



# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 27 No. 1

Marzo de 2024

## TRABAJO DOMÉSTICO. AUTOESTIMA DE MUJERES EMPLEADAS DEL HOGAR Y DE AMAS DE CASA

Marisela Rocío Soria Trujano<sup>1</sup>, Alianne Laura Fernández Jiménez<sup>2</sup> y Lucía Danela Anaya Trujano<sup>3</sup>

Facultad de Estudios Superiores Iztacala  
Universidad Nacional Autónoma de México

### RESUMEN

El trabajo doméstico es básico para el funcionamiento de los hogares, destacando la participación de amas de casa y de empleadas del hogar. Las labores domésticas se han considerado por muchas mujeres como extenuantes, no valoradas socialmente, rutinarias y que no permiten adquirir nuevas destrezas, lo cual puede afectar su autoestima. Así, los objetivos del presente estudio fueron: 1) medir la autoestima de mujeres trabajadoras del hogar y de amas de casa; 2) analizar la posible diferencia entre ambas muestras; y 3) obtener datos sociodemográficos de cada grupo. Se evaluaron 210 mujeres residentes de la Ciudad de México o de su área metropolitana. Se formaron dos muestras: a) 105 amas de casa; y b) 105 empleadas del hogar. Se emplearon la Escala de Autoestima Rosenberg y un cuestionario de datos sociodemográficos. Se obtuvieron datos porcentuales y se aplicó la prueba t de Student. Los resultados indicaron que hubo diferencia estadística significativa entre ambas muestras, siendo las empleadas del hogar las que reportaron un nivel más alto de autoestima. Desempeñar un trabajo remunerado es un factor que puede influir para tener mejor autoestima. Es importante que las mujeres cuenten con redes de apoyo, descanso y acceso a servicios médicos y psicológicos.

Palabras clave: autoestima, amas de casa, empleadas del hogar, trabajo remunerado.

<sup>1</sup> Dra. en Psicología. Profesora Titular Área Clínica, FES Iztacala, UNAM [maroc@unam.mx](mailto:maroc@unam.mx)

<sup>2</sup> Egresada de la Carrera de Psicología, FES Iztacala, UNAM [alianne2030@gmail.com](mailto:alianne2030@gmail.com)

<sup>3</sup> Lic. en Odontología, egresada de la FES Iztacala, UNAM [atldanela@hotmail.com](mailto:atldanela@hotmail.com)

## DOMESTIC WORK. SELF-ESTEEM OF FEMALE DOMESTIC WORKERS AND HOUSEWIVES

### ABSTRACT

Domestic work is basic to the functioning of households, with the participation of housewives and domestic workers. House work has been considered by many women as strenuous, undervalued by society, repetitive and not allowing them to acquire new skills, which can affect their self-esteem. Thus, the objectives of this study were: 1) to measure the self-esteem of female domestic workers and housewives; 2) to analyze the possible difference between both samples; and 3) to obtain sociodemographic data for each group. A total of 210 women from Mexico City or its metropolitan area were evaluated. Two samples were taken: a) 105 housewives; and b) 105 female domestic workers. The Rosenberg Self-Esteem Scale and a sociodemographic questionnaire were used. Percentage data were obtained and the t-Student test was applied. The results indicated that there was a statistically significant difference between both samples, with female domestic workers reporting a higher level of self-esteem. Holding a paid job is a factor that may influence a better self-esteem. It's important for women to have support networks, rest and access to medical and psychological services.

Key words: self-esteem, housewives, domestic workers, remunerated job.

El trabajo doméstico remunerado es muy importante debido a que es básico para el funcionamiento de los hogares. Actualmente, es un tipo de empleo muy demandado porque muchas mujeres se han incorporado al campo laboral, transformándose algunos roles tradicionales femeninos, por lo que requieren de apoyo en el ámbito doméstico, sobre todo si hay niños/as en la familia a los/as que hay que criar y cuidar y/o alguna persona dependiente como es el caso de una de la tercera edad. La ayuda bien puede ser por parte de una empleada del hogar. La Organización Internacional del Trabajo (2013) define al empleo doméstico remunerado como:

Aquel que presta, en relación de dependencia, una persona a otras, o a una o más familias, con el objeto de consagrarles su cuidado y su trabajo en el hogar, en tareas vinculadas a este, sin

que dichas tareas puedan representar para el empleador una ganancia económica directa. (pág. 16)

Esta misma Organización (2016), señala que el trabajo doméstico es el que se desempeña en un domicilio particular, el hogar, habiendo una relación de trabajo en la que la persona empleada recibe una remuneración; este tipo de empleo se realiza en el hogar de la familia empleadora, bajo la dirección de la persona empleadora, a cambio de un salario. Loustaunau (2013), señala que el trabajo doméstico remunerado se lleva a cabo habitualmente en un hogar diferente al del/a trabajador/a y está relacionado con la vida interna de la familia para la cual se trabaja, pero no implica ganancia económica para la persona empleadora.

La Red de Trabajadoras del Hogar en México (1992; citada en Instituto Nacional de Geografía e Informática, 2017, p. 1) refiere que el trabajo doméstico es “El conjunto de actividades dirigidas a la producción de bienes y servicios cuyo objetivo es el mantenimiento de la vida humana mediante el cuidado, educación y bienestar de la población”.

La International Labour Office, en el año 2013, reportó cifras que indicaron que el trabajo doméstico remunerado ocupó a más de 52 millones de personas a nivel mundial, siendo mayor el porcentaje de mujeres que lo realizó. En México, en la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, publicada por el Instituto Nacional de Geografía e Informática, en el año 2015, se muestran datos que indicaron que 1.9 millones de personas eran empleadas domésticas; que el trabajo doméstico remunerado era realizado primordialmente por mujeres; que 95 de cada 100 empleados en este rubro laboral, eran del sexo femenino, siendo entonces que las mujeres, en un 85.8%, realizaba tareas de limpieza en hogares particulares; un 8.2% se dedicaba al cuidado de otras personas, un 5% al lavado y/o planchado y 1%, al trabajo de cocina, todas ellas laborando en casas particulares. Este mismo instituto, en el año 2017, aportó datos revelando que en ese año ya eran 2.3 millones de personas las que se dedicaban a este tipo de trabajo, realizado principalmente por mujeres limpiando casas; mientras que los hombres se ocupaban como choferes, vigilantes, porteros o jardineros, también en casas

particulares. La edad promedio de las mujeres fue de 42 años y de 43 en los hombres. Los datos para ese año indicaron también que 99 de cada 100 personas de esta población laboraban sin un contrato escrito y que, de cada 10 mujeres, 6 cumplían jornadas menores a las 40 horas semanales; mientras que, en el caso de los hombres, 7 de cada 10 superaba las 40 horas de jornada a la semana. Para el año 2022, los datos de este mismo instituto revelaron que en México había 1.8 millones de mujeres trabajadoras domésticas, llevando a cabo quehaceres de limpieza y otras actividades complementarias. Agregó resultados que indicaron que en promedio estas mujeres laboraban 30 horas a la semana y obtenían 38 pesos por hora trabajada, recibiendo la mayoría (76.5%) dos salarios mínimos o menos de sueldo; la edad promedio de esta población fue de 44 años, habiendo un 75% de ellas entre 30 y 59 años, sin perder de vista que muchas mujeres empleadas domésticas lo son desde los 15 años. Además, los datos revelaron que de cada 100 de estas trabajadoras, 99 desempeñaban su trabajo sin contar con un contrato escrito; 4 de cada 100 tenían acceso a servicios de salud; y 28 de cada 100 recibían aguinaldo y tenían vacaciones; un 86% realizaba labores de limpieza y otras actividades complementarias; un 11% cuidaba a menores de edad; un 11% cuidaba a personas con alguna discapacidad o adultos/as mayores; 2% se dedicaba al lavado y planchado de ropa; y 1% cocinaba, hacía tareas de jardinería o portería, todas ellas en casas particulares.

Por su parte, González *et al.* (2021) argumentan que el trabajo doméstico está marcado por una alta feminización, con bajo salario, informalidad e inestabilidad; que incluye tareas que no son específicas de la limpieza de la casa, tales como de jardinería y/o atender y pasear mascotas; que es un trabajo no registrado, por lo que hay evasión de impuestos; que esta población de empleados/as domésticos/as, no cuenta con previsión social como una jubilación; no está contemplada en algún sistema de riesgos laborales y no tiene, en muchos casos, acceso a servicios médicos. Además, tiene un horario laboral que implica, en muchas ocasiones, sobrecarga de trabajo.

La Organización Internacional del Trabajo (2016) destaca que las empleadas domésticas pueden trabajar tiempo completo o parcial, pueden tener uno o más

empleadores, y pueden laborar de “puertas adentro” viviendo en la casa del/a empleador/a o pueden hacerlo de “puertas afuera”, viviendo en su propio hogar. Boccardo *et al.* (2018) hacen notar que cuando la trabajadora doméstica está de puertas adentro, se desempeña a tiempo completo para una sola familia y esto permite que se le exijan jornadas excesivas de trabajo, debido a la exclusión por este tipo de empleo, de las disposiciones laborales legales que limitan el tiempo de trabajo, y el pago se recibe por semana o mes y se corre el riesgo de que el/la empleador/a pague un salario todavía más bajo del acostumbrado, debido a que le está cubriendo a la empleada gastos de su vida diaria; ella recibe alojamiento en lugar de dinero en efectivo. Cuando trabaja puertas afuera, la empleada lo hace por día o por hora, en varios hogares durante la semana o por hora en varios hogares en un mismo día, y el pago puede fijarse por hora, semana o mes.

En América Latina cada vez son más las mujeres que se dedican al trabajo doméstico y muchas de ellas son indígenas, lo que las hace más vulnerables. Fuentes y Echeverría (2019) llevaron a cabo un estudio en Yucatán, México, para analizar las experiencias de mujeres indígenas trabajadoras del hogar remuneradas. Concluyeron que muchas de ellas recibían maltrato por parte de sus patronos/as por ser indígenas, por contar con bajos o nulos niveles escolares, y por tener pocos recursos económicos. Además, estas indígenas no conocían sus derechos básicos como trabajadoras. Estos investigadores reconocen que en América Latina ha habido un avance en la defensa de los derechos de estas empleadas; sin embargo, continúan la discriminación y el poco valor adjudicado a las actividades del hogar que realizan las trabajadoras domésticas. Argumentan que, en países como Perú, Bolivia, Nicaragua, Colombia, República Dominicana y Guatemala, desde hace algunos años existen sindicatos que protegen a estas personas. No obstante, en México, fue hasta el año 2016 cuando surgió el Sindicato Nacional de Trabajadoras y Trabajadores del Hogar Remunerados (Sinactraho).

Gentil (2009) realizó un estudio para valorar la autopercepción de salud y autoestima en mujeres inmigrantes latinas que eran empleadas domésticas. Sus resultados indicaron que habían sido contratadas no por una jornada laboral, sino

que debían estar disponibles a cualquier hora del día para atender las necesidades de los miembros de la familia; que recibían órdenes de todos/as, incluyendo niños/as, y que no tenían contratos, sino arreglos por mutuo acuerdo. El trabajo que realizaban implicaba esfuerzos físicos que, muchas veces, les ocasionaban dolores musculares y cansancio, lo que las llevaba a tomar fármacos. Estas empleadas reportaron dolores de cabeza frecuentes, problemas para dormir y tristeza, y se evaluaron como trabajadoras responsables, leales, pacientes y honradas, pero todo ello implica valores en relación al empleador/a, no para sí mismas. Estos datos concuerdan con los obtenidos por Habib, Fathallah y Messing (2010) quienes han reportado casos de trastornos musculoesqueléticos, cardiovasculares, respiratorios, de tipo reproductivo y también mentales, debido a los riesgos físicos, psicosociales y químicos que enfrentan las empleadas del hogar. Bauleo, van Dijk y Radon (2017) cuentan con datos que establecen que las empleadas domésticas que evaluaron, presentaban cansancio, tristeza y estrés; el 53% de ellas manifestó trastornos mentales comunes; el hecho de trabajar como empleadas domésticas sin poder conseguir un empleo mejor, les producía malestar. Además, algunas de estas mujeres tenían el nivel educativo secundario inconcluso, lo cual las hacía estar muy cerca de poder obtener otro empleo si concluyeran sus estudios, pero las exigencias laborales no se los permitía y reportaron frustración por ello. Asimismo, Boccardo *et al.* (2018) han detectado en mujeres empleadas del hogar, dolores de cabeza, tensión muscular, dolor de pecho, angustia, irritabilidad, problemas para dormir, falta de ánimo para socializar, problemas para concentrarse y estrés.

Por su parte, Cano *et al.* (2015), han realizado un estudio en el que abordaron las características laborales de algunas trabajadoras del hogar. Han revelado que muchas eran madres jefas de familia, teniendo a su cargo tres o más personas; realizaban tareas de limpieza y de cocina, pero también de cuidado de infantes; y pocas estaban aseguradas contra riesgos a pesar de que manejaban sustancias peligrosas, podían caerse o tenían que cargar objetos muy pesados, y manipulaban electrodomésticos con las manos húmedas, entre otros riesgos. No contaban con un fondo de pensión y muchas manifestaban desánimo o depresión.

Espinosa (2016) llevó a cabo un estudio en México y encontró que los accidentes más frecuentes en trabajadoras domésticas eran: golpes, daños en la piel, cortaduras, caídas y quemaduras. Entre los problemas más frecuentes que expresaron estas mujeres se encontraron: sanciones por tomar algo no permitido como el hecho de comer algún alimento que era solamente para el consumo de los/as patrones/as, violencia verbal, insinuaciones sexuales, burlas por su condición económica, por su raza y por su religiosidad, también reportaron daño físico, amenazas y gritos, entre otros.

Ahora bien, hay mujeres que desempeñan trabajo doméstico y no les es remunerado, se habla de las amas de casa. Benería (1987; citada en Obando, 2011), expresa que “por amas de casa, entendemos a las mujeres de 12 años en adelante, en relación de pareja, en calidad de esposas, que desempeñan en exclusividad el trabajo doméstico no remunerado, el de reproducción social” (pág. 20). Cabe hacer notar que el papel de ama de casa, no solamente lo desempeña una esposa o pareja, bien puede ser una hija o algún otro miembro femenino de la familia.

El trabajo doméstico se ha considerado por muchas mujeres como rutinario y que no permite adquirir nuevas destrezas, no así el trabajo remunerado. Se han obtenido datos que indican que las amas de casa con más presencia de estrés y problemas somáticos, son las que están menos satisfechas con su rol. Además, se ha observado que el hecho de trabajar fuera de casa y obtener un salario por ello, así como contar con apoyo social, son factores que influyen para que se reporte menor presencia de estos problemas (Montesó *et al.*, 2011).

Borbor (2015), reporta resultados que demuestran que algunas mujeres amas de casa pueden tener baja autoestima debido a la carga de trabajo doméstico y la rutina del mismo, señalando cansancio y mala calidad de vida, considerando que su trabajo en el hogar es obligatorio, y sin remuneración económica, lo cual afecta sus relaciones interpersonales. Rosenberg (1965) y Rosenberg *et al.* (1995), consideran que la autoestima es el sentimiento que un individuo tiene hacia sí mismo, basándose en sus propias características. Martínez (2010) señala que la autoestima es un conjunto de percepciones y actitudes positivas que se tienen con

respecto a uno mismo; que es la motivación para establecerse y afrontar retos, así como para cumplir metas. Agrega que la persona con baja autoestima tiene poca capacidad para afrontar problemas y que, ante situaciones conflictivas, su estado de ánimo se ve afectado negativamente, no presentando confianza en sí misma para afrontarlas, mostrando autocrítica destructiva. Panesso y Arango (2017), exponen que la autoestima afecta el estado de ánimo de las personas, su seguridad y la forma en la que llevan a cabo sus actividades, asimismo afecta las relaciones sociales que establecen.

Por su parte, Montesó (2014), menciona que las mujeres que trabajan fuera del hogar mejoran su situación económica, incrementan sus redes sociales y su autoestima. De ahí el interés por abordar la situación de mujeres amas de casa y empleadas del hogar, quienes desempeñan las mismas labores domésticas rutinarias, muchas veces bajo condiciones negativas, siendo que unas reciben un salario por ello y otras no. Así, los objetivos del presente estudio fueron:

1. Medir la autoestima de mujeres trabajadoras del hogar y de amas de casa.
2. Analizar la posible diferencia entre ambas muestras.
3. Obtener datos sociodemográficos de ambas muestras.

## MÉTODO

### Diseño

Estudio exploratorio descriptivo.

### Participantes

Se evaluaron 210 mujeres residentes de la Ciudad de México o de su área metropolitana. Se formaron dos muestras: a) 105 amas de casa; y b) 105 empleadas del hogar. Algunas de ellas fueron contactadas por redes sociales, por vía vecinal, de amistades o familiares. A otras se les contactó en el Centro de Salud TII Pradera, ubicado en la Alcaldía Gustavo A. Madero, de la Ciudad de México, durante la Primera Jornada Nacional de Salud Pública 2023, llevada a cabo del 10 al 21 de julio. Recibieron información completa con respecto a los objetivos del estudio, del instrumento y del cuestionario de datos sociodemográficos a emplearse y de la forma en la que sería su participación, de

manera que pudiera contarse con su consentimiento informado. Además, se hizo del conocimiento de las participantes, que los datos obtenidos podrían ser presentados en eventos científicos y/o publicados en revistas especializadas, respetando su anonimato.

La muestra fue de tipo no probabilística, intencional, ya que se requerían participantes con características específicas.

#### Instrumento

- Escala de Autoestima Rosenberg (1995). Consta de 10 ítems con opciones de respuesta tipo Likert: “muy de acuerdo”, “de acuerdo”, “en desacuerdo”, y “muy en desacuerdo”. Se obtienen los siguientes niveles: bajo, medio o normal. Se piloteó y se obtuvo un alpha de Cronbach de .756

- Además, se empleó un cuestionario de datos sociodemográficos, elaborado especialmente para este estudio.

#### Procedimiento

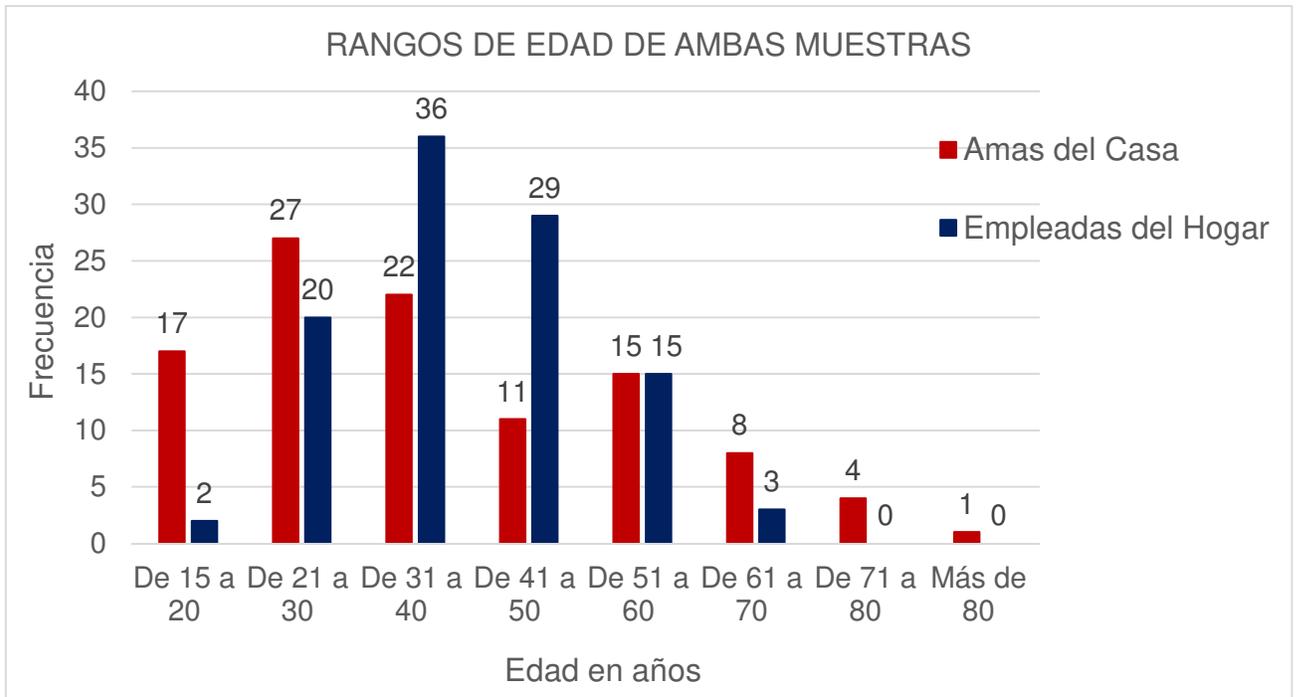
Se aplicaron el instrumento y el cuestionario, de manera individual, en el hogar o lugar de trabajo de las participantes. A las mujeres que asistieron a la Primera Jornada Nacional de Salud Pública 2023 se les aplicaron ahí mismo.

#### Análisis de datos

Se obtuvieron datos porcentuales y se aplicó la prueba estadística t de Student para comparar las muestras estudiadas.

## RESULTADOS

Los datos indicaron que el rango de edad en el que predominó la frecuencia de participantes amas de casa, correspondió al de 21 a 30 años; mientras que el que sobresalió en la muestra de empleadas del hogar, fue el de 31 a 40 años (ver gráfica 1 y tabla 1).

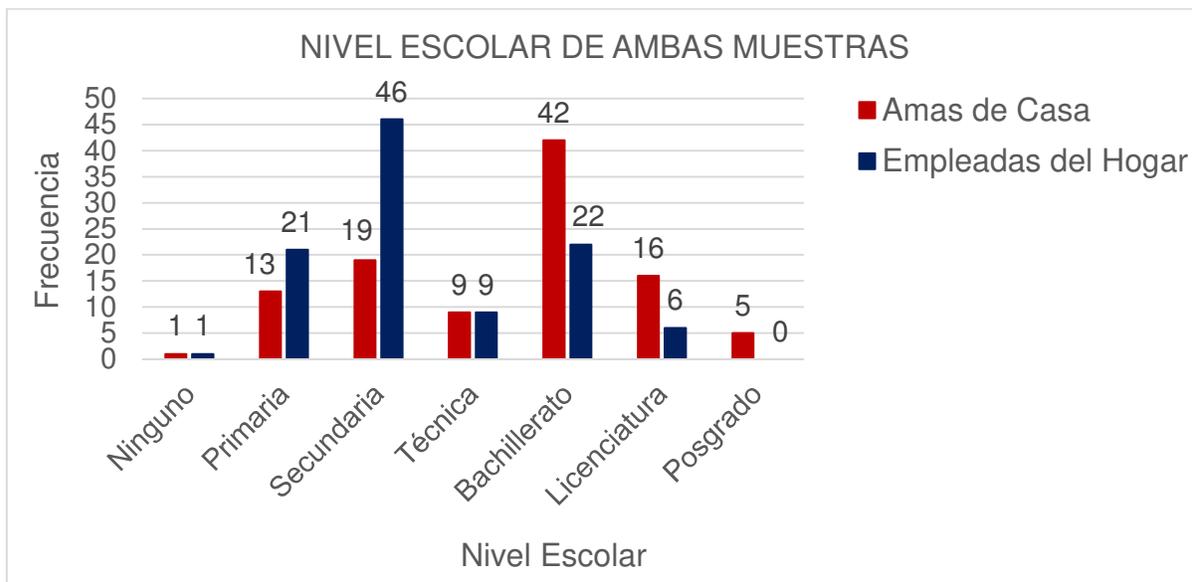


Gráfica # 1. Frecuencia de la edad por rangos en las muestras de amas de casa y empleadas del hogar.

PORCENTAJES POR RANGOS DE EDAD EN AMBAS MUESTRAS			
Amas de casa		Empleadas del hogar	
Edad	Porcentaje	Edad	Porcentaje
15 a 20 años	16.2	15 a 20 años	1.9
21 a 30 años	25.7	21 a 30 años	19
31 a 40 años	21	31 a 40 años	34.3
41 a 50 años	10.5	41 a 50 años	27.6
51 a 60 años	14.3	51 a 60 años	14.3
61 a 70 años	7.6	61 a 70 años	2.9
71 a 80 años	3.8	71 a 80 años	2.9
Más de 80 años	1	Más de 80 años	0
Totales	100	105	100

Tabla # 1. Porcentajes de rangos de edad en la muestra de amas de casa y en la muestra de empleadas del hogar.

Por otro lado, el nivel de escolaridad que obtuvo mayor frecuencia entre las amas de casa, fue el de bachillerato y entre las empleadas del hogar, fue el nivel secundario (ver gráfica 2 y tabla 2).

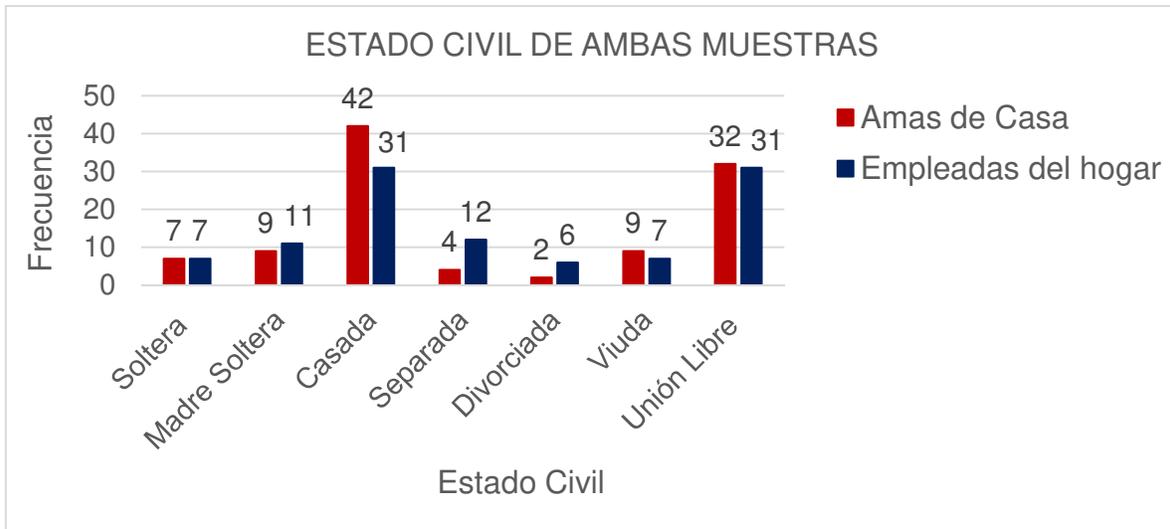


Gráfica # 2. Frecuencia del nivel escolar en las muestras de amas de casa y empleadas del hogar.

Amas de casa		Empleadas del hogar	
Nivel escolar	%	Nivel escolar	%
Ninguno	1	Ninguno	1
Primaria	12.4	Primaria	20
Secundaria	18.1	Secundaria	43.8
Técnico	8.6	Técnico	8.6
Bachillerato	40	Bachillerato	21
Licenciatura	15.2	Licenciatura	5.7
Posgrado	4.8	Posgrado	0
Totales	100	105	100

Tabla # 2. Porcentajes de niveles escolares en la muestra de amas de casa y en la muestra de empleadas del hogar.

En ambas muestras fue notoria la frecuencia de casos en el estado civil correspondiente a las casadas o viviendo en unión libre (ver gráfica 3 y tabla 3).

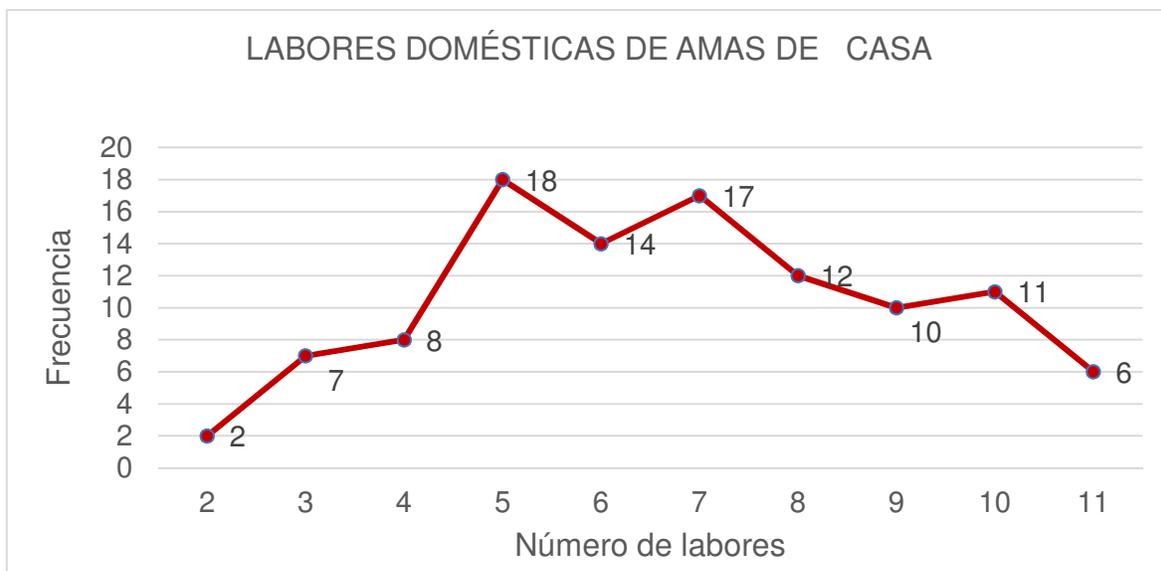


Gráfica # 3. Frecuencia del estado civil en las muestras de amas de casa y empleadas del hogar.

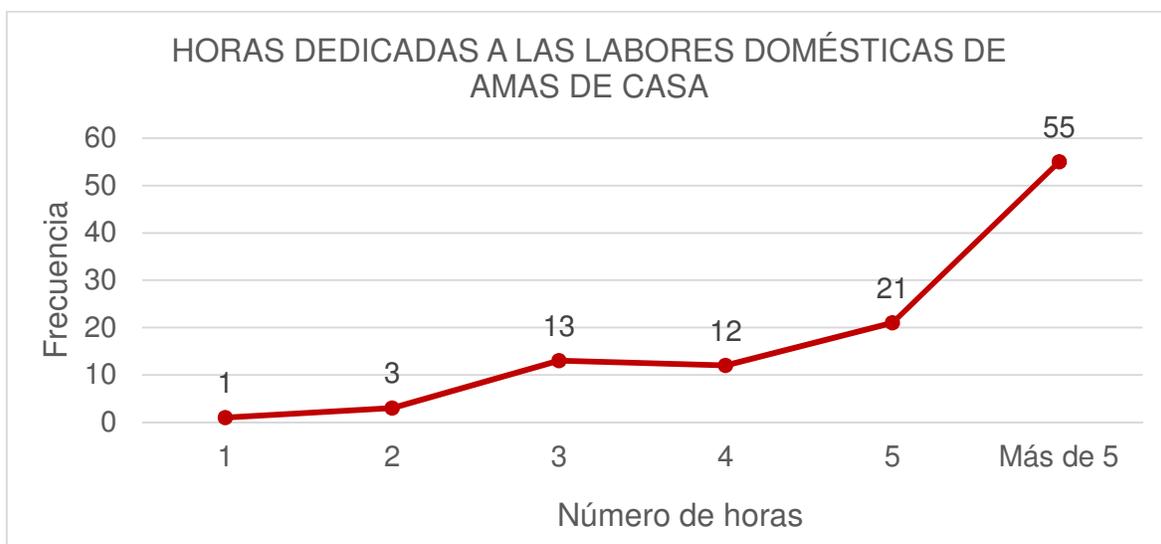
Amas de casa		Empleadas del hogar	
Estado civil	Porcentaje	Estado civil	Porcentaje
Soltera	6.7	Soltera	6.7
Madre soltera	8.6	Madre soltera	10.5
Casada	40	Casada	29.5
Separada	3.8	Separada	11.4
Divorciada	1.9	Divorciada	5.7
Viuda	8.6	Viuda	6.7
Unión libre	30.5	Unión libre	29.5
Totales	100	105	100

Tabla # 3. Porcentajes de estado civil en la muestra de amas de casa y en la muestra de empleadas del hogar.

Las amas de casa expresaron realizar, en su mayoría, cinco tareas domésticas en su hogar, dedicando más de cinco horas diarias a este tipo de trabajo (ver gráficas 4 y 5, así como tabla 4).



Gráfica # 4. Frecuencia del número de labores realizadas al día por amas de casa.

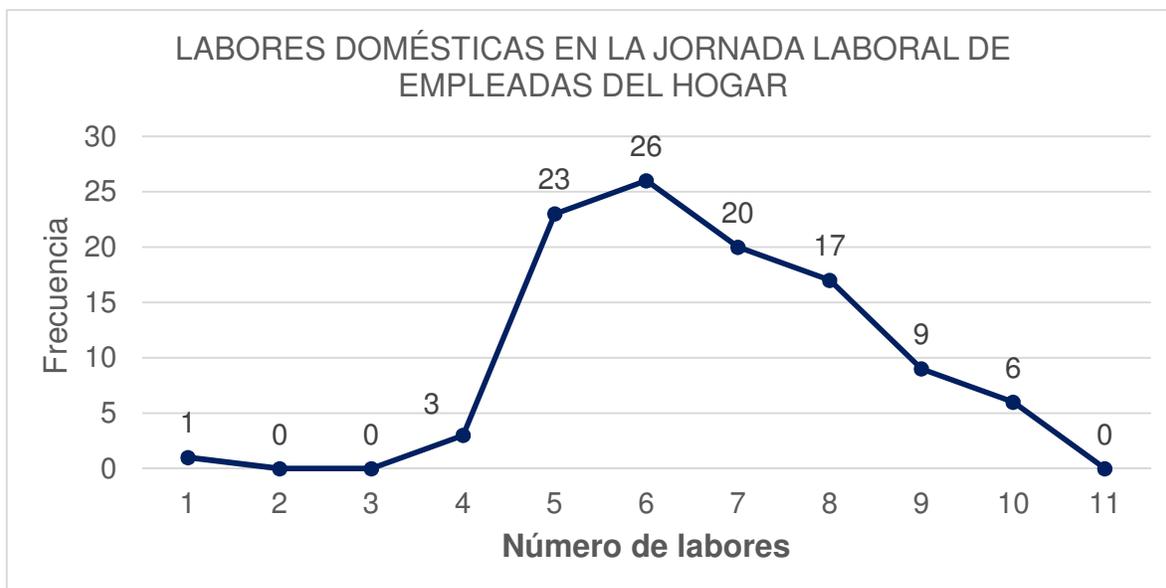


Gráfica # 5. Frecuencia de participantes en relación al número de horas dedicadas al día a las labores del hogar en la muestra de amas de casa.

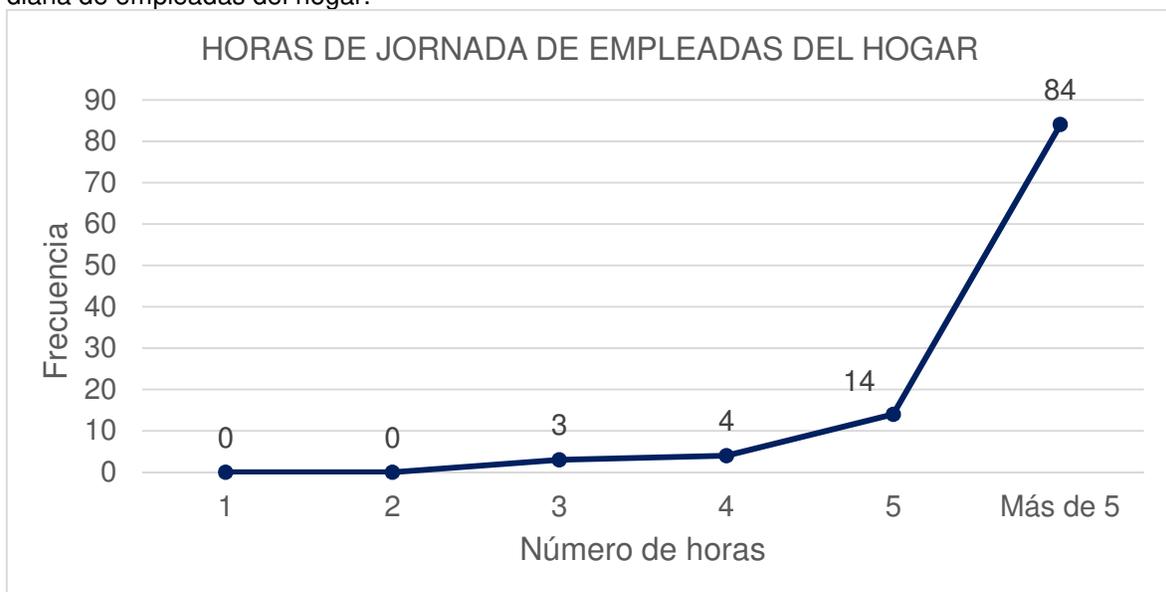
PORCENTAJES LABORES DOMÉSTICAS EN EL HOGAR AMAS DE CASA			
Número de tareas realizadas	Porcentaje	Horas dedicadas al trabajo del hogar	Porcentaje
2	1.9	1	1
3	6.7	2	2.9
4	7.6	3	12.4
5	17.1	4	11.4
6	13.3	5	20
7	16.2	Más de 5	52.4
8	11.4	--	--
9	9.5	--	--
10	10.5	--	--
11	5.7	--	--
Totales	100	105	100

Tabla # 4. Porcentajes para número de tareas domésticas y horas dedicadas a su realización, en la muestra de amas de casa.

En cuanto a las empleadas del hogar, ellas manifestaron llevar a cabo, en su gran mayoría, seis tareas domésticas en su lugar de trabajo, dedicando más de cinco horas al día para ello (ver gráficas 6 y 7 así como tabla 5). Las tareas domésticas identificadas fueron: cocinar, barrer, trapear, aspirar alfombras o tapetes, sacudir, lavar trastos, lavar ropa, planchar, llevar niños/as a la escuela y/o recogerlos, ir a comprar la despensa al mercado o supermercado e ir a hacer pagos de recibos por servicios como luz, teléfono, etcétera.



Gráfica # 6. Frecuencia del número de labores domésticas realizadas durante la jornada laboral diaria de empleadas del hogar.



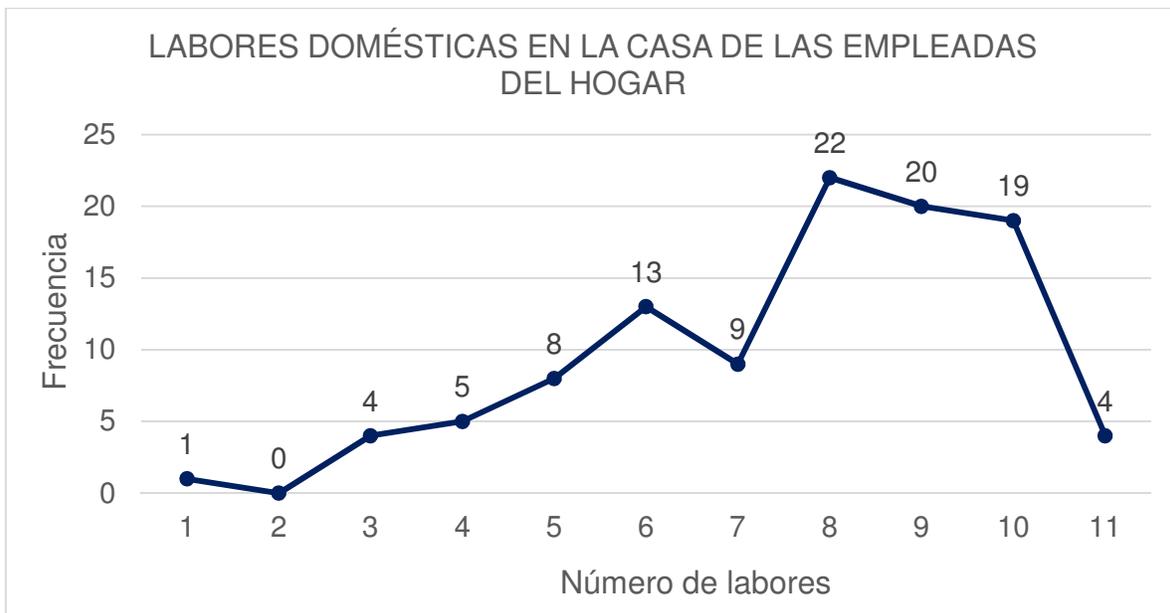
Gráfica # 7. Frecuencia del número de horas de la duración de la jornada laboral diaria de empleadas del hogar.

**PORCENTAJES LABORES DOMÉSTICAS EN LA JORNADA LABORAL DIARIA DE LAS**

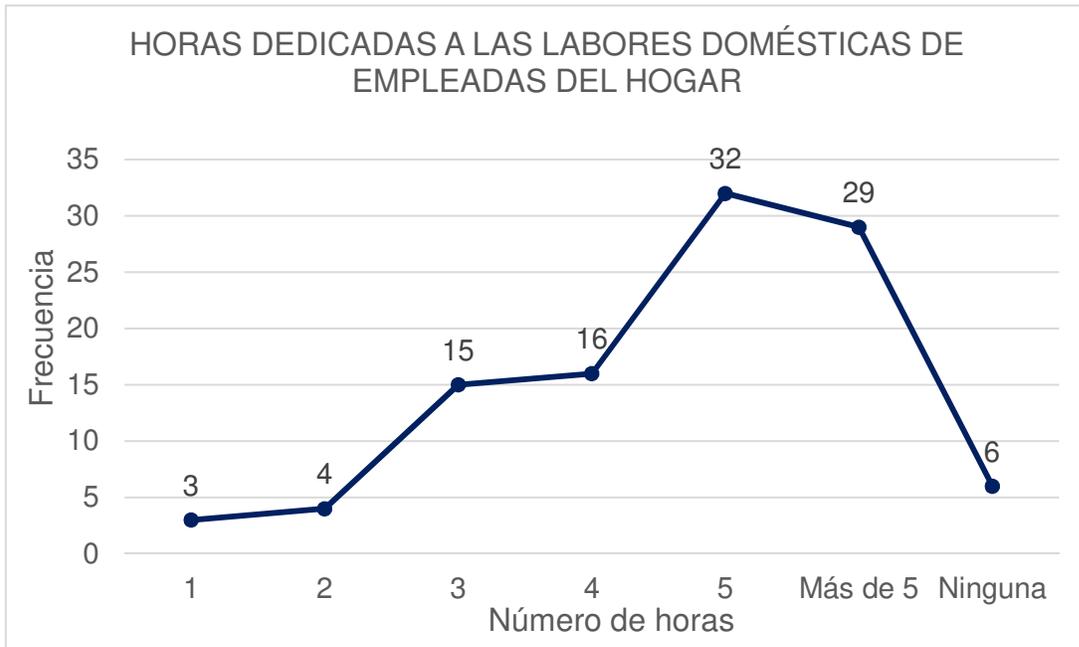
EMPLEADAS DEL HOGAR			
Número de tareas realizadas	Porcentaje	Horas dedicadas al trabajo del hogar	Porcentaje
1	1	1	0
2	0	2	0
3	0	3	2.9
4	2.9	4	3.8
5	21.9	5	13.3
6	24.8	Más de 5	80
7	19	--	--
8	16.2	--	--
9	8.6	--	--
10	5.7	--	--
11	0	--	--
Totales	100	105	100

Tabla # 5. Porcentaje para número de tareas del hogar y horas dedicadas a su realización durante la jornada laboral diaria, en la muestra de empleadas domésticas.

Además, estas mujeres, también mencionaron que llevaban a cabo tareas domésticas en su hogar, resaltando en frecuencia de participantes, la cantidad de ocho labores de este tipo, dedicando para ello, más de cinco horas al día (ver gráficas 8 y 9 así como tabla 6).



Gráfica 8. Frecuencia del número de labores realizadas al día en la propia casa de las empleadas del hogar.



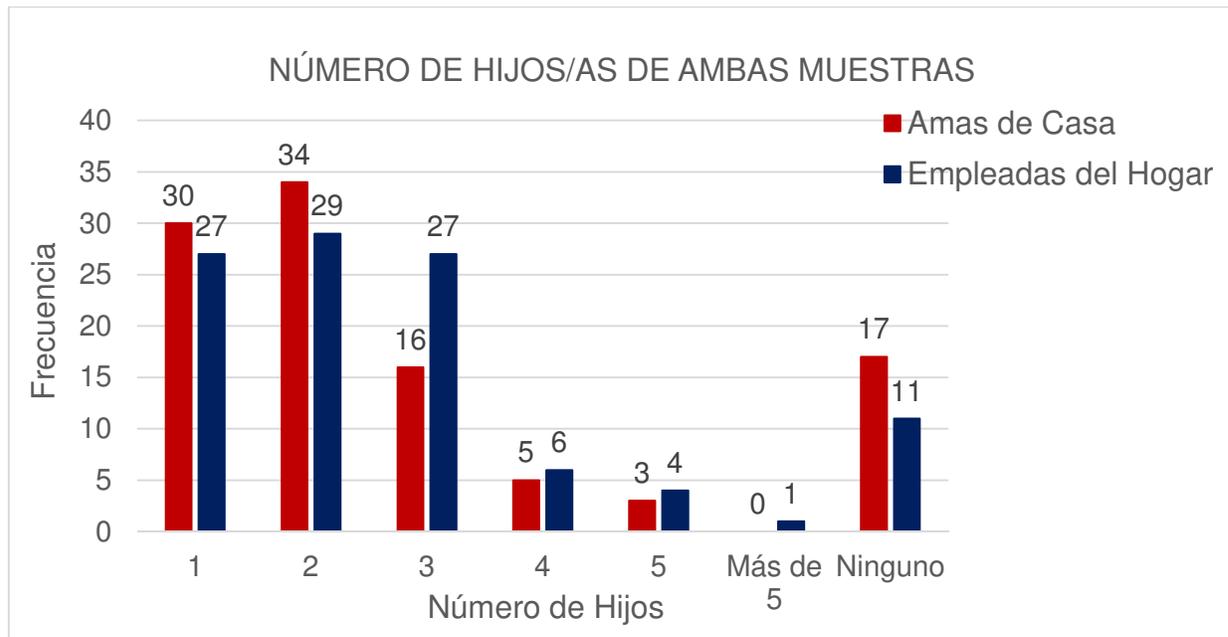
Gráfica 9. Frecuencia del número de horas dedicadas al día a las labores domésticas en la propia casa de las empleadas del hogar.

LABORES DOMÉSTICAS TAMBIÉN EN CASA Y TIEMPO DEDICADO A SU REALIZACIÓN, EN LA MUESTRA DE EMPLEADAS DEL HOGAR			
Número de tareas realizadas	Porcentaje	Horas dedicadas al trabajo del hogar	Porcentaje
1	1	1	2.9
2	0	2	3.8
3	3.8	3	14.3
4	4.8	4	15.2
5	7.6	5	30.5
6	12.4	Más de 5	27.6
7	8.6	Ninguna	5.7
8	21	--	--
9	19	--	--
10	18	--	--

11	3.8	--	--
Totales	100	105	100

Tabla # 6. Frecuencias y porcentajes para número de tareas domésticas realizadas también en casa y horas dedicadas a su realización, en la muestra de empleadas del hogar.

En lo que respecta al número de hijos/as que manifestaron tener las amas de casa, se pudo observar que resaltó el dato que indica que eran madres de uno o dos hijos/as; mientras que las empleadas del hogar, lo fueron de uno/a, dos o tres hijos/as (ver gráfica 11 y tabla 7). Estos/as hijos/as podían ser de menos de un año de edad, hasta adultos de más de 20 años.



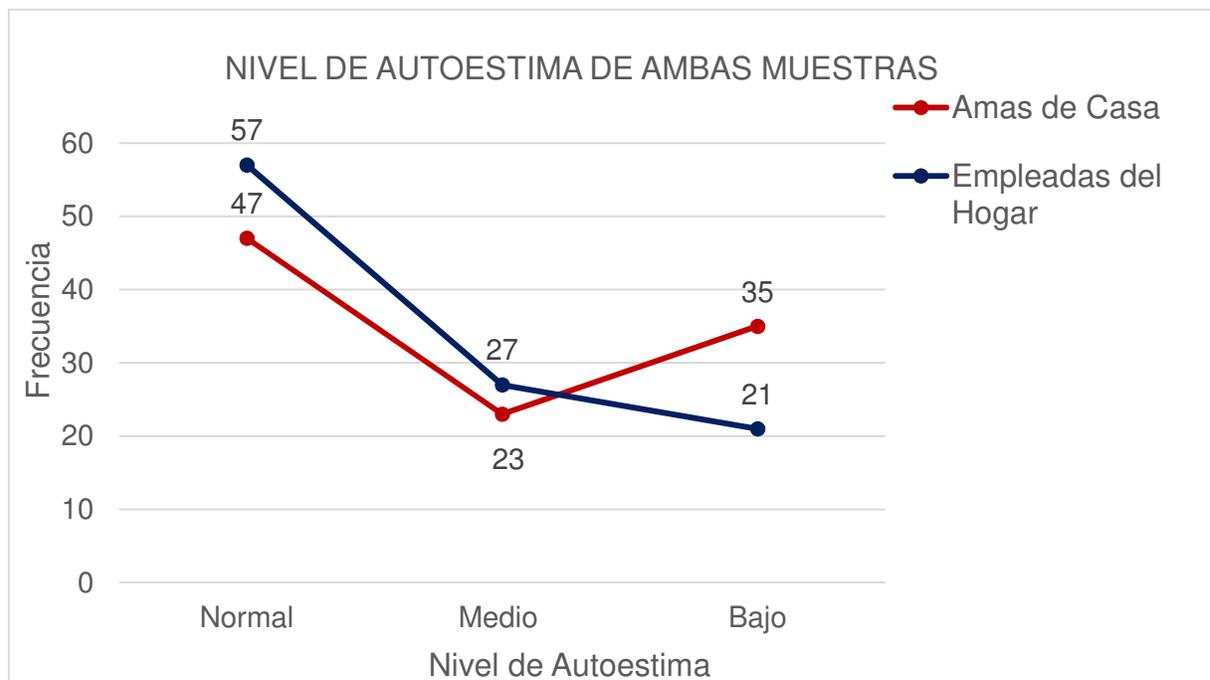
Gráfica 10. Frecuencia del número de hijos/as en las muestras de amas de casa y empleadas del hogar.

NÚMERO DE HIJOS/AS EN CADA MUESTRA			
Amas de casa		Empleadas del hogar	
Número de hijos/as	Porcentaje	Número de hijos/as	Porcentaje
1	28.6	1	25.7
2	32.4	2	27.6
3	15.2	3	25.7

4	4.8	4	5.7
5	2.9	5	3.8
Más de 5	0	Más de 5	1
Sin hijos	16.2	Sin hijos/as	10.5
Totales	100	105	100

Tabla # 7. Porcentajes para número de hijos/as en la muestra de amas de casa y en la muestra de empleadas del hogar.

Por otro lado, los datos con respecto a autoestima, indicaron que la mayoría de las participantes de ambas muestras, alcanzaron puntajes de un nivel normal. No obstante, la frecuencia fue más alta en el grupo de las empleadas del hogar. Sin embargo, cabe destacar que en ambas muestras se detectaron muchas mujeres con nivel medio o bajo de autoestima, siendo en este último nivel en el que se detectaron más participantes amas de casa. Cabe hacer notar que, si se hace la suma de mujeres de ambas muestras, resulta que, más de la mitad o casi la mitad de la muestra total de participantes, obtuvo puntajes de niveles medio o bajo, siendo en este último nivel en el que resaltó el grupo de amas de casa (ver gráfica 11 y tabla 8).



Gráfica 11. Frecuencia de participantes para cada uno de los niveles de autoestima en las muestras de amas de casa y empleadas del hogar.

NIVELES DE AUTOESTIMA EN AMAS DE CASA Y EN EMPLEADAS DEL HOGAR			
Amas de casa		Empleadas del hogar	
Niveles	Porcentaje	Niveles	Porcentaje
Normal	44.8	Normal	54.3
Medio	21.9	Medio	25.7
Bajo	33.3	Bajo	20
Totales	100	Totales	100

Tabla 8. Porcentajes de niveles de autoestima en ambas muestras.

En cuanto al análisis estadístico, se pudo establecer una diferencia significativa entre ambos grupos:  $t_{208} = 1.975$   $p = .05$ . Las empleadas del hogar mostraron un nivel más alto de autoestima que las amas de casa.

### CONCLUSIONES

El trabajo doméstico, sea realizado por amas de casa o empleadas del hogar, es indispensable para el funcionamiento de los hogares. Hoy en día muchas mujeres desempeñan un trabajo asalariado y por esta razón, requieren de la colaboración de empleadas del hogar que realicen las tareas domésticas que muchas veces no pueden llevar a cabo, debido a que, en ocasiones, no cuentan con el apoyo familiar para realizar estas tareas, no habiendo una distribución equitativa por géneros, de este trabajo. Esto hace que muchas mujeres desempeñen una doble jornada de trabajo o que algunas amas de casa se sometan a jornadas de limpieza y cuidado del hogar que son extenuantes y rutinarias, sin recibir pago por ello. Esto puede afectar su salud física y psicológica.

Los datos obtenidos en el presente estudio, permiten observar que las mujeres pueden comenzar a realizar labores domésticas desde muy jóvenes, en este caso, se detectaron adolescentes de 15 años de edad que ya eran amas de casa o desempeñaban un trabajo remunerado como empleadas del hogar. En el otro extremo, se pudieron identificar casos en los que las mujeres eran de la tercera edad y continuaban limpiando su hogar y/o el de alguien más. Se destacó que muchas de las amas de casa y de las empleadas del hogar realizaban entre cinco y siete tareas domésticas al día incluyendo fines de semana, dedicando más de cinco horas diarias a estas actividades. Las mujeres que recibían un salario por su

trabajo, también llevaban a cabo estas tareas en su propio hogar, es decir, tenían una doble jornada de trabajo basada en tareas de limpieza, durante más de cinco horas diarias, lo que significa que, después de asear la/s casa/s en la/s que laboraban, debían llegar a su propia casa a seguir con las tareas de limpieza y de atención a su familia. Gran parte de las participantes de ambas muestras tenía dos hijos/as, algunos/as de ellos/as pequeños/as o en edad escolar, lo cual significa que el hecho de cuidarlos/as y atenderlos/as implicaba mucho tiempo y esfuerzo.

Por otro lado, se pudo establecer una diferencia estadística significativa entre ambas muestras estudiadas, pudiéndose establecer que las empleadas del hogar mostraron mejor autoestima que las amas de casa.

Estos resultados concuerdan con los de Arias, Loli y del Carpio (2017) quienes han señalado que las amas de casa reportan un nivel más bajo de autoestima que las mujeres que trabajan recibiendo un salario por ello. Estos autores mencionan que las amas de casa cuando, además, tienen un ingreso económico por llevar a cabo actividades tales como vender productos por catálogo, cuidar niños/as, etcétera, mejoran su nivel de autoestima. También coinciden con los resultados obtenidos por Soria, Elizalde y Medina (2020) que indican que las mujeres activas laboralmente, alcanzan un nivel más alto de autoestima que las mujeres que son únicamente amas de casa.

En el presente estudio, todas las empleadas del hogar estaban trabajando de entrada por salida, muchas no contaban con un contrato ni con servicios de salud como prestación laboral y desempeñaban una doble jornada de trabajo; no obstante, por una de estas jornadas recibían un pago, además de que el trabajo fuera de casa les permitía socializar y ampliar sus redes de apoyo social, siendo entonces que estos hechos pudieron ser factores que elevaran su autoestima. Apoyar a la familia con ingresos económicos, puede favorecer el empoderamiento femenino, sintiéndose útiles y adquiriendo habilidades sociales, conductuales y cognitivas, que mejoren su situación familiar y de pareja. Sandoval y Cordero (2022) y Saavedra (2017) mencionan que muchas mujeres expresan que las cargas de trabajo como amas de casa son muy intensas por lo que descartan la posibilidad de tener tiempo para realizar actividades educativas. Algunas han

tenido un empleo remunerado, pero se han visto en la necesidad de renunciar para poder cumplir con sus obligaciones correspondientes al cuidado de la familia y lo lamentan, sintiéndose insatisfechas por su rutina monótona, tienen un descontento por realizar un trabajo no pagado y obligatorio, todo lo cual influye para que ellas puedan presentar síntomas somáticos crónicos, ansiedad, depresión y baja autoestima.

No solamente la autoestima puede afectarse en poblaciones de mujeres como las que se estudiaron en el presente estudio, hay datos de algunas investigaciones que indican que muchas mujeres trabajadoras domésticas presentan estrés y malestares físicos, así como depresión; además, no tienen un buen nivel de descanso ni de buena alimentación, y consumen frecuentemente medicamentos de venta libre para así poder seguir trabajando, aunque se sientan enfermas, por temor a ser despedidas y por la falta de acceso a servicios de salud. En el caso de las amas de casa, ellas pueden sentir culpa por no cumplir con las obligaciones de atención a su familia y por tal motivo, continúan realizando las labores del hogar, aunque se sientan enfermas y/o muy cansadas (Soria y Mayen, 2017; Soria y Lara, 2017). Todo ello puede generar conflictos personales, familiares y de pareja, disminuyendo la calidad de vida de todo el sistema familiar, de ahí la importancia de la distribución equitativa del trabajo del hogar, incluyendo la crianza y educación de los/as hijos/as, así como del apoyo social que pueden proveer los miembros de las familias de origen y/o extensas. Es muy importante que todas estas mujeres cuenten con redes de apoyo, tiempo para descansar, tiempo de ocio y cuidados médicos y psicológicos. Asimismo, debe valorarse el trabajo doméstico, sea o no remunerado.

#### Referencias Bibliográficas

- Arias, F., Loli, A. y del Carpio, J. (2017). El trabajo de amas de casa, empleadas y profesionistas: salud mental en Lima, Perú. En F. Arias (Coord.). *Calidad de vida en las organizaciones, la familia y la sociedad* (pp. 223-243). Universidad Autónoma del Estado de Morelos, Juan Pablos Editor.  
Recuperado de:

riaa.uaem.mx/xmlui/bistream/handle/20.500.1255/343/Calidad%20de%20vida%20(completo).pdf?sequence=1#page=224

Bauleo, M. F., van Dijk, F. y Radon, K. (2017). Ritmo de trabajo y su influencia en la salud mental de trabajadoras domésticas de Argentina. *Revista de Salud Pública*, marzo (edición especial), 73-82. Recuperado de: <https://doi.org/10.31052/1853.1180.v0.n0.16780>

Boccardo, G., Ruiz, C., Cornejo, R., Bustamante, A., Martin, A. y Becker, I. (2018). *Conocer para prevenir. Reflexiones y evidencia para el debate en materia de salud y seguridad en el trabajo desde una perspectiva pública*. Universidad de Chile e Instituto de Seguridad Laboral del Ministerio de Trabajo y Previsión Social (ISL). Recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/324455207>

Borbor, M. I. (2015). *La dependencia emocional y su incidencia en la autoestima del ama de casa de 20 a 30 años del Barrio La Concepción de la Parroquia Santa Rosa, Cantón Salinas, Provincia de Santa Elena Período 2014-2015* [tesis Licenciatura. Universidad Estatal Península de Santa Elena. Facultad de Ciencias Sociales y de Salud. Escuela de Salud. Carrera de Psicología]. Recuperado de: [repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/2159](http://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/2159)

Cano, M. Y., Ramírez, J., Román, L. y Velázquez, N. J. (2015). Conductas autoprotectoras en trabajadoras del servicio doméstico remunerado. *Revista Cultura del Cuidado*, 12 (2), 69-78. Recuperado de: <https://doi.org/10.18041/1794-5232/cultrua.2015v12.3838>

Espinosa, A. (2016). Las trabajadoras domésticas remuneradas mexicanas. Invisibilidad y vulnerabilidad eslabonadas. *El Cotidiano*, 200, 306-314. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=32548630023>

Fuentes, E. y Echeverría, R. (2019). Mujeres trabajadoras domésticas: condición indígena, identidad y derechos en México. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, (83), 106-120. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.os?id=495963605006>

Gentil, I. (2009). Salud y mujeres inmigrantes latinoamericanas. Autoestima y resiliencia. *Index de Enfermería*, 18 (4), 229-233. Recuperado de: [scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962009000400003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962009000400003&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

González, R., Funcasta, L., Boggio, K. y Amable, M. (2021). La formalización del trabajo doméstico remunerado en Uruguay y Argentina: aprendizajes y desafíos para la salud pública. *Saúde Soc*, 30 (4), 1-13. Recuperado de: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902021191008>

Habib, R., Fathallah, F. & Messing, K. (2010). Full-time homemakers: workers who cannot "go home and relax". *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 16 (1), 113-128. Recuperado de: <http://doi.org/101080/10803548.2010/11076833>

Instituto Nacional de Geografía e Informática (2015). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Trabajadoras Domésticas. Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo*. Recuperado de: [inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP\\_TD\\_2022.pdf](http://inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_TD_2022.pdf)

Instituto Nacional de Geografía e Informática (2017). *Estadísticas a propósito del Día Internacional del Trabajo Doméstico (22 de julio). Datos nacionales*. Recuperado de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2017/domestico2017\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2017/domestico2017_Nal.pdf)

Instituto Nacional de Geografía e Informática (2022). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Trabajadoras Domésticas. Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo*. Recuperado de: [inegi.org.ms/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP\\_TD\\_2022.pdf](http://inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_TD_2022.pdf)

International Labour Office (2013). *Domestic workers across the world, global and regional statistics and the extent of protection*. Recuperado de: [ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@publ/documents/publication/wcms\\_173363.pdf](http://ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@publ/documents/publication/wcms_173363.pdf)

Loustaunau, N. (2013). *Trabajo doméstico*. Montevideo: Fondo de Cultura Universitaria.

Martínez, O. (2010). Autoestima. En G. R. Lefrancois. *El ciclo vital de la vida* (pp. 282, 283, 340, 342). México: International Thomson Editores.

Montesó, M. P., Ferré, C., Lleixá, N. y Espuny, C. (2011). Factores psicológicos que influyen en el desarrollo de la depresión en las mujeres. *Anuario Hojas de Warmi*, 16. Recuperado de: <http://www.ub.edu/SIMS/hoja>

Montesó, P. (2014). La construcción de los roles de género y su relación con el estrés crónico y la depresión en las mujeres. *Comunitaria. Revista Internacional de Trabajo Social y Ciencias Sociales*, 8. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.5944/comunitaria.8.6>

Obando, M. I. (2011). *Determinantes de la salud/enfermedad de las mujeres que realizan trabajo doméstico no remunerado, en el Ecuador, 2004. Alcances y perspectivas* [tesis Maestría en Ciencias Sociales. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales FLACSO-ECUADOR]. Recuperado de: <http://repositorio.flacsoandes.edu.ec/bitstream/10469/5437/2/TFLACSO-2011MIOR.pdf>

- Organización Internacional del Trabajo OIT (2013). *Manual de buenas prácticas. Trabajadoras y empleadoras de servicio doméstico*. Santiago, Organización Internacional del Trabajo. Recuperado de: [http://www.iLO.org/wcmsp5/groups/Santiago/documents/publication/wcms\\_219955.pdf](http://www.iLO.org/wcmsp5/groups/Santiago/documents/publication/wcms_219955.pdf)
- Organización Internacional del Trabajo (2016). *Documento de Política de Protección Social. Protección social del trabajo doméstico. Tendencias y estadísticas. Documento 16*. Recuperado de: [social-protection.org/gimi/RessourcePDF.action?ressource.ressourceld=53512](http://social-protection.org/gimi/RessourcePDF.action?ressource.ressourceld=53512)
- Panesso, K. y Arango, M. J. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista electrónica Psyconex*, 9 (14) Recuperado de: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.2307/2575639>
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C. & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem. Different concepts, different outcomes. *American Socio Rev*, 60 (1), 141-156. Recuperado de: [https://www.jstor.org/stable/2096350?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/2096350?seq=1#page_scan_tab_contents)
- Saavedra, L. (2017). *Género y salud: Estudio sobre la doble jornada laboral en las mujeres y su relación con el autocuidado de su salud*. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIV Jornadas de Investigación. XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-067/714>
- Sandoval, I. y Cordero, S. (2022). Opiniones y percepciones de las mujeres amas de casa sobre el trabajo de cuidados en Costa Rica 2017. *Revista Estudios*, 45, diciembre 2022-mayo 2023. Recuperado de: <https://doi.org/10.15517/re.v0i45.53326>
- Soria, R., Elizalde, R. y Medina, S. (2020). Autoestima en parejas heterosexuales en la etapa de hijos pequeños. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23 (1), 180-198. Recuperado de: [www.iztaca.a.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin](http://www.iztaca.a.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin)
- Soria, R. y Lara, N. (2017). Estrés y apoyo social en mujeres amas de casa y empleadas domésticas. *Alternativas en Psicología*, 38, 99-114. Recuperado de: [alternativas.me/component/content/content/article/27-numero-38-agosto-2017-enero-2018/159-estrés-y-apoyo-social-en-mujeres-amas-de-casa-y-empleadas-domesticas](http://alternativas.me/component/content/content/article/27-numero-38-agosto-2017-enero-2018/159-estrés-y-apoyo-social-en-mujeres-amas-de-casa-y-empleadas-domesticas)

Soria, R. y Mayen, A. (2017). Depresión y hábitos de salud en mujeres empleadas domésticas y amas de casa. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20 (1), 95-114. Recuperado de:  
[www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin)