

## ENFOQUE

# Distribución del tiempo diario

ALEJANDRA SEPÚLVEDA  
 PEÑARANDA  
 Presidenta ejecutiva de  
 ComunidadMujer



*Un dato clave: más de un tercio (31,6%) de las mujeres fuera de la fuerza laboral señala que las responsabilidades familiares permanentes les impiden trabajar, frente a solo un 3% de los hombres (INE, 2024).*

La distribución del tiempo diario es central en la vida de las personas y en la superación de las desigualdades de género. Las horas que mujeres y hombres destinan al trabajo remunerado y no remunerado, y a actividades personales, están influidas por normas socioculturales que perpetúan brechas, afectando el bienestar físico, mental y económico.

Los resultados de la II Encuesta

Nacional sobre Uso del Tiempo (ENUT, 2023) recientemente publicados, confirman una realidad persistente en Chile: la desproporcionada carga de trabajo no remunerado que enfrentan las mujeres. Según los nuevos datos, ellas dedican dos horas diarias más que los hombres al trabajo no remunerado (14 horas más a la semana y 56 al mes). Este patrón, inmutable desde 2015, genera una dife-

rencia significativa en la carga global de trabajo: el 70,6% del tiempo de los hombres se destina a labores remuneradas, frente al 56% en las mujeres, quienes dedican el 44% de su tiempo al trabajo no remunerado, comparado con el 29% en los hombres. No hay duda hacia dónde se inclina la balanza de oportunidades.

Esta distribución desigual impacta en la dedicación al ocio, deportes, crecimiento personal y profesional, contribuyendo a una "pobreza del tiempo" que afecta principalmente la salud física y mental de las mujeres e impacta en su autonomía económica. Así, los cuidados son la principal causa de inactividad, subempleo horario e informalidad laboral.

Un dato clave: más de un tercio (31,6%) de las mujeres fuera de la fuerza laboral señala que las responsabilidades familiares permanentes les impiden trabajar, frente a solo un 3% de los hombres (INE, 2024). Estudios recientes (Berniell 2019, Contreras 2023) también evidencian que el nacimiento del primer hijo/a reduce la oferta laboral y el salario por hora de las madres, aumentando el trabajo a tiempo parcial. Este hito, asimismo, redefine los roles en el hogar: solo 1 de cada 10 parejas heterosexuales se de-

clara corresponsable, mientras la mayor carga recae sobre las madres trabajadoras (ComunidadMujer, 2020).

Sin embargo, estas cifras sólo son parte del problema. ¿Qué pasa con el "trabajo invisible" de organización y administración del hogar? Este fenómeno, denominado "carga mental", abarca la planificación, gestión y monitoreo de tareas indispensables para la vida en sociedad, y responde a roles tradicionales de género muy arraigados.

En 2020, ComunidadMujer valorizó por primera vez a nivel nacional el trabajo doméstico y de cuidados, estimando su aporte en un 22% del PIB ampliado (ENUT 2015). En 2022, en un estudio sobre Carga Mental Doméstica reveló que 7 de cada 10 mujeres en pareja con un hombre asumen la organización del hogar, frente a sólo 1 de cada 10 en la misma situación.

Para cambiar esta realidad, es esencial avanzar en corresponsabilidad y derechos parentales: aprobar la Ley marco Chile Cuida, la reforma a la Sala Cuna y evolucionar culturalmente, dejando de asumir que los cuidados son responsabilidad exclusiva de las mujeres, lo que perpetúa estereotipos obsoletos que limitan el desarrollo con equidad.

