

LA CUENTA DE LOS CUIDADOS

ENCUESTA SOBRE LAS PERCEPCIONES DE DESIGUALDADES DE GÉNERO Y TRABAJO DE CUIDADOS EN ESPAÑA



OXFAM
Intermón

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	03
BLOQUE 1. DESIGUALDADES DE GÉNERO. BRECHAS ENTRE LA MIRADA Y EL CUERPO.....	04
BLOQUE 2. TRABAJO DEL HOGAR NO REMUNERADO Y MAL REMUNERADO	06
2.1 LOS CUIDADOS NO REMUNERADOS. NO SUMAN A LA CUENTA, PERO SOSTIENEN EL MUNDO	06
2.2 PERSPECTIVAS GENERACIONALES: CONTINUIDADES Y CAMBIOS EN LA ORGANIZACION DEL HOGAR.....	08
2.3 UN PROBLEMA «DE MUJERES» QUE SE SOLUCIONA ENTRE MUJERES.....	11
BLOQUE 3: LA FACTURA LABORAL Y ECONÓMICA DE LOS CUIDADOS	15
3.1 EL PRECIO DE LOS CUIDADOS: MENOS EMPLEO Y MÁS PRECARIEDAD.....	15
3. 2 AUTONOMÍA EN NÚMEROS ROJOS.....	19
BLOQUE 4. EL TIEMPO QUE QUEDA Y EL COSTE EMOCIONAL DE LA DESIGUALDAD EN LOS CUIDADOS	23
BLOQUE 5. CONCLUSIONES: COLOCAR LOS CUIDADOS EN EL LUGAR CENTRAL QUE LES CORRESPONDE	25
NOTA METODOLÓGICA	28

INTRODUCCIÓN

El tiempo de espera ha concluido. A 30 años de la Conferencia de Beijing y con la meta de los ODS 2030 cada vez más cerca, los avances en igualdad de género han resultado insuficientes. Las desigualdades persisten, no solo por la falta de voluntad política o recursos, sino también debido a un sistema económico y social fallido, cimentado en principios patriarcales y coloniales, que se nutre de las brechas de género y perpetúa la discriminación.

Mientras los diez hombres más ricos del mundo aumentan su fortuna a razón de cien millones de dólares diarios¹, miles de millones de horas de trabajo esencial en cuidados—realizado mayoritariamente por mujeres y niñas en todo el mundo—siguen siendo infravaloradas.

Esto tiene que acabar. Con el objetivo de profundizar en nuestra comprensión de las desigualdades y ponerles fin, Oxfam Intermón ha llevado a cabo ***Vivir la Desigualdad***, su primera encuesta de percepciones sobre desigualdades múltiples en España. **Este estudio, desde una perspectiva feminista interseccional, profundiza en los datos de la encuesta que explican la desigual distribución del trabajo—tanto remunerado como no remunerado—y su impacto en la autonomía, el ocio y la salud de las mujeres.**

Superar las arraigadas brechas de género y reorientar el enfoque capitalista hacia una economía centrada en los cuidados requiere entender sus causas y consecuencias desde todos sus ángulos. Aunque las cifras macroeconómicas ofrecen datos valiosos, en su afán por la objetividad—siempre imperfecta—acaban omitiendo aspectos cruciales de la experiencia humana. Conocer las narrativas de mujeres y hombres—especialmente de quienes experimentan múltiples discriminaciones por motivos de etnia, clase social o identidades LGTBQ+—es clave para trascender los números y captar la dimensión humana de las desigualdades. Solo comprendiendo en profundidad cómo se viven estas realidades podremos construir estrategias inclusivas que cuestionen el orden social y nos guíen hacia una sociedad más justa y equitativa.

BLOQUE 1

DESIGUALDADES DE GÉNERO. BRECHAS ENTRE LA MIRADA Y EL CUERPO



Las desigualdades de género son un fenómeno estructural profundamente arraigado en las sociedades contemporáneas. Se sostienen a través de la construcción de la identidad, la subjetividad —la manera en que se percibe y experimenta el mundo— y el control sobre los cuerpos y roles de las mujeres. Este sistema de desigualdad se refuerza mediante discursos, prácticas culturales y estructuras sociales que asignan a las mujeres roles subordinados y de cuidado, restringiendo su autonomía, oportunidades y acceso a recursos. Paralelamente, a los hombres se les atribuye un papel dominante que consolida su poder y privilegio, perpetuando una jerarquía de género presente en todos los ámbitos de la sociedad.

Antes de analizar cómo se reproducen y experimentan las desigualdades derivadas del reparto desigual de los cuidados, es importante comprender algunos de los mecanismos que influyen en las percepciones de género desde una perspectiva interseccional. Esto permitirá contextualizar mejor el estudio y profundizar en la comprensión de estas dinámicas.

La socialización de género —el proceso mediante el cual las personas aprenden desde la infancia los roles asignados a su género— influye de manera determinante en la forma de percibir las desigualdades de género. **Entre las personas encuestadas, el 41,2% de las mujeres² señala que las desigualdades de género son muy altas, frente al 28,2% de los hombres³.**

La interseccionalidad⁴—que postula que la convergencia de diversas formas de opresión, como el racismo, el sexismo y la homofobia, intensifica la percepción de injusticias— explica en parte por qué las mujeres racializadas, que continúan enfrentando índices más elevados de discriminación y violencia en España⁵, identifican de forma más aguda las brechas de género.

“(ME PREOCUPA) EL AUMENTO EN GENERAL DE AGRESIONES A LA GENTE DEL COLECTIVO QUE SE HA VISTO EN ESPAÑA EN ESTOS ÚLTIMOS AÑOS, Y EL AUMENTO DE MIEDO GENERAL A TRANSITAR LIBREMENTE, O DEMOSTRAR TU IDENTIDAD. YO, AL MENOS, EN ESTOS AÑOS, LO HE VISTO CRECER BASTANTE”. (MUJER, 18 AÑOS, LGTBIQ+)

Nuestra encuesta indica que el 46% de las mujeres racializadas considera que las desigualdades de género son profundas. En el caso de las mujeres LGTBIQ+, destacan por concentrarse en los niveles más altos de preocupación⁶: el 16% las considera extremas⁷. Esta dinámica se repite en los hombres racializados y LGTBIQ+ encuestados, quienes perciben mayores desigualdades de género en comparación con los hombres blancos y cishetero⁸. Sin embargo, las estructuras de género siguen operando, manteniendo las brechas entre hombres y mujeres⁹.

“EL HECHO DE NACER BLANCO, DE NACER NEGRO, DE NACER MORENO, DE SER DE DENTRO O DE FUERA, DE HABLAR UN IDIOMA U OTRO, DE SER HOMBRE O MUJER, SESGA TUS OPORTUNIDADES”. (HOMBRE, 31 AÑOS, RACIALIZADO)

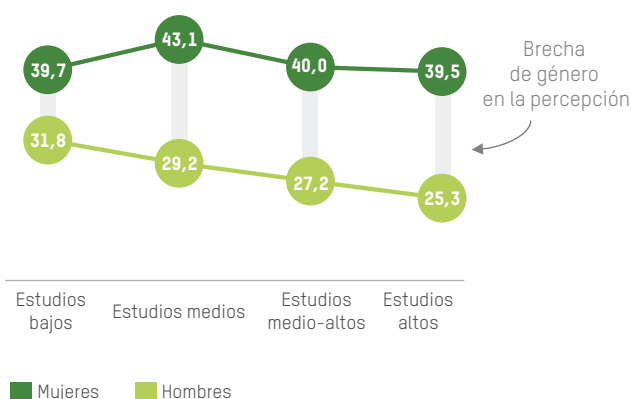
La percepción de las desigualdades de género también varía según la generación. Las mujeres de 35 a 44 años, que han vivido los avances del movimiento feminista —especialmente tras las movilizaciones contra las violencias machistas de 2017-2018 en España— durante una etapa clave de consolidación y transformación en la socialización de género¹⁰, son las que más perciben altas desigualdades de género (43,6 %). Les siguen las mujeres de 45 a 54 años, con un 42,7 %.

“AHORA MISMO YA NO EXISTE DESIGUALDAD ENTRE HOMBRE Y MUJER”. (HOMBRE, 18 AÑOS)

Por el contrario, los hombres encuestados de 45 a 54 años y los más jóvenes son los que más tienden a minimizar estas desigualdades. El 18,7% de los hombres de 45 a 54 años y el 17,7% de los jóvenes de 16 a 24 años¹¹ creen que la desigualdad de género no existe o es mínima¹². Además, entre ellos, la percepción de desigualdades de género tiende a caer a medida que aumenta el nivel educativo y la clase social¹³. La brecha de percepción entre hombres y mujeres con estudios superiores alcanza los 14,2 puntos, casi el doble que en los niveles educativos más bajos.

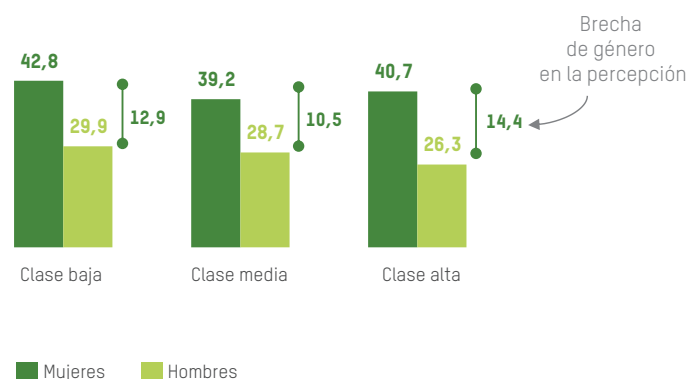
GRÁFICAS 1 Y 2. PERCEPCIONES DE LA DESIGUALDAD DE GÉNERO POR NIVEL DE ESTUDIO Y CLASE SOCIAL

Perciben desigualdades de género
Porcentaje que consideran que la desigualdad entre hombres y mujeres es muy alta (8-10 en la escala 0-10)



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

Perciben desigualdades de género
Porcentaje que consideran que la desigualdad entre hombres y mujeres es muy alta (8-10 en la escala 0-10)



La menor percepción de las desigualdades entre ciertos grupos masculinos es un fenómeno complejo, vinculado a los procesos de socialización y a la construcción cultural de la masculinidad. La literatura feminista señala¹⁴ que la construcción de la subjetividad masculina en entornos meritocráticos —donde el éxito se atribuye al esfuerzo individual— puede reforzar la idea de un sistema justo, dificultando el reconocimiento de desigualdades estructurales, especialmente entre quienes más se benefician de él. Asimismo, fenómenos globales como el backlash antifeminista¹⁵ y la difusión de narrativas misóginas en espacios como la “manosfera”¹⁶, persiguen que los avances en igualdad se lean como suficientes, desproporcionados o incluso como una amenaza al orden “natural”¹⁷. No obstante, dentro de estas tensiones emergen también nuevas masculinidades que desafían los marcos tradicionales, apostando por modelos más igualitarios y diversos. Más que una única causa, estas tendencias reflejan dinámicas sociales en disputa.

“YA EXISTÍA ESA IGUALDAD ANTE LA LEY. SE HAN CAMBIADO MUCHAS COSAS QUE DESFAVORECEN A UNO PARA FAVORECER A OTROS. [...] CONSIDERO QUE SE HAN GENERADO MUCHOS PROBLEMAS DONDE REALMENTE NO LOS HABÍA”. (HOMBRE, 34 AÑOS)

BLOQUE 2

TRABAJO DEL HOGAR NO REMUNERADO Y MAL REMUNERADO



La división sexual del trabajo es uno de los fenómenos estructurales que explica y, a su vez, reproduce las desigualdades de género. Se define como la asignación asimétrica del trabajo entre hombres y mujeres: por un lado, lo que la economía de mercado considera trabajo, es decir, “toda actividad que se intercambia por dinero/salario”; por otro, las labores realizadas en el hogar, que recaen mayoritariamente en las mujeres y limitan su participación en la esfera pública¹⁸.

Esta división no es natural, ni es casual. La economía feminista señala a un modelo capitalista que coloca al hombre en el centro de la producción remunerada y desvaloriza el ámbito doméstico¹⁹. Al invisibilizar este último, se aprovecha del trabajo de las mujeres de forma no remunerada o mal remunerada, ahorrándose los costos de las labores de cuidados—esenciales para la reproducción de la vida y el funcionamiento de la economía—reforzando así tanto las disparidades económicas como las de género²⁰.

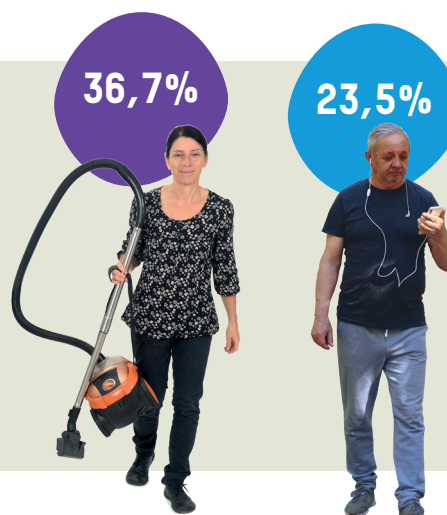
La progresiva incorporación de las mujeres al mercado laboral no ha significado una redistribución equitativa de las tareas del hogar. Estas siguen recayendo mayoritariamente sobre ellas, generando una doble jornada que sigue frenando su desarrollo profesional y autonomía económica. Antes que el dinero, el tiempo es un recurso distribuido de manera desigual²¹.

2.1 LOS CUIDADOS NO REMUNERADOS. NO SUMAN A LA CUENTA, PERO SOSTIENEN EL MUNDO

Los últimos datos del Índice Europeo de Igualdad de Género confirman que la distribución equitativa del tiempo en el hogar entre hombres y mujeres sigue siendo uno de los ámbitos en los que los países de la Unión Europea han logrado menos avances.

En España, a pesar de que los indicadores que miden los progresos en la distribución del trabajo doméstico superan la media europea²², la brecha persiste, tanto en cifras como en la conciencia colectiva. Según nuestra encuesta, **mientras que el 36,7 % de las mujeres considera que la desigualdad en la división de responsabilidades domésticas es muy alta, solo el 23,5 % de los hombres reconoce esta realidad.**

MIENTRAS QUE EL **36,7%** DE LAS MUJERES CONSIDERA QUE LA DESIGUALDAD EN LA DIVISIÓN DE RESPONSABILIDADES DOMÉSTICAS ES MUY ALTA, SOLO EL **23,5%** DE LOS HOMBRES RECONOCE ESTA REALIDAD

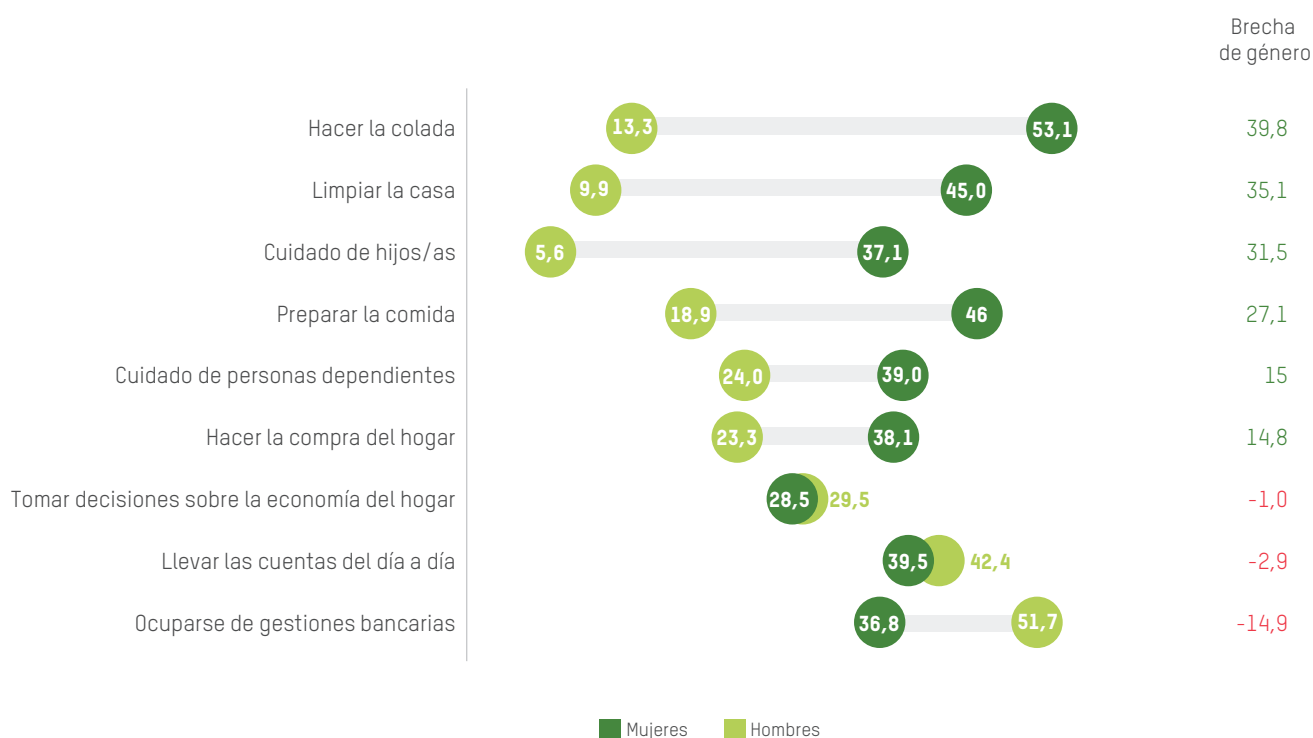


"A MÍ NUNCA NADIE ME HA PASADO UNA ESCOBA, O ME HA FREGADO LOS CACHARROS, O ME HA HECHO LA COMIDA". (MUJER, 49 AÑOS)

Al preguntar a hombres y mujeres quién asume las responsabilidades del hogar según el tipo de tarea, las desigualdades se hacen aún más evidentes, y las narrativas de quienes sostienen que no existen tales desigualdades estructurales quedan cuestionadas. **Más de la mitad de ellas afirma que siempre o casi siempre se encarga de poner la colada, mientras que solo el 13,3 % de los hombres asume esta tarea.** El desequilibrio se extiende al cuidado de hijos e hijas: apenas un 5,6 % de los hombres asume las labores de crianza de forma habitual o siempre, frente al 37,1 % de las mujeres. También **persiste en el caso del cuidado de personas dependientes, donde un 24 % de los hombres asume esta responsabilidad de forma habitual, frente al 39 % de las mujeres.**

GRÁFICA 3. DIVISIÓN DE TAREAS EN EL HOGAR DENTRO DE LA PAREJA

Porcentaje de personas que se ocupan siempre o normalmente de las siguientes tareas del hogar



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

Resulta igualmente reveladora la diferencia de percepción entre hombres y mujeres sobre la corresponsabilidad en el reparto de las obligaciones del hogar. Mientras los hombres tienden a ver un reparto más equitativo, las mujeres ostentan una visión más crítica. **El 35,2 % de los hombres considera que el cuidado de las personas dependientes se reparte de manera justa entre ellos y sus parejas, pero solo el 18 % de las mujeres comparte esta opinión.** La brecha en las percepciones sobre la corresponsabilidad entre hombres y mujeres se reproduce en todas las labores de cuidados consultadas.



A pesar de asumir la mayor parte de las tareas de cuidado y gestión doméstica, las mujeres siguen teniendo un papel secundario en la administración del dinero dentro del hogar. **El 51,7 % de los hombres es el responsable habitual de la gestión financiera familiar, frente al 36,8 % de las mujeres.** De este modo, persiste la división de roles, donde las mujeres siguen vinculadas a tareas menos valoradas por el modelo capitalista, mientras que los hombres mantienen el control financiero.

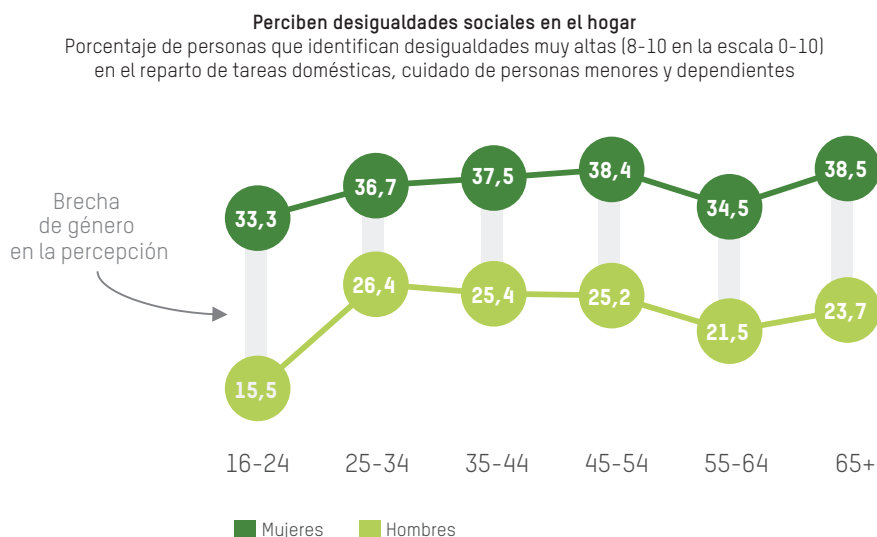
Este patrón también se observa entre las mujeres con estudios superiores, donde solo el 35 % de ellas se ocupa de las finanzas del hogar, en comparación con el 52,6 % de los hombres con el mismo nivel educativo. La tendencia es similar entre las mujeres de clase alta, siendo ellas quienes más delegan la gestión financiera en sus parejas, seguidas por las mujeres de clase baja²³. Estos datos sugieren que el acceso a la educación superior o a un nivel socioeconómico elevado no garantiza un mayor control financiero en el hogar.

2.2 PERSPECTIVAS GENERACIONALES: CONTINUIDADES Y CAMBIOS EN LA ORGANIZACIÓN DEL HOGAR

Los discursos, las prácticas culturales y las estructuras sociales involucradas en la socialización de género asignan a las mujeres el rol de cuidadoras desde la infancia, reforzándolo a lo largo de toda su vida y perpetuándolo de generación en generación. Este proceso contribuye a que tanto hombres como mujeres naturalicen la organización social impuesta por la división sexual del trabajo. Incluso cuando se reconocen las desigualdades, estas a menudo se asumen como inherentes, biológicas o inevitables, en lugar de ser entendidas como el resultado de una relación jerárquica que valora las funciones consideradas masculinas y relega el ámbito doméstico a las mujeres, situándolas en un nivel social inferior.

Las mujeres mayores de 65 años, criadas en un contexto de roles de género aún más rígidos que los actuales, son las que más perciben la desigualdad en el hogar, aunque con diferencias sutiles respecto a otros grupos. Del mismo modo, en este segmento se concentran algunas de las brechas más marcadas en la distribución de tareas: el 70,3 % de estas mujeres continúa asumiendo labores como la colada, frente a solo el 11,4 % de los hombres.

GRÁFICA 4. PERCEPCIÓN DE DESIGUALDADES EN EL HOGAR POR EDAD



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

Lejos de desaparecer, las desigualdades en el hogar persisten y se transmiten a las generaciones posteriores. Incluso entre las mujeres más jóvenes, las responsabilidades domésticas continúan recayendo de forma desproporcionada sobre ellas. En el grupo de 16 a 24 años, el porcentaje de mujeres que asumen tareas de limpieza (15,2 %) duplica al de los hombres (7,8 %). Esta brecha se amplía aún más entre los 25 y 34 años, donde el porcentaje de mujeres encargadas de estas labores (34,3 %) es cuatro veces mayor que el de los hombres (8,5 %). Estos datos muestran que, pese a los esfuerzos del movimiento feminista y parte de la sociedad por visibilizar y transformar las estructuras de poder que sostienen las brechas de género, la igualdad en el hogar sigue siendo una asignatura pendiente.

En la otra mitad de la población, las asimetrías en la corresponsabilidad doméstica y la falta de reconocimiento del problema son evidentes, como muestra el gráfico anterior. Como hemos señalado en otras manifestaciones de la desigualdad de género, los hombres de 16 a 24 años son quienes menos perciben estas diferencias en el hogar. **Solo el 15,5 % de los jóvenes entrevistados identifica que existan muchas desigualdades en el reparto de las tareas domésticas, y casi un 8 % no reconoce ninguna, en contraste con el 3,5 % de las mujeres de la misma edad.** Estos datos subrayan la importancia de reforzar las políticas de sensibilización y educación en igualdad de género desde edades tempranas, con el fin de promover una mayor conciencia y corresponsabilidad en la vida cotidiana.

LAS MUJERES DE LA «GENERACIÓN SÁNDWICH»

El envejecimiento de la población, el retraso de la maternidad, los cambios en el modelo familiar y la creciente incorporación de las mujeres al mercado laboral han transformado las dinámicas de cuidado. En consecuencia, las mujeres se han visto obligadas a adaptarse a estos nuevos desafíos, mientras que sus contrapartes masculinas, las administraciones, las empresas y otros actores sociales no lo han hecho en la misma medida.

En 1981, la trabajadora social Dorothy A. Miller acuñó el término «generación sándwich»²⁴ para referirse a las personas de edades intermedias —principalmente mujeres— que, como consecuencia de las transformaciones sociales y demográficas actuales, se ven «atrapadas» entre la crianza de sus hijas e hijos y el cuidado de familiares mayores. De este modo, las tareas que sostienen la vida, y que deberían ser reconocidas como un pilar esencial de nuestra sociedad, en lugar de valorarse y garantizarse en condiciones dignas, recaen de forma desproporcionada sobre los hombros de las mujeres.

Los datos de nuestra encuesta son contundentes: entre los 35 y 44 años, las mujeres siguen soportando el peso del mantenimiento diario del hogar. **Casi seis de cada diez mujeres (57%) se ocupan siempre o casi siempre de la colada, frente a solo un 16,3% de los hombres.**

CASI 6 DE CADA 10 MUJERES SE HACEN CARGO SIEMPRE O CASI SIEMPRE DE TAREAS COMO LA COLADA



A esto se suman los trabajos de crianza. La edad media de las mujeres para convertirse en madres en España es de 32 a 33 años²⁵. A medida que avanzan las maternidades y paternidades, también lo hacen las tareas domésticas y el cuidado, pero, una vez más, la desigualdad se hace evidente: **las mujeres asumen de manera habitual casi cinco veces más el cuidado de menores que los hombres de estas edades (46,2 % frente a 8,7 %)**. A la falta de corresponsabilidad en el hogar, se suman la ausencia de políticas de conciliación efectivas y un sistema de apoyo, a menudo, insuficiente para la infancia²⁶.

“COMO MADRE DIVORCIADA, ME HA COSTADO DIOS Y AYUDA. HE TENIDO QUE RECHAZAR MUCHÍSIMOS TRABAJOS. HE ESTADO TRABAJANDO CASI SIEMPRE DE NOCHE PORQUE ERA LA ÚNICA MANERA QUE TENÍA DE PODER ORGANIZARME CON ELLOS Y LA CONCILIACIÓN FAMILIAR”. (MUJER, 41 AÑOS)

Por otra parte, España se encuentra entre los países más envejecidos de la Unión Europea, lo que supone tanto un logro como un desafío. No se trata solo de vivir más años, sino de hacerlo con bienestar y la seguridad de recibir los cuidados adecuados. Sin embargo, este reto no se reparte por igual.

Aunque en los últimos años las instituciones públicas están buscando transformar la atención a la dependencia, hasta ahora el Estado ha actuado de forma subsidiaria, lo que ha resultado en una notable dependencia de los servicios profesionales privados o, en su defecto, de las familias²⁷. Según el último informe de Envejecimiento y Bienestar (2023), el 73,6% de los cuidados familiares recaen sobre las mujeres en sus roles de hijas o parejas, en contraste con países como Dinamarca o Suecia, donde la prestación de cuidados está en su mayoría profesionalizada.²⁸

El cuidado de personas dependientes recae principalmente en mujeres de entre 55 y 64 años, de las cuales la mitad asume esta labor en solitario, frente al 37,8 % de los hombres de la misma edad. Sin embargo, la longevidad de la vida también intensifica estos cuidados en las edades intermedias: **entre los 35 y 44 años, el 46,2 % de las mujeres se ocupa siempre o casi siempre del cuidado de personas dependientes, frente al 27,3% de los hombres del mismo grupo.**

“TANTO A NIVEL DE DEPENDENCIA, COMO DE CARGAS FAMILIARES POR HIJOS, SIEMPRE VUELVE A RECAER TODO EL PESO SOBRE NOSOTRAS. SIEMPRE. LO HAGAMOS COMO LO HAGAMOS, SIEMPRE ESTAMOS AHÍ”. (MUJER, 55 AÑOS)

Esta triple responsabilidad, en una etapa de la vida en la que las mujeres de la “generación sándwich” deberían poder consolidar sus carreras profesionales, disponer de una mayor autonomía y disfrutar la crianza y el cuidado de los mayores en igualdad de condiciones que sus homólogos masculinos, genera un profundo desgaste físico, emocional y financiero.

MUJERES DE 35 A 44 AÑOS

**LAS MUJERES ASUMEN
CASI CINCO VECES MÁS
EL CUIDADO DE MENORES
QUE LOS HOMBRES DE
ESTAS EDADES**



**CASI LA MITAD DE LAS
MUJERES SE OCUPA DEL
CUIDADO DE PERSONAS
DEPENDIENTES, FRENTE AL
21,7% DE LOS HOMBRES**

2.3 UN PROBLEMA «DE MUJERES» QUE SE SOLUCIONA ENTRE MUJERES

El capitalismo ha fomentado la incorporación de las mujeres al mercado laboral, no solo para ampliar la fuerza de trabajo, sino también porque la precarización salarial y el aumento de la pobreza laboral²⁹ han hecho que, a menudo, un solo ingreso por hogar resulte insuficiente³⁰.

Pese a ello, las mujeres siguen sosteniendo los hogares, permitiendo que tanto los Estados como las empresas eviten asumir los costos de servicios de cuidados accesibles y universales. Como resultado, el sistema se beneficia del trabajo femenino sin transformar las estructuras que perpetúan la desigualdad de género, generando lo que Nancy Fraser (2016) denomina la «crisis de los cuidados»³¹.

“ENTRAN AL COLEGIO A LAS 9 Y SALEN A LAS 16:30. NO HAY TRABAJO EN EL QUE PUEDES ENCARGARTE DE LLEVARLOS Y RECOGERLOS”. (MUJER, 40 AÑOS)

En otras palabras, con una creciente inserción laboral femenina y un cambio demográfico que avanza hacia una población más longeva, el modelo actual de cuidado resulta insostenible. Esta realidad se refleja en la frecuente frase «es que no llego», pronunciada por muchas mujeres que, sin una corresponsabilidad adecuada en el hogar, se ven abrumadas por las múltiples demandas que deben enfrentar. Como consecuencia, muchas familias recurren a la contratación de trabajadoras del hogar y de cuidados como una solución habitual. Actualmente, el 88,6 % de estas trabajadoras son mujeres³², muchas de ellas migrantes y en situaciones de mayor vulnerabilidad, como hemos evidenciado en estudios anteriores de Oxfam Intermón³³ y ha venido denunciando y reivindicando el colectivo de trabajadoras del hogar y los cuidados.

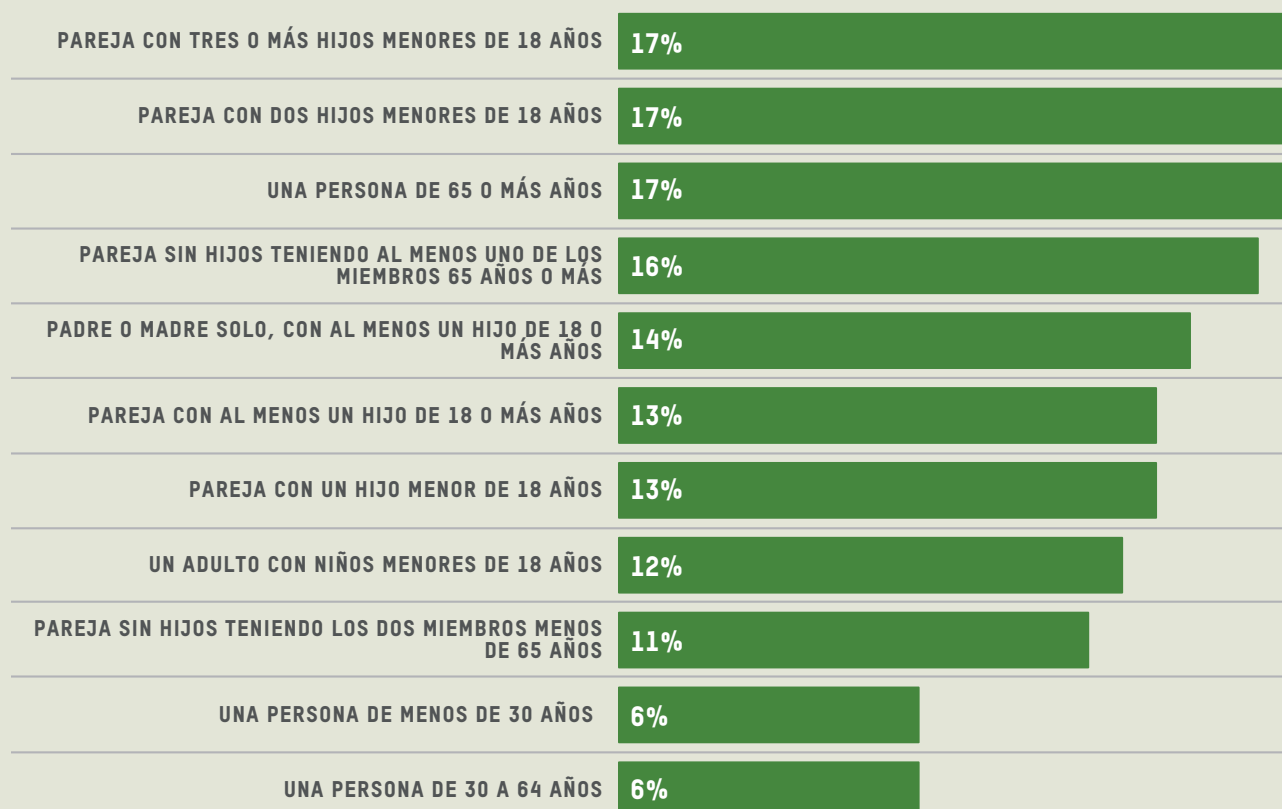
LAS TRABAJADORAS DEL HOGAR: EL PILAR INVISIBLE DEL SISTEMA DE CUIDADOS EN ESPAÑA

El actual modelo de cuidados en España es ineficaz y ahonda las desigualdades en el acceso a los cuidados³⁴.

Según los últimos datos de Eurostat, España es el país de la Unión Europea con el mayor número de empleadas del hogar y cuidados, concentrando el 34,5 % del total³⁵. En 2023, casi dos millones y medio de hogares (12,8 % del total) destinaron recursos a este fin³⁶, lo que refleja el peso significativo de la contratación privada en la organización social de nuestro modelo de cuidados.

A medida que aumentan las necesidades de cuidado, también lo hace la contratación de trabajadoras del hogar y de cuidados. En particular, los hogares que más recurren a estos servicios son aquellos que incluyen a personas mayores de 65 años o parejas con dos o tres hijos menores de 18 años.

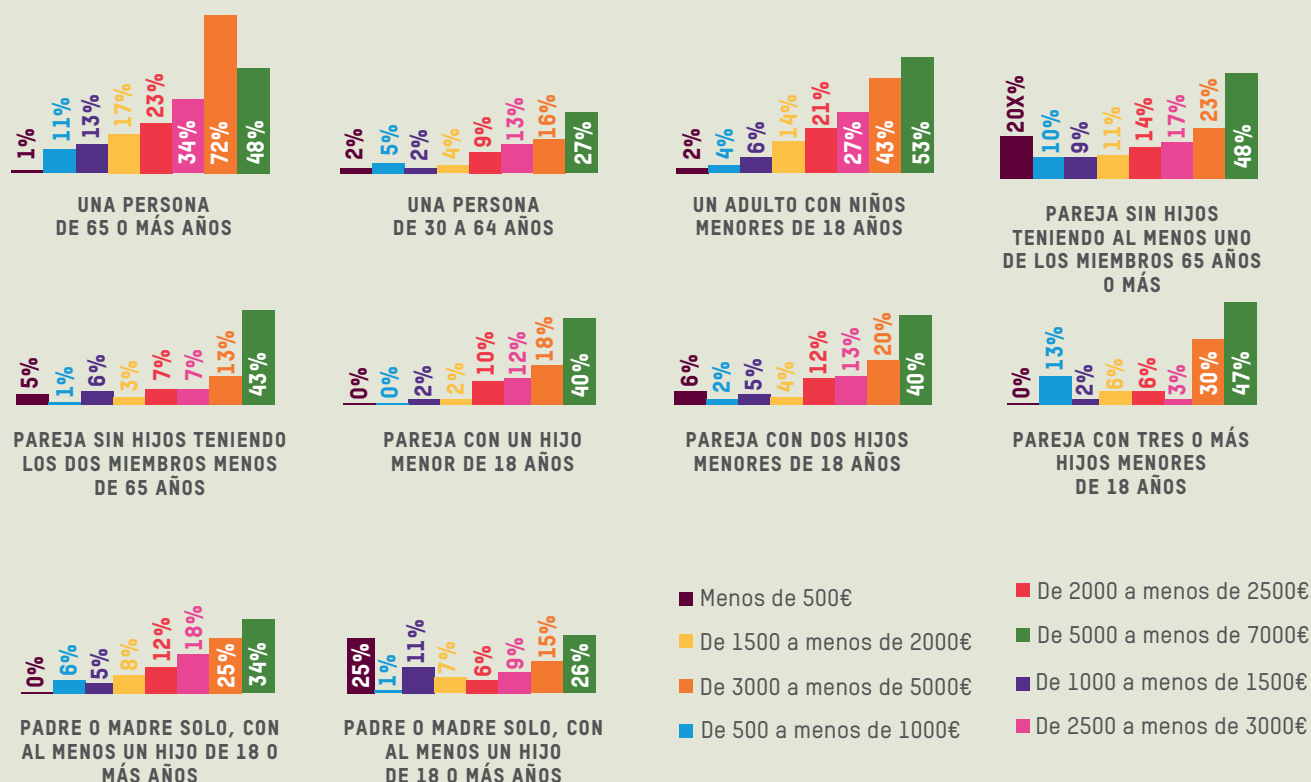
GRÁFICA 5. PORCENTAJE DE HOGARES QUE CONTRATAN TRABAJADORAS DEL HOGAR Y DE CUIDADOS SEGÚN LA COMPOSICIÓN DEL HOGAR (2023)



Fuente: ISEAK para Oxfam Intermón.

No obstante, no todas las familias con necesidades de cuidado cuentan con las mismas opciones para recurrir a servicios y profesionales privados. De hecho, el 20 % de los hogares con mayores ingresos gasta, en promedio, cuatro veces más que el 20 % con menores recursos.

GRÁFICA 6. HOGARES QUE EMPLEAN TRABAJO DEL HOGAR Y LOS CUIDADOS SEGÚN COMPOSICIÓN DE LA FAMILIA Y NIVEL DE RENTA (EN PORCENTAJE SOBRE EL TOTAL DE HOGARES DE ESE TIPO) (2023)



Fuente: ISEAK para Oxfam Intermón.

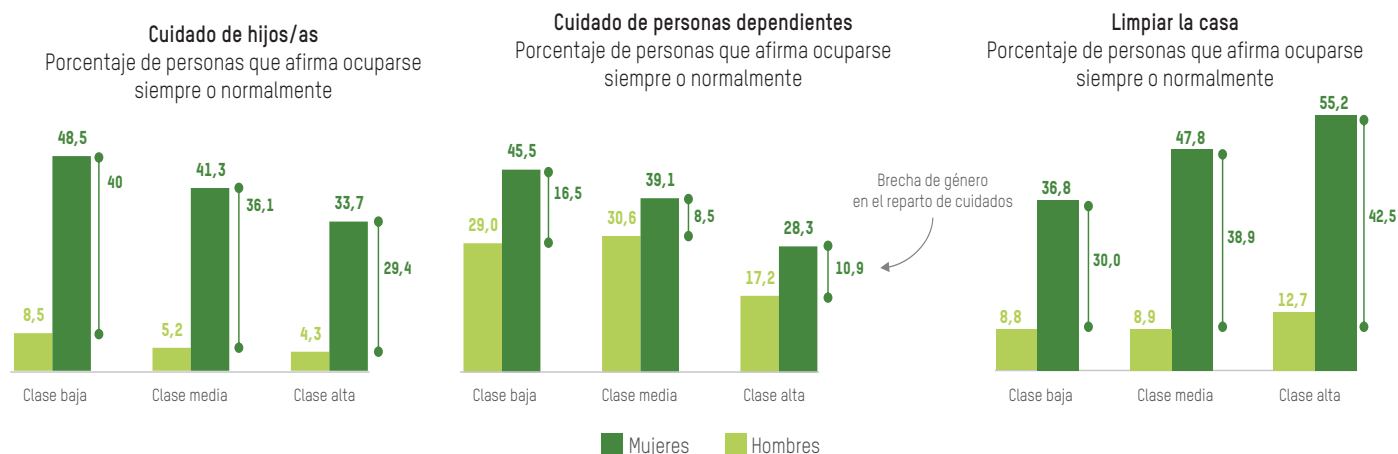
Este modelo familiarista de Estado del bienestar, en el que los hogares asumen la responsabilidad de la gestión del cuidado, tiene tres consecuencias: Por un lado, contar con apoyo externo depende de los recursos económicos de la familia, que en muchos casos debe afrontar costes difíciles de asumir. Por otro, se refuerza una cadena de precarización en la que las trabajadoras del hogar y de cuidados están más expuestas a enfrentar peores condiciones laborales, bajos salarios y la ausencia de contratos formales o prestaciones sociales, lo que agrava su vulneración de derechos, especialmente en el caso de aquellas en situación administrativa irregular. Mientras tanto, los hogares que no pueden acceder a este apoyo remunerado deben asumir íntegramente el trabajo doméstico, una carga que recae mayoritariamente en las mujeres de la familia y que no recibe ninguna compensación económica³⁷.

El resultado es una cadena que perpetúa las jerarquías de clase y la desigualdad de género, donde el alivio de la carga de cuidados para algunas—en muchos casos, en busca de su independencia económica—depende de la precarización laboral de otras³⁸.

“TUVE QUE DEJAR DE TRABAJAR PORQUE ME CAMBIARON A TURNOS (...) NO TENGO QUIÉN ME CUIDE A LA NIÑA POR LAS TARDES. Y CON LOS SUELDOS QUE TENEMOS AQUÍ, NO DA PARA PAGAR A UNA PERSONA”.
(MUJER, 49 AÑOS)

Esta situación se refleja también en la percepción de sobrecarga de labores domésticas entre las mujeres de clase baja. **Según los datos de la encuesta, a medida que aumentan los ingresos, el tiempo dedicado al trabajo doméstico y de cuidados disminuye.** Aunque esta tendencia se observa tanto en hombres como en mujeres, la reducción es mucho más significativa en ellas. Esto sugiere que, en las clases medias y altas, la disminución de la brecha de género se debe principalmente a que las mujeres dedican menos horas a las labores domésticas. Como hemos visto, a menudo esto ocurre porque delegan estas tareas en otras mujeres, más que por un reparto equitativo con los hombres.

GRÁFICAS 7, 8 Y 9. REPARTO DE TAREAS EN EL CUIDADO DE HIJOS, PERSONAS DEPENDIENTES Y LIMPIEZA POR CLASE SOCIAL



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

Para romper con esta cadena, es esencial derribar la idea de que el trabajo de cuidados debe ser asumido únicamente por las mujeres, desvinculándolo de la corresponsabilidad de todos los miembros del hogar, las empresas y el Estado. Al mismo tiempo, la inclusión laboral de algunas mujeres no puede alcanzarse a costa de la precarización de otras. La sociedad debe reconocer la labor esencial de las trabajadoras del cuidado y garantizar el pleno respeto de sus derechos³⁹.

“NO PODÍA HACERME CARGO DE ELLOS (MIS PADRES), PORQUE NECESITABA TRABAJAR. Y ES MUY DURO TENER QUE CUIDAR A OTRAS PERSONAS, Y NO PODER CUIDAR A LOS TUYOS”. (MUJER, 55 AÑOS)

BLOQUE 3

LA FACTURA LABORAL Y ECONÓMICA DE LOS CUIDADOS



La división sexual del trabajo sigue siendo un eje central en la desigualdad de género en el ámbito laboral y económico. Aunque la participación de las mujeres en el mercado de trabajo ha aumentado, sigue estando profundamente condicionada por las responsabilidades de cuidado. Estas desigualdades impactan no solo en su acceso y permanencia en el empleo, sino en su estabilidad financiera y autonomía económica, generando un efecto acumulativo que afecta su bienestar material y su seguridad a lo largo de la vida.

Según el Instituto Europeo para la Igualdad de Género, factores como la penalización de la maternidad, la concentración de las mujeres en sectores de bajos ingresos y la brecha salarial solo se pueden comprender plenamente en el contexto de un sistema que sigue asignando a las mujeres la responsabilidad del cuidado. El informe de 2024 sitúa a España ligeramente por encima de la media europea en cuanto a brechas de género en el empleo⁴⁰, aunque aún en el puesto 18 en el ranking de la UE27.

“SE NOS TENDRÍAN QUE DAR EXACTAMENTE LAS MISMAS OPORTUNIDADES SI HACEMOS EL MISMO TRABAJO”.
(MUJER, 30 AÑOS)

3.1 EL PRECIO DE LOS CUIDADOS: MENOS EMPLEO Y MÁS PRECARIEDAD

Los datos más recientes en España revelan dos hitos clave: por un lado, la tasa de acceso de las mujeres a la educación superior se ha incrementado notablemente, superando incluso la de los hombres⁴¹; por otro, la afiliación a la Seguridad Social muestra una participación laboral femenina sin precedentes⁴².

A pesar de los avances en materia de actividad, la falta de corresponsabilidad en los cuidados y la carencia de políticas de conciliación efectivas siguen siendo los principales obstáculos para el acceso y la estabilidad laboral de las mujeres. Según nuestra encuesta, **el 9,4 % de las mujeres encuestadas señala dedicarse exclusivamente al trabajo doméstico y de cuidados no remunerados, frente al 0,4 % de los hombres**. Esto significa que, proporcionalmente, las mujeres se dedican exclusivamente al trabajo doméstico y de cuidados no remunerado 23,5 veces más que los hombres.

EL **9,4%** DE LAS MUJERES SEÑALA DEDICARSE EXCLUSIVAMENTE AL TRABAJO DOMÉSTICO Y DE CUIDADOS NO REMUNERADOS, FRENTE AL **0,4%** DE LOS HOMBRES



Además, las trayectorias laborales de las mujeres suelen estar marcadas por interrupciones derivadas de sus responsabilidades de cuidado. En particular, hay dos momentos críticos en los que su participación en el mercado laboral se reduce drásticamente: la maternidad y el cuidado de familiares mayores⁴³. Estas interrupciones impactan directamente en su desarrollo profesional, limitando el acceso a oportunidades de formación y promoción. De hecho, **el 18 % de las mujeres declara haber querido continuar sus estudios, pero no haber podido hacerlo debido a responsabilidades de cuidado, en comparación con el 10,8 % de los hombres**. Esta barrera es aún más pronunciada entre mujeres racializadas (25,8 %) y aquellas en situación de mayor vulnerabilidad económica (16,4 %).

“ME HAN DICHO MUCHÍSIMAS VECES «ESPERO QUE NO TE VAYAS A QUEDAR EMBARAZADA» “. (MUJER, 25 AÑOS,)

Las mujeres no solo acceden en menor medida al empleo, sino que cuando lo hacen, se encuentran con un mercado laboral segmentado, en el que predominan condiciones de mayor precariedad y menor estabilidad. La segregación ocupacional por género sigue siendo un fenómeno estructural. Los roles de género que condicionan la división de tareas dentro del hogar también se reproducen fuera de él, orientando a las mujeres hacia sectores como la educación, la salud y las humanidades, mientras que los hombres son impulsados hacia áreas STEM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas), que ofrecen mejores condiciones y mayores oportunidades de crecimiento⁴⁴. Una vez más, se reproduce una jerarquización de los trabajos según el género en el que ellas salen perdiendo.

“TRABAJABA EN UNA RESIDENCIA DE MAYORES (...) SOBRABA PERSONAL POR RATIO (...). LUEGO HE INTENTADO REINCORPORARME OTRA VEZ AL MUNDO LABORAL, Y ES MUY COMPLICADO POR TENER 55 AÑOS, Y POR SER MUJER.” (MUJER, 55 AÑOS)

En ámbitos como los cuidados y la limpieza –áreas mayoritariamente desempeñadas por mujeres migrantes, como se ha señalado– la tasa de pobreza laboral alcanza el 29 %⁴⁵. En otros sectores, como la agricultura, aunque el porcentaje de hombres es mayor, las mujeres enfrentan algunas de las realidades más extremas. Un ejemplo de ello son los programas de contratación en origen, donde la aplicación de “criterios” de género y/o origen perpetúa la dependencia económica y la explotación de mujeres en situación de enorme desprotección cargo⁴⁶. Este modelo perpetúa la dependencia económica y la explotación de las mujeres más vulnerables. No es de extrañar, por tanto, que los datos de nuestra encuesta revelen que **el 47,6 % de las mujeres racializadas se sientan insatisfechas tanto en el ámbito laboral como personal debido a su trabajo principal**.

“LAS MUJERES SIEMPRE CAMARERAS DE PISO, CON TODO SU CUERPO. 32 HABITACIONES PARA SIETE HORAS, Y COBRAN POCO. COBRAN MENOS DE 1.000. PERO LOS CHICOS EN LA COCINA COBRAN 1.200, 1.500, Y HASTA 1.800”. (MUJER, 44 AÑOS, RACIALIZADA)

La feminización del empleo a tiempo parcial es otra de las manifestaciones de esta desigualdad. El 75 % de las personas trabajadoras a tiempo parcial son mujeres⁴⁷. Muchas de ellas no eligen esta modalidad, sino que se ven obligadas a reducir su jornada debido a la falta de alternativas de conciliación. Entre las mujeres entrevistadas, **un 42,3 % afirma necesitar otro empleo; sin embargo, la falta de tiempo y las responsabilidades de cuidado les impiden buscarlo, en comparación con un 33,1 % de los hombres.**

Asimismo, el 4,4 % de las mujeres, el doble que los hombres (2,1 %), afirma que su trabajo les impide cumplir con las tareas domésticas. Esto muestra cómo las responsabilidades del trabajo de cuidados, tanto mentales como físicas, no solo se quedan en el hogar, sino que también afectan el desempeño laboral, evidenciando una carga adicional.

“LAS MUJERES QUE TIENEN HIJOS, A LA HORA DE CONCILIAR UN TRABAJO DE MEDIA JORNADA, NO HABLEMOS YA DE JORNADA COMPLETA, ES BASTANTE COMPLICADO. ESO SIGUE ESTANDO AHÍ POR MUCHO QUE PRETENDAMOS QUE NO SIGUE ESTANDO. EL TEMA DE LA CONCILIACIÓN.” (MUJER, 55 AÑOS)

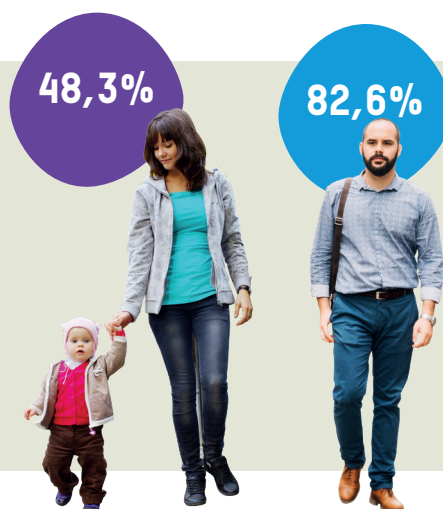
A pesar de que las mujeres han alcanzado mayores niveles educativos que los hombres, las oportunidades de ascenso y su acceso a puestos mejor remunerados continúan siendo desiguales⁴⁸. La doble jornada de cuidados y labores domésticas contribuye a fenómenos como el «techo y las paredes de cristal» o el «suelo pegajoso», que limitan su acceso a roles de liderazgo e incentivos como complementos salariales, los cuales requieren mayor disponibilidad y flexibilidad, como turnos partidos o nocturno.

En conjunto, esto da lugar a salarios iniciales y finales inferiores para las mujeres en comparación con los hombres⁴⁹, consolidando que, en muchos hogares, su remuneración continúe constituyendo un complemento al ingreso principal del hogar. **Según nuestra encuesta, el 82,6 % de los hombres declaran ser el principal sustentador del hogar, frente al 48,3 % de las mujeres.** Esto no da cuenta de la persistencia del modelo del “hombre proveedor”, sino que también tiene implicaciones en la estabilidad económica de las mujeres.

LOS HOMBRES DECLARAN SER EL
PRINCIPAL SUSTENTADOR DEL HOGAR,
FRENTE A LAS MUJERES

82,6% HOMBRES

48,3% MUJERES



La desigualdad se extiende incluso más allá de la vida laboral. Los bajos salarios y las lagunas en las cotizaciones a la Seguridad Social debido a las interrupciones en su carrera profesional por la carga de cuidados, perpetúan la brecha también en sus pensiones⁵⁰.

“PARA MÍ (LA PRINCIPAL INCERTIDUMBRE QUE TENGO) ES LO QUE COBRO DE PENSIÓN. COMO ESTABA TRABAJANDO 30 HORAS, ME HAN DADO LO MÍNIMO. SON 783,10€ PARA MI HIJA Y PARA MÍ, Y TENGO UNA HIPOTECA DE 300 EUROS. O SEA, QUE NOS LAS VEMOS Y NOS LAS DESEAMOS PARA SALIR ADELANTE”.(MUJER, 55 AÑOS)

BIENESTAR LABORAL Y PERCEPCIÓN DE INGRESOS

La persistencia de las brechas de género, tanto en el trabajo remunerado como en el no remunerado—dentro y fuera del hogar—se refleja en desigualdades evidentes en la satisfacción laboral y en los ingresos. **Mientras el 65,5 % de los hombres se declara satisfecho con su vida laboral, solo el 50,9 % de las mujeres comparte esa percepción.** Además, el 17 % de las mujeres afirma que sus ingresos no les permiten llevar una vida digna, frente al 13 % de los hombres. Resulta aún más preocupante que el 7,8 % de las mujeres no cuenta con ningún tipo de ingreso, cifra que se eleva al 14 % entre las mujeres racializadas, en comparación con el 2,6 % de los hombres.



La orientación e identidad sexual influyen significativamente en la satisfacción laboral. Las personas LGBTIQ+ suelen enfrentarse a mayores episodios de opresión y discriminación en el entorno de trabajo—incluyendo *bullying* y acoso—lo que puede influir en que únicamente el 41,9 % de las mujeres y el 57 % de los hombres LGBTIQ+ se sienten conformes con su empleo, en contraste con el 52,1 % de las mujeres y el 66,5 % de los hombres cisheterosexuales.

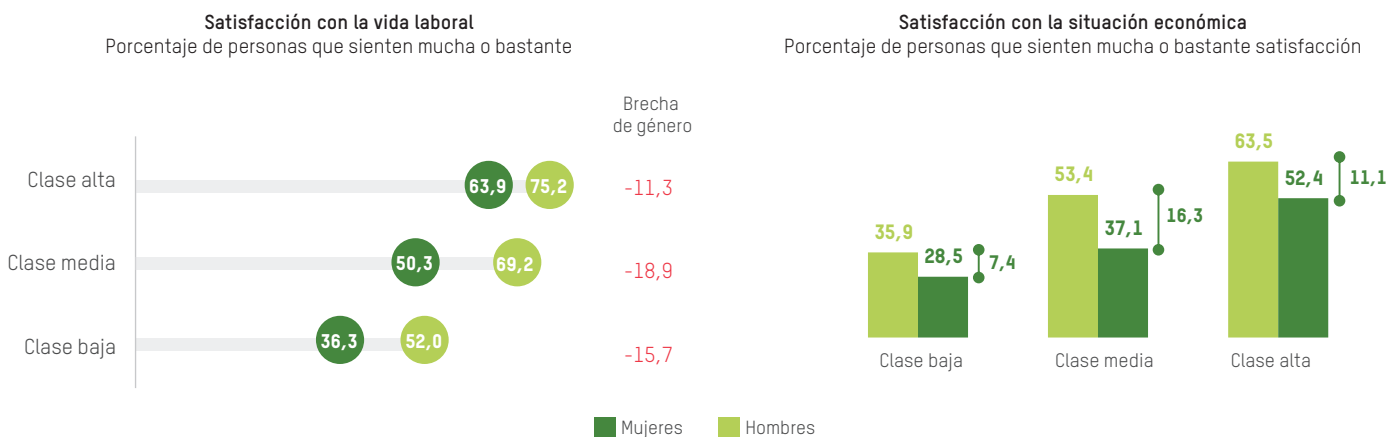
"HACE POCO ENTRÓ UN CHICO A TRABAJAR Y ERA ABIERTAMENTE GAY. COMENZARON LOS RUMORES. LOS DEMÁS COMPAÑEROS DE TRABAJO COMENZARON A HACERLE BULLYING". (HOMBRE, 39 AÑOS, LGTBIQ+)

Las cifras más notorias surgen al analizar el origen y la clase social. **Entre las mujeres nacidas fuera de la UE y aquellas de clase social baja, menos de 4 de cada 10 se sienten satisfechas con su trabajo⁵¹.** Además, el 25,4% de las mujeres de clase baja considera que sus ingresos no le permiten llevar una vida digna. Al mismo tiempo, el 25,4% de las mujeres de clase baja considera que sus ingresos no les permiten llevar una vida digna.

Aunque se observa una brecha de clase en la satisfacción laboral, que aumenta conforme se asciende en el estrato social, la encuesta resalta una significativa brecha de género, especialmente en la clase media española (16,3 puntos porcentuales).

“UN SUELDO JUSTO, QUE TE PERMITA VIVIR. QUE TE PERMITA TAMBIÉN CONCILIAR”. (MUJER, 30 AÑOS)

GRÁFICAS 10 Y 11. SATISFACCIÓN ECONÓMICA Y LABORAL POR CLASE SOCIAL



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

3.2 AUTONOMÍA EN NÚMEROS ROJOS

Como resultado del trabajo de cuidados no reconocido ni remunerado y de las desigualdades laborales—aspectos intrínsecamente relacionados, como hemos argumentado—las mujeres se ven expuestas a peores condiciones económicas, afectando su estabilidad y autonomía. Sin embargo, la desigualdad económica entre hombres y mujeres no es un efecto colateral de la división sexual del trabajo, sino una condición deliberada del sistema que, para seguir explotando el trabajo de las mujeres, las mantiene en una situación de mayor desprotección y subordinación⁵².

En el caso de España, la deuda económica con las mujeres es particularmente profunda en comparación con otros países de la Unión Europea. Según el informe de 2024 del Instituto Europeo de Igualdad de Género, nos encontramos por debajo de la media europea en este ámbito. Un dato pone de manifiesto la persistencia de un sistema que aún no garantiza la justicia económica para las mujeres, subrayando la urgencia de abordar y corregir esta desigualdad estructural que perpetúa su posición de desventaja.

Esta deuda con las desigualdades socioeconómicas en España se refleja en las percepciones de las mujeres: **el 47,4 % reconoce la existencia de importantes desigualdades económicas**⁵³.

“ECONÓMICAMENTE HA IDO A PEOR. PARA OTRAS COSAS HA IDO A MEJOR, PERO ECONÓMICAMENTE VA A PEOR”. (MUJER, 40 AÑOS)

La desigualdad no solo se percibe como una realidad externa, sino que se vive y se siente en la propia piel. **Solo el 40,2 % de las mujeres se declara satisfecha con su situación financiera, frente al 51,2 % de los hombres.** La insatisfacción es aún mayor entre las mujeres de clase baja, donde apenas el 28,5 % se siente conforme. En el otro extremo, la situación es especialmente crítica entre las mujeres racializadas, de las cuales el 74,9 % expresa un alto nivel de descontento con su economía personal⁵⁴.



“EL DÍA DOCE DE MES, YO YA NO TENGO NI 200 EUROS PARA VIVIR”. (MUJER, 45 AÑOS)

La desigualdad económica no solo afecta los ingresos de las mujeres, sino que limita su autonomía, condicionando su capacidad para tomar decisiones y planificar su futuro. Esta falta de independencia se manifiesta en dos aspectos clave: la estabilidad financiera y el acceso a la vivienda.

Para muchas mujeres, lograr estabilidad económica sigue siendo un desafío diario, lo que las obliga a recurrir con mayor frecuencia que los hombres a productos en oferta, reducir la compra de artículos básicos o recortar gastos en vestimenta y calzado⁵⁵. La presión económica es aún mayor cuando hay hijos e hijas a cargo. Muchas mujeres, además de enfrentar esta inestabilidad, asumen en solitario la responsabilidad de la crianza y el sustento de sus hogares, especialmente en familias monomarentales⁵⁶.

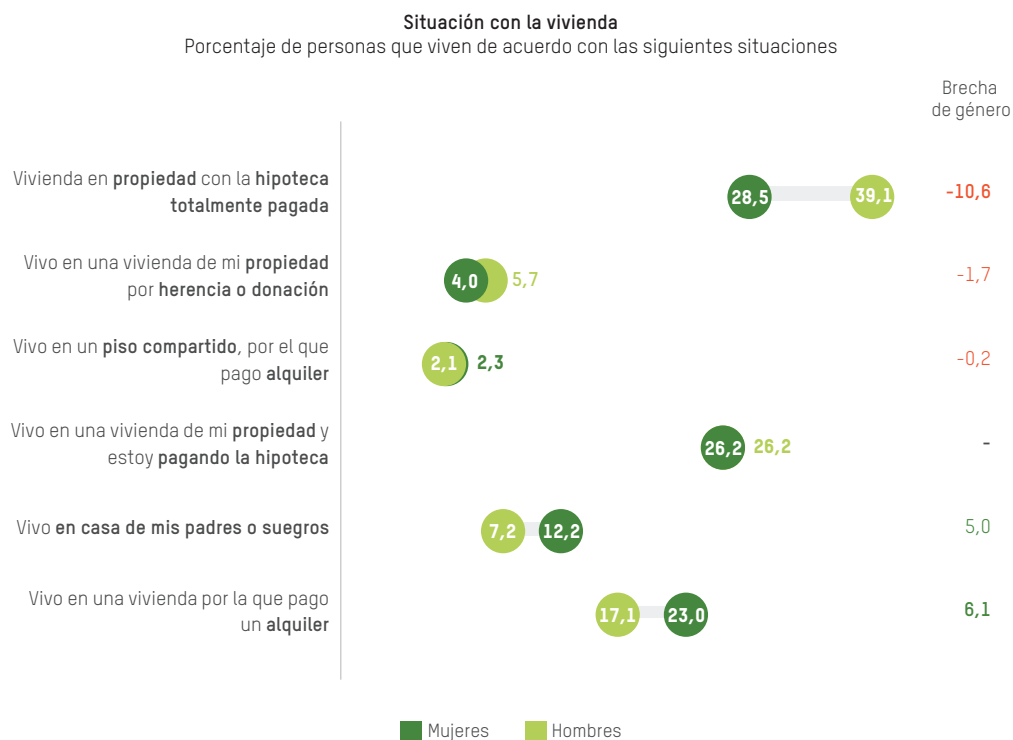
“CUANDO TE DIVORCIAS TE TIENES QUE HACER TÚ CARGO DE LOS HIJOS, Y LUEGO ENCIMA, A LUCHAR TODOS LOS AÑOS PARA QUE TE VUELVAN A PAGAR LA MANUTENCIÓN”. (MUJER, 55 AÑOS, CLASE BAJA)

Asegurar un mínimo de seguridad financiera para ellas y sus familias, no solo en el presente sino también a medio y largo plazo, resulta aún más difícil. El 42,9 % de las mujeres encuestadas señala no poder disponer de dinero para afrontar gastos imprevistos superiores a 600 euros, frente al 32,9 % de los hombres, una precariedad que se agrava entre las mujeres racializadas (60,5 %) y las de clase baja (51,3 %).

“YO HE DEJADO DE HACER TODO, O SEA, NO SALGO. TENGO NIÑOS PEQUEÑOS Y NO LOS LLEVO DE PASEO PORQUE DESPUÉS DEL PASEO «MAMÁ QUIERO UN HELADO, MAMÁ, QUIERO...»”. (MUJER, 45 AÑOS)

En el acceso a la vivienda también se perciben mayores barreras para las mujeres, que tienden a poseer menos propiedades que los hombres. A menudo, las mujeres dependen en mayor medida del alquiler o de vivir con familiares. Solo el 28,5 % de las mujeres afirma ser propietaria con la hipoteca pagada, mientras que el 25,1 % vive en alquiler y el 12,2 % reside en la casa de sus padres o suegros. La mayor vulnerabilidad habitacional se observa, una vez más, en las mujeres racializadas: el 49,1 % declara vivir de alquiler, cifra que asciende al 60,6 % en el caso de las mujeres extracomunitarias, de las cuales casi el 10 % de las entrevistadas comparte piso. La brecha salarial y la menor capacidad de ahorro pueden explicar en parte estas tendencias.

GRÁFICA 12. SITUACIÓN DE VIVIENDA POR GÉNERO



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

Las dificultades para acceder a una vivienda se evidencian especialmente en las mujeres jóvenes: el 24 % de las de 16 a 24 años y el 18,9 % de las de 25 a 34 años han tenido que regresar a casa de sus padres por falta de recursos. Además, tienden a emanciparse en pareja con mayor frecuencia que los hombres, lo que refuerza su dependencia económica⁵⁷.

**“ME ESTÁ COSTANDO PAGAR EL ALQUILER. PORQUE TODO LO QUE ME DAN DEL PARO SE VA PARA EL PISO”.
(MUJER, 30 AÑOS)**

En un contexto en el que la vivienda se ha convertido en una de las principales causas de desigualdad en España, particularmente para las clases media y baja, los factores estructurales de género predisponen a las mujeres a una posición aún más desfavorecida⁵⁸. La brecha de género en la propiedad de la vivienda persiste a lo largo de todos los estratos sociales, siendo particularmente pronunciada en la clase media. Solo el 25 % de las mujeres de este grupo ha logrado pagar completamente su vivienda, frente al 40,9 % de los hombres, lo que influye en la tendencia observada de depender más del alquiler (28,2 %). Sin embargo, incluso en los estratos de menores recursos, los hombres entrevistados parecen tener mayores tasas de propiedad —ya sea con hipoteca pagada, en proceso de pago o cedida— que las mujeres de clase alta⁵⁹.

De esta forma, desde la perspectiva de la economía de los cuidados, se evidencia que tanto los bajos ingresos como la limitada acumulación de capital, por un lado, y la distribución desigual del trabajo de cuidado, por otro, son manifestaciones interrelacionadas de un mismo sistema estructural de desigualdades. El trabajo de cuidado condiciona el acceso de las mujeres a empleos mejor remunerados y a la acumulación de capital. Así, la sobrecarga de tareas no remuneradas limita las oportunidades de desarrollo económico, profundizando la vulnerabilidad financiera y contribuyendo directamente a la feminización de la pobreza. Ambos aspectos se retroalimentan, consolidando barreras estructurales que atraviesan la vida de las mujeres.

“NO PUEDO HACER FRENTE A 800 EUROS (DE HIPOTECA). YO COBRO 783,10. ES QUE NO PUEDO. ENTONCES YA LA HEMOS PUESTO EN VENTA. Y HE HABLADO CON EL BANCO PARA, SI NO SE VENDE, HACER UNA DACIÓN EN PAGO. (...) TENDRÉ QUE BUSCAR UN PISO DE ALQUILER SOCIAL O LO QUE SEA. ALGO QUE YO PUEDA PAGAR. O SI NO, TENDRÁ QUE PONERSE MI HIJA A TRABAJAR”. (MUJER, 55 AÑOS)

Mientras la autonomía económica siga siendo un desafío influenciado por factores de género, raza, orientación sexual y otras desigualdades estructurales, el acceso a oportunidades —tanto materiales como simbólicas— y, en última instancia, el control sobre la propia vida de las mujeres continuará estando condicionado, lo que incrementará su exposición a abusos y diversas formas de violencia. La inclusión de la violencia económica en el nuevo “Pacto de Estado contra la Violencia de Género” reconoce que la justicia de género es inalcanzable sin una auténtica independencia financiera que garantice equidad, seguridad y libertad para todas. Esta autonomía solo será posible eliminando la desigual división sexual del trabajo y la carga que históricamente ha recaído de manera desproporcionada sobre las mujeres.



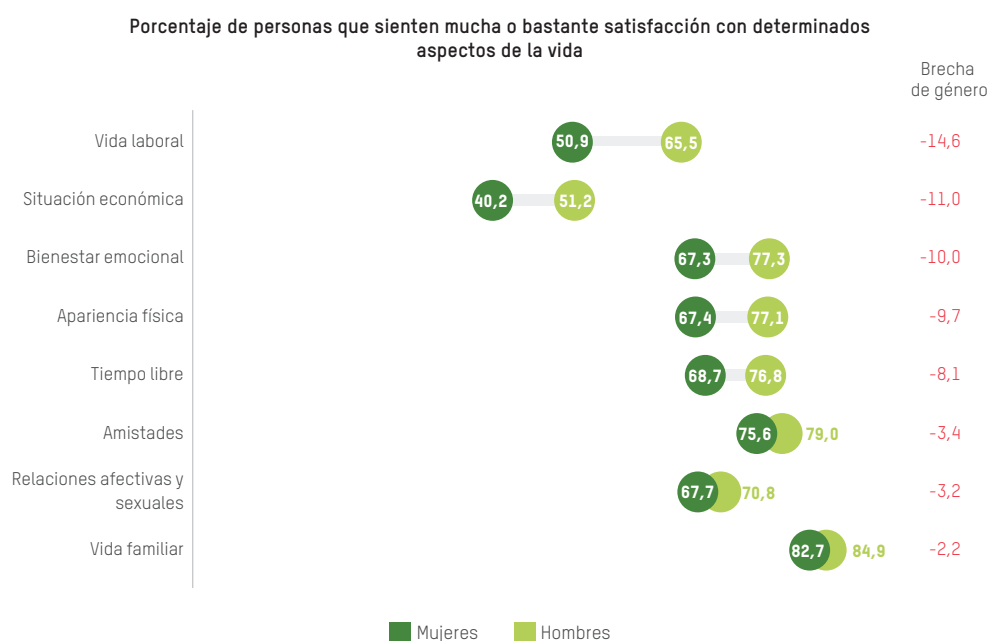
BLOQUE 4

EL TIEMPO QUE QUEDA Y EL COSTE EMOCIONAL DE LA DESIGUALDAD EN LOS CUIDADOS



La desigual distribución de roles y responsabilidades no solo influye en el acceso a recursos, sino también en la forma en que se experimenta el estrés y se gestionan el bienestar y la salud física y mental. Ante las brechas descritas, tanto en la distribución del tiempo de cuidados como en las desigualdades laborales y económicas, surge la pregunta: ¿cómo se refleja esta disparidad en la satisfacción de hombres y mujeres en las distintas áreas de la vida? La respuesta es clara: las mujeres reportan niveles de satisfacción más bajos que los hombres en todos los aspectos analizados.

GRÁFICA 13. SATISFACCIÓN CON DETERMINADOS ASPECTOS DE LA VIDA POR GÉNERO



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

El Índice Europeo de Igualdad de Género considera indicadores como el acceso al ocio y la posibilidad de realizar ejercicio físico como criterios clave que miden la calidad de vida y la salud.⁶⁰ No obstante, nuestra encuesta muestra que el tiempo libre se ha convertido en un privilegio desigual. Mientras que el 32,7 % de las mujeres afirma disponer de poco o ningún tiempo para el ocio, las amistades o aficiones —frente al 30,5 % de los hombres— esta carencia es aún más pronunciada en determinados grupos: el 33,2 % de las de clase media, el 43,8 % de las mujeres de clase baja y **el 50,9 % entre las mujeres racializadas no cuentan con tiempo suficiente para sí mismas.**

"A VECES ME DOY CUENTA DE QUE NO HE SALIDO NI UN DÍA EN TODA LA SEMANA. ME VOY, AUNQUE SEA A ABRAZAR A UNA FAROLA. NO PUEDE SER". (MUJER, 55 AÑOS)

Esta desigualdad en el uso del tiempo repercute en bienestar, con una tendencia a menores niveles de actividad física (28,9 % de las mujeres nunca o casi nunca hacen ejercicio, frente al 21,6 % de los hombres) y a un déficit de sueño (20 % frente a 16,2 %) en un sistema que sigue priorizando el bienestar masculino.

Además, cuando logran disponer de tiempo libre, muchas mujeres se encuentran con limitaciones económicas que les impiden disfrutarlo plenamente. Un 67,4 % de las mujeres de clase media ha tenido que reducir sus salidas esporádicas a restaurantes o encuentros con sus amigas, y casi el 60 % de las mujeres de clase baja no puede viajar al menos una semana al año.

El acceso al ocio para las mujeres racializadas es aún más limitado: el 75,4 % ha reducido en el año anterior a la realización de la encuesta actividades como ir al cine, comprar libros o pagar suscripciones a plataformas.

3 DE CADA 4 MUJERES RACIALIZADAS HA REDUCIDO EN EL AÑO ANTERIOR A LA REALIZACIÓN DE LA ENCUESTA ACTIVIDADES COMO IR AL CINE, COMPRAR LIBROS O PAGAR SUSCRIPCIONES A PLATAFORMAS



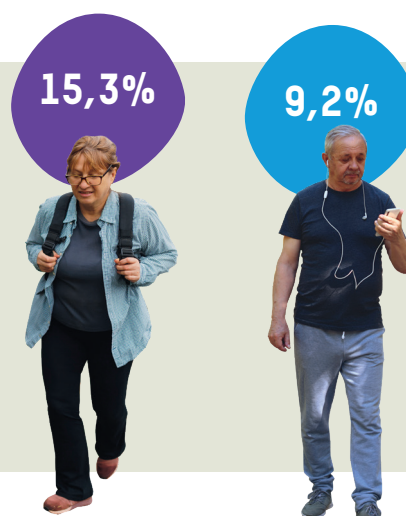
LA CARGA MENTAL DE LOS ROLES DE GÉNERO

Las desigualdades de género y sus múltiples manifestaciones —como las cargas mentales invisibles asociadas a ser quien sabe cuándo toca la próxima vacuna de los hijos e hijas, la gestión de la lavandería semanal o el miedo a perder una posición laboral debido a una excedencia por cuidados— puede derivar en niveles más altos de estrés y ansiedad en las mujeres. El 15,3 % de las mujeres califica su salud mental como mala, frente al 9,2 % de los hombres, y solo el 60 % la considera positiva, en comparación con el 70,3 % de ellos.

MÁS MUJERES CALIFICAN SU SALUD MENTAL DE MALA, FRENTE A DE LOS HOMBRES

9,2% HOMBRES

15,3% MUJERES



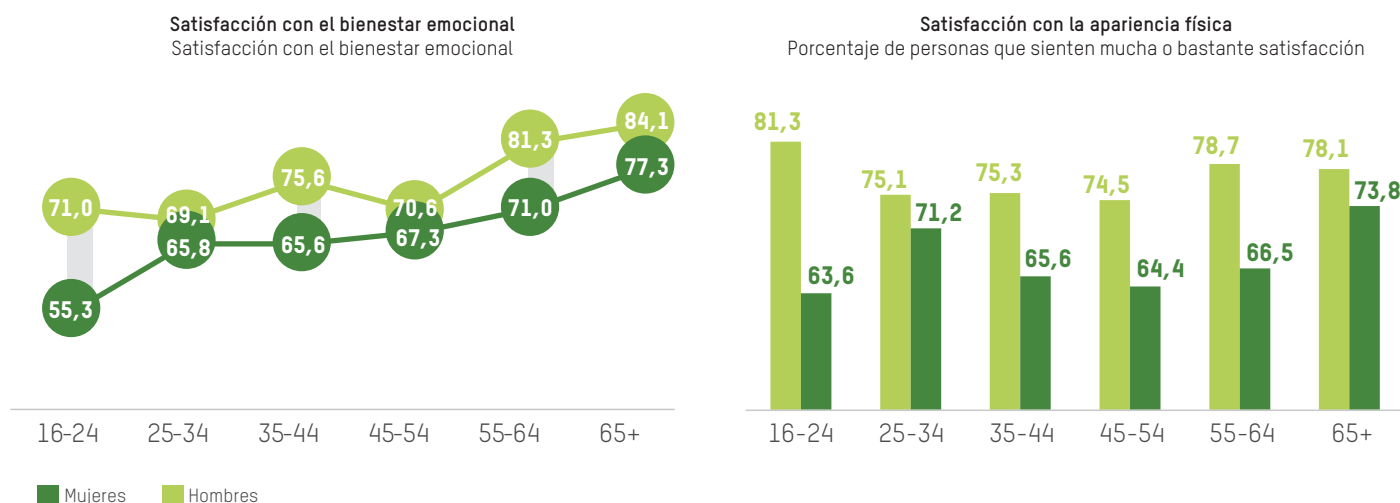
“YO CREO QUE NOS ESTÁN HACIENDO PERDER LA VIDA. PORQUE PIERDES MUCHÍSIMO TIEMPO LUCHANDO CONTRA TODO”. (MUJER, 49 AÑOS)

Las diferencias de género en la percepción de la salud mental se hacen más evidentes en ciertos grupos, especialmente en los niveles educativos medios y en las clases medias. Mientras que el 75,8% de los hombres considera que su salud mental es positiva, solo el 56,8% de las mujeres comparte la misma valoración.

Las mujeres jóvenes enfrentan una mayor vulnerabilidad en su bienestar emocional. La presión estética constante, la violencia simbólica y digital, y la expectativa de ser siempre atractivas, exitosas y emocionalmente disponibles influyen en su autoestima. Como resultado, mientras el 81,3 % de los hombres de entre 16 y 24 años se siente satisfecho con su apariencia física, solo el 63,6 % de las mujeres comparte esa percepción. La cosificación en redes sociales y el mayor riesgo de acoso pueden agravar aún más esta situación. Además, el 77,7 % de las mujeres de 16 a 24 años se muestra muy preocupada por la violencia machista, frente al 54,8 % de los hombres de su misma edad.

Como consecuencia, solo el 44,3 % de las mujeres de entre 16 y 24 años considera que su salud mental es buena, frente al 61,8 % de los hombres. De ellas, el 43,7 % no puede permitirse pagar una terapia privada, en comparación con el 29 % de los jóvenes en general⁶¹.

GRÁFICAS 14 Y 15. SATISFACCIÓN CON EL BIENESTAR EMOCIONAL Y LA APARIENCIA FÍSICA POR EDAD



Fuente: 40dB para Oxfam Intermón.

En conclusión, las desigualdades de género influyen en el bienestar, la satisfacción y la salud mental de las mujeres. Factores como la distribución del tiempo, la carga mental, las expectativas sociales y las desigualdades económicas contribuyen a estas diferencias, afectando la percepción de su calidad de vida. Estas diferencias evidencian un sistema que continúa jerarquizando oportunidades en múltiples ámbitos.

BLOQUE 5

COLOCAR LOS CUIDADOS EN EL LUGAR CENTRAL QUE LES CORRESPONDE



Las desigualdades de género documentadas en este informe son una realidad estructural que impacta todos los ámbitos de la vida. Esta realidad se refleja en las voces de mujeres y hombres, especialmente de quienes enfrentan múltiples formas de discriminación, y se manifiesta en el acceso al empleo, la economía, la salud, el ocio y la autonomía personal. A pesar de algunos avances, las mujeres siguen asumiendo la mayor parte del trabajo de cuidados, enfrentan barreras en el mercado laboral y sufren una precarización que limita su bienestar tanto en el presente como en el futuro.

Es imperativo transformar radicalmente la forma en que concebimos los cuidados en nuestras sociedades. Estos no pueden seguir considerándose una carga ni realizarse en condiciones precarias, recayendo mayoritariamente sobre las mujeres. Es fundamental poner fin a la falta de reconocimiento de las tareas de cuidado, esenciales para la reproducción de la vida, y adoptar un enfoque que los reconozca como un pilar central de la sociedad y un derecho fundamental que debe garantizarse en condiciones dignas.

Como sociedad, debemos adoptar medidas urgentes que permitan construir una economía más humana y feminista, capaz de valorar lo que realmente importa. Para ello, es fundamental avanzar en tres direcciones: redistribuir, promoviendo una corresponsabilidad colectiva en los cuidados; revalorizar, dignificando las tareas de cuidado; y reformular, desvinculando los cuidados de la feminidad⁶². Esto no solo implica corregir desigualdades, sino transformar las estructuras que perpetúan la precarización de los cuidados y la desigualdad económica.

Desde esta perspectiva, en este documento ponemos énfasis en dos aspectos: la igualdad laboral y la corresponsabilidad en los cuidados, así como la construcción de un sistema integral de cuidados para una sociedad más inclusiva⁶³.

SISTEMA INTEGRAL DE CUIDADOS

Para avanzar hacia un sistema integral de cuidados que beneficie a toda la sociedad sin recaer exclusivamente en las mujeres, es imprescindible eliminar las barreras económicas —como los períodos de carencia o las incompatibilidades en los cuidados familiares— para que todas las personas puedan acceder a prestaciones y servicios.

Además, se debe aumentar la inversión pública, incorporar nuevos servicios en el catálogo (como la teleasistencia con dispositivos de geolocalización y prevención, o el apoyo en el hogar para actividades cotidianas) y promover la accesibilidad universal mediante la modificación de normativas actuales. También es crucial garantizar que los trámites sean ágiles y sin brechas digitales, asegurando que la información sea clara y accesible para toda la población.

Para ello, es necesario acelerar el acceso a los servicios mediante procedimientos de urgencia en casos de especial vulnerabilidad, reconocer automáticamente a las personas con dependencia un grado mínimo de discapacidad y ampliar el catálogo de prestaciones para incluir no solo atención domiciliaria y asistencia personal reforzada, sino también nuevos servicios adaptados a las necesidades actuales.

IGUALDAD LABORAL Y CORRESPONSABILIDAD EN LOS CUIDADOS

Si aspiramos a la igualdad laboral y a la corresponsabilidad en los cuidados, es esencial desarrollar medidas que eliminen la brecha laboral y salarial de género y que faciliten la conciliación desde el ámbito laboral. Esto implica aumentar la transparencia salarial mediante la publicación obligatoria de un cálculo estandarizado de la brecha de género y la imposición de sanciones a las empresas que superen el límite legal. También es fundamental garantizar la igualdad de oportunidades a través de un sistema de cuotas que asegure una representación equitativa de mujeres en los órganos de dirección de las grandes empresas.

Asimismo, es necesario incorporar la perspectiva de los cuidados en las políticas laborales, reconociendo a todas las personas adultas como potenciales cuidadoras y ampliando progresivamente los permisos y licencias para todos los modelos de familia. También se deben fortalecer las medidas de conciliación —como la flexibilidad horaria y el teletrabajo— para garantizar el derecho a cuidar, más allá de la crianza o la atención a personas dependientes.

PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS DE LAS TRABAJADORAS DEL HOGAR Y DE CUIDADOS

Por último, es fundamental equiparar y proteger los derechos de las trabajadoras del hogar y de cuidados mediante la completa transposición del Convenio 189 de la OIT. Esto debe complementarse con un sistema reformulado de certificación y acreditación que reconozca la experiencia de las cuidadoras no profesionales a través de formación continua y mejores condiciones laborales, además de reforzar las medidas de prevención de riesgos.

Solo a través de una reestructuración profunda del sistema de cuidados y de la promoción de políticas laborales y económicas justas podremos avanzar hacia una sociedad más equitativa, donde el derecho al cuidado sea una responsabilidad compartida y no una carga impuesta sobre las mujeres.





NOTA METODOLÓGICA

Universo del estudio: El universo de la investigación está conformado por la población general residente en España (excepto Ceuta y Melilla), de 16 años de edad en adelante.

Muestra y procedimiento: La muestra total asciende a 4.102 entrevistas, distribuidas según cuotas de sexo, edad, comunidad autónoma, tamaño de hábitat y nivel socioeconómico. La recogida de información se realizó mediante entrevistas online (tecnología CAWI). El error muestral es de $\pm 1,53\%$ para un nivel de confianza del 95%. El trabajo de campo se desarrolló entre el 08/08/2023 y el 13/09/2023.

Complementariedad cualitativa: Además del análisis cuantitativo, se llevaron a cabo seis grupos focales durante los meses de septiembre y octubre de 2023, con el fin de enriquecer la interpretación de los datos y aportar una visión más profunda de las percepciones sobre las desigualdades de género.

Periodicidad de la encuesta: La encuesta se enmarca en un estudio bianual propio junto con la agencia de investigación 40dB, que permite analizar la evolución de las percepciones de desigualdad a lo largo del tiempo.

Variables analizadas: Para este análisis se han considerado diversas variables sociodemográficas y de identidad, recodificadas de la siguiente manera:

- **Clase social objetiva:** Se calcula a partir del nivel educativo, la situación laboral y la profesión de la persona entrevistada. En caso de que la persona entrevistada no sea el/la sustentador principal del hogar, se considerará también la situación laboral, profesión y nivel educativo del/el sustentador principal. Se ha recodificado en tres categorías: clase alta, clase media y clase baja.
- **Nivel educativo:** Se agrupa en cuatro categorías (Estudios de 2.º grado, 1.er ciclo o menos; Estudios de 2.º grado, 2.º ciclo; Estudios de 3.er grado, 1.er ciclo; Estudios de 3.er grado, 2.º ciclo).
- **Edad:** Se ha recodificado en seis rangos (16-24, 25-34, 35-44, 45-54, 55-64 y 65+ años).
- **Raza/etnia:** Se distingue entre “Grupo mayoritario” y “Grupo racializado”, que incluye a quienes se identifican como gitano/a o romaní, asiático/a, latino/a, afrodescendiente, o bien árabe, amazigh, persa, turco, entre otros.
- **Identidad/orientación sexual:** Se agrupa en “Heterosexuales” y “Colectivo LGTB”.
- **Comunidad Autónoma:** Para los análisis específicos, se han considerado particularmente Andalucía, Cataluña, Madrid y Valencia.

MÁS INFORMACIÓN

Para consultar en detalle la metodología, se puede visitar: www.vivirladesigualdad.org

NOTAS



Todas las fuentes online fueron consultadas el 2 de marzo de 2025.

- 1 Oxfam Intermón. (2025). El saqueo continúa. Pobreza y desigualdad extrema, la herencia del colonialismo. [Informe Davos 2025]. Disponible en <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/OxfamWebsite/oi-informes/informedavos-2025-saqueo-continua-desigualdad-extrema.pdf>
- 2 A lo largo del informe, el término “mujeres” abarca tanto a mujeres cisgénero como transgénero, en línea con un enfoque inclusivo basado en los principios de igualdad y no discriminación. La encuesta incluyó una pregunta específica sobre identidad de género para garantizar una representación precisa de la diversidad de las participantes.
- 3 Se consideran altas las respuestas de hombres y mujeres entre 8 y 10 en una escala de 0 a 10. Más información en [Vivir la Desigualdad](#)
- 4 Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. University of Chicago Legal Forum, 1989(1), 139-167.
- 5 La Federación SOS Racismo ha registrado un total de 569 incidentes racistas en España durante 2023. Véase Federación SOS Racismo, Informe 2024. Disponible en: <https://sosracismo.eu/la-federacion-sos-racismo-presenta-su-informe-estadistico-sobre-el-estado-del-racismo-en-el-estado-espanol-2024/>.
- 6 Se consideran extremadamente altas las respuestas marcadas con un 10 en una escala del 1 al 10. Datos de la Encuesta de Desigualdades Múltiples. Más información en [Vivir la Desigualdad](#)
- 7 En España, el 75% de las personas encuestadas en la tercera encuesta de la FRA percibe un aumento de la violencia contra personas LGTBQ+ en los últimos cinco años, superando la media europea del 59%. Las personas trans e intersexuales son las más afectadas, enfrentando mayores niveles de discriminación, acoso y violencia. Fuente: European Union Agency for Fundamental Rights (FRA), EU LGBTI Survey III, 2024.
- 8 El 34% de los hombres racializados percibe muchas desigualdades de género frente al 27,8% de los hombres del grupo mayoritario. En el caso de los hombres LGTBQ+ el 34,1% considera que existen muchas desigualdades de género frente al 27,5% de los hombres cishetero sexuales.
- 9 Véase hooks, b. (2004). The Will to Change: Men, Masculinity, and Love. Atria Books.
- 10 Véase Butler, J. (1990). Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity. Routledge; y Lachman, M. E. (2004). Development in Midlife. Annual Review of Psychology.

- 11 Los hombres jóvenes son quienes menos perciben la violencia machista como un problema grave. Solo el 54,8 % de los hombres de 16 a 24 años la considera una preocupación importante, frente al 77,7 % de las mujeres jóvenes. Esta diferencia se mantiene en el grupo de 45 a 54 años, donde el 58,6 % de los hombres muestra gran preocupación, frente al 81 % de las mujeres. Este patrón, también presente en la percepción de desigualdades en el hogar, coincide con el estudio de Oxfam Intermón Rompiendo Moldes, que señala cómo la formación refuerza mandatos de la masculinidad hegemónica, como la invulnerabilidad emocional y la dominancia. Con el tiempo y una mayor exposición a cuestionamientos de estos mandatos, la conciencia crítica de los hombres mayores puede cambiar. Fuente: Oxfam Intermón, Rompiendo Moldes. Disponible en: <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/rompiendo-moldes-vidas-sin-violencia-machista.pdf>
- 12 Se consideran mínimas o que no existen las respuestas entre 0 y 2 en una escala del 1 al 10, mientras que el 0 se usa específicamente para indicar una negación total. Datos de nuestra encuesta. Más en: www.vivirladesigualdad.org
- 13 Esta brecha también se refleja en la percepción de la violencia machista. Solo el 61,9 % de los hombres con estudios medio-altos o superiores expresa gran preocupación por la desigualdad de género, frente al 79,8 % de las mujeres con formación media-alta y el 77,4 % de aquellas con estudios superiores. En cuanto a las desigualdades en el hogar, el patrón persiste en los datos por nivel de Estudios. Sin embargo, el 20,5 % de los hombres de clase baja las reconoce, frente al 26,4 % de la clase media y el 24,3 % de la clase alta. Datos de nuestra encuesta. Más en: www.vivirladesigualdad.org
- 14 Véase Fraser, N. (2009). *Scales of Justice: Reimagining Political Space in a Globalizing World*. Columbia University Press; Gill, R., & Scharff, C. (Eds.). (2011). *New Femininities: Postfeminism, Neoliberalism and Subjectivity*. Palgrave Macmillan; Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. University of California Press.
- 15 El término backlash antifeminista fue acuñado por primera vez por Susan Faludi en *Backlash: The Undeclared War Against American Women* (1991) para describir la reacción organizada contra los avances del feminismo. Este fenómeno se manifiesta a través de discursos, políticas y representaciones culturales que buscan desacreditar o revertir los logros en materia de igualdad de género.
- 16 En *La masculinidad incomodada*, Samir Petrocelli define la “manósfera” como un entramado de plataformas digitales—incluyendo blogs, sitios web, páginas de Facebook y canales de YouTube—dirigidas principalmente a un público masculino, especialmente a jóvenes varones. Aunque abordan una diversidad de temáticas, estos espacios comparten una orientación explícitamente antifeminista.
- 17 Un 44,1% de los hombres asegura que “se ha llegado tan lejos en la promoción de la igualdad de las mujeres que ahora se está discriminando a los hombres” Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). (2023). Percepciones sobre la igualdad entre hombres y mujeres y estereotipos de género. Estudio nº 3428.
- 18 Véase Federici (2018 [2040]), Mies (2014 [1986]), Hartmann (1979) y Dalla Costa (1998), entre otros.
- 19 Pérez Orozco, A. (2006). Amenaza tormenta: La crisis de los cuidados y la reorganización del sistema económico. *Observatorio de la deuda en la globalización*. https://www.observatoridesc.org/sites/default/files/1_amenaza_tormenta.pdf
- 20 Según la economía feminista y de los cuidados, las tareas domésticas y de cuidado son fundamentales para el funcionamiento del sistema capitalista. Estas actividades, mayoritariamente realizadas por mujeres, aseguran la reproducción diaria de la fuerza laboral y el bienestar social, proporcionando el soporte necesario para que la economía formal opere eficientemente. Sin embargo, al estar invisibilizadas y no remuneradas, estas labores perpetúan la desigualdad de género y sostienen una estructura económica que se beneficia de la división sexual del trabajo. Véase, Silvia Federicchi (2004)
- 21 Según la Fundación la Caixa (2023) en su informe Desigualdad de género en el trabajo remunerado y no remunerado, las mujeres dedican, en promedio, 13 horas semanales a tareas domésticas (frente a 9 horas de los hombres) y hasta 30 horas al cuidado de menores, 11 horas más que ellos. Esto se traduce en una doble jornada que suma 69 horas semanales en empleo y cuidados, cinco más que la registrada por los hombres. Fuente: <https://www.caixabank.com/informes/desigualdad-genero.pdf>
- 22 En el ámbito del uso del tiempo, España alcanza una puntuación de 76,7, por encima de la media europea, que es de 70,4. Fuente: EIGE, 2024. Disponible en: <https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2024/ES>.
- 23 Según los datos de nuestra encuesta, el 46,6% de los hombres de clase alta se encargan siempre o casi siempre de las gestiones bancarias, en comparación con el 32,5% de las mujeres de la misma clase social.
- 24 Miller, D. A. (1981). The “sandwich” generation: adult children of the aging. *Social Work*, 26(5), 419–423. Disponible en: <http://www.jstor.org/stable/23712207>.
- 25 Según datos provisionales del Instituto Nacional de Estadística (INE) para 2024, la edad media a la maternidad en España se mantuvo en 32,6 años. Instituto Nacional de Estadística (INE). “Indicadores Demográficos Básicos.” Disponible en: <https://www.ine.es/jaxi/Tabla.htm?L=0&tpx=28910>

- 26 Plataforma de Infancia. (2024). Reforma fiscal y ayuda a la crianza [Informe]. <https://www.plataformadeinfancia.org/wp-content/uploads/2024/02/Reforma-fiscal-ayuda-crianza-2024.pdf>
- 27 Según el Observatorio de la Dependencia (2024), la cobertura estimada de personas atendidas por el Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD) en 2023 es del 21,03%. Sin embargo, la variación por comunidades autónomas es considerable, con cifras que van desde el 11,35% en Canarias hasta el 27,03% en Castilla y León. Observatorio de la Dependencia. (2024). *Informe global sobre la dependencia 2023*. https://directoressociales.com/wp-content/uploads/2024/03/20240311_INFO-GLOBAL-XXIV-DICTAMEN_compressed-1.pdf
- 28 Oficina de Ciencia y Tecnología del Congreso de los Diputados. (2023). Informe C: Envejecimiento y bienestar. Disponible en: https://oficinac.es/sites/default/files/informes/OFICINAC_envejecimiento-bienestar_20231214_web.pdf
- 29 Oxfam Intermón. (2024). Pobreza laboral: Cuando trabajar no es suficiente para llegar a fin de mes. <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/pobreza-laboral-trabajar-no-suficiente.pdf>
- 30 L. Addati, U. Cattaneo, V. Esquivel e I. Valarino (2018). El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente. Ginebra: Ginebra: Organización Internacional del Trabajo (OIT). <https://www.ilo.org/>
- 31 Fraser, N. (2016). Contradictions of Capital and Care. *New Left Review*, 99-117. Recuperado de <https://newleftreview.org/issues/II100/articles/nancy-fraser-contradictions-of-capitaland-Care>
- 32 Según la Encuesta de Población Activa de 2024, en España trabajaban en el sector del empleo del hogar y de cuidados un total de 588.233 personas, de las cuales 521.000 eran mujeres. Disponible en: <https://www.ine.es/>
- 33 Oxfam Intermón. (2019). Esenciales, pero sin derechos: El trabajo del hogar y los cuidados en España. Disponible en: <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/esenciales-sin-derechos-informe-completo.pdf>
- 34 Comas d'Argemir, D., & Martínez Buján, R. (2022). Hacia un modelo alternativo de cuidados. En D. Comas d'Argemir & S. Bofill Poch (Dir.), *Cuidar a mayores y dependientes en tiempos de la covid-19: Lo que nos ha enseñado la pandemia* (pp. 423-450). ISBN 978-84-19226-87-7.
- 35 Eurostat. (2024). Disponible en: <https://ec.europa.eu/eurostat>
- 36 Este análisis de datos ha sido realizado por ISEAK a partir de la Encuesta de Presupuestos Familiares (2023), pero, la interpretación de los mismos es de Oxfam. Disponible en: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176806&menu=ultiDatos&idp=1254735976608
- 37 Solo el 2% de las mujeres con menos recursos afirma contar con apoyo externo para la limpieza del hogar, frente al 5% de las mujeres de clase alta y al 8,1% de los hombres de ese mismo grupo. Datos de la Encuesta de Desigualdades Múltiples, Vivir la desigualdad. Disponible en: <https://www.vivirladesigualdad.org/>
- 38 Blofield, M. (2012). *Care, Work and Class: Domestic Workers' Struggle for Equal Rights in Latin America*. University Park, PA: The Pennsylvania State University Press; Gorbán, D., & Tizziani, A. (2014). Inferiorization and Deference: The Construction of Social Hierarchies in the Context of Paid Domestic Labor
- 39 Oxfam Internacional. (2020). Tiempo de cuidados. Disponible en: <https://www.oxfam.org/es/informes/tiempo-para-el-cuidado>
- 40 España obtiene una puntuación de 75,5, frente al 74,2 de la Unión Europea (EIGE, 2024). Disponible en: <https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2024/ES>
- 41 Ministerio de Universidades. (2025). Datos y cifras del sistema universitario español 2024-2025. Gobierno de España. Disponible en: https://www.universidades.gob.es/wp-content/uploads/2025/01/DatosCifras2024_25.pdf
- 42 Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones. (2024). En diciembre de 2024, se superaron los 10,1 millones de afiliadas a la Seguridad Social, alcanzando el nivel más alto de la serie histórica, con 10.109.202 trabajadoras ocupadas, lo que representa el 47,4% del total de trabajadores, un porcentaje récord. Disponible en: <https://www.inclusion.gob.es/en/>
- 43 CC00. (2025). En 2023, el 87 % de las excedencias por cuidado de menores fueron asumidas por mujeres. Disponible en: <https://www.ccoo.es/685925bb33032a41a3d441561eb164e8000001.pdf>
- 44 Ministerio de Universidades. (2025). Datos y cifras del sistema universitario español 2024-2025. Gobierno de España. https://www.universidades.gob.es/wp-content/uploads/2025/01/DatosCifras2024_25.pdf
- 45 Oxfam Intermón. (2024). Pobreza laboral: Cuando trabajar no es suficiente para llegar a fin de mes. Disponible en: <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/pobreza-laboral-trabajar-no-suficiente.pdf>

- 46 Oxfam Intermón. (2024). Esenciales pero invisibles y explotadas. <https://www.oxfamintermon.org/es/publicacion/esenciales-invisibles-explotadas-migrantes>
- 47 EPA Salarios 2024. Disponible en: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176918&menu=ultiDatos&idp=1254735976595
- 48 Aunque representan el 38 % de la plantilla en las 40 empresas más grandes, solo el 27 % ocupa cargos directivos, lo que evidencia una subrepresentación del 29 % Oxfam Intermón. (2024). Huellas de desigualdades en grandes empresas. Oxfam Intermón. <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/huellas-desigualdades-grandes-empresas.pdf>
- 49 Oxfam Intermón. (2024). Huellas de desigualdades en grandes empresas. Oxfam Intermón. <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/huellas-desigualdades-grandes-empresas.pdf>
- 50 CC00. (2025). La brecha de género en pensiones es del 47% y la brecha en la pensión de jubilación del 45%. Disponible en: <https://www.ccoo.es/685925bb33032a41a3d441561eb164e8000001.pdf>
- 51 El 36,2% de las mujeres nacidas fuera de la UE y el 36,3% de clase social baja, se sienten satisfechas con su trabajo. Más: www.vivirladesigualdad.org
- 52 Federici, S. (2012). *El patriarcado del salario: Crisis y reconfiguración del trabajo doméstico*. Traficantes de sueños.
- 53 Esta respuesta corresponde a la pregunta ¿Dónde identificas mayores desigualdades? El 47,4% de las mujeres responde a desigualdades económicas frente al 42,9% de los hombres. Una brecha de 4,5 puntos. Datos de nuestra encuesta. Más: www.vivirladesigualdad.org
- 54 El 74,9 % de las mujeres se siente poco o nada satisfecha con su bienestar económico, lo que representa una brecha de 17,4 puntos respecto a las mujeres no racializadas y de 26,6 puntos en comparación con los hombres blancos. Además, las mujeres nacidas fuera de la UE muestran un nivel de satisfacción 13,3 puntos porcentuales inferior al de las españolas. Disponible en: <https://www.vivirladesigualdad.org/>
- 55 Ante la pregunta sobre si han tenido que recortar ciertos gastos en el último año, las mujeres reportan haber ajustado su economía con mayor frecuencia que los hombres: el 70,8 % ha optado por comprar productos en oferta (frente al 59,2 % de los hombres), el 55,5 % ha reducido la compra de productos básicos (frente al 48,5 % de los hombres) y el 61,8 % ha limitado sus gastos en vestimenta y calzado (frente al 47,7 %). Más datos en: [vivirladesigualdad.org](http://www.vivirladesigualdad.org)
- 56 La feminización de la pobreza es particularmente evidente en los hogares monoparentales - el 75 % de ellos encabezado por una mujer- con más de uno de cada cuatro de estos hogares en situación de pobreza laboral. Fuente: Oxfam Intermón. (2024). Pobreza laboral: Trabajar no es suficiente. <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/pobreza-laboral-trabajar-no-suficiente.pdf>
- 57 Mientras que solo el 14 % de las mujeres de 16 a 24 años y el 13,7 % de las de 25 a 34 años comparten vivienda, entre los hombres estos porcentajes son mayores (20,3 % y 16 %, respectivamente). Datos de nuestra encuesta. Más en : www.vivirladesigualdad.org
- 58 El porcentaje de vivienda en propiedad (ya sea mediante hipoteca, pago parcial, herencia o donación) varía según clase social y género: 76,8 % de los hombres de clase social alta son propietarios, frente al 64,3 % de las mujeres del mismo grupo. En la clase media, la diferencia se mantiene, con un 70,6 % de hombres propietarios frente a un 54,4 % de mujeres. En la clase baja, la brecha persiste, aunque es menor: 65,3 % de los hombres poseen vivienda en propiedad, en comparación con el 55,4 % de las mujeres. Fuente: Encuesta *Vivir la desigualdad*.
- 59 El porcentaje de vivienda en propiedad (ya sea mediante hipoteca, pago parcial, herencia o donación) varía según clase social y género: 76,8 % de los hombres de clase social alta son propietarios, frente al 64,3 % de las mujeres del mismo grupo. En la clase media, la diferencia se mantiene, con un 70,6 % de hombres propietarios frente a un 54,4 % de mujeres. En la clase baja, la brecha persiste, aunque es menor: 65,3 % de los hombres poseen vivienda en propiedad, en comparación con el 55,4 % de las mujeres. Datos de la Encuesta de Desigualdades Múltiples, *Vivir la desigualdad*. Más información en: <https://www.vivirladesigualdad.org>
- 60 <https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2024/country/ES>
- 61 Oxfam Intermón. (2024). Equilibristas: las acrobacias de la juventud para sostener su salud mental ante la desigualdad. <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/426027/Oxfam-Website/oi-informes/informe-juventud-oxfam-intermon-2024-CJE.pdf>
- 62 Razavi, S. (2007). The political and social economy of care in the development context. Conceptual issue, research questions and policy options. Gender and Development, paper N° 3, Ginebra, UNRISD. Disponible en: <https://www.unrisd.org>
- 63 Oxfam Intermón. (2023). Elecciones Generales 2023 – 100 medidas para construir el país que queremos. Disponible en: <https://www.oxfamintermon.org/es/publicacion/elecciones-generales-2023-100-medidas>.

© Oxfam Intermón, marzo de 2025

Este documento ha sido elaborado por Julia García Gutiérrez. Agradecemos los aportes a Nerea Boneta, Raquel Checa, Alejandra Martín, María José Agejas, Miguel Alba, Alejandro García y Beatriz Novales.

El contenido de este informe ha sido elaborado a partir de datos de la encuesta bianual propia “Vivir la desigualdad” elaborada junto a la agencia de investigación 40 db.

Mención especial a todas las personas que han contribuido con sus testimonios en las entrevistas y grupos focales.

Diseño y maquetación: Elvira Rojas.

Para más información sobre los temas tratados en este documento, por favor, póngase en contacto con:
msambade@oxfamintermon.org

Esta publicación está sujeta a copyright, pero el texto puede ser utilizado libremente para la incidencia política y campañas, así como en el ámbito de la educación y el de la investigación, siempre y cuando se indique la fuente de forma completa. El titular del copyright solicita que cualquier uso de su obra le sea comunicado, con objeto de evaluar su impacto. La reproducción del texto en otras circunstancias o su uso en otras publicaciones, así como en traducciones o adaptaciones, podrá hacerse después de haber obtenido permiso y puede requerir el pago de una tasa. Para cualquiera de estos asuntos, por favor, póngase en contacto con msambade@oxfamintermon.org

OXFAM

Oxfam es una confederación internacional compuesta por 21 afiliadas que trabajan con organizaciones socias y aliadas para apoyar a millones de personas en todo el mundo. Juntas, abordamos las desigualdades para poner fin a la pobreza y las injusticias, en el presente y a largo plazo, con el objetivo de construir un futuro basado en la igualdad. Para más información, póngase en contacto con cualquiera de las organizaciones o visite la página www.oxfam.org

Oxfam Alemania (www.oxfam.de)
Oxfam Aotearoa (www.oxfam.org.nz)
Oxfam América (www.oxfamamerica.org)
Oxfam Australia (www.oxfam.org.au)
Oxfam Brasil (www.oxfam.org.br)
Oxfam Canadá (www.oxfam.ca)
Oxfam Colombia (lac.oxfam.org/countries/colombia)
Oxfam en Bélgica (www.oxfamsol.be)
Oxfam Francia (www.oxfamfrance.org)
Oxfam Francia (www.oxfamfrance.org)
Oxfam Gran Bretaña (www.oxfam.org.uk)
Oxfam Hong Kong (www.oxfam.org.hk)
Oxfam IBIS (Dinamarca) (<https://oxfamibis.dk>)
Oxfam India (www.oxfamindia.org)
Oxfam Intermón (www.oxfamintermon.org)
Oxfam Irlanda (www.oxfamireland.org)
Oxfam Italia (www.oxfamitalia.org)
Oxfam México (www.oxfammexico.org)
Oxfam Novib (Países Bajos) (www.oxfamnovib.nl)
Oxfam Quebec (www.oxfam.qc.ca)
Oxfam Sudáfrica (www.oxfam.org.za)
KEDV (www.kedv.org.tr)



OXFAM Intermón