro, en *Familia y Migración*, 33. México: Editorial Miguel Ángel Porrúa.

- Servín, R (2014, 09 de mayo). Sentimiento de culpa persigue a las madres que trabajan. *El financiero*. Recuperado de <http://www.elfinanciero.com.mx/sociedad/sentimiento-de-culpa-persigue-a-las-madres-que-trabajan>
- Schmukler, B. (1999) "La democratización familiar" en *Revista Perfiles*. Instituto Mora.
- Sunkel, G. (2006). *El papel de la familia en la protección social en América Latina*. CEPAL.
- Tobio, C. et al. (2010). *El cuidado de las personas*. Un reto para el siglo XX. Madrid, España: Editorial Caixa.
- Varela, N. (2008). *Feminismo para principiantes*. Madrid, España: Ediciones B.S. en Capítulo 8. "La Economía"
- Verea, C. (2004). "Malas madres": la construcción social de la maternidad. *Debate Feminista*. Vol. 30, pp. 12-34. Recuperado de http://www.debatefeminista.pueg.unam.mx/wp-content/uploads/2016/03/articulos/030_02.pdf
- Ruiz, V. (27 de abril 2017). Presentan distintivo municipal equilibrio, trabajo y familia. *Diario Querétaro*. Recuperado de <https://www.diariodequeretaro.com.mx/local/presentan-distintivo-municipal-equilibrio-trabajo-y-familia-443791.html>