

## Beneficios de un Hogar Corresponsable:

### Si eres **Mujer**:

- No tienes que elegir entre vida laboral y familiar, entre seguir trabajando o dedicarte a la familia.
- Puedes promocionar laboralmente; al compartirse los trabajos domésticos y el cuidado de personas dependientes puedes dedicar en momentos puntuales más tiempo al trabajo.
- Disfrutarás de tiempo de ocio, tendrás tiempo para ti, para salir, para formarte, hacer deporte, ...

### Si eres **Hombre**:

- Podrás ejercer un paternidad responsable, disfrutando del permiso que te corresponde y compartiendo el de maternidad.
- Así, tendrás la oportunidad de Cuidar y estar con tus hijas o hijos.
- Aprenderás a cuidar de otras personas, y eso te llevará a aprender otras formas de relacionarte con quienes te rodean.



## Piensa. Comparte.

El **Área de Familia, Asuntos Sociales y Zonas de Especial Actuación** del Excelentísimo Ayuntamiento de Sevilla, a través de su **Servicio de la Mujer**, colabora con las Asociaciones de Mujeres de la Ciudad, sensibilizando a la ciudadanía acerca de la necesidad de alcanzar una Igualdad Real y Efectiva, en materia de Salud y Género.

[sevilla.org](http://sevilla.org)

**La Igualdad es un trabajo en equipo y es necesario un cambio de mentalidad que rompa los estereotipos de género para generalizar la implicación de los hombres en la corresponsabilidad de la vida profesional, familiar y personal**

Imprenta Municipal

# NO8DO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

Familia, Asuntos Sociales  
y Zonas de Especial Actuación

## MUJERES y SALUD IV



## Corresponsabilidad

Reparto de Responsabilidades  
en el Hogar entre  
Mujeres y Hombres

Servicio de la Mujer - Consejo Municipal de la Mujer  
Comisión de Salud y Género  
Teléfono: 955 47 26 24

## La Socialización de Género

Los niños y las niñas, a través del proceso de socialización, se hacen hombres y mujeres, desempeñando las actitudes que se consideran adecuadas para cada sexo, así como las conductas que se esperan de cada uno/a.

El hecho de que actualmente **mujeres y hombres** no se dediquen **de forma igualitaria** a las tareas domésticas, cuidado de personas dependientes y de hijas e hijos, hace que para las mujeres sea más difícil el acceso a los puestos de trabajo así como que éstas tengan que soportar más sobrecarga, estrés y cansancio (con el consecuente efecto en la Salud).

La socialización de Género tiene consecuencias negativas tanto para mujeres como para hombres, ya que es limitante a la hora de desarrollar capacidades.

En nuestro **sistema patriarcal**, al trabajo que desempeñan mayoritariamente las mujeres se le atribuye escaso valor, y a los hombres que desempeñan roles asignados a las mujeres se les tacha negativamente



## ¿Qué significa Corresponsabilidad?

Entendemos por **Corresponsabilidad** “la necesaria participación equilibrada y compartida entre los miembros de un hogar (pareja, hijos, hijas, otros miembros, ...) en el espacio privado, asumiendo el reparto de las responsabilidades familiares y personales”.

En otras palabras, la Corresponsabilidad es la **distribución equilibrada dentro del hogar, de las tareas domésticas, su organización y el cuidado, la educación y el afecto de personas dependientes**, con el fin de distribuir justamente los tiempos de vida de mujeres y hombres.

Es fundamental **COMPARTIR EN IGUALDAD** no sólo las tareas domésticas sino también las **Responsabilidades Familiares**.

## Si Compartimos, Ganamos Todos y Todas

Para conseguir un **hogar corresponsable** necesitamos, en primer lugar, creer en los **beneficios** del mismo. En segundo lugar, debe existir un buen nivel de compromiso por parte de todos sus miembros.

Es lógico pensar que **si procedemos de una familia de origen** en las que se han mantenido los roles de la sociedad **patriarcal** (como sigue ocurriendo en muchos casos hoy en día), vamos a tener que desarrollar estrategias para modificar la forma de comportarnos y de relacionarnos en nuestra familia creada.

Asimismo, es obvio el cansancio que conlleva trabajar dentro y fuera del hogar, especialmente si **NO** hay una **organización equilibrada** en la familia. En estos casos, se produce un **reparto desigual e injusto** en las tareas, lo que influye negativamente en la gestión de los espacios y de los tiempos de ocio y autocuidados, personal y familiar.

Todo esto produce, sin duda alguna, insatisfacción personal y frustración, mermando el bienestar emocional, lo que a su vez influye en las relaciones familiares, laborales y sociales.

**Cuando Compartimos** las Tareas y Responsabilidades Familiares:

- Todos los miembros de la familia contamos con *más tiempo personal*.
- La sobrecarga y *el estrés se reparte* y disminuye.
- *Mejora* la calidad de las *relaciones personales*.
- Mejora nuestra *Calidad de Vida*.
- Todos los miembros *aprenden a cuidar* de otras personas, de sí mismo y del entorno en donde vivimos todos.

No olvides: **LA SALUD NO SE PIERDE.**  
*O la abandonas o te la roban.*

Este material es fruto del trabajo que realizan algunas **Asociaciones de Mujeres de Sevilla**, pertenecientes a la **Comisión Especial de Salud**, dentro del Consejo Municipal de la Mujer