

LAURA  
SAGNIER

# Más cansadas que infelices

SOBRE EL RETO  
DE SER MUJER  
HOY



PAIDÓS

## Índice

Portada  
Sinopsis  
Portadilla  
Dedicatoria  
Mi primer día sabático  
Barcelona, 18 de septiembre de 2014  
Feliz cumpleaños  
Siena, 28 de septiembre de 2014  
Un mes sabático  
Cuánto sufrimos por nuestras hijas  
Feliz de haberte recuperado  
Aventura literaria  
Mi segunda clase de narrativa  
Nuevas vivencias  
Investigación en marcha  
Desayuno con Claudia y sus amigas  
Barcelona, 8 de enero de 2016  
Un muy buen comienzo de año  
Barcelona, 17 de febrero de 2016  
Tiempo que destinamos al trabajo de «la casa» y de «los hijos»  
¿A cuántas nos gustan los trabajos de «la casa»?  
¿Nos sentimos felices con nuestra pareja?  
¿Cómo repartimos el cuidado y la educación de los hijos con nuestra pareja?  
¿Qué es aquello con lo que nos sentimos menos felices?  
Día Internacional de las Mujeres  
¿Quién es el propietario de nuestro tiempo?  
¿Cuáles son las edades clave en la vida de las mujeres?  
Mujeres que viajamos por trabajo  
Características y hábitos de las parejas homosexuales  
El sexo con nuestra pareja

Qué insoportable es ver sufrir a nuestros seres queridos  
¿Qué es lo que nos hace sentirnos más felices?  
Coherencia y ejemplo en la educación de nuestros hijos  
Día de Sant Jordi  
El reparto de las «tareas de la casa» entre mujeres y hombres  
Equilibrio entre hombres y mujeres en puestos directivos  
¿Qué hacer para fomentar la presencia de mujeres en puestos directivos?  
Madres con hijos preadolescentes  
La amistad entre mujeres  
Qué bien vivís  
¿Mujeres y hombres somos diferentes?  
El tramo de edad más complicado para las mujeres  
Las adolescentes y el tabaco  
Independencia económica cueste lo que cueste  
Hemos de ponernos las pilas  
Disfruta todo lo que puedas  
El efecto de la llegada de los hijos  
Baja por maternidad & Jornada reducida  
¿Cómo concilian las mujeres con cargos directivos?  
¿Cuál es en España la realidad de las mujeres que hemos de conciliar?  
¿Qué es lo que nos hace sentirnos más felices con nuestra pareja?  
La primera etapa en la vida de las mujeres  
Parejas equilibradas en los trabajos no remunerados: una rareza  
Cómo conciliar sin perder la salud por el camino  
Una edad clave en la vida de las mujeres  
Hijos malcriados  
Hemos de aprender a delegar y a decir NO  
Que no nos obliguen  
Torrent d'Empordà, 27 de julio de 2016  
El momento ideal para tener hijos  
Madres arrepentidas  
Nueve situaciones vitales muy distintas  
Flujos entre situaciones vitales  
Cuántas mujeres están viviendo una vida como la tuya

La vida de las Profesión ama de casa

¿Qué rol debe desempeñar cada miembro de la pareja?

Con qué trabajos remunerados nos sentimos más felices

La difícil tarea de educar a los hijos

Torrent d'Empordà, 3 de septiembre de 2016

El reto de ser mujer

Agradecimientos

Notas

Créditos

**Gracias por adquirir este eBook**

Visita [Planetadelibros.com](http://Planetadelibros.com) y descubre  
una  
nueva forma de disfrutar de la lectura

---

**¡Regístrate y accede a contenidos  
exclusivos!**

Primeros capítulos  
Fragmentos de próximas publicaciones  
Clubs de lectura con los autores  
Concursos, sorteos y promociones  
Participa en presentaciones de libros

**PlanetadeLibros**

---

Comparte tu opinión en la ficha del libro  
y en nuestras redes sociales:



**Explora**

**Descubre**

**Comparte**

## SINOPSIS

Laura Sagnier realizó una investigación con la idea de conseguir una base de datos fiable sobre lo que piensan y sienten las mujeres en España en relación a diferentes facetas de sus vidas (como el trabajo, la pareja, los hijos, la familia o las amistades) y pensó que las conclusiones que se desprendían eran tan beneficiosas que merecía la pena hacerlas llegar a muchas personas más.

Así nace *Más cansadas que infelices*, un libro ameno y entretenido que, mediante una serie de mails y cartas que Julia, la protagonista de esta historia, escribe a las mujeres de su entorno, nos permite comprender de dónde vienen tantos y tantos estereotipos que tenemos tan interiorizados, mientras nos reímos de nosotras mismas.

**LAURA SAGNIER**

**MÁS CANSADAS  
QUE INFELICES**

*Sobre el reto de ser mujer hoy*

PAIDÓS   
Barcelona • Buenos Aires • México

La investigación que ha servido de base para este libro ha sido publicada por Deusto con el título: *Las mujeres hoy. Cómo son, qué piensan y cómo se sienten*. Está a la venta en librerías.



*Para todas las mujeres, las que conozco, las que conoceré algún día y las que no tendré el gusto de conocer, y en especial, para las destinatarias de las misivas que configuran este texto:*

*Mi madre*

*Mis hijas*

*Mis hermanas*

*Mis dos sobrinas mayores: Paula y Alejandra*

*Mis amigas del colegio: Maruja y Silvia*

*Mis amigas de los veranos de la infancia: María y Elena*

*Las madrinas de mis hijas: Paz y Asun*

*Mi amiga portuguesa: Teresa*

*Mi amiga más literaria: Reig*

*Mi amiga más artista: Cuca*

*Mis amigas de L'Empordà: Emma, Ariadna y Mery*

*Mi amiga más joven: Inés*

*Mi amiga canadiense: Lydia*

*Mi cliente y amiga: Ania*

*Mi amiga más reciente: Montse*

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** lunes, 15 de septiembre de 2014

**Para:** pazuu@gmail.com

**Asunto:** Mi primer día sabático

Hola, Paz.

Espero que estés muy bien. He decidido escribirte porque necesitaba contarte lo que acaba de pasarme recién estrenada esta etapa sabática que hoy empiezo. La verdad es que hubiera preferido mil veces quedar contigo para contártelo en persona tomando un café con un crujiente cruasán o una tierna ensaimada, pero al ser hoy día laborable es muy posible que, a estas horas, estés enfrascada en alguna de tus múltiples reuniones.

Anoche decidí que, aunque hoy no tuviera que ir al despacho, me levantaría, como siempre, a la misma hora que las niñas, así que, esta mañana, mi despertador ha sonado puntual a las 7.10 h. Sin embargo, por primera vez en un día laborable de los últimos veinticinco años no me he duchado, secado el pelo y vestido a toda prisa, sino que he preparado el desayuno de Carlota y de Claudia con calma, con mucha calma, y ¡todavía en camión y bata!

La primera en llegar a la cocina ha sido Claudia, que, con cascos en las orejas y cara de dormida y alucinada al mismo tiempo, ha formulado un escueto «Buenos días, mami» y se ha sentado a mi lado. Me ha sorprendido verla aparecer con los cascos puestos, aunque, bien pensado, no tengo ni idea de cuáles son sus hábitos matinales ya que desde hace un par de años ellas desayunan solas mientras yo paso por el *túnel de lavado*. (Ja, ja... Así es como bauticé, hace un tiempo, al proceso de ducha-secado-vestido.) Al cabo de unos pocos minutos ha llegado Carlota y ha procedido de forma similar. Mientras ellas desayunaban, yo, divertida con la situación, alternaba la lectura de algún titular del periódico con miradas de reojo a lo que iban comiendo y bebiendo, porque decir, no decían ni mu. Se han limitado a dar respuestas breves a las pocas preguntas que me he atrevido a formular, hasta que Claudia se ha quitado los cascos, me ha mirado muy seria y ha dicho:

—Oye, mamá, no tendrás intención de sentarte cada día a la mesa con nosotras mientras desayunamos, ¿verdad?

—Pensaba que os gustaría, ya que este año no voy a acompañaros al autocar —he respondido mirándolas primero a una y luego a la otra.

—Es que nosotras ya tenemos nuestras costumbres —ha añadido Carlota, intentando suavizar la frase de su hermana.

—Mensaje recibido. A partir de mañana me quedaré en la cama hasta que os oiga salir por la puerta de casa —he contestado con un escuchimizado hilo de voz.

Así que, ya ves, Paz, el primer puñetazo de mi tan esperada temporada sabática no ha tardado nada en llegar y lo ha hecho de la mano de quienes menos hubiera imaginado: mis queridas hijas. Está claro que no están dispuestas a que los cambios en mi vida afecten a las suyas. Dos cosas me consuelan: por un lado, que hayan sido tan sinceras conmigo y, por otro, que podré olvidarme del despertador mientras no haya decidido en qué ocuparé el tiempo libre del que voy a disponer a partir de hoy mismo.

¡Cuánto me está costando entender a este par de adolescentes! Yo me había montado la película de que estarían felices de tener a su madre en casa mucho más disponible para ellas, pero es indudable que mi película y la suya tampoco coinciden en esta ocasión. Una vez más, no he sido capaz de aplicar la teoría de Enrique: para saber qué piensan y qué quieren los adolescentes, solo hay que recordar lo que nosotros pensábamos y queríamos cuando teníamos su edad. Sé que mi chico tiene mucha razón, pero la memoria, como bien sabes, no es uno de mis puntos fuertes. ¿Cómo voy a acordarme de lo que sentía con 15 o con 17 años? Es evidente que tendremos todos que adaptarnos a esta nueva situación, pero ¿sabes, Paz?, a estas alturas de la vida, ya tengo clarísimo que, una vez más, me va a tocar a mí hacer el esfuerzo.

Y dime, ¿cómo se vuelve una invisible en su propia casa? No quiero ni imaginar qué pasará esta tarde cuando lleguen del colegio y yo me interese por cuáles son las novedades del curso y por cómo les ha ido el primer día de clase. Ahora que lo pienso, lo mejor será que me organice para no estar en casa a esa hora. Llegaré justo para la cena. Así me limitaré a charlar con ellas mientras cenamos, respetando las costumbres adquiridas en mi anterior etapa

de madre trabajadora a tiempo completo. Acabo de pensar que quizá hoy sea un buen día para empezar a recopilar la información que voy a necesitar para diseñar la investigación sobre las mujeres de la que te hablé.

Por cierto, hoy también es un día de cambios para ti: ¿cómo te sientes en el día de la liberación de madres y abuelas? Supongo que tenías tantas ganas como yo de que empezara el nuevo curso escolar. Te aseguro que he llegado al final de estas teóricas vacaciones estivales mentalmente exhausta de tanto discutir, por casi todo y más o menos a diario, con mi querido par de adolescentes. E imagino que intentar entretener, durante estas interminables semanas, a mi ahijada te habrá dejado a ti agotada físicamente. Ya verás, Paz, qué diferentes serán los veranos cuando Ana sea una adolescente. Si te soy sincera, yo todavía no he decidido cuáles prefiero. No sé qué opinarás tú. Pero para eso te quedan todavía unos cuantos años, así que a disfrutar del presente. Ah, y felicita a tu madre de mi parte porque seguro que también le habrá tocado apechugar a ella con su nieta. ¿Qué haríamos sin las santas abuelas las madres que trabajamos dentro y fuera de nuestras casas?

¿Sabes, Paz? Lo he pasado muy bien con esta conversación unidireccional. ¿Qué te parece que haya tardado la friolera de treinta años en escribirte por primera vez para ponerte al día de las novedades de mi vida? Al hacer este cálculo, acabo de darme cuenta de que Carlota tiene ahora justo la misma edad que teníamos tú y yo cuando nos conocimos. Ojalá ella consiga, a lo largo de su vida, tener alguna amiga como tú.

Espero que hayas pasado un buen rato leyendo este correo. Qué capacidad de enrollarse tiene tu amiga, ¿eh? Ya me dirás qué día te va bien que cenemos para charlar sin prisas y celebrar el inicio de esta nueva fase de mi vida. Esta vez invito yo.

Cuídate mucho,

JULIA

Barcelona, 18 de septiembre de 2014

Querida mamá:

¿Sorprendida de ver una carta de tu hija mayor entre el correo? Cuántos años sin recibir una carta mía, ¿verdad? Si la memoria no me falla, la última os la mandé a papá y a ti, desde Montreal, cuando estuve haciendo prácticas en mi último año de carrera, hace algo así como veintisiete años. Cómo pasa el tiempo, ¿no? ¿Te acuerdas de que durante aquellos dos meses os escribí, sin excepción, todas las semanas? Qué remedio, entonces el teléfono era carísimo y no había Skype, ni FaceTime, ni tampoco mail, ni nada que se le pareciera.

¿Qué tal vuestro viaje? Espero que haya sido todo un éxito. Por mi parte, quería explicarte cómo me está yendo en el inicio de esta nueva fase y no tengo paciencia para esperar tres semanas, el tiempo que he calculado que, entre vuestro viaje y el nuestro, tardaremos en vernos. Así que he decidido escribirte, ¿qué te parece la idea?

No sé si te habrás fijado en que esta es la primera carta que va dirigida exclusivamente a ti. Dudo mucho que papá esté preocupado por si me costará o no adaptarme a esta nueva etapa. Seguro que él da por sentado que no me será difícil. Y es que, en realidad, no tendría por qué serlo, ¿no? Sobre todo porque ha sido una decisión que he tomado yo y, además, digamos que de forma más o menos voluntaria, a raíz de la última visita que tuve que hacer a urgencias, porque o me recetaban una pócima de caballo o no conseguía irme a São Paulo. Recuerdo que ese día el médico me miró muy serio y me recomendó que hiciera una pausa. Y como bien sabes, aquí estoy, siguiendo sus indicaciones. Después de los primeros tres días, ya puedo decirte que, una vez más, estabas en lo cierto. Ya sé que tres días son pocos, pero han sido más que suficientes para hacerme ver que el encaje con las niñas y con Enrique no va a ser tan sencillo como yo creía.

De momento, me ha pillado totalmente fuera de juego la reacción de Carlota y Claudia. Cada una en su propio estilo me han dejado muy claro que no están dispuestas a que mi nueva vida tenga efecto alguno sobre las suyas.

Ya te contaré con calma cuando nos veamos qué pasó el día que inauguraba mi período sabático. Como buenas hermanas, las dos juntas intentaban comunicarme que esperaban que mi nueva vida no interfiriera demasiado en sus hábitos. ¿Qué te parece? Desde ese día, siguen sin dar ninguna señal de estar percibiendo la posibilidad de que esta nueva situación pueda acabar revirtiendo en su propio beneficio. En este ámbito estoy muy tranquila, pues sé que, en breve, empezarán a pedirme que vaya a recogerlas al jazz, al baloncesto o a la salida de las clases de guitarra, que lleve un pantalón arreglar, que ingrese el dinero de su cumpleaños en el banco, que las acompañe a la revisión de la vista, que las ayude a escoger un regalo para la fiesta de alguna amiga, etc. Y les podré decir que sí. La parte intangible ya llegará más adelante. ¡O, por lo menos, eso espero!

En lo que respecta a Enrique, tampoco me parece que vaya a ser como yo había imaginado. Lo veo a la defensiva y marcando terreno. La realidad es que, después de cinco años retirado del mundo laboral, sus hábitos están ya consolidados y, además, por fortuna, está muy contento con la organización de su agenda. Interpreto que debe de asustarle el efecto que pueda tener sobre sus planes el hecho de que mi carnet de baile esté tan vacío. ¿Recuerdas lo expectante, e incluso algo angustiada, que estabas tú cuando se acercaba la fecha en que papá iba a jubilarse? Tu caso era justo el contrario: era tu agenda la que se veía amenazada. En fin, que te iré pidiendo consejos a medida que los vaya necesitando.

¿Sabes qué es lo que más disfruto, de momento? El hecho de salir a la calle. Es increíble la sensación de encontrarte con algún conocido o con algún vecino y poder entretenerte charlando, sin prisa, de cosas que la mayoría de las veces no tienen ninguna relevancia. Es muy agradable. El único «pero» es que a veces tenía previsto hacer cuatro recados y, al final, solo tengo tiempo de hacer tres. Pero lo genial es que ahora eso no supone ningún problema, ya lo haré mañana o pasado. Recuerdo que antes odiaba encontrarme a alguien porque siempre iba con prisas, por lo que tenía que limitarme a pronunciar un escueto «Hola, ¿qué tal?», hacer un rápido gesto de despedida con la mano, a modo de alteza real, y reanudar la marcha a paso ligero, casi siempre en dirección al despacho.

Algo que también me ha sorprendido de forma muy favorable es la cantidad de recados y de gestiones que se pueden llegar a hacer en un día. En mis jornadas de despacho, las horas volaban. Al irme, solía tener la sensación de que habría necesitado un par de horas más. Sin embargo, ahora es como si el tiempo se hubiera dilatado. Por fin he podido tachar algunas de las tareas que año tras año iban engrosando mi eterna lista de cosas pendientes.

Y he decidido que, además de reanudar el ejercicio físico (que tanta falta me hace), de ver a mis amigas más a menudo (últimamente solo conseguía verlas de pascuas a ramos) y de poner en orden todos los armarios de la casa (que en los últimos años había aprendido a abrir sin ver), voy a utilizar las horas libres de las que dispondré a partir de ahora para poner en marcha una investigación sobre cómo somos, qué pensamos y cómo nos sentimos las mujeres.

¿Sorprendida? Sí, sí... ya sé que nunca te había hablado de ella, pero la verdad es que hace cinco o seis años que ronda por mi cabeza. La idea de llevarla a cabo fue gestándose durante las arduas conversaciones y negociaciones que he mantenido con Carlota y con Claudia, desde que se adentraron, primero una y luego la otra, en la inquietante adolescencia. Cuando hablo con ellas, suele invadirme la desagradable sensación de que soy incapaz de conseguir transmitirles lo que les quiero decir. ¿Te pasaba a ti lo mismo cuando hablabas con nosotras? Ellas me escuchan, eso sí, pero, en el fondo, estoy segura de que no están tomando demasiado en serio nada de lo que su anticuada madre les está diciendo. ¡Cómo voy a estar yo al día! Así que, cansada de esta patética situación, decidí que, en cuanto tuviera un poco de tiempo, diseñaría una investigación que me permitiera entender, lo mejor posible, la vida de las mujeres. Y ha llegado el momento. Con los resultados que obtengamos confío en que tanto yo misma, como Ana, Cristina, mis amigas, mis primas y las amigas de mis amigas, podremos hablar con nuestras respectivas hijas y contrastar la opinión de su madre con la del conjunto de mujeres de España. Ya ves, yo siempre confiando en las ventajas de la buena información. Estoy convencida de que si las jóvenes conocen la realidad que hemos vivido sus predecesoras, podrán tomar sus decisiones mucho mejor de lo que hicimos en su día las mujeres de tu generación o las de la mía.

Acabo de caer en la cuenta de que, de rebote, por fin podrás entender con qué se ha ganado la vida tu hija durante los veinticinco años que le he dedicado al market intelligence, ya que los resultados de esta investigación sí que podré enseñártelos. Será incluso divertido comentarlos, ¿no te parece? Apuesto a que ambas nos llevaremos más de una sorpresa. Y es probable que incluso sea en cuestiones diferentes.

Pero no sufras, mamá, que haré esta investigación sin llegar a los niveles de estrés de antes, ya que el cliente seré yo, así que no habrá plazos de entrega predeterminados ni tampoco objetivos que cumplir o hipótesis que confirmar. ¡Y por supuesto, no tendré que viajar! A modo de primicia te diré que, de momento, lo único que he decidido es que voy a plantear la investigación sin tener en cuenta ningún abordaje teórico concreto. Basaré el diseño en mis propias vivencias y en las de las mujeres que he conocido durante todos estos años no solo en España, sino también en los países a los que he tenido que viajar por trabajo. Y eso sí, utilizaré lo máximo posible el sentido común. Además, puedes estar tranquila porque lo haré en horarios que sean compatibles tanto con las actividades de Enrique como con las de las niñas. Tengo muy presente que disponer de más tiempo de calidad con ellos es uno de los principales regalos de esta nueva situación. Y que sepas que este año tengo intención de no fallar ni un solo miércoles.

Esto de escribirte me ha parecido muy divertido así que, con tu permiso, volveré a hacerlo desde Italia. Pero, como a este viaje no pienso llevarme el ordenador, te escribiré con el papel de carta con los sobres a juego que me trajeron los Reyes Magos hace ya algunas décadas. ¿Recuerdas las cuartillas color crema, con mi nombre grabado en Times New Roman en tono granate? Hace siglos que no las uso. Será divertido hacer un *revival*.

Espero que papá y tú lo hayáis pasado muy bien con vuestros amigos franceses y que la ropa que al final metiste en la maleta haya resultado ser la apropiada. Estoy de acuerdo contigo en que las maletas de septiembre son muy complicadas de hacer. Ya me contarás los detalles del viaje cuando nos veamos.

Muchos besos.

Tu hija mayor,  
JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 26 de septiembre de 2014

**Para:** lydia.b@hotmail.com

**Asunto:** Feliz cumpleaños

*Hello, Lydia.*

Con tu permiso, voy a escribirte este mail en español para que puedas poner en práctica tus clases. ¿Te acuerdas de los inventos que tuvimos que hacer cuando nos conocimos? Tú no hablabas ni una palabra de español y yo apenas chapurreaba el inglés.

¿Qué tal tu cumpleaños? Espero que hayas pasado un gran día. Conociéndote, y por lo que me has contado de tu nuevo compañero de vida, no tengo ninguna duda de que lo habréis celebrado como merecía la ocasión. Ya me darás envidia sana cuando encuentres un rato para escribirme, ¿vale? De momento, ¿qué tal si me envías un par de fotos por WhatsApp? Mi deseo para el nuevo año que hoy estrenas: «Mucha salud y mucha energía positiva». Siento comunicarte que, a pesar de mis reiterados esfuerzos, tampoco este año conseguiré alcanzarte. Ja, ja... Aquí sigo, dos años y dos días más joven que tú.

Por lo que a mí respecta, tengo muchas novedades. La más importante, sin lugar a dudas, es que he decidido tomarme un período sabático de dos años. Hoy ha sido el undécimo día de esta nueva etapa de mi vida. Como debes de estar preguntándote qué me ha pasado, te contaré que la gota que colmó el vaso fueron dos ataques de pánico que tu amiga sufrió a principios de año. Los dos me sucedieron en circunstancias casi idénticas: en el despacho, mientras estaba intentando decidir cómo resolvía huesos que eran difíciles de roer. Y por mucho que me concentraba, era imposible, no conseguía decidir nada. Estaba bloqueada. Me costaba respirar. Una fuerza agobiante me presionaba los pulmones. Tenía escalofríos y, de repente, me ponía a sudar. Lo peor fueron las palpitaciones y la sensación de que el corazón se iba a salir de su sitio.

Para resumirlo, te contaré que después de esos angustiosos episodios consulté con un par de médicos, medité y lloré en la intimidad, y hablé largo y tendido con mi chico. Luego se sucedieron charlas y charlas con mis socios, a partir de las cuales empezamos a reorganizar, sin prisa pero sin pausa, mi inminente desconexión del día a día de PRM. Y aquí me tienes, después de este durísimo proceso, intentando reponer fuerzas. La verdad es que, si lo pienso con calma, mi cuerpo llevaba mucho tiempo enviándome mensajes, unos más contundentes y otros más sutiles, pero reconozco que había hecho caso omiso tanto de unos como de otros. La primera de estas alertas, por lo menos la primera que recuerdo, me sucedió en el aeropuerto de Madrid, en la cola de facturación de Iberia. Me caí redonda. Cuando hube recobrado el conocimiento, me dijeron que había estado inconsciente durante unos segundos. Ese día viajaba sola. La gran suerte es que no me rompí nada, ni tampoco recuerdo haberme magullado demasiado. Imagino que debí de caer con suavidad, en sintonía con la flojera que sentía en ese momento. Con los preparativos y el ajetreo característico de las horas previas a un viaje, me había olvidado de comer. Desde el desayuno, no había ingerido nada de nada... y ya era casi la hora de la cena. En otro momento, el mensaje que recibí no fue tan drástico, pero a día de hoy tengo claro que fue un aviso en toda regla. En esa ocasión acababa de aterrizar en el aeropuerto de Barcelona. Cogí un taxi y le indiqué al taxista la dirección del despacho. Necesitaba resolver un par de temas antes de irme a casa. Cuando el taxista estacionó delante del edificio de PRM, mientras yo sacaba el monedero del bolso para pagar, de sopetón, como si un cubo de agua del deshielo se hubiera vaciado sobre mi cabeza, recordé que esa mañana había ido al aeropuerto en mi coche. ¡Mi coche estaba en el parking del aeropuerto! Así que sí, Lydia, ni bajé del taxi. Sentada en el asiento trasero, con cara de póquer, el taxista y yo regresamos al punto de partida del trayecto que habíamos iniciado hacía poco más de media hora. Pero el colmo fue el día que, en São Paulo, mientras estaba haciendo una presentación al consejo de administración de un banco, me desmayé en la sala de juntas del último piso. Cuando por fin recobré el sentido, no me dejaron ni quedarme de oyente al resto de la presentación que, por fortuna, pudo continuar el segundo de nuestro equipo. Me vinieron a recoger los del servicio médico del banco, con una silla de ruedas. Tenía

neumonía. Pretendían ingresarme en un hospital, pero yo necesitaba volver a casa esa misma noche, con el resto del equipo de PRM. Era Navidad. Para autorizarme a volar, tuve incluso que firmar un documento que acreditaba que viajaba en contra de la voluntad de los médicos. Y, eso sí, al llegar a casa, me tocó quedarme en cama durante todas las vacaciones.

Pero la realidad es que, aunque ahora me cueste creerlo, ninguno de estos avisos me había alarmado demasiado, ni siquiera que mi melena estuviera cada vez menos poblada, ni que los dolores de cabeza por pinzamiento de cervicales fueran casi diarios, ni que hiciera meses que no conseguía dormir más de cuatro o cinco horas al día, ni que la mandíbula se me hubiera quedado bloqueada en más de una ocasión... Con el líquido para el cuero cabelludo que el dermatólogo me recetó, la férula de descarga que me recomendó el dentista, algún que otro ibuprofeno, una visita semanal a Nico, mi fantástico fisioterapeuta, y una buena cena de vez en cuando con mi chico, yo creía que lo tenía todo bajo control.

¿Que cómo he podido llegar a esta situación? Yo también me lo he preguntado muchas veces, sobre todo últimamente. Supongo que la respuesta es que creía que era una *Super Woman*, que yo podía con lo que me echaran. Durante años, y desde que acabé de estudiar, fui como una esponja que absorbía todo lo que se me ponía por delante. Recuerdo que cuando terminé la carrera, nada especial para aquella época, encontré trabajo enseguida. De eso hace ya casi veinticinco años. Después de un complicado proceso de selección, me hicieron una oferta en una consultoría de market intelligence. La investigación de mercados había sido una de las asignaturas de la carrera que más me habían gustado, por lo que me pareció que sería muy interesante poder profundizar en ella. Y la idea de trabajar en una consultoría, donde desde el primer día formaría parte de un equipo integrado tanto por consultores más expertos que yo como por el socio del proyecto, me atraía mucho. Además, PRM era una referencia mundial en el ámbito de la inteligencia de mercado, por lo que podría trabajar en diferentes sectores de actividad y al mismo tiempo en muchos países. Y, como bien sabes, la verdad es que desde muy pronto me cautivó, por lo que no me importaban en absoluto ni las innumerables horas que debía dedicarle ni la frecuencia con la que tenía que viajar. Pero PRM fue mi única ocupación laboral durante muy poco tiempo ya

que su fundador, que era profesor de universidad, invitó a todos los consultores de PRM a impartir alguna asignatura en la nueva licenciatura sobre comercialización e investigación de mercados que se iba a estrenar, en el curso siguiente, en su universidad. Para ponerla en marcha, eran necesarios muchos nuevos profesores y la universidad le había propuesto que nos lo ofreciera a nosotros. La idea de dar clases no solo no me hizo ninguna ilusión, sino que me sentó como un tiro, porque la docencia nunca me ha gustado, ni cuando dar clases a niños era mi única fuente de ingresos. Pero acabé aceptando, sin demasiado entusiasmo, ya que entendí lo conveniente que sería para nuestra formación, porque, después de que nos hubiéramos enfrentado a aulas repletas de alumnos, ¿qué impresión podría producirnos una sala con unos cuantos representantes del cliente? Y resultó que combinar PRM con la docencia fue complicado, y muy cansado, sobre todo el primer año, que no teníamos ni apuntes, ni casos prácticos, ni nada de nada. Lo peor, las horas y horas que, normalmente el domingo, tenía que destinar a corregir exámenes y a preparar las clases, a revisar apuntes y leer bibliografía reciente. Pero... era muy joven. Cuando Enrique y yo nos casamos, debía de llevar cuatro años en PRM, y unos dos siendo profesora en la universidad, y, con mi nuevo estado civil, cayó en nuestras vidas, pero sobre todo en la mía, un trabajo adicional: las tareas de nuestro dulce hogar. Ja, ja... La bola de nieve de los trabajos que estaban a mi cargo iba aumentando de tamaño, pero por aquel entonces te aseguro que yo no era demasiado consciente de ello. Simplemente iba haciendo e intentaba organizarme para conseguir llegar a todas partes. Al cabo de unos años, cuando ya había demostrado que podía cumplir con todos los requisitos que se le exigían a un socio de PRM, me ofrecieron ser socia y acepté, claro, sin dudarlo ni un segundo. La verdad es que mi día a día no cambió demasiado. Digamos que lo único que sí se vio alterada fue mi estructura mental y, sobre todo, mi nivel de responsabilidad. Al cabo de poco tiempo nació Carlota. Ahí sí que, muy lejos de mis expectativas, la bola de nieve de mi vida se había hecho gigantesca y de un día para otro. Sin embargo, con la inestimable ayuda de Lina (la señora que nos ayudó con Carlota mientras Enrique y yo estábamos trabajando) y con la experiencia que ya había acumulado tanto en PRM como en la universidad y en las tareas de la casa, conseguí ir manejándome. Muchas veces estaba cansada, y otras agotada, pero

me sentía feliz. Luego tuvimos a Claudia. Lo curioso es que tener a Claudia no supuso ningún cambio estructural en mi vida. Hubo que hacer algunas pequeñas adaptaciones, claro, como organizarse para llevar a Carlota al colegio y a Claudia a la guardería..., pero digamos que la organización familiar que servía para una hija, sirvió para dos. Así que he llegado a la conclusión de que el verdadero punto de inflexión de mi vida tuvo lugar unos cuantos años más tarde, cuando mis socios me ofrecieron, hace ahora seis años, la dirección de PRM y, cómo no, también la acepté encantada. ¡Ay, Lydia! Qué poco conscientes solemos ser los humanos de las dificultades que entrañan las tareas de las que nunca hemos tenido la responsabilidad final. Sobre todo, si el responsable de su ejecución lo ha hecho a las mil maravillas. Después de casi veinte años trabajando en PRM, yo había llegado a creer que dirigir la consultora no debía de ser tan complicado. Y nada más lejos de la realidad, te lo aseguro. ¡Qué difícil y qué estresante me resultó! Sobre todo porque tenía que compaginarlo con el resto de mis responsabilidades: las que había tenido en PRM hasta ese momento, las clases en la universidad, mis dos hijas, Enrique y obviamente la organización de la vida familiar. Lo que no había previsto es que mi nuevo cargo iba a exigirme tener que dedicarle a la empresa muchas más horas al día. Pues eso, Lydia, que durante los últimos casi seis años, tu amiga prácticamente ha vivido en PRM. Y tenía tantas preocupaciones de índole tan diversa y tanto de lo que ocuparme que mi mente no se relajaba ni un segundo. Creo que ni siquiera cuando al final del día caía rendida en la cama. Y lo peor es que ya nada conseguía devolverme el equilibrio: ni el ibuprofeno, ni las visitas a Nico, ni los paseos en bicicleta... ni siquiera las cenas con Enrique, tan relajantes hasta ese momento. En resumen: la bola de nieve en la que se había convertido mi existencia, la había vuelto insoportable. El estrés positivo que hasta entonces había caracterizado mi vida empezó a transformarse a marchas forzadas en estrés negativo. Así que, ya ves, Lydia, estos últimos años han estado a punto de acabar con tu amiga.

Pero, tranquila, que lo que queda de mí va por el buen camino. De momento, aprovechando que el inicio de este período sabático coincidía con el mes de mi cumpleaños, Enrique y yo estamos disfrutando de un viaje en coche por la Toscana. ¡Qué maravilla! Yo lo he bautizado como «nuestro

segundo viaje de novios». Aunque, en realidad, está siendo mucho mejor. Ja, ja... La experiencia es un grado, ¿no crees? Se me ha ocurrido una idea: ¿qué tal si ahora que tengo tanto tiempo os organizáis para hacernos una visita? Me encantaría conocer a Tony. ¡Éramos tan jóvenes cuando te presenté a Enrique! Si Tony y tú consiguierais un mínimo de quince días de vacaciones, aprovechando que cruzáis el charco, quizá podríais matar dos pájaros de un tiro y visitar la Toscana antes o después de pasar por L'Empordà. Eso sí, si al final planificáis vuestro viaje para el verano, os recomiendo que lo hagáis con tiempo ya que en las latinas España e Italia nos esforzamos en paralizar el país concentrando las vacaciones en el mes de agosto.

*Many kisses,*

JULIA

## JULIA DELGADO GARRIGA

Siena, 28 de septiembre de 2014

Querida mamá:

Como te prometí, aquí estoy de nuevo. Si Carlota y Claudia no estuvieran en casa, te garantizo que prolongaríamos nuestro viaje unos días más. ¡La escapada con Enrique está siendo fantástica! Ja, ja... Debe de haberte sonado muy peliculero, pero es que no se me ocurre una forma mejor de describirlo. Solos Enrique y yo. Sin prisas. Sin agenda. En un paisaje único. Buen tiempo. Comida espectacular con unos vinos deliciosos. Gente simpática y afable. Y todo el tiempo que nos apetezca para hablar de nuestras cosas: de las de Enrique, de las mías, de las de las niñas e incluso sobre alguna que otra cuestión más trascendental. ¿Qué fácil es encontrar estos espacios para charlar con calma cuando estás de viaje y, sin embargo, qué complicado resulta cuando estás enfrascado en la vorágine del día a día! Por mucho que te esfuerces en hallarlos, las miles de responsabilidades que nos rodean acaban engulléndonos. Este es para mí, sin duda alguna, el principal aliciente de los viajes a solas con mi chica. Nunca he sentido lo que muchas veces oigo decir a los que me rodean, esa necesidad de ir a visitar lugares exóticos para romper con la rutina. Y, cuanto más lejano sea el destino, mejor. Quizá se deba a que hasta la fecha he disfrutado mucho de mi poco rutinaria vida. Tal vez, ahora que no tendré que viajar por trabajo, cambie de parecer. Quién sabe. Ya se verá.

Y no te imaginas la de recuerdos y pensa mientos que me vienen estos días a la cabeza. Muchos sin ninguna relación aparente con lo que estoy haciendo en ese momento. Debe de ser que mi mente está empezando a relajarse. Vas a alucinar con la escena que recordé ayer. Las cuatro desayunando en el apartamento de Caldetas. Yo debía de tener 15 años. Y si estoy en lo cierto, Ana tenía 14 y Cristina, 13. La conversación se desarrolló, más o menos, así:

—Ma má, ¿y cómo sabré si es el hombre de mi vida? —te pregunté.

—Lo sabrás porque no tendrás ninguna duda. Si tienes la más mínima duda, querrá decir que no lo es.

No tengo ni idea de si recuerdas o no esta conversación. Es muy probable que no, ya que dudo que para ti aquella respuesta tuviera la más mínima relevancia. Tampoco sé si mis hermanas grabaron tus palabras con la misma intensidad que yo, aunque imagino que sí.

ya que, por aquel entonces, los chicos eran el monotema de nuestras conversaciones de verano. El próximo día que las vea, se lo preguntaré. Y, unos cuantos años más tarde, diez para ser exactos, se cumplió lo que me habías avanzado. A pesar de todas las reservas que reinaban en mi entorno, yo no tenía ni la más mínima duda: quería compartir el resto de mi vida con Enrique. Estaba convencida de que mi vida con él sería mucho mejor que si continuaba mi camino en solitario. Muchas gracias, mamá, por la seguridad que me transmitiste con tus palabras aquella mañana de verano.

Con la perspectiva actual, viéndome en la mitad de mi vida y siendo inevitable hacer una evaluación del pasado, estoy segura de que acerté con mi decisión. Y es curioso, porque, por aquel entonces nadie daba un duro por nosotros. Claro que hemos tenido pequeños altibajos, y alguna que otra discusión más o menos seria, pero los dos hemos puesto de nuestra parte para superarlos, y hasta ahora nos ha funcionado. A Enrique le gusta presu mir de la suerte que tengo de que él sea un hombre experimentado. En este sentido, debo hacerte una confesión: ahora os entiendo a todos bastante mejor. A día de hoy es para mí darísimo que, si ya es difícil que una pareja equilibrada funcione, que lo consiga una que inicia su andadura con una diferencia de edad de catorce años y una mochila con una hija de 15 años y un hijo de 11 es un verdadero milagro. Pero, ya ves, de momento, aquí seguimos. Y tan contentos.

Reproduciendo el diálogo de aquella mañana entre tú y yo acabo de darme cuenta de algo que en aquel momento ninguna de las dos éramos conscientes. Mi pregunta y tu respuesta son un muy buen ejemplo de lo que hoy en día se define como «micromachismo». ¿Habías oído este término alguna vez? Lo que criticarían en este caso sus defensores es que la sociedad y mi familia, a los 15 años, ya se habían ocupado de inculcarme que para que mi vida fuese completa, necesitaba encontrar a un hombre con el que compartirla. ¿Qué te parece? Cómo han cambiado las cosas, ¿verdad? Estoy convencida de que Claudia y Carlota tienen mucho más claro que nosotras a su edad que es mejor estar sola que mal acompañada y que, además, hay mujeres que encuentran la felicidad compartiendo su vida al lado de otra mujer. A ver qué dirá la investigación sobre este tema.

Estos días he recordado también otro de tus consejos que se me quedó grabado a fuego en la memoria y que estoy segura de que ha contribuido muy positiva mente a que Enrique y yo hayamos conseguido llegar hasta aquí en tan buena forma. Faltaban pocos días para que naciera Carlota, y sin ninguna formalidad, como el que no quiere la cosa, me dijiste

—Julia, no olvides nunca que Enrique estaba antes que tu hija. Haz todo lo que puedas para que vuestra relación de pareja se vea lo menos afectada posible por su nacimiento. No le dejes nunca de lado.



¿Te acuerdas de ese día? Era sábado por la mañana y estábamos las dos preparando la canastilla de Carlota, sobre la cómoda blanca que habíamos rescatado de vuestro trastero y que presidía, delante de la ventana, el que sería su cuarto. Pues yo recuerdo, además, con horror, como si fuera ayer, la primera vez que tuve que actuar siguiendo tu consejo. Mi instinto de sobreprotección maternal de primeriza compulsiva me estaba torturando mientras tus palabras no dejaban de resonar en mi cabeza. Nos habían invitado a un evento que organizaba un cliente de Enrique en Galicia. Era un planazo: buenas conversaciones, salidas en barco, sol, marisco y vinho verde. Sin embargo, suponía irse de viernes a domingo y dejar a Carlota (abandonarla, desde mi perspectiva del momento), que solo tenía cuatro o cinco meses. Y sí, mamá, te hice caso, y para allá que nos fuimos. Tenías toda la razón. Carlota se quedó tan ancha; Enrique, contento de haber recuperado a su novia y yo, feliz de poder reencontrarme a solas con él. Lección aprendida.

Bueno, madre, tengo que dejarte, que nos vamos a dar un paseo por esta maravilla de ciudad. Estoy segura de que te encantaría. A ver si convences a papá y venís a visitarla algún día. Hasta el miércoles que viene. Espero que Carlota y Claudia puedan también apuntarse a la comida. Así podremos celebrar todas juntas el nuevo año que hoy estreno. ¡El penúltimo con el número cuatro de protagonista! Si no tienes ningún postre previsto, ¿podrías, por favor, comprar el pastel de limón y merengue de Sacha? Me da muy buen rollo soplar velas con esta tarta. Creo que es porque me recuerda a la abuela Laura y a las comidas de primos los viernes en su casa... Ya sabes, una buena manera de contribuir a que este sea un gran año para tu primogénita.

Un beso muy grande.

Tu hija mayor,  
Julia

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 16 de octubre de 2014

**Para:** elena.g@hotmail.com

**Asunto:** Un mes sabático

Hola, Elena.

He decidido escribirte porque tenía ganas de charlar contigo y no tengo ni idea de cuándo podremos vernos. Te echo de menos. Demasiados días sin hablar contigo, después de tantas conversaciones como lagartos bajo el sol en la playa. Es curioso porque, a diferencia de cuando vas a tope y haces las cosas una detrás de otra sin tener siquiera opción de pensar, ahora tengo mucho tiempo para hacerlo. El resumen de este primer mes es que, después del desconcierto inicial, empiezo a tener una agenda bastante más organizada y a sentirme un poco menos perdida que los primeros días. No sabes qué extraña ha sido la sensación de que todo el mundo a mi alrededor haya seguido con su vida mientras que yo tenía que reinventarme. ¿Crees que tu amiga es rara o que esto les pasa a todos los que empiezan un período sabático o se jubilan?

Una idea que tuve el otro día y que estoy seriamente considerando incorporar a mi vida es escribir a mis amigas cuando esté pensando que me gustaría charlar con vosotras y, sin embargo, vuestras agendas no lo permitan. Pero tranquila, que no tengo intención alguna de abusar de vuestra confianza. Además, siempre podéis pasar de todo y enviar mi mail a la papelera, ¿no? Con la excusa de la carpeta de correo spam...

Bueno, pues aquí me tienes, un poco machacada porque acabo de volver del gimnasio. Mi tercera clase de la semana, ¿qué te parece? Y, a pesar de que las agujetas me están matando y de que me duele hasta la punta del pelo, estoy feliz. Ya me había olvidado de lo bien que siento hacer ejercicio físico. ¿Sabes que no hacía estiramientos, ni abdominales, ni ejercicios de equilibrio o de coordinación, ni pesas... desde hace como mínimo veinte años? En cuanto mi vida profesional empezó a complicarse, el gimnasio fue lo primero que, no sé si acertadamente o no, opté por sacrificar. Y ¡cómo se nota! No sabes lo

oxidada que está tu amiga. Soy la peor de la clase con diferencia y eso que la mayoría tienen algunos años más que yo. Pero ahí voy, a tope para conseguir estar pronto a su altura, aunque con cuidado de no romperme, claro, que la edad no perdona. En las clases también hacemos ejercicios hipopresivos. ¿Habías oído hablar alguna vez de ellos? Yo no. Por lo visto, para las mujeres son incluso mejores que los abdominales. Ya te contaré qué tal me van cuando tenga unos cuantos días más de experiencia. Ah, y el gimnasio está a cinco minutos andando desde casa, así que es comodísimo porque puedo ir y volver en chándal y, a la vuelta, ducharme con tranquilidad en mi baño. Además, las clases son a una hora que encaja muy bien con mi nueva vida: de 9.30 h a 10.30 h, por lo que, antes de ir tengo tiempo de sobra de hacer todo lo que necesito en casa sin prisas y, al volver, después de pasar por el «túnel de lavado», aún me queda media mañana disponible. Y la profesora es una verdadera *crack*, no solo porque consigue ocuparse de que cada una de sus alumnas haga los ejercicios de la forma correcta, sino además porque tiene un carácter y una energía de esas que se transmiten nada más darte los buenos días. La prueba fehaciente es que la mayoría de mis compañeras son alumnas de Conxis desde hace décadas. Una de ellas lleva con Conxis la friolera de veinte años. Ah, y, para terminar de redondearlo, la música es buenísima. Casi todo son canciones de nuestra época. De las que a ti y a mí nos hacen saltar a la pista de baile. No te puedes imaginar la energía con la que salgo de cada clase. Ya ves la suerte que una vez más ha tenido tu amiga.

Para que te hagas una idea, mis sensaciones al terminar las clases son parecidas a las que tenemos tú y yo cuando volvemos de nuestras excursiones en bicicleta. Por cierto, ojalá podamos organizar una muy pronto. Nico, mi fisioterapeuta, no para de insistir en que ir en bicicleta es el ejercicio que más me conviene porque cuanto más fuertes tenga las piernas, mejor se aguantará sobre ellas mi perjudicada espalda. Ya ves, uno de los inconvenientes de haber sido concebida como una jirafa. Por cierto, desde que se terminó el verano, solo he necesitado ir a la consulta de Nico una vez. El año pasado, por estas fechas ya hubiera tenido que ir a su consulta como mínimo seis veces. Y es que una o dos sesiones por semana no me las quitaba nadie. ¿Qué te parece? Aquí tienes uno de los regalazos de esta nueva etapa: ¡se acabaron los dolores de cabeza por cervicales pinzadas!

Es posible que te haya sorprendido leer que esté yendo a clases de gimnasia cuando llevo todo el verano machacándote con que me apuntaría a clases de jazz. Sí, bailar era mi sueño, y te aseguro que lo he intentado. ¡Pero qué le vamos a hacer!, por lo menos este año no va a poder ser. Lo entenderás a la perfección cuando te cuente cómo me fue en la clase de jazz de prueba a la que asistí la semana pasada en la única escuela que he localizado por mi zona en la que dan clases de baile por las mañanas. Porque hay dos cosas que tengo muy claras: la primera es que si no puedo ir andando desde casa, no me interesa y la segunda es que no quiero ir por las tardes, ya que a esa hora prefiero estar más o menos disponible por si Claudia, Carlota o Enrique me necesitan para algo o deciden obsequiarme con unos minutos de su tiempo. Aunque, de momento, la verdad es que los tres están pasando olímpicamente de mí. Sí, sí..., lo que oyes. Pero esto es otro asunto. Ya te lo contaré cuando nos veamos.

¿Sientes curiosidad por saber cómo me fue en la clase de jazz de prueba? Pues aquí va un resumen... A las 9.00 h la profesora entró puntual en el aula. Se presentó y explicó, en no más de cinco minutos, las líneas básicas del funcionamiento de las clases: cada día empezaríamos con unos ejercicios de calentamiento, luego haríamos diagonales de un extremo de la sala al otro, de uno en uno, lo que le permitiría ir observando nuestros respectivos fallos, y los últimos veinte minutos de cada sesión estarían dedicados a aprender coreografías (el objetivo eran tres coreografías por trimestre). Entonces, la música comenzó a sonar y los treinta alumnos empezamos a movernos, cual conejos Duracel, al ritmo que nos marcaba la profesora. Yo, desde la ubicación que había escogido, camuflada en una de las esquinas de la última fila, hacía lo posible por imitar, con todo el rigor que era capaz, cada uno de los movimientos de la profesora. De repente, mientras intentaba no perderla de vista, me topé con mi imagen en el espejo frontal. Una sonrisa, de oreja a oreja, se dibujó en mi cara. Mi atuendo, el mismo que llevaba cuando iba a calses de jazz en mis épocas mozas, que muy orgullosa me había calzado esa misma mañana, eran las únicas mallas negras y el único maillot de toda la sala. Para más inri, mis compañeros de las tres filas de delante y todas las chicas y todos los chicos de mi izquierda, sin excepción, eran jovencísimos, imagino que debían de estar en los primeros años de la universidad, en horario

de tardes. Lo peor fueron las diagonales individuales. Las dos veces que me llegó el turno, la diagonal se me hizo insoportable. No se acababa nunca, a pesar de las zancadas que me esforzaba en dar. Cuando por fin sonó el timbre del cambio de clase, me acerqué a la profesora, la felicité por su profesionalidad y le dije que sintiéndolo mucho tendría que buscarme otra escuela en la que poner a punto mi obsoleto esqueleto. Ja, ja... Ah, y obviamente, la profe no hizo ni el más mínimo amago por convencerme de lo contrario.

Ya ves, Helen, cómo tuvo que verse tu amiga. Durante una hora entera me sentí como un pez fuera del agua. ¡Qué bochorno! Así que, colorín colorado, el jazz quedó descartado (al menos hasta nueva orden). Lo que todavía hoy no puedo entender es cómo tuve el coraje de aguantar la clase hasta el final. Debe de ser por mi maldita manía de terminar todo lo que empiezo.

Y a ti, ¿qué tal te ha ido la reincorporación al trabajo? ¿Alguna novedad? Imagino que debes de tenerlo todo bajo control, en tu línea. Creo que eres la única de mis amigas que no entra en estado de *shock* cuando las vacaciones de verano llegan a su fin. Bueno, reina, ya me contarás detalles cuando nos veamos.

Dale un fuerte abrazo a Álex de mi parte.

Besos para ti,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 25 de octubre de 2014

**Para:** mts@gmail.com

**Asunto:** Cuánto sufrimos por nuestras hijas

Hola, Montse.

Espero que estés muy bien. Por mi parte, no puedo quejarme. Te estoy escribiendo porque anoche celebramos que Carlota ha cumplido 18 años y hoy, al despertar, todavía en la cama, mientras recordaba la cena, he pensado en ti. Creo que eres la amiga con la que más veces he compartido conversaciones sobre lo que llegamos a sufrir por nuestras hijas. Mi sensación es que, en esta cuestión, estamos cortadas por el mismo patrón. Es curioso porque, ilusa de mí, estaba convencida de que a medida que se fueran haciendo mayores, mi sufrimiento por ellas se iría reduciendo. Pues nada más lejos de la realidad, de hecho, ahora tengo claro que no solo no se resuelve cuando cumplen la mayoría de edad, sino que solo empeora. Y en realidad es lógico ya que cuanto más libertad de movimientos tienen y cuanto más se complica su vida, más motivos encontramos las madres para sufrir, ¿no? Siento darte esta mala noticia, Montse, porque no creo equivocarme al decir que tu forma de sufrir por Anna es parecida a la mía de sufrir por mis hijas.

¿Qué te parece? Carlota ya es mayor de edad. Bastante impresionante, la verdad. ¡Qué rápido han pasado estos dieciocho años! Recuerdo tan bien el momento en que rompí aguas, en mitad de la noche. Y lo asustada que llegué a casa con ella en brazos al cabo de tres días. Con lo bien cuidadas que estábamos las dos en el hospital. ¿Por qué no nos habían dejado quedarnos un par de días más? «Pero si yo no sé nada de bebés», recuerdo haber pensado. Te aseguro, Montse, que no fui del todo consciente de esa realidad hasta que estuvimos ella y yo solas en casa. Me moría de miedo al pensar en el parto y tuve pesadillas con partos terribles más de una noche, pero creo que no había dedicado ni un solo segundo a pensar en el día después. Y allí estábamos. ¡Carlota era tan pequeña! Me daba tanto miedo hacerle daño, que pasara

hambre, que se atragantara con la leche porque no hubiera hecho bien el eructo de rigor, que no supiera curarle bien el ombligo o que se me resbalara en la bañera... La dejé en su cuna, que había sido la mía, la de mis hermanas y también la de mis sobrinas, y me quedé un buen rato mirándola. Aquella primera semana fue de acoplamiento. Sobre todo, para mí. Recuerdo que de tanto en tanto iba a su cuarto para comprobar que seguía respirando. Los primeros días más seguido y, luego, de forma más espaciada. ¿Tuviste tú una reacción parecida? Y desde entonces... creo que no he parado de observarla y de preocuparme por cómo se encuentra, por lo que piensa y por lo que está sintiendo... hasta ahora.

Lo que sí es cierto es que te vas acostumbrando a relativizar tus miedos. Me acuerdo bien de las primeras noches en que Carlota salió hasta las tantas de la madrugada. Yo no era capaz de dormir hasta que, al llegar, entraba por la puerta de nuestro cuarto y me daba un beso de buenas noches. Ahora, por suerte, ya consigo dormirme, aunque sigo despertándome cada dos o tres horas, y no descanso del todo hasta que por fin las oigo llegar. Y me da tanta rabia no poder controlar esa reacción... Lo peor es que a mí siempre me ha gustado ir a discotecas y bailar hasta que los pies digan basta. Y cuando tenía su edad, volvía todo lo tarde que me autorizaban. Pero entonces era muy diferente, sobre todo en casa de mis padres y más siendo yo la hermana mayor. Sin embargo, no recuerdo haber visto sufrir así ni a mi madre ni a mi padre. Aunque, en realidad, mi madre ya me advirtió, cuando yo era todavía una adolescente, que con mi carácter y lo que sufría, iba a pasarlo fatal si un día decidía tener hijos. Y la verdad es que, una vez más, ella estuvo en lo cierto. ¿Por qué no tendré yo la pachorra que tienen algunas madres? Yo conozco a muchas que nunca han perdido ni un segundo de su vida sufriendo por sus hijos. Jamás ven el peligro. Y lo más frustrante es que ya he aprendido que sufrir no sirve de nada ya que lo que tenga que ser será. Creo que nunca te lo he contado. Una noche sonó mi móvil a las 5.15 h de la madrugada. El teléfono desde el que me estaban llamando era el de Carlota, pero la voz que me habló al otro lado de la línea no era la suya. Cuando en la pantalla de mi móvil vi quién me llamaba, sentí que el corazón se me salía de sitio. Pero, al escuchar que la voz que se dirigió a mí no era la de mi hija, el corazón se me paró en seco por unos segundos. Carlota se había clavado en el pie restos de cristales

que estaban en medio de la pista de baile, y con el susto y la sangre, se había mareado. Me vestí lo más rápido que pude, cogí las llaves del coche y me dirigí, intentando controlar la respiración, al sitio donde había quedado con su amiga. Enrique se quedó en casa con Claudia, que dormía plácidamente. Y al llegar al recinto de la discoteca, encontré a Carlota sentada en una de las grandes piedras que hay en la entrada del aparcamiento, rodeada de caras que me eran familiares. Eso me tranquilizó. La llevé al ambulatorio, donde le sacaron los pequeños trozos de cristal que se le habían quedado incrustados en el pie. Por suerte, no tuvieron ni que darle puntos. Y lección aprendida: aunque sea verano, a las discotecas, con botas.

La verdad es que antes de tener a Carlota, nunca había imaginado que ser madre implicase esta exposición permanente al miedo de ver sufrir a tus hijos y a la incertidumbre de si estaremos o no actuando de la forma correcta. Qué fastidio que nos haya tocado ser de este tipo de madres, ¿no? Pero, bueno, está claro que cada uno nace como nace, así que la única solución será que vayamos aprendiendo a adaptarnos. Mira qué bonito y qué bien creo que nos irá a las dos tener presente este poema de la madre Teresa de Calcuta. Acabo de recibirlo en uno de mis grupos de WhatsApp:

*Enseñarás a volar,  
pero no volarán tu vuelo.  
Enseñarás a soñar,  
pero no soñarán tu sueño.  
Enseñarás a vivir,  
pero no vivirán tu vida.  
Enseñarás a cantar,  
pero no cantarán tus canciones.  
Enseñarás a pensar,  
pero no pensarán como tú.  
Sin embargo...  
en cada vuelo,  
en cada vida,  
en cada sueño,  
en cada canción,  
en cada pensamiento,  
perdurará siempre la huella  
del camino enseñado.*



Pues eso, Montse. Dejemos que nuestras hijas vivan su vida. Seguro que de todo lo que les hemos intentado enseñar, algo les habrá quedado. Y dejemos de sufrir, porque sin querer podemos estar transmitiéndoles un miedo excesivo a vivir que no creo que sea bueno ni para ellas ni para nosotras. Lo más frustrante es que no podemos evitarles los problemas, ni tampoco los disgustos. Han de vivirlos, igual que los vivimos nosotras e igual que los vivieron nuestras madres y nuestras abuelas. ¿Y lo bien que sienta verlas felices? Creo que no hay mejor regalo posible para una madre, ¿estás de acuerdo? Ayer, durante la cena, no pude dejar de mirar a Carlota. Estaba radiante, con una sonrisa que iluminaba todo su rostro.

Y se la veía tan contenta con su regalo... Ahí tienes una idea para cuando Anna cumpla dieciocho. Le he escrito un libro con recuerdos y anécdotas de sus primeros dieciocho años de vida. En principio tenían que ser solo textos, pero uno de mis primos, el artista de la familia al que pedí que se encargara de maquetar el libro, insistió en alternar los textos con alguna fotografía. Me ha dado mucho más trabajo del que pensaba, te lo aseguro, porque soy un verdadero desastre con la organización de las fotos, pero ha valido la pena. Ha quedado muy bien. Y lo mejor es que Carlota tiene un regalo que es único. Solo hay un ejemplar. Y lo tiene su protagonista. ¿Qué te parece la idea? Si algún día decides regalarle uno a Anna, dímelo y te presento a mi primo Javier. Seguro que entre los dos construís un recuerdo único. Anoche fue tan emocionante observarla mientras leía su libro por primera vez. Hasta soltó alguna lagrimilla. ¡Uno de esos momentazos madre-hija que perdurarán para siempre en mi memoria! Y espero que también en la suya. Cuando se lo di, Enrique se mantuvo en segundo plano, con cara de felicidad. Anoche cenamos los tres solos porque Claudia estaba de colonias con el colegio y Carlota hoy tenía un examen. Así que lo celebraremos con toda la familia esta noche. Lo que no paro de pensar es ¿de dónde hubiera sacado el tiempo para escribirle el libro si su mayoría de edad hubiera coincidido con la etapa anterior de mi vida? Porque era una idea que yo tenía entre ceja y ceja desde hacía muchísimo tiempo. Llevaba años y años guardando Post-its en una libreta. En ellos iba anotando fechas, anécdotas, frases... para estar segura de que no iba a olvidar nada relevante. La verdad es que nunca me he fiado demasiado de mi memoria. No soy capaz de explicarte lo mucho que he disfrutado

escribiéndolo: sin prisas, recordando y saboreando momentos que es posible que cuando sucedieron me pasaran algo desapercibidos y que ahora, mientras los estaba inmortalizando por escrito, me han parecido de lo más relevantes. Y Carlota podrá leer, siempre que le apetezca, las anécdotas de los primeros años de su vida. Y también los consejos madre-hija que me aventuré a escribirle en las últimas páginas. De momento, he de decirte que mi hija mayor ha colocado el libro en su mesilla de noche, al lado de sus libros más preciados, así que, no sabes lo feliz que, sin ser consciente, ha hecho a su madre...

Bueno, Montse. Ya me avisarás el día que creas que hay alguna buena obra de teatro para ir a ver con nuestras hijas. Aprovechemos mientras todavía acepten hacer planes con sus madres. Con Carlota, ya está empezando a costarme un poco más...

Que pases un muy buen fin de semana.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 13 de noviembre de 2014

**Para:** teresite@gmail.com

**Asunto:** Feliz de haberte recuperado

*Bom dia, Teresinha.*

Acabo de llegar a casa sana y salva, y sin ningún retraso. Quería decirte lo feliz que he vuelto de este viaje. Has recuperado tu sonrisa. Es verdad que todavía no con la frecuencia que siempre te ha caracterizado, pero, por lo menos, la hemos podido ver más de una vez al día. Y por fin has dejado de ir tapada a lo Demis Roussos. Me encanta tu nuevo *look*: se te ve moderna y rejuvenecida. El corte de pelo y las mechas te favorecen. Y el apartamento que has alquilado es perfecto. Es justo lo que necesitabas: mucha luz y espacios diáfanos. Además, qué bonita vista de Lisboa. Estoy de acuerdo en que el alquiler es un poco caro, pero, mientras puedas pagarlo, yo me lo tomaría como una buena inversión, una excelente contribución al tratamiento terapéutico. Y, por fin, no hay ni un solo recuerdo de él, ni a la vista, ni escondido en los rincones más insospechados de tu vivienda.

Ahora ya te lo puedo contar. Cuando fui a verte a Madrid, estaba llena de dudas sobre si mi visita serviría o no de algo. Pretendía ayudarte, pero no tenía ni idea de cómo hacerlo. La tristeza de tu rostro cuando me recogiste en el aeropuerto es una imagen que difícilmente lograré borrar. En ese momento, mis dudas sobre si conseguiría hacer algo por ti se multiplicaron por mil. Pero me convencí a mí misma de que sí, de que seguro que habría alguna manera. Ya se me ocurriría cómo. Fueron días difíciles, pero, entre lágrimas y sollozos, y alguna que otra copichuela de vino, no hicimos un mal trabajo, ¿no? ¿Todavía conservas la libreta azul, con hojas de cuadros, donde anotamos los detalles de la que sería tu hoja de ruta?

Yo recuerdo ese día como si fuera hoy. La escena de las dos sentadas en el sofá de la terraza de tu casa, con las tres meninas, en sus respectivas peanas, mirándonos desafiantes, como si estuvieran dudando de si lo

conseguiríamos o no, no ha dejado de repetirse desde entonces. Por cierto, ¿dónde están? Te quedarían genial en tu nueva terraza lisboeta. Visto con perspectiva, se ve fácil, ¿verdad? Pero te aseguro que cuando nos sentamos y te vi intentando sonreír, libreta y boli en mano, pensé: «¿Y ahora, qué? ¿Y si no eres capaz de ayudarla a definir todo lo que ha de hacer y en qué orden es mejor que lo haga?». Pues sí, lo conseguimos, y al cabo de un par de horas, tú ya tenías los deberes claros y sabías por dónde empezar a partir del siguiente lunes. Así que, ja, ja... Las meninas debieron de quedarse con dos palmos de narices. Pero ¿sabes, Teresa?, en cuanto terminamos, me desfondé en el sofá y volvieron mis dudas: ¿debía quedarme unos días más?, ¿tendrías fuerzas para hacerlo todo tú sola? Estos pensamientos no pararon de taladrarme durante el resto del día. Por suerte, tú ya tenías bastante con lo tuyo así que no creo que te percataras de la empanada mental que llevaba tu amiga. Al final me convencí a mí misma de que sí que podrías. Y así fue. Cumpliste a rajatabla con lo planificado y empezaste el verano, con tus hijos, en Lisboa. ¡Muy bien hecho, Teresa! Por cierto, acabo de darme cuenta de que nunca te he preguntado qué es lo que hiciste primero: ¿localizaste a un especialista en temas fiscales de Lisboa o contactaste con una inmobiliaria de Madrid?

Sé que esta etapa de tu vida no está cerrada del todo. Así que es importante que no bajes la guardia, que estés preparada para los días difíciles que seguro llegarán, posiblemente cuando menos te lo esperes. Además, estoy convencida de que ahí se te hará todo mucho más llevadero. Tener cerca a tus incondicionales hermanos y a tus amigas de la infancia va a ser tu seguro de vida. Acuérdate de llamarles los días que al despertar notes que la vida te pesa y estés tentada de no levantarte de la cama. Recuerda que en la ciudad que te vio nacer no estás sola. Ya no estarás nunca más sola. Has sabido cuidar muy bien de los que te quieren, así que aquí nos tienes a todos al pie del cañón para cuando nos necesites.

Ya sé que mal de muchos, consuelo de tontos, pero me parece que ha llegado el momento de compartir contigo la experiencia por la que acaba de pasar una de mis clientas, portuguesa como tú, también casada con un portugués, que ha sido víctima de una traición matrimonial similar a la tuya. Ella, sin embargo, está viviendo un desenlace bastante más dramático: no puede volver a Lisboa. Lleva más de cinco años viviendo en São Paulo, donde

se trasladó con sus cuatro hijos cuando su marido fue promocionado por la empresa en la que trabajaba. El problema es que la legislación de Brasil prohíbe que la madre se lleve a sus hijos a un país distinto de aquel en el que reside el padre, sin una autorización expresa del progenitor. Y el muy... se niega a firmársela. La pobre tendrá que vivir en una ciudad que no es la suya, a la que fue con el único objetivo de facilitar la vida de su familia, hasta que su hija menor sea mayor de edad. No podrá volver a Lisboa hasta dentro de nada más y nada menos que trece años, o lo que es lo mismo, tendrá que vivir 4.680 días en una ciudad y en un país que están a demasiada distancia de los suyos. Vaya tortura, ¿no te parece?

¡Qué poco conscientes somos las mujeres y, claro, también los hombres, de los vaivenes que puede sufrir nuestra vida! Ten por seguro que si Carlota o Claudia deciden tener hijos con un extranjero o, emparentadas con alguien de aquí, deciden irse a vivir a cualquier otro país, les recomendaré, con insistencia, que se informen de lo que la legislación de su nuevo destino dictamina en caso de relaciones fallidas con hijos. La única alternativa que veo a las situaciones en que hay que realizar algún movimiento geográfico con hijos de por medio es la firma de un contrato de intenciones, previo al traslado familiar, de lo que la pareja acordaría en el supuesto de una eventual ruptura. Y que lleguen al acuerdo que más les convenga, ellas y ellos sabrán. Sé que estos documentos no son infalibles y que posiblemente, llegado el momento, el juez que se ocupase del caso resolviese en contra de lo preacordado por los padres, alegando, por ejemplo, el legítimo interés del menor. Pero, por lo menos, lo habrán hablado con su pareja cuando todavía había amor y respeto entre ellos. Y qué bonito sería poder romper ese contrato, cuando haya dejado de ser útil, brindando por haber conseguido llegar juntos tan lejos. ¿Estás de acuerdo conmigo? ¿Crees que tu amiga se ha vuelto loca de remate?

Cuídate mucho y, por favor, deja que te cuiden.

*Beijinhos,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 25 de noviembre de 2014

**Para:** srm@hotmail.com

**Asunto:** Aventura literaria

Hola, Reig.

¿Qué tal te va la vida? Imagino que, en tu línea, triunfando tanto con los contactos que seguro que estarás haciendo como con los nuevos proyectos e ideas que ya debes de haber identificado en las últimas ferias. ¿Cómo te fue en la de Frankfurt? Cuando nos veamos, has de contármelo todo, ¿vale?

He decidido escribirte porque no sé cuándo será tu próximo viaje a Barcelona, ni cuándo podré ir yo a Lisboa y quería que mi amiga más literaria fuera la primera en saber la decisión que acabo de tomar: me he matriculado en un curso de narrativa en la Escola d'Espectura de l'Ateneu Barcelonès. Ja, ja, ja... Me encantaría ver la cara que has puesto. Sí, sí..., lo has leído bien: estoy decidida a aprender a escribir.

Hace mucho tiempo que archivé un recorte de periódico que hablaba muy bien de la Escola d'Espectura en mi carpeta de *Cosas por hacer* (en la que he ido guardando todo aquello que se cruzaba en mi camino y que pensaba que me gustaría hacer cuando tuviera algo de tiempo).

Y, ya ves, esta actividad es la primera a la que le ha llegado el turno. El detonante ha sido la investigación *Cómo son, qué piensan y cómo se sienten las mujeres*. Me gustaría escribir las conclusiones a las que lleguemos, cuando empecemos a tener los resultados, de la forma más literaria que me sea posible. Y, en este momento, soy consciente de que mi formación en el ámbito de las humanidades, en general, y de la literatura, en particular, es del todo insuficiente para afrontar con dignidad este nuevo reto que se me plantea. Si mi memoria no me falla, lo último que estudié en el campo de las letras fue filosofía, cuando hice el COU de ciencias puras de nuestra época. ¡Y ahora están planteándose quitarla de muchos bachilleratos! Así que los futuros estudiantes de algún bachillerato de ciencias tendrán todavía menos

conocimientos de humanidades que los que tuve yo. Qué error tan grave, ¿no te parece? Más aún si tenemos en cuenta lo útil que es saber, sobre todo cuando eres joven, cómo ha ido evolucionando a lo largo de la historia la búsqueda de la verdad y del bien entre los referentes de las distintas escuelas. Estoy convencida de que la filosofía contribuye a mejorar no solo nuestra cultura sino también a nosotros como seres humanos.

En realidad, durante los veinticinco años en que he sido consultora, he redactado muchas propuestas de colaboración; he escrito comentarios para describir miles de gráficos en los documentos que entregábamos a nuestros clientes y he sintetizado en conclusiones los principales aprendizajes a los que habíamos llegado. Tú te habías hartado de leer informes de PRM, tanto cuando trabajabas en Madrid como cuando te trasladaste a vivir a Lisboa, y creo que eran claros, ¿no? Sin embargo, estoy convencida de que no es lo mismo escribir sobre cuestiones objetivas del mercado que describir sentimientos o tratar temas tan personales y delicados como los que tenemos previsto investigar sobre la vida de las mujeres.

Pero, por fortuna, ha llegado el momento de resolver esta carencia. Las clases empiezan a mediados del próximo mes de enero. Así que, hasta el día en que, si todo va bien, me pondré a redactar las conclusiones de la investigación sobre las mujeres, tengo tiempo de sobra para poner en práctica todo lo que mis profesores de narrativa me vayan enseñando. Además, no sabes lo que me apetece volver a las aulas como alumna.

Te mantendré informada y, no dudes que, si no te molesta, te iré pidiendo consejos cuando vaya haciendo mis primeros pinitos.

Acuérdate de avisarme con tiempo de las fechas de tu próxima visita a la Ciudad Condal. Así nos aseguramos de que, por lo menos, podremos tomar un café.

*Molts petons,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 27 de enero de 2015

**Para:** srm@hotmail.com

**Asunto:** Mi segunda clase de narrativa

Hola, Reig.

¿Qué tal va la entrada de año? Por mi parte, como te prometí, aquí estoy con noticias frescas sobre el curso de narrativa en el que me he inscrito. Ya llevo dos sesiones. El martes pasado tuvimos la primera clase y hoy, la segunda. De momento me parece muy interesante y ya soy plenamente consciente de lo mucho que voy a tener que trabajar si pretendo llegar a buen puerto en esta nueva aventura. ¿Sabes qué fue lo primero que nos dijo el profesor, solo empezar la clase del primer día?

—Para escribir bien, es imprescindible haber leído mucho.

Pues ya ves, Silvia..., sin darse cuenta Pau me mató, en el minuto cero de la primera sesión, delante de once desconocidos. ¿Cómo voy yo a pillar este tren? ¿A estas alturas? Bueno, a ver qué consigo. No se puede tirar la toalla antes de empezar, ¿no? De momento, leeré los tres libros de lectura obligatoria en este curso: una novela corta, una novela larga y un libro de cuentos.

Volviendo a la clase de esta mañana: hemos empezado a corregir nuestros primeros relatos. El ejercicio consistía en escribir un texto que mostrase el sentimiento del personaje, sin que en ningún momento se dijese de qué sentimiento se trataba. La semana pasada Pau asignó un sentimiento a cada alumno, en papeletas ciegas, de modo que cada uno de nosotros solo sabía el que le había tocado a él. He pensado que te divertiría leer lo que he escrito. A ver si averiguas cuál es el sentimiento de mi personaje. Ah, y por supuesto, la que te envío es la versión corregida. Ja, ja... No creas que me ha salido así a la primera. Acabo de terminar de hacer los innumerables cambios que me han sugerido hoy en clase:



*Suena el despertador. Berta desliza su extremidad superior derecha. Lo acalla con un certero toque. Se acurruca bajo el edredón. Esta mañana, el cuerpo no se lo está poniendo nada fácil. Qué mal me sienta dormir tan poco, piensa. Nunca más cogeré el último vuelo de vuelta desde Lisboa. Siempre está retrasado.*

*Sale con torpeza de la cama. ¡Ay! Se ha dado un puntapié en el dedo meñique del pie derecho. Se dirige al cuarto de sus hijos. Están enfrascados en una intensa pelea. Llega a tiempo de evitar que el mayor estire del pelo a la pequeña. Regresa a su cuarto. Se ducha. Abre su armario. Hoy toca el kit de la percha tres. Se coloca cada pieza en su sitio. Va a la cocina. Saca dos bocadillos del congelador. Hoy, de manchego. Suben los tres al coche. Deja a los niños en la puerta del colegio cinco minutos antes del primer timbre. ¡Gracias, tráfico! Se dirige a la gasolinera. Hay cola en los cuatro surtidores. Hoy deben de estar regalando la gasolina. Ya de camino al despacho, llama al pediatra. A la peque le duelen los oídos. Suerte que les han hecho un hueco para mañana.*

*Aparca el coche. Entra en el bar. Necesito un café y algo sólido. Hoy no hace falta que sea sano. Un donut será perfecto. Ojea el periódico. Mientras, va planificando la jornada que está a punto de empezar. Pide otro café.*

*A las 9.30 h llega al despacho. Quedan quince minutos para la primera reunión. Suficiente para responder algún mail. La mañana transcurre de reunión en reunión. ¿Cómo pueden ser ya las 14.15 h? Iré a la tintorería, compraré un par de paquetes de Marlboro Lights y luego comeré algo rápido.*

*A las 14.50 h ya está de vuelta. Comprueba que está todo preparado para la reunión de las 15.00 h. Siente flojera y le duele la cabeza. Se toma un Espidifén. O la migraña o yo.*

*Reunión de urgencia. Un cliente tiene un imprevisto. En tres horas consiguen preparar la información que necesita. La envían a las 20.00 h. Confirman que la han recibido y apagan ordenadores.*

*De regreso a casa, llama a su madre. Hace por lo menos una semana que no habla con ella. ¡Seré mala hija!*

*Lo que queda de Berta entra por la puerta de su dulce hogar. ¡Mis pilas ya no aguantan cargadas ni hasta el jueves! La peque se le acerca corriendo.*

*—¿Me secas el pelo, mami?*

*—Claro que sí, cariño. Prepara el secador. Dejo el bolso en mi cuarto, bebo un vaso de agua, hago pipí, me cambio y voy.*

*—Vale.*

*Lo que Berta ve en la cabeza de su hija la deja petrificada. Suerte que repuse la loción el día siguiente de haberla usado. Habrá que aplicarla, dejarla media hora, volver a lavar el pelo y extraer una por una las liendres que hayan sobrevivido al exterminio. Durante noventa minutos, que se le hacen eternos, libra una doble batalla: contra las resistentes liendres y contra sus pesados párpados.*

¿Qué, Silvia?, ¿has adivinado cuál era el sentimiento de Berta? Me tocó describir el cansancio. No sabes la suerte que tuve. Si hubiera tenido que hablar de la piedad, del aburrimiento, de la melancolía o de cualquiera de los otros ocho sentimientos que Pau nos asignó, no habría sabido por dónde empezar. Te lo aseguro. Pero de cansancio las mujeres sabemos un rato largo, ¿verdad?

La intervención de uno de mis compañeros de clase, el más joven, justo cuando hemos terminado de leer mi texto, me ha dado mucho que pensar:

—Vaya, pobre mujer. Pero qué vida tan dura. Yo no podría.

Qué curioso. Hasta ese momento no había sido consciente de que tal vez mi ritmo de vida, el que yo había intentado proyectar en Berta, no fuera el más habitual. Simplemente, me sentía cansada, de hecho, muy cansada, pero no diferente a los demás. ¿Será que lo que hacemos durante un largo período de tiempo acabamos considerándolo lo más normal del mundo? Qué peligroso, ¿no? Lo que no le aclaré, ni a él ni a ninguno de mis nuevos compañeros, es que, durante los dieciséis años en los que luché por conciliar lo mejor posible la maternidad con mi trabajo remunerado, mis días laborables se habían parecido bastante al de Berta.

Ah, y casi se me olvida, en clase, además de los libros de lectura obligatoria, nos han recomendado uno de poesía, por lo que, claro, automáticamente he pensado en ti: la antología de poesías *Gebre i sol*, de Robert Frost. ¡Ojalá no lo hayas leído!

*Molts petons,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 19 de febrero de 2015

**Para:** teresite@gmail.com

**Asunto:** Nuevas vivencias

*Boa noite, Teresinha.*

Hoy me he acordado mucho de ti. He pasado el día con Cuca. La he recogido en la puerta de su casa a las 11.00 h de la mañana y hemos estado paseando por la ciudad, mirando escaparates, parándonos a admirar las fachadas de algunos de los edificios modernistas de Barcelona, entrando en las tiendas que nos apetecía y hablando sobre lo divino y sobre lo humano. Solo nos faltabas tú. Que sepas que he aprovechado muy bien el tiempo: me he regalado unas botas negras, de media caña, forradas de piel y un bolso de flores de colores. Ambos habían conseguido sobrevivir a las dos anteriores rebajas. No sabes lo bien que me ha sentado poder aprovechar las terceras. El bolso lo habían diseñado para mí, te lo aseguro. No sé quién más puede atreverse con una pieza tan llamativa y tan enorme. Incluso es un poco absurdo porque pesa, aunque esté vacío. Pero, cuando lo veas, entenderás que no haya podido resistirme. Luego, nuestros pies han dicho basta y nos hemos parado a comer una hamburguesa con patatas fritas y ensalada en un restaurante que acaba de inaugurar una amiga de Cuca cerca del Paseo de Gracia. Desde nuestra mesa de mármol redonda, casi pegada a las relucientes vidrieras que separan el local de la calle, podíamos ver a los peatones circular en ambas direcciones y a ritmos muy diferentes. Observar a la gente que pasa por delante de mí es una costumbre que adquirí en los aeropuertos, para matar el tiempo en las interminables horas de espera. Ja, ja... Juego a adivinar qué relación tienen entre ellos. Y me quedo encantada, porque evidentemente nadie me lleva la contraria. Pero, sabes, Teresa, como hoy no tenía que matar el tiempo sino solo disfrutarlo, el juego que he compartido con Cuca, siendo el mismo de siempre, ha sido tan distinto... Y una vez más me he dado cuenta de lo

asquerosamente determinantes que son nuestro estado de ánimo y nuestro estrés sobre cómo vivimos y cómo nos enfrentamos a todo lo que nos sucede. Mi juego de aeropuerto hoy ha sido tan relajante...

Después de apurar las últimas gotas de nuestros cafés nos hemos puesto en marcha de nuevo, con el mismo ritmo de la mañana: sin prisa, pero sin pausa. Qué agradable ha sido pasar todo el día juntas, sin un plan concreto y con flexibilidad total tanto de horarios como de actividades. No sé cuántos kilómetros debemos de haber andado. Un día tengo que calcularlo. Sé que hay una aplicación del móvil con la que se puede hacer. Pero antes tendré que averiguar con Carlota o con Claudia cómo funciona.

La verdad es que esto de la vida sin plazos de entrega está resultando increíble. Y lo mejor es que los dolores de cabeza y el malhumor constante están empezando a remitir. Y, además, no te puedes ni imaginar, Teresa, la de cosas peculiares, por lo menos desde mi punto de vista, que ha hecho tu amiga desde que empezó este período sabático. Lo mejor es que he podido aceptar invitaciones que hasta la fecha, por exigencias del guion, me había visto obligada a declinar. Y, como ahora tengo tiempo, pues me apunto a todas las que puedo. Y, ¿sabes?, a pesar de que hay algunas que no tengo intención de repetir nunca más, a menos que sea para hacerle un favor a Enrique, a mis hijas, a mis padres, o a alguna de mis amigas o amigos, estoy encantada de haber podido experimentarlas, por lo menos una vez.

La primera ocasión en que pensé «¡qué pasada!» fue el día que acompañé a mi madre a la inauguración de una exposición en una galería de arte. Por lo visto, el pintor es muy amigo de una de sus amigas. A ella la habían invitado a la sesión matinal y podía ir con un acompañante. Como acostumbra a hacer cuando recibe una invitación a un acto al que mi padre seguro que no irá, nos la ofreció a mis hermanas y a mí. Y, por fin, esta vez, su primogénita pudo decirle que sí. Yo sería su acompañante. El día en cuestión ya empezó bien distinto. No sabes lo extraño que me resultó recoger a mi madre, en su casa, un día laborable, a media mañana. Si mi memoria no me falla, el artista inauguraba la exposición con unas palabras a las 12.00 h, así que debí de recogerla sobre las 11.15 h. En lo que a los cuadros respecta, si te soy sincera, no tengo mucha opinión, ya sabes que yo no sé nada de arte. Creo que a ti te gustaría. Si cuando vengas a Barcelona todavía está, te acompañaré a verla.

Así podré tener la opinión de una verdadera experta. Al salir de la galería, mi madre me invitó a comer en un restaurante que estaba por la zona. Y esta parte del día sí que fue una gozada. No recuerdo que ella y yo hubiéramos ido nunca antes, las dos solas, a un restaurante. ¡Fue tan agradable disfrutar de una conversación, mano a mano, sin prisas y en torno a una buena mesa! Mi madre hasta pidió una cerveza. Acabo de caer en la cuenta de que ese día marcó el inicio de una nueva etapa en nuestra relación madre-hija.

Con mi madre, me he apuntado también a un plan que instauraron, hace un par de años, ella, mi tía Cecilia y mi tío Carlos. Me lo habían propuesto muchas veces, pero acostumbraba a coincidirme con alguna presentación, o al día siguiente tenía que levantarme de madrugada para coger un avión o me pillaba en la otra punta del mundo. En fin, que con una vida de acá para allá como la que yo llevaba, cómo iba a encajar un plan de teatro. Es una de las cosas que, hace años, decidí aparcar hasta nueva orden. No sé si te lo he contado alguna vez: aquella nefasta noche, de un frío viernes de invierno, me quedé dormida, en una de las butacas de la parte central de la primera fila del teatro a la vista de los pobres actores que habían tenido que seguir actuando sin poder siquiera insultarme. Pero ahora sí, me ha llegado el momento: cada dos o tres meses, más o menos, uno escoge la obra e invita al resto. Cuando la función ha terminado, vamos todos juntos a beber una cerveza con alguna que otra tapa, dependiendo del hambre, y comentamos la jugada. Algunas veces se apunta la novia de mi tío, otras la hermana de mi tía y en contadas ocasiones, alguna de mis hermanas. Ya ves, Tere, mi tío Carlos siempre rodeado de mujeres. Qué lástima que a tu querido amigo Enrique este plan no le interese lo más mínimo. Bueno, mi padre y él pertenecen, en este ámbito, a la misma tipología, así que yo ya estoy medio curtida. De hecho, después de unos cuantos disgustos, y de malgastar energías sin ningún éxito, he aprendido a verle las ventajas. ¿Que cuáles son? Pues que puedo disfrutar de un rato para charlar con calma con mi madre y con mis tíos, sin tener que estar pendiente de cómo lo está pasando mi chico.

Con Emma he ido un par de veces a unos cursos de cocina a los que ella suele asistir. Para qué te voy a engañar, lo que más me divierte es la segunda parte, cuando nos sentamos todas a la mesa (hasta hoy no he coincidido con ningún asistente varón) a comer los platos que hemos cocinado. No sabes lo

que nos reímos, Emma y yo, imaginando cómo nos quedarían las recetas si un día nos aventuráramos a ponerlas en práctica nosotras solas. Por el momento, nada más lejos de mi intención.

Y he podido reencontrarme con María: la señora que nos cuidó a mis hermanas y a mí cuando éramos pequeñas. El mes que viene cumple 93 años y a pesar de que sigue siendo autónoma, como está completamente sola en la vida, hace ya unos diez años que vive en una residencia. En mi etapa de vida anterior, a duras penas conseguía ir a verla una vez al año. Sin embargo, ahora puedo ir a visitarla más a menudo e incluso puedo acompañarla al hospital cuando tienen que hacerle alguna revisión. Al principio se me hacía muy cuesta arriba, te lo aseguro. Me recordaba demasiado a los últimos meses que pasamos con la madre de Enrique. Qué duro es recogerlas en la sala de la televisión, o en el salón de actividades, o en el jardín, donde su silla de ruedas suele estar junto a la de otras mujeres que a veces están incluso peor que ellas. ¿Cómo deben de sentirse? A María nunca se lo he preguntado. Y dudo mucho que se lo pregunte. A Consuelo tampoco se lo pregunté. Al igual que mi suegra, María siempre me recibe con una sonrisa. Ojalá, cuando me llegue el día, yo también consiga ser tan agradable y agradecida como ellas. ¿Sabes una cosa curiosa de María? Le gusta mucho más hablar ella que escucharme a mí. Me cuenta historias de su infancia y de su adolescencia. Muchas veces me habla de su hermana la pintora, que ya murió, y de su padre, que también falleció. Y alucino con lo lúcida que está para su edad. El último día que fui a visitarla me regaló un ejemplar del libro que había escrito durante una época en la que vivió con su hermana en París. Incluso me lo dedicó. Está en mi mesilla de noche, a la espera de que termine el que estoy leyendo ahora. ¿Sabes qué es lo mejor? Lo bien que me siento al poder hacerle un poco más de compañía que antes.

¿Y sabes cuál es mi día preferido? El martes. Enrique y yo hacemos lo posible por pasarlos juntos. Hemos decidido conocer bien nuestra ciudad y disfrutar de los planes que hasta la fecha solo solíamos hacer cuando estábamos de viaje: vamos a museos, a exposiciones, visitamos los edificios más interesantes de Barcelona, damos largos paseos por los barrios del casco antiguo y aprovechamos para comer en alguno de los muchos bares o

restaurantes de Barcelona que no conocemos. Cada semana, al que le toca el turno, escoge local e invita al otro. ¿Qué te parece? Sí, lo sé, soy una privilegiada.

Bueno, querida, ya ves que tu amiga está saboreando la vida desde otras perspectivas a la vez que está empezando a encontrarse mucho mejor. Antes de despedirme, que sepas que hoy, a medio día, Cuca y yo hemos brindado por ti así que espero que te haya llegado algún tipo de onda magnética positiva. Por cierto, hemos calculado que hace más de tres meses que no nos vemos. A ver cuándo consigues organizarte para venir a pasar un par o tres de días a casa. Vaaaaaaa, así podremos repetir la experiencia de hoy, pero esta vez las tres juntas. ¿Me prometes que lo madurarás con tu agenda y con tu almohada?

Cuídate mucho y, sobre todo, ¡deja que te cuiden!

*Beijinhos,*

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** miércoles, 13 de mayo de 2015

**Para:** ania.spk@bpdistribution.com

**Asunto:** Investigación en marcha

*Dzien dobry, Ania.*

¿Qué tal estás? Espero encontrarte en plena forma. Tenía muchas ganas de hablar contigo. Debe de hacer por lo menos un año desde nuestro último encuentro en Varsovia y no estoy acostumbrada a que pase tanto tiempo sin tener noticias tuyas. ¿Sabes cuántos años hace que nos conocemos? Hasta hoy, no me había parado a contarlos. Pero ahora ya lo sé. Acabo de ir al cajón donde guardo las agendas de todos mis años de trabajo y después de un buen rato he localizado lo que buscaba: el día de nuestra primera reunión en vuestras oficinas de Poznań. ¿La recuerdas? He tenido que remontarme hasta la agenda de 2001. Pues eso: que hemos trabajado juntas durante nada más y nada menos que catorce años. No está mal, ¿no?

Al ponerme a escribirte, lo primero que me ha venido a la cabeza ha sido la última vez que nos vimos. Ese día no caí en decírtelo, pero para mí fue muy especial ya que sabía que, si no sucedía nada que estuviera fuera del guion, tardaríamos mucho tiempo en volver a vernos. Incluso pensé que era muy posible que no volviéramos a tener la oportunidad de encontrarnos en persona. Me gustó mucho que consiguiéramos cenar, las dos solas, en aquel restaurante del parque. Fue entrañable poder charlar sin interrupciones de nuestras cosas y de cómo imaginábamos que sería la vida con un poco más de tiempo para nosotras. Te agradezco mucho que me regalaras unas horas del escasísimo tiempo que sé que tienes para disfrutar de tu pequeñajo. ¡Qué dura es esta parte del día a día de las mujeres que hemos sido madres y estamos activas en el mercado laboral con horarios interminables!, ¿verdad? A estas alturas de la vida tengo muy claro no solo que no hay nada que sea gratis, sino también que todo no se puede tener.

Ahora que lo pienso, creo que nunca te he dicho lo mucho que me impresiona la valentía y el ingenio con los que has ido adaptando tu vida personal a los drásticos cambios que BP Distribution te ha ido exigiendo. ¡Qué valiente fuiste cuando aceptaste trasladarte de Poznań a Varsovia! ¿Cómo has conseguido conducir, desde entonces, durante casi tres horas todos los viernes de ida y cada domingo de vuelta? ¿Y cómo debías de sentirte los domingos por la tarde en el momento en que tenías que despedirte de tu marido? A mí me parece un sacrificio enorme y siempre me he sentido muy afortunada por no haber tenido ni que plantearme algo así. Lo encuentro durísimo. Y, cuando fuiste madre, qué ingeniosa me pareció la idea de contratar a tu prima para que se fuese a vivir contigo y con tu bebé a Varsovia. Así que, olé, olé, Ania, una vez más, en tu línea, mataste dos pájaros de un tiro: tu bebé estaría en buenas manos y una «nini» de tu familia tendría por fin una buena ocupación. ¿Y la gran responsabilidad con la que has ido abrazando los compromisos laborales que te han ido proponiendo? ¿Cómo, si no, te hubieran ido ascendiendo como lo han hecho? Acabo de recordar una situación que tú llevaste con total naturalidad y que, desde mi punto de vista, no puede ser un mejor ejemplo de tu nivel de compromiso con BP Distribution. ¿Recuerdas el día en que tu bebé, tu teta y tú presidíais la mesa de la sala de juntas del hotel de Poznań, cada vez que Theo tenía hambre? Nunca olvidaré la imagen de tu prima trayéndote a Theo, desde la sala contigua que les habías reservado. Para ti debía de ser obvio que el grupo BP Distribution no tenía que salir perjudicado por el hecho de que tu hijo hubiera decidido venir a este mundo justo en el momento en que cada año celebrábamos nuestra reunión anual de planificación. Así que cuando llegó la fecha, en medio de tu baja por maternidad, para allá que nos fuimos, todos a Poznań, nuestro equipo desde Barcelona y el tuyo desde Varsovia. ¿Cuántas mujeres en tu situación crees que hubieran actuado como lo hiciste tú?

Bueno, bueno... voy a dejar de enjabonarte. Como te prometí, aquí van mis primeras impresiones sobre este período sabático en el que me encuentro. Ya llevo ni más ni menos que ocho meses, ¿qué te parece? Los primeros días no fueron nada fáciles, Ania, te lo aseguro. Pasar de no disponer de un segundo libre al día, durante casi veinticinco años, a levantarme por la mañana y no tener nada urgente en la agenda de ese día, ni tampoco al día

siguiente, ni al otro, era muy desconcertante. Y lo de ordenar armarios no me apetecía lo más mínimo, ni creía que fuera lo más indicado para iniciar mi proceso de recuperación. Nunca antes, con excepción de cuando de Pascuas a Ramos caía enferma, había estado tantas horas seguidas en casa. La verdad es que se me caía encima. Sin embargo, ya tengo una sensación muy distinta. Ahora disfruto a diario de este regalazo que me ha concedido la vida. Y lo más importante es que la cabeza ha dejado de dolerme y mi pelo, no solo ya no se cae, sino que en algunos sitios está incluso creciendo con fuerza.

He de confesarte que, de mi vida anterior, lo único que echo de menos son las maratónicas sesiones de trabajo con clientes como tú, en las que además de emplearnos a fondo en lo que teníamos entre manos, aprovechábamos las pausas o las comidas para ponernos al día de nuestras experiencias y de la visión que cada uno tiene del mundo, por suerte no siempre coincidentes. Todavía recuerdo lo que nos contabas en nuestros primeros encuentros sobre la vida de tus padres y abuelos y sobre cuál estaba siendo la reacción de la sociedad polaca, sobre todo de los jóvenes, en la incipiente era poscomunista. ¡Qué interesante! Te garantizo que nada que ver con lo que cualquiera de nosotros había aprendido en las clases de historia. Todavía hoy me da mucho que pensar una de tus frases: «Muchos prefieren lo de antes: nadie pasaba hambre y todos tenían un puesto de trabajo que, además, les permitía llegar a casa a las 6.00 h de la tarde». ¿Sabes que, desde entonces, ya he escuchado en más de una ocasión frases similares?...

Y ahora una novedad que creo que te hará ilusión: estoy en plena fase de diseño de una investigación que tiene por objetivo cuantificar cómo son, qué piensan y cómo se sienten las mujeres en España. Sí, sí..., te lo estás imaginando bien: la idea es investigar a las mujeres utilizando las mismas metodologías y técnicas que todos estos años hemos utilizado para ayudar a BP Distribution a entender los diferentes mercados en los que operáis. ¿Crees que con este tipo de información sobre el mundo de las mujeres conseguiremos tomar mejor nuestras decisiones? Yo soy optimista. Si estas metodologías os han sido útiles a vosotros y al resto de los clientes de PRM durante más de treinta y cinco años en casi cuarenta países, ¿por qué no habrían de ayudar a las futuras generaciones de mujeres, entre ellas la de mis hijas y mis sobrinas, a decidir mejor lo que les conviene y lo que no?

Es emocionante haber conseguido poner en marcha un proyecto que ha rondado por mi mente durante, por lo menos, los últimos cinco años. Los pobres consultores y consultoras de PRM que han viajado conmigo a lo largo y ancho de este mundo deben de estar hartos de las veces que les he contado mis planes en relación con este estudio. Voy a poder hacerlo gracias a la generosidad del actual socio director de PRM que ha decidido involucrarse *pro bonus*. ¡Me siento tan afortunada! ¿Me guardas un secreto? El primer día que me senté con los miembros del equipo de PRM que iban a participar en la investigación, el corazón se me aceleró y un par de traicioneras lagrimillas salieron disparadas sin haber solicitado autorización. No se me ocurrió nada mejor que volverme con disimulo y ponerme a escribir en la pizarra que preside la sala de reuniones en la que estábamos.

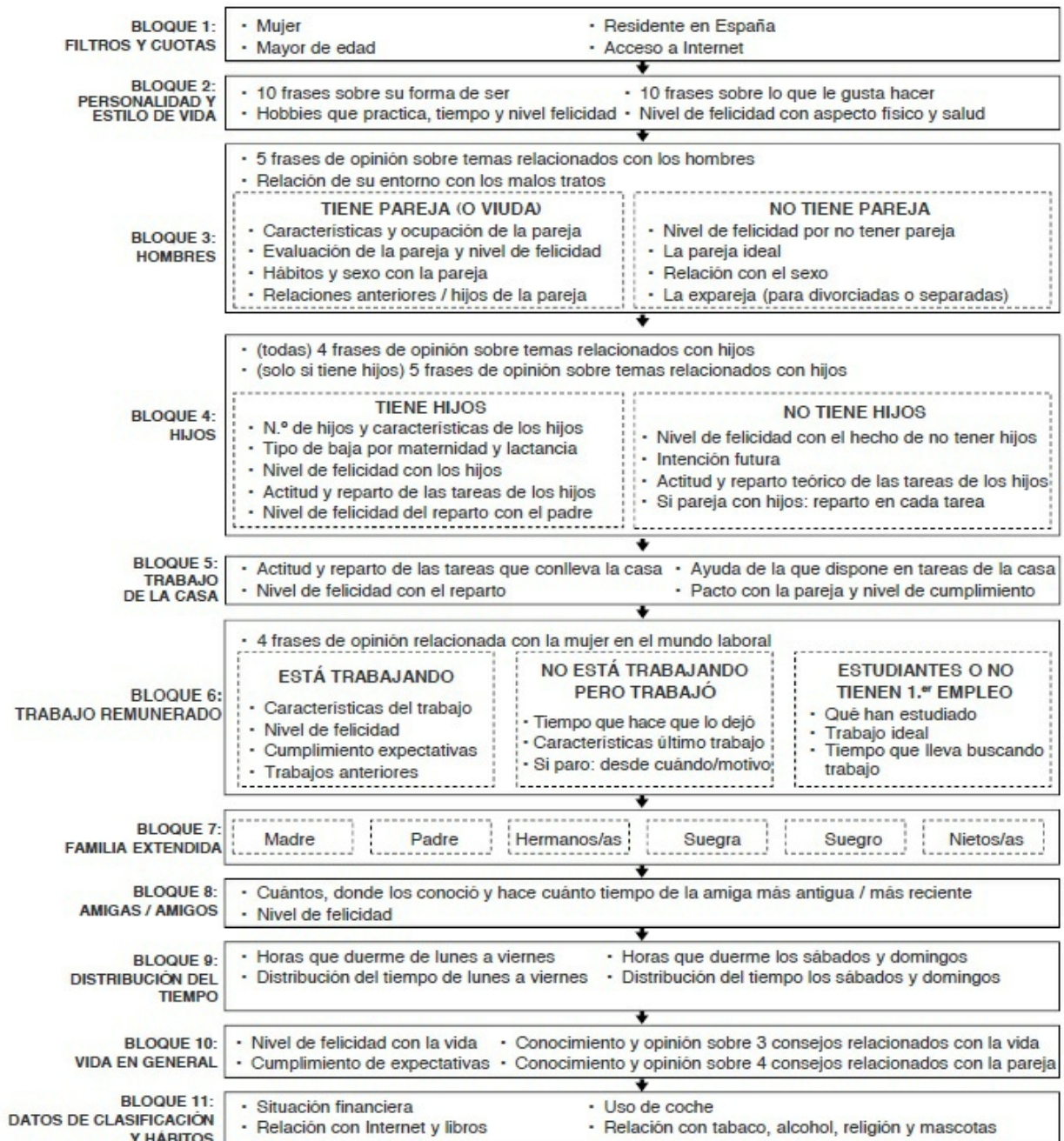
De hecho, esta tarde, cuando por fin hemos definido cuál será el universo objeto de estudio de la investigación, he pensado que al llegar a casa te escribiría. ¿A ver qué te parece? Vamos a centrarnos en las mujeres mayores de edad, que residen en España y que son usuarias regulares de Internet. Estaremos cubriendo al 76 % de las mujeres mayores de edad que residen en España, unos 15 millones en total.

Te habrá chocado que estemos considerando el criterio de la utilización de Internet como filtro de las mujeres que vamos a incluir en la investigación. El motivo es que creemos que hacer las encuestas por Internet va a ser la mejor forma de evitar que haya muchas preguntas con un elevado número de respuestas sin contestar y, al mismo tiempo, de conseguir la mayor sinceridad posible a la hora de responder a cuestiones personales. No conseguimos imaginarnos a las mujeres respondiendo a un entrevistador, cara a cara o por teléfono, a preguntas del tipo: ¿con qué frecuencia practicas sexo con tu pareja? ¿O cuántas veces llegas tú al orgasmo? Con los análisis que tenemos previsto realizar podremos saber no solo cuántas mujeres tienen una vida sexual más o menos activa, o más o menos exitosa, y cómo esta va evolucionando según los años de relación con nuestra pareja, sino que además podremos medir hasta qué punto afecta la sexualidad a la felicidad de las mujeres. Son temas en los que no he profundizado demasiado con mis amigas y

menos aún con mis hermanas o con mi madre, así que no tengo ni idea de cuáles serán los resultados. ¿Qué opinas? ¿Estás de acuerdo con que realizar las encuestas por Internet va a ser la mejor solución?

El cuestionario de la investigación también está bastante avanzado. Te adjunto su estructura para que puedas hacerte una idea de los temas que tenemos previsto tratar y en qué orden.

### **ESTRUCTURA DEL CUESTIONARIO**



Se aceptan y se agradecen sugerencias tanto en los temas como en su orden. Viniendo de ti, seguro que serán muy valiosas. Qué pena que no puedas responderla (por lo menos esta vez). Ojalá algún día podamos hacer la misma investigación en Polonia. Sería genial ver qué diferencias hay entre las mujeres que residen en tu país y las que residimos en España, ¿no te parece?

Uno de los análisis que tenemos previsto realizar es identificar en cuántas situaciones de vida distintas estamos viviendo las mujeres en España. Sí, sí, como cuando buscábamos qué tipologías de compradores hay en el mercado polaco. ¿Tienes curiosidad por saber cuántas mujeres están en la misma situación vital que nosotras? Yo me muero de ganas. ¿Seremos una minoría? ¿O seremos como la mayoría? En cuanto tenga estos resultados, te los envío para que podamos comentarlos, ¿vale?

*Pozdrawiam,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 16 de junio de 2015

**Para:** pazuu@gmail.com

**Asunto:** Desayuno con Claudia y sus amigas

Hola, Paz.

Esta mañana he tenido la suerte de desayunar con Claudia y con ocho de sus amigas. Hemos venido a pasar un par de días a Torrent, para celebrar que se acerca el final de una etapa importante en sus vidas: la Enseñanza Secundaria Obligatoria. Dado que la temperatura era agradable, y a pesar de que todavía estamos a mediados de junio, hemos decidido inaugurar la mesa de la terraza. Como diría la madre de Enrique, *feia molt de goig* verlas a las nueve, bien dispuestas alrededor de la mesa redonda, sonriendo radiantes, con la cara recién lavada y esos atuendos parcos en tela y tan llamativos que acostumbran a llevar las adolescentes en cuanto asoma el buen tiempo. La brisa mecía las ramas de las encinas, de los robles y de sus nueve melenas (ya sabes que la moda actual impone que las cabelleras femeninas lleguen lo más cerca posible de las caderas). Han desayunado como si la noche anterior no les hubiéramos dado de cenar: han arrasado primero con el zumo de naranja, luego con el pan con tomate, la *llonganissa*, las ensaimadas, las magdalenas de azúcar, la leche con chocolate y el melón que habíamos troceado, para facilitar la ingesta de fruta que tan cuesta arriba se les suele hacer a esta edad. La conversación no era muy fluida. ¿Recuerdas lo poco apetecible que, a los 16 años, nos resultaba comunicarnos con un adulto? Sin embargo, todas se esforzaban por contestar con educación a las preguntas que yo les iba formulando. El cantar de las cigarras, que siempre me ha gustado, imagino que por el recuerdo casi inmediato que me transporta a los veranos de mi infancia, era la orquesta perfecta para complementar el decorado de esta escena. Hasta que, Paz, en un momento determinado, la conversación ha tomado este derrotero:



—Qué suerte que todas hayáis podido venir a Torrent, a pesar de que ahora vais a colegios distintos —he dicho yo—. Qué casualidad que vuestros tres colegios hayan coincidido en el día de libre elección que han escogido.

—No, en mi colegio, hoy sí que ha habido clases —ha dicho una de las amigas de Claudia.

—¿Cómo? —he preguntado yo—. ¿Y te han dejado venir?

—Bueno, mi padre no tiene ni idea de que hoy había clases. Es mi madre la que me ha dejado venir. Ja, ja... Si mi padre lo hubiera sabido, no me habría dejado ni en broma.

El encanto del momento se ha desvanecido de un plumazo. Ellas han continuado su conversación con total normalidad. A nadie más que a mí parece haberle dejado fuera de juego esta respuesta. Quizá a Claudia un poco sí, porque a estas alturas de su vida ya empieza a conocerme, y la he visto mirarme de reajo para saber cuál era mi reacción. Pero, nada, no he sido capaz de añadir nada a semejante discurso. Durante unos instantes me he quedado mirando fijamente a la niña en cuestión. La miraba, pero, en realidad, solo veía su silueta, un tanto desfigurada. Luego he ido sorbiendo, sin prisa, el café con miel y unas gotas de leche caliente, que acababa de preparar.

Mi mente se ha trasladado, inmediatamente, a la primera vez en que me enfrenté a una situación similar. Estábamos Carlota, Claudia y yo en la entrada del parvulario de su colegio, hace, como mínimo, doce años, cuando oí a una madre decirle a su hijo, que no debía de tener más de 4 o 5 añitos:

—Antonio, pórtate bien. Cuando la profesora te pregunte por qué no viniste el viernes al colegio, dile que no pudiste porque estabas enfermo. Toma, aquí te doy una nota para que se la des.

—Vale, mamá —respondió Antonio.

—Y, recuerda, no le cuentes a nadie que hemos estado esquiando.

—Vale, mamá. Adiós.

¿Cómo lo ves, Paz? ¿Cómo actuarán en el futuro la amiga de Claudia y este niño a los que sus padres, nuestra principal referencia tanto en la infancia como en la adolescencia, les están enseñando a mentir para conseguir lo que quieren?

¿No crees que la mentira formará parte, para siempre, de sus patrones de referencia? A mí me da la impresión de que mentir será una herramienta perfectamente válida para ellos, con independencia de la situación. Incluso les imagino mintiendo a sus padres, y a estos, castigándolos por haberlos pillado diciendo una mentira. ¡Olé la coherencia!, ¿no? Me resulta fácil imaginarlos en el futuro mintiendo también a sus compañeros de trabajo, a sus clientes, e incluso a sus parejas. Pues, ¿dónde está el problema? Si sus padres mentían cuando les interesaba conseguir algo, ¿por qué no habrían de hacerlo ellos?

¿Y estas dos madres? ¿Crees que eran conscientes del mensaje que les estaban enviando a sus hijos? Prefiero pensar que no. Es evidente que cada uno educa a los hijos como quiere, pero, para mí, es también indudable que hay una serie de cuestiones, como sería el uso de la mentira en estas dos situaciones, que no son opinables. Pero si no hacía ninguna falta, si hablando se entiende la gente, ¿no?

¿Será que están enseñando a sus hijos lo que vieron en casa de sus padres? Tal vez sí, tal vez sea esta una marca de familia, como puedan serlo los apellidos o los rasgos físicos. Aunque, pensando en casos cercanos, creo que la respuesta es no, no es una marca de familia. Acabo de acordarme de un buen amigo con un padre muy mentiroso que optó por vivir haciéndole la «guerra» a la mentira, y no perdona ni siquiera esas mentirijillas socialmente bautizadas como *piadosas* que casi todos aceptamos. Sin embargo, su hermana ha conseguido superar con creces a su padre y es la reina de los embustes.

¿Estoy exagerando? Es posible que tú no veas estas dos situaciones tan graves como yo. Ya me dirás qué opinas, ¿vale?

Muchas gracias por tu tiempo, Paz. Espero que siga sin molestarte que te use de frontón en estas reflexiones que desde que dispongo de tiempo libre no paran de rondar por mi mente. Me consuela que me dijeras que podrán incluso serte útiles en la educación de mi ahijada.

Cuídate mucho, guapa.

Besos,

JULIA

## **JULIA DELGADO GARRIGA**

Barcelona, 8 de enero de 2016

Queridos papá y mamá:

Anoche llegamos de nuestro viaje con las niñas. Con excepción del frío polar que nos hizo en Granada, que espero que no termine por pasarnos factura, han sido unas vacaciones increíbles. Ya os contaré mañana en la comida, ¿vale? Hoy me he despertado muy pronto. La inquietud de lo que os iba a escribir no me dejaba dormir. Durante el viaje pensé que la ocasión merecía algo especial, y se me ocurrió que os escribiría para deciros qué es lo que siento al enfrentarme a vuestras bodas de oro. Así que aquí me tenéis, bolígrafo en mano, dándole vueltas a qué es lo que voy a deciros. Es impresionante que hayan pasado cincuenta años desde el día en que os disteis el sí quiero. Enrique y yo no estamos ni en la mitad del camino, de hecho, acabamos de celebrar los veintidós, y ya me parece todo un logro. Tengo delante de mí las fotografías del día de vuestra boda. Se os ve tan jóvenes. Me encantaría saber qué es lo que pasaba por vuestras mentes en ese momento. Y a día de hoy, ¿qué diríais? ¿Ha sido más fácil o más difícil de lo que imaginabais? ¿O tal vez no habíais imaginado nada? Algún día tenéis que contarnos todos los detalles, ¿vale?

Por lo pronto, quisiera felicitaros. Muchísimas felicidades por el cariño y la solidez que transmitís. Me da un vuelco el corazón cada vez que veo un gesto cariñoso entre vosotros. Me encanta cuando tú, papá, acaricias la mejilla de mamá, cuando la ayudas a colocarse el abrigo o cuando le abres la puerta del coche, como si de vuestra primera cita se tratara. Y me encanta cuando tú, mamá, te refieres a él como si del chico fantástico se tratara. No sé si lo recordarás o no, pero hace un par de miércoles, sin ir más lejos, nos dijiste que, claro, que como él lo hace todo bien... Dejaste tan impactadas a tus nietas, que Carlota y Claudia ya me lo han recordado un par de veces. Felicidades también por haber sabido cuidar tan bien de vuestros padres y hermanos, y por el papel unificador que siempre habéis desempeñado. ¿Cómo, si no, la familia de papá invitaría cada año a tío Carlos para que celebre la Nochebuena con nosotros? Felicidades por el trabajo que habéis llevado a cabo con vuestros amigos. Las tietes

y sus respectivos son un muy buen ejemplo de ello. Ahí siguen, incondicionales, después de tantísimos años. Quizá, mi primer recuerdo con ellos sean nuestras acampadas, en manada, en Set Cases. Debíamos de ser casi treinta, ¿no? Nunca olvidaré las peculiares subidas y descensos en aquellos extenuados burros de carga ni tampoco lo difícil que era lavar los platos con aquellos guantes de plástico y el agua del deshielo. No había quien quitara la grasa. ¿Y os acordáis de que nuestra tienda de campaña era naranja y verde caqui? Creo que nos la dejaba uno de los proveedores de papá, ¿no? Qué buenos recuerdos.

Y muchas felicidades por el resultado de vuestro trabajo, a mi entender, más difícil: el de padres. Desde que Carlota y Claudia forman parte de mi vida soy consciente de que os observo desde una óptica muy distinta a aquella desde la que lo hacía cuando no era madre de nadie. Ja, ja... ¿Habéis notado algo extraño en mi mirada desde que nació Carlota? Es muy posible que sí. ¿Y qué es lo que ha cambiado? Resumiendo mucho, yo diría que ahora sé que ser madre o padre no es tan fácil como yo creía y también que ni las madres ni los padres nacemos enseñados, por lo que la única forma que tenemos de aprender qué es lo que hay que hacer con los hijos es con el método de prueba y error. Así que hoy soy capaz de entender algunas reacciones vuestras que en su momento no solo no llegué a comprender, sino que me parecieron una soberana injusticia. Y más las entiendo todavía si tengo en cuenta lo novatos que os pillé. Con Ana y con Cristina ya erais un poco más expertos, así que seguro que ellas recuerdan menos injusticias. Y siendo justos he de añadir que soy consciente de que he sido bastante guerrera y muy tozuda, por lo que, como primer contacto con la maternidad y la paternidad, no debió de ser nada fácil. Lo siento mucho, de verdad. Si volviera a nacer, os prometo que sería una criatura bastante más dócil.

Me permitiréis que os haga una crítica, solo una: ¿por qué os habéis empeñado tanto en que vuestras hijas no presenciásemos ni una sola discusión entre vosotros? No sabéis lo mal que me sentí el día de mi primera discusión seria con Enrique. Llegué a pensar que nuestro matrimonio estaba abocado al fracaso. Vosotros erais mi única referencia de vida en pareja y yo no recordaba haberos visto nunca peleándoos. Así que yo he tratado de no esconderme cuando en presencia de las niñas surge algún tema en el que mi chico y yo no estamos del todo o nada de acuerdo. Otra cosa bien distinta son las negociaciones sobre cuestiones estructurales de la familia o sobre qué vamos a dejarles o no hacer a Carlota y a Claudia, esas sí que las mantenemos en la intimidad de nuestra alcoba.

Y ahora querría daros las gracias. Gracias por haberme enseñado el valor de las cosas: a pesar de que me lo habéis dado todo, os habéis asegurado de que nunca dejara de darle, a cada cosa, el valor que tenía. Viendo lo que ha sucedido con algunos hijos o hijas de familias de nuestro entorno, es para mí bastante obvio que esta es una tarea extremadamente difícil cuando los hijos están acostumbrados a vivir sin apuros económicos. Qué pena que la tónica

general de los humanos sea que solo apreciamos las cosas que nos ha costado mucho esfuerzo conseguir, ¿no? ¿Os acordáis de aquel año que yo estaba empeñada en que me comprarais unas botas camperas? No sé de dónde lo había sacado, quizá de Kenny Rogers o de Dolly Parton. Pero mamá insistía en que no me servían para nada, que unos mocasines gorila eran mucho más prácticos. Sin embargo, los Reyes Magos de Oriente eran otro asunto, ellos sí podían traernos caprichos. Siempre recordaré la emoción de aquella mañana del 6 de enero, cuando las vi allí encima, colocadas una al lado de la otra, sobre el robusto marco del cuadro del salón. Nunca lo olvidaré. Y eso que yo, que ya hacía días que sabía lo de los Reyes, no me había ni atrevido a incluirlas en la carta a mi querido Melchor. ¡Qué claro me quedó aquel día vuestro mensaje! ¡Qué bien nos habéis sabido inculcar a mis hermanas y a mí el concepto del capricho! Muchas gracias también por educarnos en que hay que luchar por lo que uno quiere y por habernos dado las herramientas para conseguirlo: a día de hoy debo deciros que, en los cuarenta y nueve años que ya he tenido la suerte de vivir, nunca he dejado de perseguir aquello que para mí era relevante, sin importarme el esfuerzo o el trabajo que conllevara. Desde luego, si tiras la toalla antes de empezar, ¿cómo vas a conseguirlo? Y si estás convencido de que no lo lograrás, ten por seguro que no lo harás. Gracias por haberme inculcado que hay que ser responsable; que hay que hacer lo mejor posible todo aquello con lo que te has comprometido. Recuerdo que, en el colegio, y más tarde en la universidad, nos inculcasteis que estudiar era nuestra única obligación y ya más nos premiasteis con dinero o con regalos por muy buenas notas que sacásemos. ¡Qué error tan común entre los padres! No sabéis la de veces que he tenido que oír a mis hijas recriminándonos porque a sus amigos les habían dado algún tipo de premio y nosotros, a ellas, nunca. Gracias por habernos enseñado, con vuestro ejemplo, la importancia de la familia: me está siendo muy útil tanto en la construcción de mi propia familia como en la relación que me he esforzado en tener con todos y cada uno de los miembros de la familia de Enrique. Gracias por orientarnos en el valor de la amistad: mis amigas están siendo uno de los pilares de mi vida. Gracias por adoctrinarnos en el respeto hacia los demás, con independencia de su procedencia, de su religión o de su cultura. Gracias por... tantas y tantas cosas. Ah, y gracias por un tema no menor: obsequiarme con esta salud de hierro que siempre me ha caracterizado. Ja, ja... Ya sé que últimamente no ha pasado por su mejor momento, pero al ritmo que voy, en breve volverá a ser la de antes.

Y, ahora me perdonarás, papá, pero he de darle las gracias a mamá por una cuestión que a mi modo de ver ha sido mérito exclusivo suyo. Gracias, mamá, por habernos transmitido que debíamos ser mujeres autónomas y que para ello era imprescindible que tuviéramos independencia económica. Y más mérito aún tienes si considero el entorno machista que siempre te ha rodeado y el rol de cuidadora de tu marido, de tus hijas y de la casa que has

desempeñado en vuestro matrimonio. Y eso que debías de ser una de las pocas mujeres de tu generación que habían pasado por la universidad. Nunca te he preguntado si la decisión de ejercer este rol de ama de casa a tiempo completo fue a raíz de alguna negociación entre papá y tú o si fue simplemente porque así eran las cosas por aquel entonces y a ti ya te iba bien. Me encantaría que un día me lo contaras.

En definitiva, qué gran suerte he tenido con unos padres como vosotros. Ojalá Enrique y yo consigamos hacer con nuestras hijas un trabajo, como mínimo, similar al que vosotros habéis hecho conmigo. Os garantizo que estoy poniendo todo de mi parte. Y, como bien sabéis, en esta aventura no estoy sola, sino que cuento con el apoyo incondicional de un excelente compañero de viaje.

Mi deseo para los años venideros es que tengáis mucha salud y la paciencia necesaria para seguir negociando entre vosotros en la buena dirección. Imagino que ahora que ya no estamos ninguna de las tres en casa, debéis de disfrutar discutiendo con total libertad en el salón, ¿no?

¡Contad conmigo para lo que necesitéis!

Vuestra hija mayor,  
Julia

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 15 de enero de 2016

**Para:** teresite@gmail.com

**Asunto:** Un muy buen comienzo de año

*Bom dia, Teresinha.*

Espero que hayas empezado el año con el pie derecho. ¿Te acordaste de la ropa interior de color rojo? Ja, ja... Ya sabes lo supersticiosa que es tu amiga. Yo, por si acaso, ¡que no falte! Antes de que se me olvide: dales, por favor, un beso a João, uno a Inés y otro a Miguel. ¿Crees que el 2016 vendrá cargado de ocasiones en las que poder estar juntas? Mi instinto me dice que sí. A ver si esta vez no me falla.

Qué vergüenza que haya necesitado quince días para conseguir encontrar el tiempo de relax que requería para felicitarte el año como mandan los cánones. Es que, en mi opinión, el WhatsApp de rigor, del 31 por la tarde, no sirve. Solo a modo de aperitivo, eso sí. He tardado tantos días porque este año ha empezado movido para tus amigos. Pero, tranquila, todo bueno, muy bueno en realidad: hemos empalmado el viaje con las niñas por el sur de España con la celebración de las bodas de oro de mis padres. ¡Fue tan emotiva! Lo mejor, sin duda alguna, verles tan felices y emocionados de poder celebrarlo rodeados de su familia y de sus amigos más íntimos. Es increíble que muchos de ellos ya salieran en el vídeo de su boda. Muy bonito, la verdad. Cuando nos veamos he de contártelo todo. Podré incluso enseñarte algunas de las fotos que me han pasado Carlota y Claudia. Y, cómo no, a la blandengue de tu amiga se le saltaron las lágrimas en más de una ocasión. Qué le vamos a hacer, si me parieron así. Ja, ja... Se me acaba de ocurrir que quizá si bebiera menos agua, podría controlarlas mejor...

Y el viaje en familia que este año le habíamos pedido a Papá Noel ha sido todo un éxito a pesar de que, en un principio, lo de viajar por España, a Carlota y a Claudia no les motivaba lo más mínimo. Qué manía tienen los jóvenes con que hay que hacer viajes exóticos. ¿A tus hijos les pasa lo mismo?

Pues resulta que han alucinado. Yo diría que a Claudia lo que más le impactó fueron los langostinos de Sanlúcar de Barrameda, tanto que en el restaurante al que fuimos a comer, a la hora del postre, se descolgó solicitando autorización para pedir otro plato de langostinos. Y, Carlota, que es la reina del jamón serrano, en este viaje estaba autorizada a pedir jamón y caña de lomo cuando quisiera y así lo hizo: en todos los restaurantes de Sevilla a los que fuimos de primer plato pidió jamón serrano y caña de lomo, con picos. Con lo que yo he alucinado de verdad es con la Mezquita. Como en la Alhambra ya había estado, esta segunda vez me impresionó menos. ¿Tú has estado alguna vez en la Mezquita de Córdoba? Me quedé sin palabras al ver en vivo y en directo aquel bosque de columnas de mármol y granito que soportan esos arcos en herradura superpuestos, con su peculiar diseño de rayas verticales en blanco y rojo. ¡Qué espectáculo! ¡Y qué vergüenza la iglesia que los cristianos fuimos capaces de construir en la parte central de la Mezquita! Y creo que, acertamos de pleno con la decisión de ir en coche desde Barcelona. Ha sido un lujo poder charlar con calma, los cuatro, sin las prisas ni la presión del día a día, y no solo durante los desayunos, comidas y cenas, sino también durante los más de 2.700 kilómetros que hemos recorrido. Qué bien sientan este tipo de experiencias, tanto a los padres como a los hijos, ¿estás de acuerdo? Las complicidades que se han generado entre los cuatro durante este viaje son imposibles de producirse en el breve y atosigado período de tiempo de convivencia con el que solemos contar a diario. Una muy buena inversión, estoy segura. Ojalá el año que viene podamos repetir. Ya ves, Teresa, por este lado de la Península, el inicio de año no podría ir mejor.

Y, respondiendo a tu pregunta del WhatsApp de fin de año: la investigación va viento en popa. Ya se han superado las 2.400 encuestas que teníamos previsto hacer, así que durante la próxima semana daremos por concluida la fase del trabajo de campo y en un par de días podremos empezar a analizar las respuestas de las participantes a cada una de las preguntas del cuestionario. Te aseguro que me cuesta creer que este momento esté tan cerca. Hasta hace muy poco era tan solo un sueño, mi sueño. Pero en breve, se habrá materializado.



Acabo de recordar una frase que leí, escrita en grandes letras verdes, sobre fondo blanco, en una de las paredes de la exposición *The Art of the Brick* a la que Enrique y yo fuimos hace poco con Claudia. Nos pareció que era perfecta para ella ya que desde muy pequeña le ha encantado hacer construcciones y esta exposición exhibía personajes y objetos hechos por Nathan Sawaya con piezas de LEGO®. Espectacular, te recomiendo que vayas a verla si es que algún día la montan en Lisboa. La frase que abría la exposición rezaba: «Los sueños se construyen poco a poco, pieza a pieza». Y, ¿sabes, Teresa?, la investigación *Cómo son, qué piensan y cómo se sienten las mujeres* se ha construido exactamente así, pieza a pieza y poco a poco. Y así es como pretendo continuar también en la fase de análisis de la investigación, sin prisas y dedicándome a ella siempre que no interfiera en mi vida privada. Aunque sé que a veces me costará, por la curiosidad y las ganas que tengo de conocer todos los resultados, no puedo olvidar que, hoy por hoy, esta no puede ser mi prioridad. Cómo voy a tener prisa si, por un lado, estoy en plena fase de descompresión y por otro no hay ningún plazo de entrega. Así que, por primera vez en mi vida, un trabajo que podría estar hecho en un par o tres de meses, pienso tomármelo con toda la calma del mundo.

La verdad, Teresa, es que ahora que el resultado de este largo y complicado proceso está a punto de ver la luz, tu amiga empieza a sentirse algo nerviosa. Pero eso sí, feliz, muy feliz. ¡Ojalá todo este esfuerzo le sirva de algo a alguien! Hasta ahora, en mis momentos de crisis, que te aseguro que han sido bastantes, me he aferrado en recordar las diversas reacciones favorables con las que me he ido encontrando durante todo este tiempo y me he esforzado en olvidar las negativas, provenientes casi siempre de hombres. Con suerte, estas últimas he conseguido ir archivándolas. ¿Te divierte que te cuente alguna de las reacciones que más energía me insuflaron?

Las primeras llegaron de la mano del equipo de PRM mientras estábamos diseñando y programando el cuestionario. Las aportaciones y sugerencias que me hicieron, además de ser cruciales, me ayudaron a ganar confianza en la investigación. Es posible que ni ellas ni ellos sean conscientes, a pesar de que se lo he repetido en más de una ocasión. También me han ayudado mucho los libros, artículos, textos, vídeos y páginas web que me han ido enviando y recomendando durante estos meses no solo el equipo de PRM sino también

mis amigas, sus maridos, mis amigos e incluso el exmarido de una de mis amigas. Ver a tantas mujeres y a algunos hombres implicados en mi proyecto me ha hecho sentir genial. Y todos ellos han contribuido a garantizar que en la investigación no nos olvidáramos de considerar ninguno de los ámbitos de la vida de las mujeres que son relevantes para, por lo menos, algunas de nosotras.

De los libros que me han regalado sobre las mujeres, ha habido dos muy especiales. Uno de ellos me lo regaló Rafael, uno de mis compañeros del primer año en la Escola d'Espectura, después de una espléndida comida en su casa a la que había invitado a toda la clase y en la que además nos obsequió con un libro a cada uno. A mí me regaló *La vida de las mujeres*, de Alice Munro. En clase les había explicado que estaba trabajando en una investigación sobre las mujeres. La verdad es que su regalo fue todo un detalle, pero lo que lo convirtió en algo tan especial es que Rafael falleció de repente, a los pocos días de la comida en su casa. Y eso es lo que nos queda de él a cada uno de sus compañeros: su libro, las risas de la comida que compartimos en su casa y sus siempre originales intervenciones en clase.

El otro libro que para mí ha sido increíblemente especial es: *Una mujer de recursos*, de Elisabeth Forsythe Hailey. Me lo regaló Carlota el año pasado por Sant Jordi. Es un día que en Cataluña celebramos regalándonos rosas y libros. Las principales calles de la ciudad se llenan de paradas de libros y de puestos de rosas. Todos salimos a la calle. Es una fiesta preciosa. Ojalá algún día coincida con que estés de visita en Barcelona. O quizá sea buena idea planificarlo así. Ya lo hablaremos. Pero volviendo al regalo de Carlota, no sabes cómo me emocioné. No solo porque mi hija había pensado en mí, y se había gastado una parte de los pocos ahorros que tiene, sino sobre todo porque se estaba involucrando en mi proyecto. ¡Mi hija mayor! Y qué poco acostumbrados estamos las madres y los padres a que nuestros adolescentes se interesen por nuestras cosas, ¿verdad?

Y la traca final han sido las respuestas que han dado algunas de las participantes en la investigación a la última pregunta que les formulábamos en el cuestionario: ¿Te gustaría añadir algún comentario? Para que puedas hacerte una idea, aquí va una selección de estas respuestas:

- *Encuesta muy completa, que agrupa cuestiones muy elementales e importantes que vives día a día y en las que, al contestarlas, te paras a pensar detenidamente. Te ayuda a conocerte mejor a ti y a tu entorno.*
- *Gracias por plantearnos este tipo de investigaciones.*
- *Increíble encuesta, enhorabuena.*
- *Muy buenos los consejos que incluyen algunas de las preguntas de la parte final de la encuesta. Muchas gracias.*
- *¡Vale la pena participar en una encuesta así! 😊*

¿A que animan a cualquiera? Bueno, querida, mil gracias por escuchar los rollos que te pega tu amiga. Debes de estar suspirando para que este período sabático se termine de una vez. Ja, ja... Tranquila, que ahora me tendrás unos cuantos meses ocupada con los análisis así que no tendré tiempo para mucha epístola.

Una última petición: de aquí a final de año tendré que dedicar todas las horas que pueda a la investigación así que, por favor, ¿podrás venir tú a visitarnos? El año que viene ya iremos nosotros a Lisboa, ¿vale?

Cuídate mucho. Y ¡que tengas un gran año! Presiento que el 2016 será un muy buen año para las dos.

*Beijinhos,*

JULIA

Barcelona, 17 de febrero de 2016

Querida mamá:

¿Cómo estás? Yo me siento genial. Por fin ha llegado el día que estaba esperando desde hace tanto tiempo. Esta mañana hemos empezado a analizar los primeros resultados de la investigación. Ha sido muy emocionante, la verdad. Sí, sí... ya sé que tú debes de tener la sensación de que ya estábamos en plenos análisis porque llevo días diciéndote que estamos trabajando en el fichero de datos. Sin embargo, hasta ayer, lo que habíamos hecho eran solo tareas de preparación previas al análisis. Por un lado, hemos estado creando el programa de ponderación que ha de permitir extrapolar al conjunto de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa las respuestas dadas por las casi 2.500 mujeres que han formado parte de la muestra. Piensa que esta es la principal ventaja de las muestras: que para saber cómo es el universo al que se quiere representar (15 millones de mujeres, en nuestro caso), no es necesario entrevistarlas a todas. El haber tenido que ponderar la muestra se debe a que, en la fase de diseño, para garantizar que tendríamos muestra suficiente en los niveles en los que pretendíamos analizar los resultados, nos aseguramos de que en las 2.500 entrevistadas estuvieran bien representadas todas las edades, todas las zonas de España y todos los niveles socioeconómicos. En las últimas dos semanas, hemos estado además poniéndole una etiqueta a cada una de las variables del fichero y también a cada una de sus alternativas de respuesta para que, cuando estemos en pleno proceso de análisis, nos sea más fácil interpretar los resultados. Pues ya ves, eso es lo que ha tenido tan ocupada a tu primogénita estas últimas semanas.

Durante el día de hoy, al ir leyendo y comentando los primeros resultados con el equipo de PRM que me ha estado ayudando, he pensado en ti en más de una ocasión, así que, al llegar a casa, me he sentado delante del ordenador y aquí estoy, no solo para contarte en primicia lo que hemos aprendido, sino también para darte las gracias. Enseguida entenderás el porqué. ¿Te das cuenta de que vas a ser la primera mujer, fuera del equipo de PRM, en tener acceso a

resultados de la investigación? Espero que te parezcan tan interesantes como a mí. A pesar de que, ya te adelanto, no son ni el aperitivo. Piensa que, en esta investigación, los temas y ámbitos tratados en relación con la vida de las mujeres son tan amplios y variados que tendremos que ir entendiéndolos uno a uno para luego poder buscar qué interrelaciones se producen entre ellos.

Pues, yendo al grano, esta mañana hemos empezado buscando qué relación hay entre el nivel de estudios de las mujeres y nuestra situación laboral. Para ello, lo primero que hemos hecho es clasificar a las mujeres en cuatro grupos según nuestro nivel de estudios: en el primer nivel hemos clasificado a las que dejamos de estudiar cuando finalizamos la enseñanza obligatoria, esto es, entre los 14 y los 16 años, dependiendo del programa educativo del momento (en este nivel estamos el 10 %); en el segundo, a las que estudiamos hasta que concluimos la enseñanza de segundo grado, es decir, dejamos de estudiar con 17 o 18 años (incluye al 36 %); en el tercero, a las que terminamos de estudiar cuando concluimos algún tipo de estudio universitario, sea de nivel medio o superior, que somos el grupo más numeroso (el 41 %) y por último, el cuarto nivel corresponde a las mujeres que hemos cursado algún tipo de estudios postuniversitarios: másters, posgrados o doctorados (somos el 13 %). ¿Te has fijado, mamá, en que sumando el tamaño de los dos últimos niveles resulta que más de la mitad (el 54 % en concreto) de los 15 millones de mujeres de entre 18 y 64 años a los que esta investigación representa hemos pasado por la universidad? Qué cambio tan drástico con respecto a tu época de estudiante, ¿no? Quizá te haya sorprendido que el número de universitarias sea tan elevado, pero recuerda que nuestra investigación no incluye a las mujeres que no suelen acceder a Internet de forma regular, la mayoría de las cuales tienen 65 años o más. Si las hubiéramos considerado en la investigación, seguro que la proporción de universitarias sería bastante más reducida.

Una vez concluida la clasificación por nivel de estudios, en la base de las mujeres que formamos parte de la denominada población activa, que entre los 15 millones de mujeres que estamos estudiando ha resultado ser el 72 %, hemos cuantificado cuántas tenemos trabajo remunerado y cuántas estamos en paro, en cada uno de estos cuatro niveles de estudios. Y aquí tienes el resultado. Entre las mujeres con menos formación, el 61% estamos activas en

el mercado laboral y el 39 % restante, en paro. En el segundo nivel, esto es, entre las que estudiamos hasta aproximadamente la mayoría de edad, las activas aumentamos trece puntos y nos situamos en el 74% con lo que el paro disminuye al 26%. Entre las universitarias, tenemos trabajo remunerado el 80% y el paro se sitúa en el 20%. Y siguiendo con esta tendencia, entre las que además cursamos algún estudio postuniversitario, el 87 % tenemos trabajo remunerado por lo que el paro se sitúa en su nivel más bajo: el 13%. Por lo tanto, es evidente el efecto de nuestro nivel de estudios sobre nuestra participación en el mercado laboral: cuantos más estudios, menos paro. Fíjate en que el paro se multiplica por tres entre las mujeres con el nivel de estudios más bajo, en comparación con las más instruidas.

Al ver estas cifras de paro tan elevadas, ha sido inevitable que empezaran a desfilarse por mi mente todas las mujeres y los hombres que conozco que están sufriendo en primera persona los efectos de la devastadora crisis que nos ha tocado vivir. Qué injusto que haya tantos jóvenes que han tenido que buscarse la vida en otros países; y otros que ni siquiera han encontrado todavía una solución; y que sean tantas las familias que han tenido que reinventarse, cambiando a sus hijos de colegio, o yéndose a otro piso, o incluso trasladándose a vivir a casa de sus padres... y qué triste que haya abuelos, como algunos de vuestros amigos, que en lugar de estar, por fin, disfrutando de su merecida jubilación, tengan que estar pasando penurias para llegar a fin de mes porque han de ayudar a sus hijos, o algunos incluso a sus nietos. Y ¿qué me dices de las familias que viven en situación de precariedad porque o bien no ingresan lo suficiente o porque no cuentan con ningún ingreso regular? Qué gran fracaso que nuestra sociedad haya sido incapaz de evitar que llegáramos hasta este punto. Cuánto por hacer para que nadie tenga que soportar vivir de esta forma, ¿no te parece?

Mejor nos volvemos a centrar en la investigación. Para intentar profundizar un poco más en cuál es el efecto de nuestro nivel de estudios, hemos hecho otro análisis: cuantificar cuál es el salario de las mujeres según nuestro nivel de instrucción. En los resultados de este análisis también se observa una relación clarísima. La proporción de mujeres que ganamos más de 1.150 euros netos al mes es del 16 % entre las menos formadas, del 37 % entre las del segundo nivel de formación, del 56 % en el tercero y del 63 %

entre las que hemos cursado algún estudio postuniversitario. Así que ¡comprobado!, al aumentar nuestro nivel de formación no solo minimizamos la posibilidad de estar en paro, sino que también maximizamos la de ser independientes desde el punto de vista económico.

Con estos resultados en mano, ¿crees que a las madres y a los padres nos será más fácil convencer a nuestras hijas y, también a nuestros hijos, de lo relevante que es que se esfuercen en llegar al máximo nivel de formación que les sea posible? Porque no tengo dudas de que entre los hombres, por lo menos la tendencia sería muy similar. Y creo que esta cuestión es tan importante que deberíamos conseguir transmitírsela a nuestros descendientes tanto si los padres tenemos las condiciones económicas necesarias para pagarles íntegramente los estudios, como si solo podemos proporcionarles alguna ayuda puntual o ni siquiera eso (por lo que, en este último caso, tendrán que conseguirlo ellas y ellos solos, trabajando y estudiando a la vez). Y, a la vista de estos resultados, es contundente que lo mejor que la sociedad puede hacer por las mujeres y que los padres podemos hacer por nuestras hijas es invertir en nuestra formación, ¿no te parece? De hecho, papá y tú no necesitasteis estos datos ni para ser conscientes de lo relevantes que eran nuestros estudios ni tampoco para convencernos de que teníamos que escoger alguna carrera que tuviera salidas en el mercado laboral. ¿Recuerdas las conversaciones familiares que tuvimos al respecto? Suerte que al final os hice caso, y entre las varias opciones que barajaba, escogí la que tenía más salidas profesionales. La verdad es que, en mi caso, tuvo sentido este criterio de elección ya que yo no tenía ninguna vocación muy clara ni tampoco destacaba en ningún ámbito. Es muy posible que si hubiera tenido una vocación muy marcada me hubiera tirado a la piscina aun sabiendo que las salidas laborales eran escasas. De hecho, creo que, exceptuando unas pocas carreras muy determinadas, como Medicina o Arquitectura, la gran mayoría nos dan unos conocimientos que pueden ser aplicados en más de un puesto de trabajo, por lo que, en realidad, lo que estudiemos no será tan determinante. Sin ir más lejos, fijate en mi caso: mi única preparación académica a aquello con lo que me he ganado la vida fue lo que estudié en la asignatura de Investigación de Mercados, durante el quinto año de la carrera, y lo que aprendí en las asignaturas de Estadística Económica y Econometría de la Empresa. Así que,

podría decirse que lo que sé de inteligencia de mercado lo he aprendido con la formación que me han ido dando en PRM y con la práctica de un día tras otro, año tras año, durante veinticinco años. En realidad, tal y como siempre se habían aprendido los oficios, ¿no?

Acabo de buscar cuáles son las carreras que hoy en día tienen mayores niveles de ocupación. Sentía curiosidad por saber cuál es la situación actual. Según los datos más recientes del INE, que son de 2014, hay once carreras cuyos licenciados tienen casi plena ocupación ya que más del 90 % de los que las han cursado están trabajando: varias Ingenierías (Electrónica, Automática y Electrónica Industrial, Aeronáutica, Naval y Oceánico, Informática, Industrial, Telecomunicaciones), Medicina, Investigación y Técnicas de Mercados, Máquinas Navales, Historia y Ciencias de la Música y Fisioterapia. Y, en el extremo opuesto, las carreras que tienen más parados (más del 33 % de los que las han cursado) son: dos Filologías (francesa y árabe), Ciencias del Mar, tres ingenierías (Técnico de Minas, Técnico Forestal y Geólogo), Navegación Marítima, Bellas Artes e Historia. Suerte que papá y tú me disuadisteis de hacer Bellas Artes: «Ya lo harás más adelante, como hobby», recuerdo que me dijisteis. Y quién sabe, tal vez, todavía esté a tiempo...

Tras reflexionar sobre el papel determinante que el nivel de estudios está resultando tener en nuestra independencia económica, porque una cosa es intuirlo, y otra muy distinta, tener delante estos contundentes resultados, me he puesto a pensar en lo relevante que has sido tú en nuestra formación. ¿Has calculado alguna vez el número de horas que invertiste en mi educación y en la de mis hermanas? Porque si hay algo de lo que, hoy por hoy, estoy convencida es de que el hábito de estudio no se improvisa de un día para otro, sino que se va construyendo, poco a poco, desde los primeros años. Y claro que el colegio es importante en la formación del hábito y del método de estudio, pero, sin duda alguna, la labor que se hace en casa es, como mínimo, igual de relevante. La tan importante coherencia entre escuela y familia. Yo recuerdo como si fuera ayer las tardes que, en la etapa en la que tocaba aprender a leer, pasaste conmigo leyendo libros, cuando volvía del colegio. ¡Cómo me costó! Y también recuerdo cómo nos enseñabas a hacer resúmenes y esquemas. ¿Cómo si no hubiera conseguido aprenderme la historia... que, desde bien pequeña,



tanto me ha costado memorizar? Eso sí, por fortuna, nunca se te ocurrió hacernos tú los resúmenes o los esquemas. ¿Y lo pesada que fuiste con el inglés? Muchas gracias, mamá, por haberme obligado año tras año a ir a clases de inglés. Lo recuerdo tan bien: tres tardes a la semana, al salir del colegio. Cómo lo odiaba. Sin embargo, ahora tengo claro el porqué de tu insistencia. ¿Cómo hubiera podido trabajar en casi treinta países donde el único idioma comúnmente utilizado, por lo menos en el ámbito de los negocios, es el inglés? Ya sé que en la mayoría de los trabajos los idiomas no son imprescindibles, pero en el mío, si no hubiera sabido inglés, otro gallo me habría cantado. Te mereces una medalla, mamá. Muchísimas gracias.

Y siendo consciente de lo relevante que es que las mujeres estemos cuanto más formadas mejor, aquí tienes, a mi entender, una excelente noticia. Hoy en día, el 82% de las mujeres tenemos un nivel de estudios que es superior al de nuestra madre. Entre las madres de los 15 millones de mujeres que esta investigación representa, solo el 16% había ido a la universidad. Eso significa que, en las últimas generaciones, las universitarias nos hemos multiplicado por más de tres. A mi modo de ver, este gran cambio formativo, que ahora sabemos que además conlleva una significativa mejora en nuestra independencia económica, ha de implicar, por fuerza, cambios drásticos en qué es lo que las mujeres esperamos de la vida en la actualidad en comparación con lo que esperabais las mujeres de tu generación, ¿estás de acuerdo?

Bueno, mamá, ahora he de dejarte, que tus nietas están muertas de hambre. Hora de cenar. Más adelante iremos profundizando en el efecto que el nivel de estudios tiene en otras facetas de nuestra vida. Te mantendré informada de las conclusiones a las que vayamos llegando, ¿vale?

Un beso muy gordo.

Tu hija mayor,  
JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 20 de febrero de 2016

**Para:** asun.bj@gmail.com

**Asunto:** Tiempo que destinamos al trabajo de «la casa» y de «los hijos»

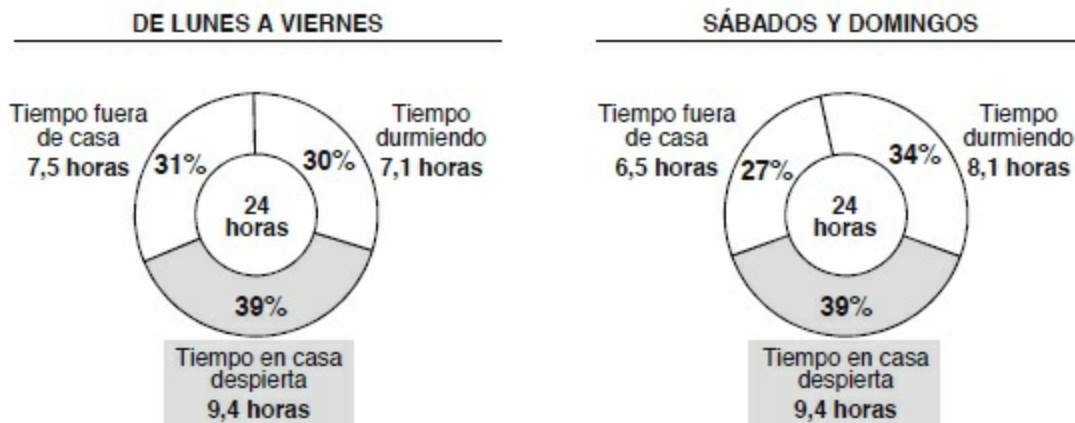
Hola, Asun.

Espero que estés muy bien. Me encantó nuestra cena de madrinas para estrenar bien el año. Creo que sería una muy buena idea que la instauráramos con periodicidad anual, ¿cómo lo ves? En realidad, ya puestos, no creo que venga de una comida más, ¿no? Y con lo bien que acostumbramos a pasarlo las tres juntas. ¿Te fijaste en lo contenta que estaba Paz con el jersey que le regalamos? ¿Te gustó cómo le quedaba puesto? Creo que este año hemos acertado. Que sepas que Claudia está también feliz con tu regalo de cumpleaños. He pensado que este año podrías hacer de supermadrina y nos la llevamos juntas a esquiar un fin de semana. Ya sabes la pereza que me da, pero me siento un poco en deuda con ella porque a Carlota la llevamos bastantes más veces. Tal vez ella también se apunte, ¿quién sabe?

Pero no te estoy escribiendo por esto, sino para responderte a la pregunta que me hiciste en la cena sobre cuánto tiempo dedicamos las mujeres a los trabajos de la casa y al cuidado y la educación de nuestros hijos. Empezaré explicándote lo que hemos aprendido sobre las horas que solemos estar en casa, ya que es en el hogar donde hemos decidido centrar la cuantificación del peso de estos trabajos no remunerados. Sí, ya sé que también hacemos este tipo de trabajos fuera de casa, como por ejemplo cuando vamos al súper o cuando llevamos y traemos ropa de la tintorería, o cuando hacemos de taxistas de nuestros hijos, y en las primeras versiones del cuestionario lo preguntábamos por duplicado: en casa y fuera de casa, pero en la fase piloto verificamos que la encuesta era demasiado larga por lo que, para hacerla viable, había que sacar las tijeras. Así que, al final, decidimos centrarnos exclusivamente en lo que las mujeres solemos hacer cuando estamos en casa.

Pero, antes de saber cómo distribuimos nuestro tiempo mientras estamos en casa, necesitábamos saber cuántas horas al día acostumbramos a estar despiertas en casa. Y aquí van los primeros resultados, recién salidos del horno:

### CÓMO REPARTEN LAS 24 HORAS DEL DÍA

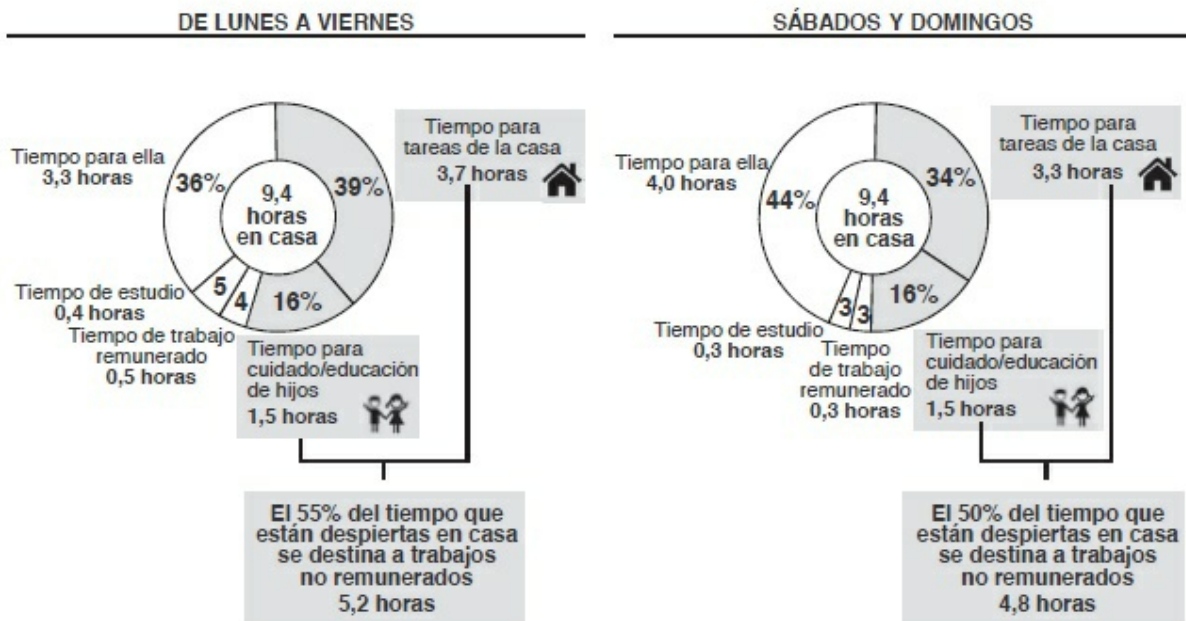


Según esto, las mujeres dormimos casi un tercio de nuestra vida y, como era de esperar, de lunes a viernes menos que los sábados y domingos (una media de 7,1 horas al día entre semana y de 8,1 horas, los días del fin de semana). Fíjate que fuera de casa solemos pasar algo menos de un tercio del día y que de lunes a viernes estamos casi 1 hora más fuera de casa que los sábados y domingos (una media de 7,5 horas entre semana frente a 6,5 horas los fines de semana). En consecuencia, según esta cuantificación, la hora que el fin de semana ganamos para estar en casa la destinamos a dormir, por lo que resulta que, las horas que, de media, las mujeres estamos despiertas en casa son las mismas tanto de lunes a viernes como el sábado y el domingo: algo más de 9 horas al día. ¿Sorprendida? Claro, porque imagino que no te sientes nada identificada con estar tantas horas al día despierta en casa. En tu caso, tirando largo debes de estar en casa despierta como máximo 2 o 3 horas al día y quizá el fin de semana un poco más, ¿me equivoco? Para ver una fotografía que te represente mejor a ti habrá que esperar a tener estos resultados entre las mujeres con un trabajo remunerado como el tuyo.

Algo que has de tener en cuenta en la interpretación de estos resultados, y también en la de los que te contaré en breve, es que al hablar de las mujeres mayores de edad que vivimos en España, la investigación incluye a un conjunto de mujeres muy variado, en el que hay de todo: mujeres con hijos y sin hijos; que viven en casa de sus padres o en sus propias casas; que viven solas, con amigos o en pareja; con trabajos remunerados y sin ellos; con ayuda doméstica o sin ayuda, etc. Pero como la muestra de la investigación fue diseñada de forma que representara bien a la población femenina, tanto en términos de edad como de nivel socioeconómico y dispersión geográfica, y dado que cada mujer ha respondido según su propia situación, al agregar todas las respuestas tenemos un buen resumen de lo que ocurre entre el conjunto de las mujeres.

Y sabiendo cuántas horas estamos despiertas en casa, aquí tienes el resultado sobre a qué dedicamos las mujeres esas horas, tanto los días laborables como los festivos:

### A QUÉ TIPO DE TAREAS DESTINAN LAS HORAS QUE ESTÁN DESPIERTAS EN CASA



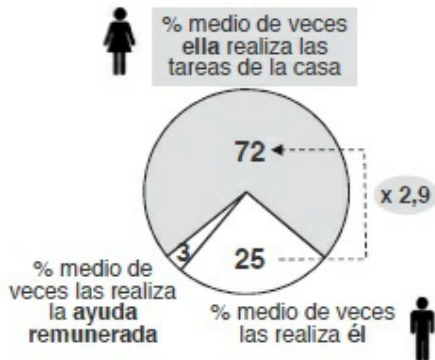
¿Qué, Asun?, ¿impresionada de ver que, en conjunto, las mujeres destinamos la mitad del tiempo que estamos despiertas en casa a lo que hemos bautizado como trabajos no remunerados? Así que ya sabes, lo más habitual entre las mujeres es que, cuando estamos en casa despiertas, dediquemos alrededor de 5 horas a estas tareas no económicamente retribuidas. Por otro lado, ¿te has fijado en que los trabajos de la casa requieren más del doble de tiempo que el cuidado y la educación de los hijos? Esto es lógico ya que no todas las mujeres tenemos hijos. Más adelante analizaremos este reparto diferenciando entre las mujeres que tenemos hijos y las que no tienen, y también entre las que tenemos trabajo remunerado y las que no lo tienen. A ver qué revelará... Fíjate en que si comparas los días laborables con los del fin de semana, verás que mientras que el sábado y el domingo dedicamos un poco menos de tiempo a los trabajos de la casa, la dedicación que necesitan los hijos es exactamente la misma, con lo que queda claro que el cuidado y la educación de los hijos requiere el mismo número de horas los 365 días del año (siempre que no estén enfermos, claro está, ya que en estos casos todas las madres sabemos que las horas que nos necesitan se disparan de forma exponencial, noches en vela incluidas). ¡Los hijos no nos permiten tomar vacaciones!

Y, para terminar por hoy, que no quiero aburrirte, aquí va, en primicia, cómo, según la opinión de las mujeres que convivimos con un hombre, los dos miembros de la pareja nos estamos repartiendo los trabajos no remunerados de la casa y de los hijos:

**EN LAS PAREJAS EN QUE LA MUJER CONVIVE CON UN HOMBRE: REPARTO DE  
CADA TIPO DE TRABAJO NO REMUNERADO ENTRE ÉL Y ELLA**



## TAREAS DE LA CASA



## CUIDADO Y EDUCACIÓN DE LOS HIJOS



Pues ya ves, Asun, qué escenario tan descorazonador, tanto en el gráfico circular que resume el reparto entre miembros de la pareja de los trabajos de la casa como en el que muestra lo que sucede en el cuidado y la educación de los hijos. Me ha impresionado ver lo idénticos que son estos resultados viniendo de preguntas del cuestionario que estaban tan separadas. Eso significa que, a la hora de responder, las mujeres no solo no hemos tenido ni la más mínima duda, sino que además hemos sido muy coherentes. Pero, por si te estuvieran entrando dudas sobre si es posible que este resultado sea así porque esté influenciado por las mujeres que no tenemos trabajo remunerado, aquí tienes cómo es este reparto en aquellas parejas que convivimos en las que nosotras sí que estamos activas en el mercado laboral.

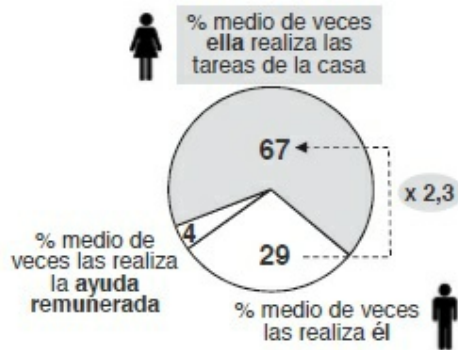
### **EN LAS PAREJAS EN QUE LA MUJER ESTÁ ACTIVA EN EL MERCADO LABORAL: REPARTO DE CADA TIPO DE TRABAJO NO REMUNERADO ENTRE ÉL Y ELLA**



## TAREAS DE LA CASA



## CUIDADO Y EDUCACIÓN DE LOS HIJOS



¿Convencida ahora, Asun? Es una vergüenza que entre las que tenemos trabajo remunerado, las mujeres estemos dedicando más del doble de tiempo que nuestra pareja tanto a las tareas de la casa como al cuidado y educación de nuestros hijos. Porque fíjate, además, en que la ayuda con la que contamos para este tipo de tareas, sea remunerada o de familiares, es casi inexistente ya que apenas nos ahorra, de media, el 4 % de las tareas de la casa y el 3 % de las de los hijos.

Bueno, querida, si te surge alguna duda o te apetece comentar estos resultados, ya me llamarás, ¿vale?

Que tengas una muy buena semana,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 25 de febrero de 2016

**Para:** asun.bj@gmail.com

**Asunto:** ¿A cuántas nos gustan los trabajos de «la casa»?

Hola, Asun.

No sabes cómo me alegra que te pareciera interesante el mail que te envié la semana pasada. Da que pensar, ¿eh? Pues eso es justo lo que yo pretendía con la realización de esta investigación: dar que pensar. No tanto a nosotras, que ya estamos, como mínimo, en la mitad de nuestra vida sino sobre todo a las jóvenes: a Carlota y a Claudia, a mis sobrinas, a sus amigas, a las hijas de las mujeres que conozco y también a todas las que ellas puedan conocer. Piensa que estas jóvenes tienen todavía por delante todas las decisiones relevantes de su vida por tomar. Para ellas todo es aún posible. Hace poco leí una frase que decía: tal vez, lo que suponga el triunfo de un filósofo sea dar que pensar. Y me hizo sonreír ya que, sin la más mínima intención de elevarlo a la categoría de filosofía, si consiguiera dar que pensar sobre nuestra vida a por lo menos algunas mujeres, me sentiría francamente bien. Y ¿sabes que con una parte de las que respondieron a la encuesta ya lo hemos logrado? La penúltima pregunta que aparecía en la pantalla del ordenador, en la tableta, o en el móvil desde el que cada entrevistada estuviera contestando a la encuesta, estaba justamente relacionada con este aspecto. Y el resultado es que casi la mitad de las entrevistadas (46 %) contestaron que la encuesta les había hecho pensar en cuestiones que nunca antes se habían planteado. Así que, ya ves, Asun, casi la mitad de las mujeres vivimos nuestra vida sin habernos siquiera planteado muchas de las cuestiones que resultan determinantes en nuestro bienestar. ¿Qué te parece? A mí que, como bien sabes, tiendo a darle muchas vueltas a cada decisión, este dato me ha sorprendido muchísimo. Sobre todo, porque en la encuesta solo tratábamos cuestiones de nuestro día a día. Nada de temas filosóficos o del más allá, te lo aseguro.



Aquí van las novedades que hemos aprendido en relación con este capítulo tan poco filosófico de nuestra vida que son los trabajos no remunerados de la casa. El otro día, en cuanto terminamos de hablar sobre el desproporcionado peso de las tareas domésticas que está recayendo sobre nuestras espaldas, nos pusimos a analizar hasta qué punto a las mujeres nos gustan o nos molestan este tipo de tareas. A mí, de momento, los resultados no paran de sorprenderme. Ya me dirás qué te han parecido a ti.

Hemos clasificado las siete tareas de la casa que consideramos en la investigación en cuatro tipos según la actitud con la que las mujeres nos enfrentamos a cada una de ellas:

- El primer tipo lo integran las tareas de la casa que gozan de buena reputación entre las mujeres ya que, de las tres posibles alternativas de respuesta disponibles en la encuesta, más de la mitad de las mujeres hemos declarado que nos gusta hacerlas, alrededor de un tercio, que no nos importa y muy pocas, que nos molesta hacerlas. En este tipo se encuentran dos de las siete tareas de la casa consideradas: «comprar: alimentación, bebidas, etc.» y «cocinar».
- El segundo tipo está formado por las tareas que tienen bastante buena reputación entre las mujeres. Incluye a una sola de las tareas consideradas: «organizar la casa: hacer la lista de la compra, gestión de pagos, etc.». De cada diez mujeres, cuatro hemos declarado que nos gusta organizar la casa, cinco que no nos importa y solo una que nos molesta.
- El tercero, lo integran las tareas de la casa que tienen una reputación neutra. En esta tipología hay tres tareas: «lavar la ropa», «lavar las sartenes, cazos, platos o poner el lavavajillas» y «limpiar la casa: barrer, fregar, quitar el polvo, etc.». En estas tres tareas, la mayoría de las mujeres hemos escogido la opción intermedia, o sea, que no nos importa hacerlas. El resto nos situamos, casi a partes iguales, en alguno de los dos extremos de la escala de respuestas ya que o bien nos gusta hacerlas, o bien nos molesta.
- En el cuarto hemos clasificado a las tareas de la casa con muy mala reputación. Por fortuna, solo hay una: «planchar». De las siete tareas consideradas es la que tiene peor reputación ya que a la mitad de las

mujeres nos molesta planchar y solo un tercio hemos declarado que no nos importa. Las mujeres a las que nos gusta planchar estamos en clara minoría, no llegamos a dos de cada diez (el 16 % para ser exactos). Después de mucho pensar, creo que yo solo conozco a una mujer que le guste planchar.

¿Qué, Asun?, ¿coincide tu actitud frente a cada uno de estos trabajos de la casa con la que han declarado la mayoría de las mujeres o te sitúas entre la minoría? Con el equipo de PRM con el que he estado trabajando esta semana nos hemos divertido contrastando estos resultados con nuestros propios gustos, en el caso de las féminas del equipo, y con los gustos que ellos creen que sus respectivas parejas tienen, en el caso de los varones. Estoy convencida de que, al llegar a sus casas, habrán hablado con su pareja de estas preferencias. ¿Habrá sido la primera vez? Espero que no, pero si lo ha sido, me alegro mucho de haber contribuido a este primer paso.

Después de estudiar estos resultados con calma, hemos pensado que sería interesante clasificar a las mujeres según el nivel de tolerancia de cada una de nosotras considerando estas siete tareas en conjunto. Y aquí tienes el resultado:

- Grupo I: Mujeres a las que no nos molesta hacer ninguna de las siete tareas de la casa consideradas. Está integrado por algo más de un tercio de las mujeres (el 37 %) y las hemos bautizado como: *Fans de las tareas de la casa*.
- Grupo II: Mujeres a las que solo nos molestan una o dos de estas siete tareas. Este grupo tiene un tamaño muy parecido al de las *Fans* (el 41 %). Han obtenido el título de: *Tolerantes con las tareas de la casa*.
- Grupo III: Es el grupo más reducido, de hecho, es casi la mitad que los otros dos (el 22 %). Lo integramos las mujeres que hemos declarado que nos molesta hacer, como mínimo, tres de las siete tareas de la casa consideradas. A las mujeres de este grupo las hemos llamado: *Antitareas de la casa*.

Pues, ya ves, Asun. A estas alturas de la vida me ha tocado aprender que, en lo que respecta a la actitud ante las tareas de la casa, soy un verdadero perro verde. ¡Mi grupo lo integramos solo dos de cada diez mujeres! ¿En cuál estás tú...? ¿Ya te has ubicado?

Y qué curioso, ¿sabes en quién me he puesto a pensar de forma casi automática en cuanto hemos terminado de bautizar estos tres grupos? En la madre de Enrique. Estoy segura de que no ha habido mujer en España que haya representado mejor y con mayor orgullo que Consuelo a las *Fans de las tareas de la casa*. La suya estaba siempre impecable. Quizá sería más exacto decir reluciente. En realidad, a ella le encajaba a la perfección el dicho: «En su casa se podría haber comido en el suelo».

Y, si nos centramos en uno de los trabajos de la casa, en el de «cocinar», no te digo nada, Consuelo era casi *Cordon Bleu*. Había asistido a muchísimos cursos de cocina. Yo diría que, para ella, cocinar era mucho más que una afición. Estoy segura de que se había convencido a sí misma de que cocinar era la mejor forma de cuidar a su familia. Y nosotros no nos quejábamos en absoluto. Si un día, por sorpresa, aparecías en su casa, siempre te invitaba a comer o a cenar, dependiendo de la hora, y yo no sé cómo lo conseguía, pero te ofrecía, como mínimo, dos o tres alternativas. Y cuando sí que estaba previsto que fuéramos a comer o a cenar, se ocupaba de que en la mesa hubiera alguno de nuestros platos preferidos. A Enrique solía prepararle *suquet* de rape con berenjenas. A Carlota, *fideuejat*. A Claudia, canalones de rustido. Y a mí, caballa en escabeche, con ensalada de escarola. Cómo me gustaba. Si cierro los ojos, todavía puedo saborear el escabeche. Era perfecto: ni demasiado aceitoso ni demasiado avinagrado; con el punto justo de sal y de pimienta; una cocción del pescado que no era ni cruda ni cocida en exceso. Ya ves, Asun. Una indiscutible representante de las *Fans de las tareas de la casa*, ¿no te parece?

Seguro que te vienen muchas mujeres como Consuelo a la cabeza, no tanto en su vertiente *Cordon Bleu*, pero sí en su empeño por hacer que su casa estuviera impecable, ya que, como acabo de contarte, en España, casi cuatro de cada diez mujeres somos *Fans de las tareas de la casa*. ¿Cuál crees que es el motivo de que este grupo sea tan numeroso? ¿Será que el gusto por las cosas de la casa forma parte intrínseca de tantísimas mujeres debido a la

presión social que hemos soportado durante una generación tras otra? La verdad es que tiene toda la pinta de que esta haya sido la causa. Sin embargo, habrá que ver qué pasa en las futuras generaciones. Si dentro de unos años, el tamaño de estos grupos se mantiene más o menos estable querrá decir que no era una cuestión de presión social sino de puras preferencias de las féminas.

¿Sabes que hasta hace bien poco no he sido consciente de lo mucho que me fastidian las tareas de la casa, incluido cocinar? Hubo incluso un día, cuando todavía ni siquiera había nacido Carlota, en el que me desperté con una iluminación: estaba decidida a aprender a hacer paella. Y mi maestra sería Consuelo, ¿quién si no? Lo recuerdo como si fuera ayer. Aquella mañana estábamos las dos solas en la cocina. Debían de ser las diez. Los demás se estaban preparando para ir a la playa. Lo que nunca antes había imaginado era que aquella decisión me iba a suponer perder toda una mañana de sol y mar. Pues sí, el arroz estuvo listo a las dos y media en punto, justo cuando el resto de la familia llegaron hambrientos de la playa. Por primera vez fui consciente de lo injusto que es que alguien esté tantas horas en la cocina para que luego los comensales devoren el contenido de sus platos tan deprisa. Recuerdo que pensé que, como mínimo, deberíamos comer despacio y darle las gracias después de cada cucharada. Aquel día, llevé la voz cantante de los agradecimientos. El resto, con más o menos entusiasmo, se vio obligado a proceder en consonancia. Consuelo estuvo radiante. Poco después de ayudar a recoger la mesa y la cocina, fui consciente de que jamás pondría en práctica la receta de la paella que tan meticulosamente había ido anotando en las hojas del final de mi agenda. Cuando me apeteciera comer paella, iría a algún chiringuito de playa. ¿Qué, Asun?, ¿sorprendida por mi experiencia culinaria? Creo que, hasta hoy, nunca se la había contado a nadie.

Volviendo a la investigación, en relación con estos tres tipos de mujeres, hemos aprendido un par de cosas que creo que te hará gracia saber: la primera es que, con independencia de si una mujer es *Fan de las tareas de la casa*, *Tolerante* o *Antitareas*, el trabajo de la casa que hoy por hoy nos está tocando realizar es casi idéntico (sí, sí, lo estás leyendo bien, el número de horas que unas y otras dedicamos a las tareas de la casa es prácticamente el mismo) y la segunda es que hay mucha relación entre la actitud que tenemos frente a los trabajos de la casa y hasta qué punto contribuíamos en ellos cuando vivíamos

en casa de nuestros padres: a mayor colaboración pasada, mayor número de *Fans* y menos *Anti* y a la inversa, a menor colaboración en casa de los padres, más mujeres *Anti* y menos *Fans*. Así que, Asun, por lo que a mí respecta, yo ya he decidido que voy a contribuir a que mis hijas consigan integrar en sus vidas, mejor que yo, el trabajo al que se enfrentarán cuando se independicen, aumentándoles, durante los períodos de vacaciones escolares, su asignación de lo que han de hacer en casa. Estoy decidida y dispuesta a asumir que su futuro sea mejor, aún a costa de que, hoy por hoy, me miren todavía peor. ¡Qué le vamos a hacer! Entiendo que forma parte de mi trabajo de madre. Ojalá esta información vaya a parar a madres de varones y ellas decidan también ponerse manos a la obra con sus hijos. ¿Podrás poner tu granito de arena haciendo lo que puedas con tus sobrinos?

Bueno, querida, tengo que dejarte. Nos veremos el fin de semana que viene. Por cierto, Silvia y Pass también se han apuntado a la excursión al castillo del Montgrí, así que dormiremos las cuatro en casa. Será divertido comentar todas juntas estos resultados. Y quizá para entonces ya tenga algún dato más que enseñaros. Apuesto a que Silvia será la única que se clasificará en el grupo de las *Fans de las tareas de la casa*. No os veo ni a Pass ni a ti en un grupo distinto al de las *Anti*, ¿o estoy equivocada? Si estoy en lo cierto, ¿qué haremos tantos perros verdes juntos? Ja, ja... ¡Desde luego, cocinar lo menos posible!

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 27 de febrero de 2016

**Para:** emmacbt@hotmail.com

**Asunto:** ¿Nos sentimos felices con nuestra pareja?

Buenos días, Emma.

Espero que la cena de ayer no te haya dado la noche. Ja, ja... Ya no tenemos edad para según qué atracones, ¿verdad? Por suerte, he dormido como un tronco y me he despertado como nueva.

Como te prometí, aquí estoy para hacerte un resumen de lo que hemos aprendido sobre hasta qué punto las mujeres nos sentimos felices con nuestra pareja. En la investigación hemos participado mujeres con pareja, tanto si esta es un hombre como si es otra mujer e independientemente de que estemos conviviendo con nuestra pareja o no, pero he pensado que los resultados que más te interesarían son los que se refieren a las mujeres que, como nosotras, viven con un hombre. Para que te hagas una idea, más de la mitad de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa, el 56 % para ser exactos, estamos en esta situación. El día que nos veamos, si sientes curiosidad, te contaré cómo lo llevan las mujeres en relaciones homosexuales.

Antes de empezar a bombardearte con resultados sobre cómo hemos evaluado a nuestra pareja las mujeres que convivimos con un hombre, necesitaré unas líneas para explicarte algunos aspectos metodológicos. El primero se refiere a la cuestión que pretendemos medir: la felicidad. Sabemos lo intangible, e incluso discutible, que es el concepto de felicidad, pero era imprescindible incorporarlo entre los temas que debíamos tratar sobre la pareja y nos pareció que las mujeres entenderían mejor a qué nos referíamos si les preguntábamos por su felicidad que si les hablábamos, por ejemplo, de su bienestar o de su estado de ánimo con respecto a su pareja. Por otro lado, siendo conscientes de que medir la felicidad con la pareja es una tarea muy ambiciosa, decidimos utilizar no uno sino varios indicadores que, al combinarlos, pudieran servirnos como una buena aproximación. Uno de estos

indicadores es el que hemos llamado el *grado de cumplimiento de las expectativas con la pareja*: en él, cada mujer declaraba, en una escala con cinco opciones de respuesta, hasta qué punto su relación de pareja está cumpliendo con las expectativas que, en la fase inicial de la relación, ella se había formado con respecto a él. Otro de los indicadores que decidimos utilizar es el *grado de felicidad con la pareja* donde cada mujer ha evaluado su situación de pareja, de forma global, en una escala de 0 a 10 como las que utilizábamos en el colegio, donde 0 supondría «no estoy nada feliz con mi pareja» y 10 significaría «estoy completamente feliz con mi pareja». Y, por último, utilizando esta misma escala de evaluación, le hemos pedido a cada mujer que le ponga una nota a su pareja en doce aspectos específicos sobre cómo es él y sobre cuál es su actitud hacia ella. Cuando los leas, es posible que echés de menos algún aspecto que te hubiera gustado conocer pero cuando el cuestionario pasó por la fase piloto, nos dimos cuenta de que era larguísimo, así que tuvimos que reducir nuestra lista inicial y dejar solo los que nos parecieron más relevantes basándonos en la bibliografía existente.

En relación con el primero de estos indicadores, el *grado de cumplimiento de las expectativas con la pareja* hemos aprendido que el grupo más numeroso es el de las mujeres cuya vida en pareja está siendo como habíamos imaginado: de las que convivimos con un hombre, nos encontramos en esta situación algo más de un tercio (el 36 %). El segundo grupo más numeroso es el de las mujeres cuya vida en pareja ha superado nuestras expectativas (el 33 %) y, por fortuna, el grupo más reducido es el de las que reconocemos que nuestra relación de pareja es peor de lo que habíamos imaginado (el 22 %). El 9 % restante no nos habíamos creado ninguna expectativa con respecto a nuestra pareja. Me parece una excelente noticia que la gran mayoría de las mujeres hayamos sabido manejar nuestras expectativas con relación a la pareja: si sumamos los casos en que se están cumpliendo las expectativas con aquellos en los que se están superando, hablamos de siete de cada diez mujeres que vivimos con un hombre. No está nada mal, ¿no?

Al combinar *el grado de cumplimiento de expectativas* con otro de los indicadores que incluimos en la investigación, la *felicidad global* con la pareja, hemos podido establecer cuál es la frontera que determina que las mujeres nos sintamos felices con nuestra pareja. Y la sorpresa es que dicha

frontera no está en el 5, como el aprobado en el colegio, sino que está en el 8, ya que el conjunto de las mujeres para las que se han cumplido las expectativas que nos habíamos formado con respecto a nuestra pareja hemos declarado una felicidad global con la pareja de 8,1 de media. Ya ves, qué alto estamos poniendo el listón las mujeres, o qué difícil nos resulta otorgarle un suspenso escolar al hombre con el que estamos conviviendo y al que se supone que hemos escogido con total libertad. Lo que también podemos deducir de esta combinación de indicadores es que la frontera de infelicidad se sitúa en el 6, ya que el conjunto de las mujeres para las que su relación de pareja se encuentra por debajo de las expectativas que ellas se habían formado han declarado una felicidad global con su pareja de 6,2 de media.

Sobre la base de estas fronteras de felicidad y de infelicidad, hemos clasificado a cada mujer según el grado de felicidad que siente respecto a su pareja, y hemos observado que, por fortuna, la gran mayoría de las mujeres que, como nosotras, conviven con un hombre, nos sentimos felices con él (el 69 % hemos declarado valores que oscilan entre 8 y 10). Las que, con la pareja, hemos declarado valores que se sitúan por debajo de nuestro umbral de felicidad las hemos dividido en dos: las que lo han evaluado con un 7, por lo que entendemos que se sienten casi felices con él (el 14 %), y las que han referido valores entre 0 y 6, que, según lo aprendido, se sienten infelices con su actual compañero de vida (el 17 %). Esto significa que, hoy en día, de las mujeres que estamos conviviendo con un hombre, casi dos de cada diez estamos atrapadas en una relación de pareja en la que nos sentimos infelices. Demasiadas, ¿no te parece? Según estos resultados, si tu entorno de féminas se comporta como la media de las mujeres de España, de cada diez mujeres que conoces que conviven con un hombre, debería haber dos que están atrapadas en una relación de pareja con la que se sienten infelices. Y si entre las mujeres que te rodean, no identificas a tantas, pues genial, querrá decir que vives en un entorno privilegiado.

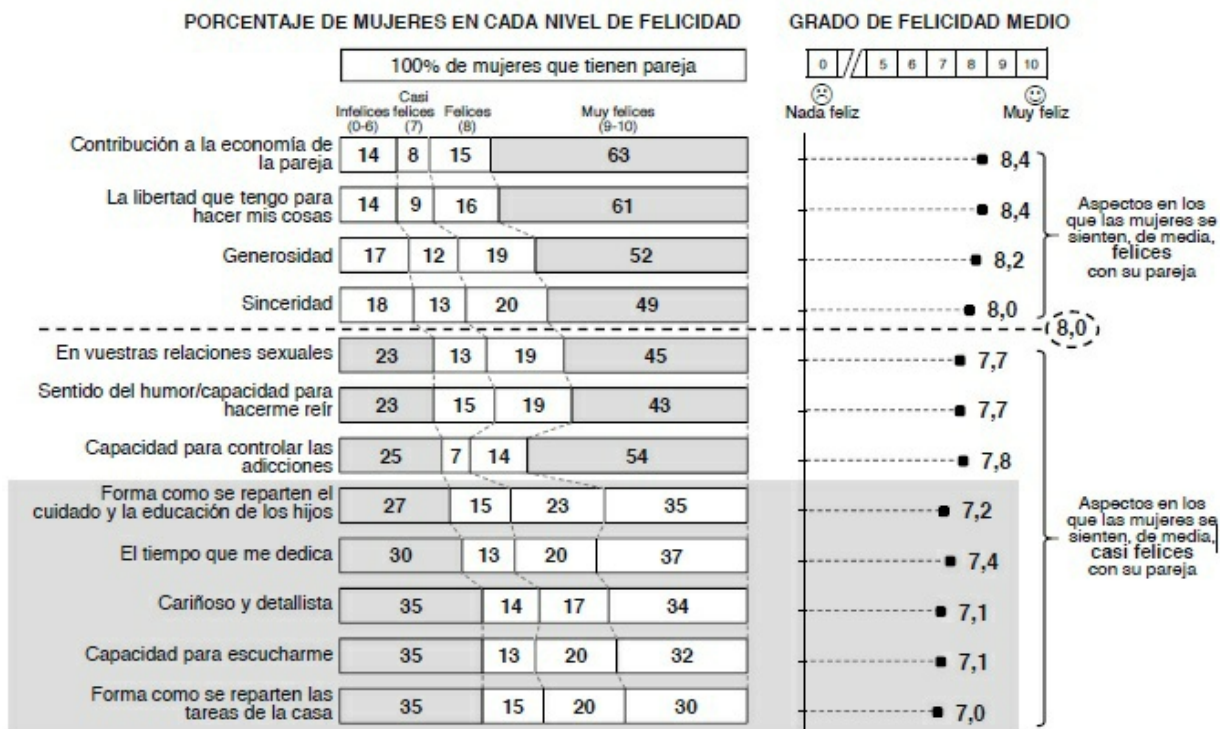
Haciendo análisis cruzados con otros datos de la propia investigación, hay dos cuestiones que parecen ser muy determinantes en el hecho de que haya mujeres aguantando a su pareja a pesar de lo infelices que se sienten a su lado. Una de ellas es que casi todas las mujeres que están atrapadas en una relación de pareja en la que se sienten infelices han tenido hijos con el hombre con el



que viven. La otra es que, entre ellas, muy pocas son económicamente independientes. Y, de lo que he podido averiguar a partir de otras fuentes en relación con esta cuestión, me han parecido muy convincentes las teorías de los psicólogos que hablan de que muchas mujeres y muchos hombres que estamos estancados en relaciones que no funcionan aguantamos por la denominada *falacia del costo hundido*, esto es, por todo lo que, durante años y años de vida en común, hemos invertido en esa relación, no solo desde un punto de vista emocional, sino también económico. Según estas teorías, en muchos casos, el miedo a perder lo construido, aunque esté derrumbándose, nos impide iniciar una nueva vida. Qué complicado, ¿verdad? Yo estoy convencida de que, en muchos de estos casos, si nosotras tuviéramos independencia económica, otro gallo cantaría.

A continuación, verás un *ranking* que mide lo felices que nos sentimos con nuestra pareja en cada uno de los doce aspectos específicos que incluimos en la investigación. En el gráfico, verás que hay dos columnas de resultados que corresponden a dos maneras distintas de analizar las respuestas que dieron en la encuesta las mujeres que, como nosotras, conviven con un hombre. En la primera columna podrás ver el porcentaje de mujeres que se posicionan en cada uno de los cuatro niveles de felicidad que definimos a partir de los resultados de la investigación. En la segunda columna hemos incluido el valor medio que resulta de la distribución de todas las respuestas con cada aspecto. Fíjate en que los doce aspectos evaluados están ordenados de menor a mayor sentimiento de infelicidad con nuestra pareja.

### **RANKING DE FELICIDAD CON LOS ASPECTOS EVALUADOS EN LA PAREJA**



¿Sorprendida? Yo la verdad es que en algunas cuestiones mucho y en otras muy poco. Que el primer puesto del *ranking* lo ocupe la «contribución a la economía de la pareja» me parece muy lógico ya que este ha sido el rol que durante siglos se les ha asignado a los hombres, así que muchos de ellos lo llevan en la sangre. De hecho, en las parejas mujer-hombre, resulta que ellos están contribuyendo a la economía doméstica algo más que nosotras: de media, ellos pagan el 58 % de los gastos familiares frente al 42 % que pagamos nosotras.

Tampoco me ha sorprendido que una de las peores puntuaciones la tengan los hombres en el aspecto: «capacidad para escucharme». Fíjate en que el 35% de las mujeres, o sea, más que una de cada tres, nos sentimos infelices con nuestro marido o nuestro novio, en esta cuestión. Si analizas toda la distribución de las respuestas en este aspecto verás que, en el otro extremo, también hay hombres que están haciendo bien los deberes ya que hay un 32% de mujeres que hemos declarado sentirnos muy felices con la capacidad de escucha de nuestra pareja. Después de tanto oír que «los hombres no escuchan», hubiera sido rarísimo que este ítem ocupara alguno de los primeros puestos del *ranking*, ¿no crees? Ya lo dice el refrán: cuando el río suena es

que agua lleva. Tampoco me ha asombrado lo más mínimo que la evaluación de «cariñoso y detallista» y del «tiempo que me dedica» sean similares a la de la «capacidad de escucharme». Fíjate en que la distribución de respuestas es muy parecida en estos tres aspectos. En el fondo, todas ellas son cuestiones relacionadas con el trato que nuestra pareja nos proporciona, y, según estos resultados, en las tres, la mayoría de los hombres se comportan a años luz de lo que nos gustaría a nosotras.

Sin embargo, sí que me ha sorprendido, ahora que hemos cuantificado cuán desequilibrado es el reparto entre mujeres y hombres en horas de trabajos no remunerados, sea «en la casa» o en «el cuidado y la educación de los hijos», que los hombres hayan salido tan bien parados en estos dos aspectos. Sí, ya veo que «la forma como se reparten las tareas de la casa» ocupa la última posición del *ranking*, pero aun así, yo esperaba unas evaluaciones mucho peores. ¿Cuánto dirías tú que estamos haciendo nosotras y cuánto ellos? Pues, entre las que convivimos con un hombre y tenemos trabajo remunerado, por lo que respecta tanto a las tareas de la casa como las relacionadas con los hijos, las mujeres hacemos más del doble que los hombres: nosotras alrededor del 67% y ellos el 29%. Habrás visto que ambos porcentajes no suman 100%. La pequeña diferencia de cuatro puntos corresponde a la ayuda remunerada con la que contamos algunas parejas. Si miras la evaluación que las mujeres hemos hecho de nuestra pareja en estos dos aspectos verás que, en la contribución a las tareas de la casa, la evaluación media es de 7,0 y en la contribución a la educación y el cuidado de los hijos es de 7,2. Lo que significa que, de media, a pesar de que no nos sentimos felices del todo, ya que en ninguno de los dos el valor medio llega al 8, las mujeres no nos estamos declarando infelices con el abusivo reparto de las tareas familiares al que muchas de nosotras nos enfrentamos.

Pues, ya ves, Emma, a pesar de lo poco que hacen en la casa y en relación con los hijos la mayoría de nuestros chicos, ¡no les estamos suspendiendo! ¿Cuál crees tú que es la causa de que no despotriquemos todavía más de nuestros compañeros de viaje en estos dos aspectos?

Al ver que la mayoría de las mujeres nos sentimos felices o casi felices con la contribución de nuestra pareja en las tareas no remuneradas, a pesar de lo poco que participan en ellas, hemos decidido profundizar un poco más, para

intentar entender el porqué. Lo primero que hemos hecho ha sido buscar en qué porcentaje contribuye nuestra pareja a esas tareas familiares, entre aquellas mujeres que nos sentimos felices con su participación en ellas. Y fijate con qué poco nos conformamos. Los hombres que han recibido las mejores notas (9 o 10) están realizando, de media, un 32 % de las tareas de la casa y un 34 % de la educación y el cuidado de los hijos. Los hombres a los que les hemos puesto un 8 están haciendo, de media, un 29 % en la casa y un 30 % en la educación y el cuidado de los hijos, esto es, una contribución muy similar a la de los hombres a los que les hemos otorgado la máxima puntuación. Según estos datos, si nuestro chico se ocupa de alrededor de un tercio de las tareas de la casa y de los hijos, a muchas de nosotras ya nos está bien. Qué expectativas tan bajas, ¿no te parece? La única explicación que yo he sido capaz de encontrarle a este hecho es que la presión que la sociedad ha ejercido y continúa ejerciendo sobre nosotras en estos ámbitos es tal que ya contamos con que esto será así, y ni siquiera nos quejamos. ¿Tú cómo lo ves, Emma? Me encantaría saber qué opinas. Ya comentaremos cuando nos veamos, ¿vale?

Más adelante, tenemos previsto realizar un análisis que nos ayude a entender cuáles de todos estos aspectos de la pareja tienen mayor capacidad de influir en que las mujeres nos sintamos más o menos felices con nuestros chicos, es decir, cuáles son más determinantes, desde el punto de vista de las mujeres, en las relaciones de pareja. Tranquila que no te dejaré a medias, en cuanto hayamos terminado con estos análisis, te contaré qué es lo que hemos aprendido.

Sigue siendo buena y que ni se te ocurra saltarte un solo día la recuperación. Recuerda que este verano te necesitamos al cien por cien. Aunque tranquila que acabo de hacer cuentas y aún te quedan cinco meses bien buenos para poner tu pierna a punto.

Besos para ti y recuerdos para todos tus hombres.

Un abrazo muy especial para Didi,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** lunes, 29 de febrero de 2016

**Para:** pazuu@gmail.com

**Asunto:** ¿Cómo repartimos el cuidado y la educación de los hijos con nuestra pareja?

Hola, Paz.

Necesito explicarte la conversación en la que me he visto involucrada hoy a mediodía mientras comía con los dos consultores que acaban de incorporarse al equipo de PRM. Sí, sí, creo que no te lo había dicho, esta es la única tarea que he decidido mantener durante mi período sabático: de vez en cuando voy a comer con las nuevas incorporaciones para explicarles cómo nació PRM y cuál es nuestra filosofía. Pues en ello estábamos cuando, a la mesa de al lado se han sentado un amigo de mi padre (frente a mí) y una chica (que me daba la espalda). Cuando ya todos habíamos acabado de comer, el amigo de mi padre ha pedido la cuenta y la chica se ha levantado y se ha ido sin ni siquiera esperar a que él pagara. Entonces, mi mirada se ha cruzado con la del amigo de mi padre y él ha aprovechado para dirigirse a los dos jóvenes de mi mesa:

—Os recomiendo que os caséis con una maestra.

—¿Por qué? —he preguntado yo, viendo divertida la expresión de alucine de mis dos jóvenes acompañantes, que dudaban si volverse para mirar a quien les estaba hablando o mantener la mirada fija en mí.

—Porque así te aseguras de que tus hijos estén bien educados —ha respondido—. La que acaba de irse es mi hija. ¿Os habéis fijado en que no ha dejado de mirar el móvil en toda la comida? ¡Qué maleducada!

Y como bien te has imaginado, Paz, yo no he podido resistirme, y, sin pensar ni un segundo mis palabras, le he soltado:

—¿Y tú no te sientes responsable de la educación de tu hija?

—¡Qué podía hacer yo! Si, desde que su madre y yo nos separamos, ella y su hermana han vivido la mayor parte del tiempo en casa de su madre.

En ese momento se me ha puesto cara de póquer. Tranquila, Paz, que él no se ha percatado porque estaba concentrado introduciendo su código personal en el datáfono que sostenía el camarero. Cuando, después de pagar, se ha despedido y se ha ido, uno de los jóvenes consultores le ha dicho al otro:

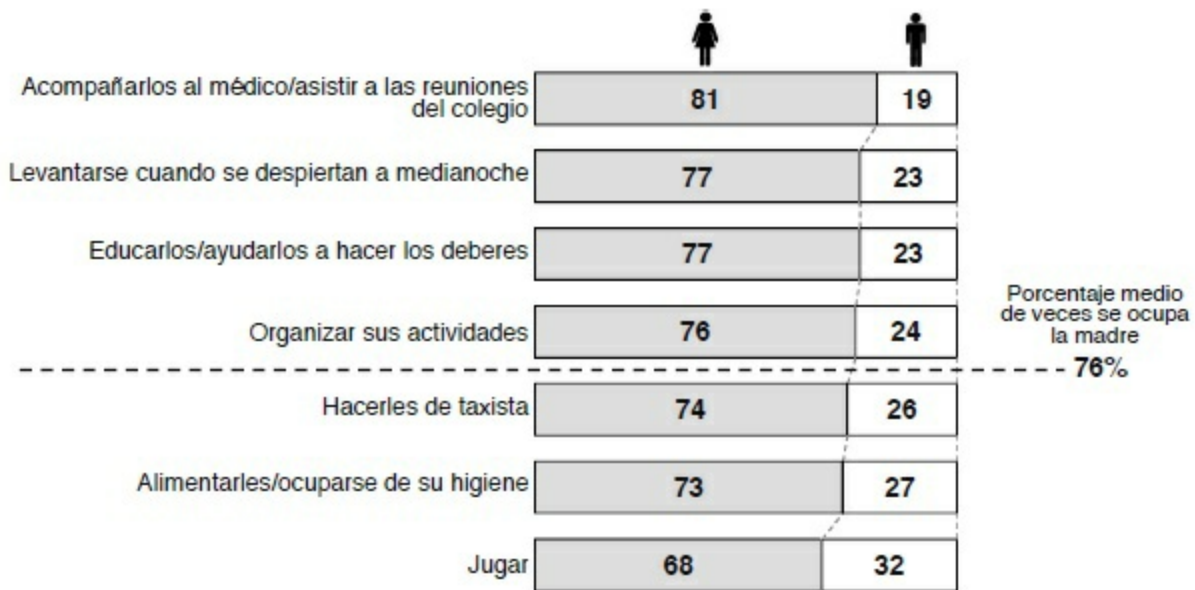
—No sé si me convence. Si nos casamos con una maestra, tal vez intentaría educarnos también a nosotros, ¿no crees?

Los dos se han puesto a reír, casi al unísono, y han continuado devorando sus respectivos postres. Si han dicho algo más ya no lo he oído, porque me he quedado ensimismada dándole vueltas a lo que acababan de escuchar mis ya escarmentados oídos.

De vuelta al despacho, he decidido dejar en *stand by* el bloque de preguntas del cuestionario que estábamos analizando por la mañana y nos hemos puesto manos a la obra con las respuestas dadas por las mujeres entrevistadas a las preguntas de la encuesta que tratan del reparto, entre el padre y la madre, de cada una de las siete tareas relacionadas con el cuidado y la educación de los hijos que hemos considerado en la investigación.

El resumen de lo que hemos aprendido de estos análisis es que el amigo de mi padre no es un extraño pajarraco en este universo de hombres que nos rodea, sino solo uno como tantos. Fíjate en cómo estamos repartiéndonos, el padre y la madre, cada una de las siete tareas relacionadas con el cuidado y la educación de los hijos que incluimos en la investigación.

## **PORCENTAJE MEDIO DE VECES QUE SE ENCARGA CADA MIEMBRO DE LA PAREJA DE LAS TAREAS RELACIONADAS CON EL CUIDADO Y LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS**



La situación más desequilibrada se produce en las tareas del tipo «Acompañarlos al médico / asistir a reuniones del colegio», donde nosotras nos estamos encargando el 81% de las veces y el padre de la criatura, el 19% restante. Esto es, de cada diez veces, ocho lo hacemos nosotras y ellos solo dos. Pero fíjate en que no hay ni una sola tarea en la que el reparto sea equilibrado, ni siquiera en la de «Jugar» con nuestros hijos.

Es posible que te estés preguntando cuál sería el resultado si la encuesta la hubiera contestado la pareja de las entrevistadas, en lugar de ellas. Ja, ja... Es muy posible que, por lo menos, algunas de nosotras hayamos barrido un poco o mucho para nuestro lado. Pero ¿sabes, Paz? No me preocupa lo más mínimo ya que, con estos resultados tan contundentes, estoy segurísima de que las principales conclusiones no admiten margen de duda.

A partir del reparto individual de cada tarea, hemos estimado cuál es el reparto global del cuidado y educación de los hijos entre el padre y la madre. El resultado es que, en conjunto, las madres nos estamos ocupando, de media, el 76 % de las veces y los padres el 24 %. Para calcular este reparto entre los dos miembros de la pareja hemos descontado las veces en que de los hijos se ocupa algún tipo de ayuda externa a la pareja, ya sea familiar o remunerada, pero no te creas que es para tirar cohetes, sino que es un escasísimo 4 % del total de las veces que nuestros hijos requieren algún tipo de ayuda.

¿Qué, Paz?, ¿te has quedado estupefacta como tu amiga cuando vio estos resultados por primera vez? Da la impresión de que los niños y las niñas de este país solo tienen madre, ¿verdad? Y eso que no paramos de oír en los medios de comunicación lo implicados que están los padres de hoy en día. Pues a la vista de estos resultados, algo no cuadra, ¿no? Estos datos corresponden al conjunto de las parejas con hijos. En breve te cuento las diferencias que hay, en este reparto, entre las parejas que hoy tienen hijos pequeños y las que ya los tenemos a todos crecidos.

Pero antes quería comentarte otra cuestión que me parece fundamental. Si comparas el valor medio global de lo que contribuimos las madres con el detalle de nuestra contribución en cada una de las siete tareas, verás que aquellas en que los padres están colaborando por encima de su tónica media son a mi modo de ver las más mecánicas: «hacerles de taxista», «alimentarles», «ocuparse de su higiene» y «jugar con ellos». Si estoy interpretando bien estos resultados, y haciendo un paralelismo con el mundo de la empresa, es como si las madres estuviéramos ejerciendo de directoras generales de la vida de nuestros hijos. Pero a diferencia de lo que ocurre en los trabajos remunerados en que, a medida que vamos ganando responsabilidad, vamos dejando de participar en los detalles de la ejecución diaria, en lo que a los hijos respecta, además de liderar el proyecto, muchas nos ocupamos en solitario de su implementación. Así que no me extraña que la mente de las mujeres que tenemos hijos, sobre todo cuando son pequeños, esté a menudo tan colapsada. Entiendo que esto es a lo que las feministas se refieren cuando hablan del *Mental Load* que soportamos las mujeres. Y acabo de pensar que este pequeño matiz cualitativo supone que, en realidad, el desequilibrio que se está produciendo entre las madres y los padres, en lo que al cuidado y la educación de los hijos se refiere, es todavía mayor que el que hemos conseguido cuantificar en la investigación basándonos en el número de horas que cada miembro de la pareja aporta. Aquí tienes un ejemplo: en mi opinión, el esfuerzo que requiere que el padre acompañe a su hijo al médico a ponerse una vacuna el día y la hora que le ha dicho su mujer no es comparable con el esfuerzo casi invisible que requiere que la madre se haya ocupado de organizar la visita, teniendo controladas tanto las fechas del carnet de vacunación de su hijo como la agenda del pediatra y la del padre de la



criatura. Con demasiada frecuencia veo que los padres se limitan a ejecutar las órdenes que nosotras les damos. La iniciativa de los padres acostumbra a brillar por su ausencia.

Fíjate, por ejemplo, en esta situación que acaba de venirme a la cabeza. Carlota debía de cumplir 6 o 7 años y para celebrarlo le hacía ilusión invitar a casa a jugar a sus tres «más amigas», como ella las llamaba en aquella época. Así que, al llegar a casa, cogí la lista de teléfonos de la clase que un alma caritativa había elaborado, una madre, claro está, y me puse manos a la obra. En una de las casas a las que llamé, el que cogió el teléfono fue el padre. Y, ¡oh, sorpresa!, cuando hube concluido de explicar el motivo de mi llamada y le hube facilitado todos los detalles del encuentro: el día, la hora y la dirección, su respuesta fue que ya me llamaría su mujer más tarde, porque de esos temas se ocupaba ella. Ja, ja... Impresionante, ¿verdad? El padrazo en cuestión no solo estaba despreciando el tiempo de su mujer, al pensar que al llegar a casa no tendría nada mejor que hacer, sino que además, con total desfachatez, de paso despreció el mío.

Así que, teniendo todo esto en cuenta, no es de extrañar que haya tantas madres que vayamos arrastrándonos ojerosas por la vida, ¿no te parece? Pero, felizmente, empieza a haber luz al final del túnel, Paz. Aquí tienes el resultado de cómo ha evolucionado el reparto del conjunto de las tareas que se derivan del cuidado y la educación de los hijos, entre la madre y el padre de las criaturas. Y por fortuna hemos podido constatar que hoy en día es algo mejor de lo que fue en el pasado. Así que sí, vamos mejorando, ¡pero tan despacio! Ahora lo verás. Hemos dividido a las mujeres con hijos en dos grupos: las que ya los tenemos a todos crecidos y las que tenemos todavía algún hijo pequeño y, en cada grupo, hemos buscado el porcentaje de lo que las madres han declarado que el padre hizo en su momento o está haciendo actualmente. El resultado es que los padres han pasado de contribuir, de media, el 20 % en la generación anterior (la de los padres que hoy ya tienen a todos sus hijos crecidos) al 28 % en la generación de los padres que hoy tienen algún hijo pequeño. Fíjate, Paz, en que la colaboración del padre ha aumentado ocho puntos en una generación, así que si este crecimiento se mantuviera y la diferencia entre una generación y otra fuese de unos treinta años (la edad con la que yo fui madre por primera vez, por tener un punto de partida), faltarían

entre dos y tres generaciones, es decir, unos ochenta años, para que el padre y la madre nos repartamos al 50 % el cuidado y la educación de nuestros hijos. ¡No te digo nada! Lo que está claro, es que, a este ritmo, la generación de nuestras hijas no estará todavía entre estas afortunadas. A pesar de que confío en que, si ellas deciden tener hijos y tenerlos con un hombre a su lado, se encargarán de que, en su casa, este equilibrio se cumpla.

¿Qué opinas, Paz? Yo veo que, o las mujeres nos ponemos las pilas y además vamos todas a una, o tardaremos más de un siglo en conseguir el equilibrio que nos merecemos en estas cuestiones. Además, es que estoy convencida de que este equilibrio entre progenitores mejoraría nuestra calidad de vida y nuestra felicidad con el padre de nuestros hijos, al mismo tiempo que les estaríamos dando a nuestros hijos e hijas un ejemplo mucho mejor, ¿no te parece? Acabo de pensar que con la información que obtuvimos en la encuesta, vamos a poder verificar si estas hipótesis se cumplen. Cuando tengamos el resultado de estos análisis los comentamos, ¿vale?

¿Estás pensando como yo en la suerte que tenemos de que los padres de nuestras respectivas hijas sean de los que consideran que la educación de los hijos es una tarea conjunta de ambos progenitores? Y qué afortunadas somos además por querer seguir compartiendo nuestra vida y nuestra casa con ellos. Si viviendo juntos la educación de nuestras hijas está resultando harto complicada, imagínate cómo sería si viviéramos en casas distintas. Eso sí que lo veo difícil de verdad. Y todavía peor si resulta que la figura paterna se desentiende de una de sus obligaciones como está claro que ha sucedido en el caso del amigo de mi padre. ¡Qué le vamos a hacer, Paz! Por si acaso, y siguiendo a pies juntillas al refranero español en eso de que, más vale prevenir que curar, lo mejor será que nosotras y nuestros chicos continuemos esforzándonos a diario en que nuestra relación de pareja funcione, no solo por el bien de nuestras hijas sino también por el nuestro.

Espero que este bombardeo de cifras y de información no te amarguen demasiado el día y que tengas una gran semana. No te olvides del concierto benéfico por la esclerosis múltiple del jueves que viene. Si consigues acabar pronto de trabajar, recuerda que hemos quedado una hora antes para toma algo en el bar de siempre.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 5 de marzo de 2016

**Para:** QK@hotmail.com

**Asunto:** ¿Qué es aquello con lo que nos sentimos menos felices?

Hola, Cuca.

En primer lugar, mil gracias por el tiempo que le dedicaste ayer a Carlota. Sé que ibas de bolido con la maleta y los preparativos de tu viaje, así que todavía tiene más mérito que dedicaras un par de horas a que mi hija se probara tus vestidos de fiesta. Los tres que trajo a casa son tan bonitos que le está costando decidirse por uno, pero todavía faltan quince días para la gran cita, así que tiene tiempo de sobra. Te mantendré informada de cuál escoge finalmente.

Ya que estamos, me muero de ganas de explicarte un resultado de la investigación que me ha dejado bastante KO. Me gustaría mucho saber qué opinas al respecto y no tengo paciencia para esperar a que vuelvas de Madrid. ¿Cuál crees tú que es el aspecto de la vida de las mujeres con el que, en general, nos sentimos menos felices? Piensa que en la investigación evaluamos quince aspectos que abarcan los principales ámbitos de nuestra vida, desde el trabajo remunerado hasta el tiempo que dedicamos a nuestras aficiones, pasando por nuestra madre, nuestro padre, nuestros hermanos y hermanas, los hijos, la pareja, los amigos, etc. Pues aquel con el que menos felices nos sentimos, en general, ¡es nuestro físico! Si hubiéramos hecho una apuesta, ¿habrías acertado? ¿Qué opinas de que las mujeres, en general, nos sintamos menos felices con nuestro físico que, por ejemplo, con el tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones?

¿Te atreverías a decir cuál es el nivel de felicidad medio del conjunto de las mujeres en relación con «el físico»? La escala que utilizamos en la encuesta permitía responder valores entre 0 y 10, siendo 0 «nada feliz» y 10 «muy feliz». Pues la felicidad con el físico ha resultado ser, de media, un 6,5. ¿Te habías aproximado? Un aspecto importante que hay que tener en cuenta es

que a pesar de que en el colegio esta nota hubiera sido un bien alto, en el mundo de las féminas hemos visto que el umbral de felicidad se sitúa en el 8. Esto significa que las mujeres estamos valorando nuestro físico, de media, un punto y medio por debajo de lo que nos haría sentirnos felices.

Si en lugar de considerar el valor medio analizamos la distribución completa de las respuestas dadas por todas las mujeres, vemos que solo un tercio hemos declarado sentirnos felices con nuestro físico (porque hemos referido los valores 8, 9 o 10); el 23 % nos consideramos casi felices (hemos declarado un 7) y el 44 % restante hemos dado valores de 6 o inferiores, con lo que estamos poniendo de manifiesto que no nos sentimos felices con nuestro físico. ¿Con qué modelo de mujer debemos de estar comparándonos a diario para sentirnos tan desdichadas con nuestro físico?

¿Estupefacta? ¿Avergonzada? ¿Un poco de todo? A mí me parece indignante y vergonzoso que, en pleno siglo XXI, aquello con lo que las mujeres nos sentimos menos felices sea con nuestro físico. Entiendo que el principal causante debe de ser la errónea presión social y ambiental a la que estamos permanentemente sometidas y que hace que nos construyamos un ideal de físico de referencia que es artificial. ¿Cuántas mujeres como las de los anuncios acostumbramos a ver en el súper, por la calle o en el trabajo...? Ya no te digo si intentamos buscarlas en la playa... Pero ¿es que no sabemos todos y todas que las chicas de las revistas, la televisión o el cine están retocadas y representan el ideal de mujer que se ha impuesto en ese momento de la historia? ¿Te imaginas el poco éxito que hubieran tenido estas mismas mujeres en la época de Rubens? Entonces, ¿debemos permitir que nuestra felicidad con el físico dependa del momento en el que hemos aterrizado en el planeta Tierra?

Por otro lado, me parece vergonzosa la presión que se ha hecho sobre nosotras para conseguir que la mayoría veamos como un problema cuestiones como el acné, las estrías o la celulitis. Y no te digo nada de lo mal que han conseguido que muchas de nosotras llevemos los efectos visibles de la edad sobre nuestro físico: arrugas, manchas, pelos donde menos te lo esperas, michelines en la cintura, lápices que se aguantan si los colocas debajo de las tetas... ¡Pero si eso no es más que el efecto natural de la evolución de nuestro cuerpo con el paso de los años!

Además, ¿no te parece erróneo y desquiciante empeñarse en darle tanta relevancia a una cuestión en la que no podemos hacer casi nada? Por un lado, nacemos con el físico con el que nuestros padres nos han obsequiado y, por otro, con toda certeza este irá evolucionando al ritmo que marque el paso de los años. Incluso aquellas personas que puedan y quieran recurrir a la cirugía estética acabarán con un físico que nada tendrá que ver con aquel con el que vinieron a este mundo.

Sin embargo, ahora que estamos hablando de este tema, acabo de caer en la cuenta de que el hecho de que no me obsesionen las arrugas ni las manchas no quiere decir que no intente cuidarme todo lo que puedo y vestirme con ropa que me favorezca. Una cosa no quita la otra. ¡Solo faltaría! Soy de las convencidas de que, si te sientes bien contigo misma, no solo te resulta más fácil comunicarte con los demás, sino que incluso creo que puedes llegar a ser más convincente. Por ejemplo, no me habrás visto nunca con una minifalda. Y ¿sabes que en la época de los calcetines de rombos tuve que prohibírmelos? Ja, ja... No veas lo poco que me favorecían: mis pantorrillas transformaban los rombos en deformes rayas horizontales. Y además, los días especiales me esfuerzo por estar lo mejor posible y hasta me pongo rímel en las pestañas, un poco de colorete en los pómulos y brillo en los labios. ¡Y, por supuesto, me encanta que Enrique lo note!

Y ¿sabes a qué conclusión he llegado? Tal vez te parezca una tontería, pero para sentirme bien conmigo misma es básico que no me note embutida en la ropa. Respecto a lo de quemar calorías sí que estoy empezando a ver que la edad no perdona, así que, en la actualidad, si un día me paso mucho, al siguiente intento compensarlo. Aunque eso sí, por el momento sigo comiendo de casi todo. ¿Sabes de dónde viene este «casi»? No de las nuevas corrientes alimentarias con las que nos están bombardeando sino de una desagradable experiencia que viví en uno de mis viajes a México. Nuestro trabajo había concluido, y el cliente estaba muy contento con las conclusiones finales por lo que, para celebrarlo, nos invitaron a comer a uno de los restaurantes con más prestigio de DF. Cuando tanto el equipo de PRM como el del cliente ya estábamos sentados a la mesa, tuvo lugar una escena más o menos así:

—¿Hay algo que no te guste, Julia? —preguntó el más sénior del equipo de nuestro cliente.

—Yo como de todo —fue mi errónea respuesta.

No sabes lo mal que lo pasé cuando, en el momento en que estaba a punto de llevarme a la boca la tortilla que acababan de preparar, rellena de un producto para mí desconocido, uno de los mexicanos dijo:

—Espero que os gusten los huevos de hormiga. Son una exquisitez que podemos degustar en contadísimas ocasiones.

Ja, ja... No te imaginas, Cuca, las náuseas que me entraron. Me fue de un pelo no conseguir reprimirlas. Y en cuestión de segundos tuve que diseñar la estrategia de ingesta: primero un mordisquito, luego un trago de tequila, y así, poco a poco, hasta que terminé, por fin, con la tortilla rellena de huevos de hormiga. Te aseguro que no sé ni a qué saben. Los engullí con el firme propósito de no dar siquiera opción a saborearlos.

¡Qué poco me cuesta irme por las ramas! Volviendo a los resultados de la investigación, hoy hemos verificado una información que todavía me ha dejado más intranquila. No hay ningún signo de mejora con la edad, esto es, las mujeres con más de 50 años nos sentimos igual de presionadas que las jóvenes de entre 18 y 26 años: la felicidad media con «el físico» es, en ambas franjas de edad, la misma: 6,5. Está claro que algo habrá que hacer al respecto, ¿no te parece?

Acabo de caer en la cuenta de lo siguiente: se podría empezar a tratar «el físico» como ya se está haciendo con «la inteligencia» desde que Gardner identificó que había siete tipos. ¿Has oído hablar de la inteligencia lingüística, la musical, la lógica matemática, la espacial, la corporal-kinésica, la intrapersonal y la interpersonal? Incluso, más tarde, las amplió a ocho cuando identificó la inteligencia naturalista. Yo tengo claro cuáles me fueron concedidas y de cuáles carezco. Estoy convencida de que estas teorías, a pesar de que todavía tienen un largo camino por recorrer, han ayudado a que haya menos hombres y menos mujeres que nos sintamos inferiores cuando carecemos de alguna de estas inteligencias. Porque está claro que no hay nadie que carezca de todas ellas y también que tener una u otra no supone ser ni mejor ni peor, sino simplemente diferente. Pues eso, tal vez esta sea la solución: que cada una de nosotras se concentre, en primer lugar, en conocerse bien e identificar aquello que la hace única, ya sea en términos de inteligencia, de físico o de carácter. Y, a partir de ahí, que cada una se dedique a fomentar y

a cultivar lo que la hace única, olvidándose del resto. ¿O es que a Messi le preocupan mucho sus habilidades comunicativas? A nadie con dos dedos de frente se le ocurriría exigirselas, ¿no?

Bueno, querida, ya me dirás qué opinas de todo esto. Que sigas disfrutando de tu estancia en la capital de España. Llámame cuando vuelvas y nos vamos a dar un largo paseo por el barrio gótico y sus alrededores. ¡A ver qué descubrimos!

Besos,

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 8 de marzo de 2016

**Para:** Ariadna.pg@gmail.com

**Asunto:** Día Internacional de las Mujeres

Hola, Ari.

¿Cómo te sientes en el Día Internacional de las Mujeres? Yo, después de leer los múltiples artículos que la prensa nos dedica en el día de hoy, me siento como una fuente de fuegos artificiales a la que le acaban de prender la mecha y está en la fase inicial de la explosión, justo antes de iluminar el cielo con palmeras multicolores. Necesitaba compartir todas estas sensaciones con una amiga. Y ¿quién mejor que tú? Pero hoy es día laborable así que ahora no puedo contar contigo. Por eso he pensado que te explicaría por escrito cómo me siento.

La primera cuestión que me he planteado es si necesitamos que, a escala internacional, nos dediquen un día. Yo siempre he sido poco fan de los días dedicados a alguien o a algo y, además, como hay tantísimas fechas señaladas en el calendario, creo que se han desprestigiado bastante. Sin embargo, el día de hoy lo veo muy distinto. Y más ahora que he tenido acceso a tanta información sobre la vida de las mujeres. Y pienso que, si en España es necesario que toda la sociedad, mujeres y hombres incluidos, así como todos los poderes, públicos y privados, nos concienciamos, no quiero ni imaginar cómo debe de ser en países en los que hoy por hoy las mujeres ni siquiera gozamos de derechos básicos. De modo que, sí, estoy a favor de que se dedique un día al año, a escala internacional, a reflexionar acerca de qué avances se han logrado, a exigir más cambios y también a celebrar la valentía y la determinación de todas aquellas mujeres que han desempeñado algún papel clave en la lucha para conseguir que nosotras tengamos los mismos derechos que ellos.

Mira todo lo que he aprendido hoy. En el año 1910, el 8 de marzo se proclamó el Día Internacional de la Mujer, a propuesta de Clara Zetkin, en la II Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas celebrada en Copenhague. Al año siguiente, en 1911, se celebró por primera vez el Día Internacional de la Mujer en solo cuatro países (en Alemania, el país de Clara, y también en Austria, Dinamarca y Suiza), con mítines que exigían para las mujeres, no solo el derecho de voto, sino también el de ocupar cargos públicos, el derecho al trabajo, a la formación profesional y a la no discriminación laboral. Sin embargo, la ONU no institucionalizó el día hasta sesenta y cuatro años más tarde, en 1975. Les costó lo suyo decidirse, ¿eh? A pesar de ello, en el año 2011 se celebró el primer centenario del Día Internacional de la Mujer y comenzó a operar una entidad que se conoce como ONU Mujeres, que se ocupa de la igualdad de género y del empoderamiento de la mujer. Pues no sé a ti, pero a mí me llena de esperanza pensar en todo lo que se ha hecho en los apenas ciento cinco años en los que, a escala internacional, en las esferas de poder, se reflexiona sobre nuestra situación de desequilibrio frente a los hombres. Y todo se lo debemos a mujeres como Clara Zetkin, de quien, por cierto, no había oído hablar hasta ahora. ¡Qué vergüenza!

¿Sabes cuál es el primer país del mundo en el que las mujeres pudimos votar? Nueva Zelanda, en el año 1893, casi veinte años antes de la primera vez que se celebró nuestro día internacional. Por lo que he podido averiguar, la decisión de darnos la opción de votar no la motivó la lucha por la igualdad de los derechos de las mujeres, sino que fue una medida que pretendía atraer mujeres a un país con una población marcadamente masculina. Sin embargo, en Europa, el sufragio universal para todas las mujeres sí que empezó a acelerarse en fechas próximas a la proclamación del Día Internacional de la Mujer. Los primeros países europeos en que pudimos votar fueron Finlandia (1906), Noruega (1913) y Dinamarca e Islandia (1915). En España no tuvimos voto hasta casi dos décadas más tarde, en el año 1931, cuando se proclamó la Segunda República. Y alucina, todas estas fechas me las acaba de dar Claudia. No sabes cómo me gusta ver que son cuestiones que a día de hoy, a diferencia de lo que ocurría en nuestra época de colegialas, sí que se están tratando en los colegios y en los institutos. Incluso me ha dicho que todo lo referente a España forma parte del temario de la asignatura de Historia en los exámenes

de selectividad. Qué buena noticia, ¿no te parece? Volviendo al momento en que las mujeres pudimos votar en España, ¿has caído en la cuenta de que hace apenas ochenta y seis años? La verdad, Ari, es que viendo dónde hemos conseguido llegar en poco más de ocho décadas, estoy convencida de que si las mujeres seguimos luchando y lo hacemos con coherencia, perseverancia e inteligencia, llegará un momento en que el Día Internacional de la Mujer podrá desaparecer del calendario de la ONU. Sin embargo, ni tú ni yo lo veremos. Y es muy posible que nuestras hijas tampoco. Pero, paciencia, que todo se andará...

Hay un tema que, a raíz de lo que he ido leyendo, ha empezado a preocuparme todavía más de lo que me había preocupado hasta ahora. En la mayoría de los artículos, columnas, textos, informes y reportajes que he leído durante el día se habla de las diferencias que hay en España entre mujeres y hombres en la esfera pública (brecha salarial, calidad del empleo, presencia en puestos directivos y en consejos de administración, número de ministras, número de artistas...), pero, con excepción de la violencia de género que entiendo que es una desgarradora cuestión que está a caballo entre la esfera pública y la privada, hoy no he leído nada, o casi nada, en relación con los desequilibrios que ocurren entre mujeres y hombres en nuestra esfera privada.

Y es que estoy convencida de que el actual desequilibrio al que muchas de nosotras nos enfrentamos, a diario, en el reparto de las cargas familiares con nuestra pareja es una cuestión que debería preocuparnos, como mínimo, igual que las anteriores. Porque, tal como yo lo veo, este es un pez que se muerde la cola. Si no logramos revertir este desequilibrio, es imposible que las mujeres consigamos tener el aguante físico y mental que necesitamos para ser igual de productivas en nuestra vida laboral que los hombres y, en consecuencia, tampoco alcanzaremos nunca su nivel retributivo ni la independencia económica que tanto nos conviene. ¿Cómo si no tendremos la estabilidad y el poder que necesitamos para fulminar al machismo, tanto dentro como fuera de nuestras casas?

Mi interpretación es que, allí donde no hay nada legislado, ni poderes públicos que nos asistan, esto es, nuestra casa, somos muchas las mujeres que, a día de hoy, seguimos sin tener ni voz ni voto, o si los tenemos, son de segunda o de tercera división. El maldito machismo oculto entre las cuatro

paredes en las que habitamos con nuestra pareja. Fíjate en que la brecha de la que tanto se habla, la brecha salarial según la cual las mujeres que estamos activas en el mercado laboral estamos cobrando cerca de una cuarta parte menos que los hombres, la cual es abusiva y aberrante a todas luces, es sin embargo irrisoria si la comparamos con la brecha que existe en el número de horas de trabajo no remunerado que dedicamos a nuestra familia, que, según datos de nuestra investigación es todavía superior: las mujeres invertimos en la casa y en la familia el triple de horas que nuestra pareja del otro sexo (es decir, de media, un 285 % más que ellos). Y ¿por qué se habla tan poco de esta brecha? No es porque no se sepa, te lo aseguro, porque a mis manos ya han llegado varios informes que la han cuantificado, con más o menos detalle y con más o menos profundidad. Quizá sea debido a que, en lo que a las cargas familiares respecta, no hay legislación ni organización que pueda resolver dicha brecha. Solo la sociedad, con las mujeres liderando el cambio, podremos ir reduciéndola. Vaya responsabilidad, ¿no te parece?

Así que, desde mi punto de vista, es fundamental trabajar a la vez en los dos ámbitos: el público y el privado. Y, en la esfera de lo público, en todos los terrenos: el político, el legislativo y el empresarial. Para acelerar el cambio es básico que consigamos que haya muchas más mujeres participando directamente en la toma de las decisiones relevantes tanto en el gobierno como en los órganos judiciales y en las empresas privadas. Estoy segura de que únicamente si conseguimos estar en los puestos de poder seremos capaces de empezar a transformar el actual concepto del *éxito masculino*, tan arraigado y tan poco compatible con una buena conciliación, por un concepto de *éxito femenino*, que estoy convencida de que acarreará múltiples ventajas no solo para la sociedad en general sino también para la economía. De hecho, en la vertiente económica hay más de un estudio que demuestra que las empresas que tienen una presencia femenina adecuada en los puestos de dirección y en los consejos de administración consiguen ser más dinámicas e incorporan un nuevo punto de vista que acaba redundando en una mayor productividad.

Y, en lo que a la vertiente privada respecta, creo que hemos de luchar, a marchas forzadas, por conseguir igualar el valor que los hombres y también nosotras mismas atribuimos a las horas que dedicamos a los trabajos no remunerados de la casa y de los hijos con el valor que asociamos a las horas

que destinamos a trabajos que sí están remunerados. Porque, a mi modo de ver, está claro que, hoy por hoy, ni las mujeres ni los hombres les estamos otorgando el mismo valor. Si las estuviéramos valorando por igual, estoy convencida de que el reparto de las cargas familiares entre unos y otras sería muy distinto al actual, como mínimo en las parejas en que nosotras también estamos activas en el mercado laboral. Fíjate en cuál es la realidad a la que nos enfrentamos en nuestro ámbito privado las mujeres que estamos activas en el mercado laboral y que convivimos con un hombre. En esta situación nos encontramos apenas un tercio de los 15 millones de mujeres a las que esta investigación representa. De entrada, para intentar entender mejor qué es lo que está ocurriendo hemos dividido las cargas familiares que entendemos que nos afectan a partir del momento en que empezamos a convivir en pareja en dos tipos: por un lado, las horas que habrá que destinar a realizar las tareas familiares (limpiar la casa, lavar la ropa, cocinar, comprar, cuidar de los hijos, si tenemos...) y por otro, los gastos familiares que habrá que pagar.

En lo que se refiere a la primera de estas dos cargas familiares —las horas de dedicación a la familia—, el resultado es que, entre las parejas en que la mujer está activa en el mercado laboral y convive con un hombre, hemos identificado cuatro tipos de parejas: las parejas en las que nosotras estamos haciendo solas todas las tareas familiares (el 21 %); aquellas en las que nosotras hacemos más que ellos (el 39 %); aquellas en las que se está consiguiendo el tan deseable y soñado equilibrio ya que nosotras y ellos aportamos un número de horas similar (el 37 %), y aquellas parejas en que, normalmente por causas de fuerza mayor, ellos están contribuyendo a las tareas familiares incluso más horas que nosotras (el 3 % restante).

En relación con la segunda de las cargas familiares —el dinero necesario para cubrir los gastos de la pareja, o de la familia si se ha decidido tener hijos—, hemos clasificado a las parejas en los mismos cuatro tipos: en el 6 % de las parejas nosotras estamos pagando solas todos los gastos familiares; en el 15 % nosotras aportamos a la economía familiar más que ellos; en el 51 % de las parejas, nosotras y ellos contribuimos con la misma aportación económica y en el 28 % restante de las parejas, ellos pagan más gastos de la familia que nosotras. A la vista de estas tipologías, podemos concluir que, en las parejas en las que nosotras tenemos trabajo remunerado, y a pesar de que muchas

ganamos menos dinero que nuestra pareja, como consecuencia de la conocida brecha salarial por género, si sumas los primeros tres niveles verás que la gran mayoría de las mujeres (el 72 %) estamos contribuyendo a los gastos de la familia igual o más que nuestro compañero de vida.

Sin embargo, si te fijas en el tamaño de cada tipología de parejas según la aportación que cada miembro hace a la familia en horas, que correspondería al terreno que, hasta hace poco era un total desconocido para los hombres, verás que, en la gran mayoría de las parejas (el 60 %), nosotras seguimos acarreamos el lastre de estar destinando a la familia muchas más horas que ellos, a pesar de que en el ámbito laboral es posible que ambos estemos destinando el mismo tiempo. Pues eso, que la mayoría de las mujeres estamos coparticipando de los gastos al mismo tiempo que lidiamos prácticamente solas con las tareas familiares. Vaya negocio que hemos hecho, ¿estás de acuerdo? Ya ves qué poco claro tiene la nueva generación de hombres que, si su mujer coparticipa de los gastos familiares, lo menos que él puede hacer es corresponder con horas de dedicación a la familia. Qué injusto que haya tantos hombres que hayan aceptado con alegría dejar de ser el principal responsable de la economía familiar, pero, sin embargo, se estén resistiendo a asumir la parte que les toca de lo que tradicionalmente estaba a cargo de las mujeres. ¿Alguna idea para conseguir equilibrar el valor que hombres y mujeres otorgamos al tiempo que se dedica a las tareas de la casa o a cuidar y educar a nuestros hijos con el valor del tiempo que destinamos a trabajos que sí están remunerados? Sería perfecto si, al llegar a casa, nosotras y ellos pudiéramos medir nuestros respectivos niveles de cansancio y, basándonos en ellos, planificar el reparto de las tareas domésticas de esa jornada. A falta de este termómetro del cansancio, aquí va una idea: que todas las mujeres que estamos activas en el mercado laboral nos pongamos de acuerdo para hacer una huelga familiar. Creo que una semana sería suficiente para concienciar a toda la sociedad, nosotras incluidas. Ja, ja... Estoy convencida de que el país se paralizaría. ¿Se te ocurre alguna idea para fijar un punto de equilibrio que sea justo en la aportación que cada uno de los dos miembros de la pareja hace en horas y en dinero? Y es que, según yo lo veo, en esta cuestión las preguntas son múltiples. Si los dos trabajan ocho horas fuera de casa, pero uno gana el doble que el otro, ¿le da derecho al que aporta más dinero a dedicar menos

horas a las tareas familiares? La verdad es que, en este asunto, no tengo sugerencias. Entiendo que es una cuestión muy delicada a la vez que muy subjetiva. Y que solo fue fácil de definir cuando los roles entre mujeres y hombres estaban delimitados del todo, pero como aquello era infinitamente peor para nosotras, entre todos tendremos que encontrar una buena solución. Es indiscutible que algo habrá que hacer ya que la humanidad no puede permitirse que haya tantas mujeres que perdamos nuestra salud por el camino.

¿Qué te parece todo lo que tu amiga ha tenido tiempo de pensar en el Día Internacional de las Mujeres? Suerte que solo ha tenido doce horas, debes de estar pensando. Bueno, Ari, avísame el primer fin de semana que tengas libre para vernos. Siento mucha curiosidad por saber qué opinas tú sobre todos estos temas.

*Petons ben grossos,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 12 de marzo de 2016

**Para:** emmacbt@hotmail.com

**Asunto:** ¿Quién es el propietario de nuestro tiempo?

Hola, Emma.

He estado dándole muchas vueltas a lo que hablamos por WhatsApp la semana pasada sobre quién es el propietario de nuestro tiempo. ¿Lo recuerdas? La verdad es que me dejó muy pensativa tu respuesta a una de mis intervenciones. Por si no te acuerdas de qué es lo que me dijiste y no tienes el móvil a mano, te copio la última parte de la charla:

—No, a Enrique y a las niñas no les molesta que yo esté dedicando tantas horas a la investigación, pero yo siento que les estoy robando parte de su tiempo —dije yo.

—Que es el tuyo —añadiste tú.

—Ja, ja... Esto se complica. Buen tema para hablar con calma el próximo día que nos veamos, ¿OK? —te sugerí.

Como desde entonces todas las veces que nos hemos visto ha sido en compañía de nuestros chicos, y no veo que en breve vayamos a tener ocasión para continuar nuestra conversación donde la dejamos, he decidido escribirte estas líneas.

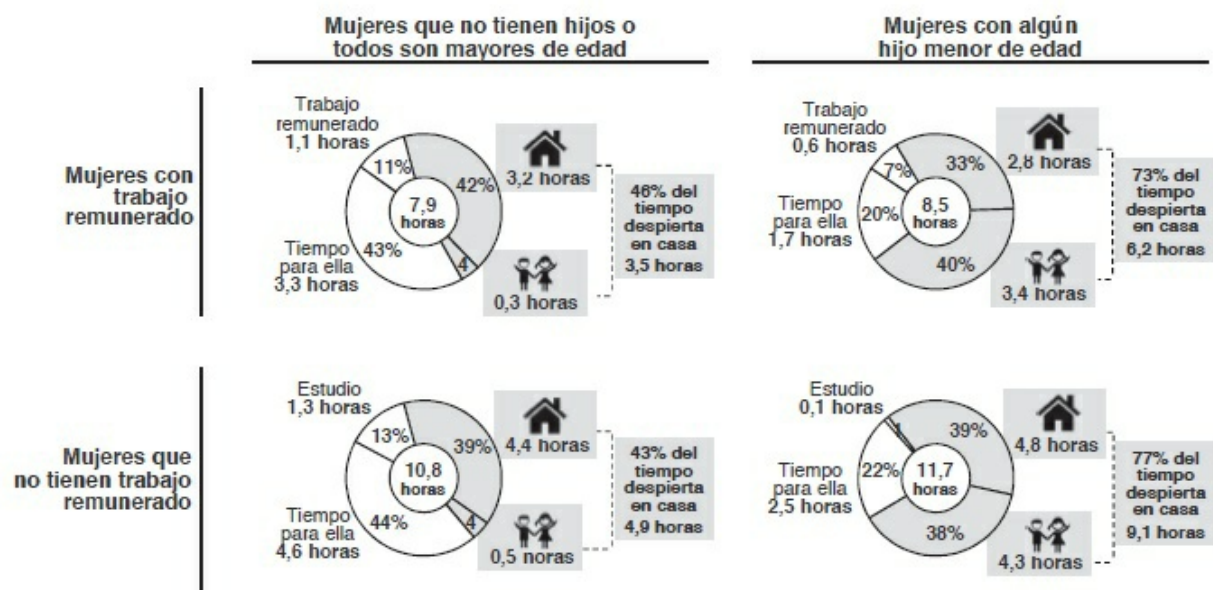
Está claro que el tema que tenemos entre manos es delicado, sobre todo porque estamos hablando de un recurso limitado ya que, por mucho que nos empeñemos, los días tienen solo 24 horas. A efectos prácticos esto significa que, si le dedico más tiempo a A, es porque estoy dejando de dedicárselo a B.

Como punto de partida te diré que hemos aprendido que de las 24 horas que tiene el día, las mujeres dedicamos casi un tercio a dormir, estamos fuera de casa otro tercio y el tercio restante son horas que pasamos en casa despiertas. Hemos aprendido también que el número de horas que estamos despiertas en casa depende mucho de si tenemos trabajo remunerado o algún hijo menor de edad a nuestro cargo. Así que he pensado que te haría gracia



saber cuánto tiempo estamos en casa despiertas y a qué tipo de actividades destinamos ese tiempo, los cuatro tipos de mujeres que resultan de combinar nuestra relación con el trabajo remunerado y con la maternidad. En la investigación obtuvimos esta información tanto para los días laborables como para el fin de semana. Pero, para simplificar, aquí tienes el detalle de a qué tipos de tareas destinamos las horas que estamos despiertas en casa, de lunes a viernes.

### A QUÉ TIPO DE TAREAS DESTINAN LAS HORAS QUE ESTÁN DESPIERTAS EN CASA LAS MUJERES SEGÚN SU RELACIÓN CON EL TRABAJO REMUNERADO Y CON LOS HIJOS



Pues ya ves, Emma. Lo primero que aprendemos (puedes verlo en el número de horas que estamos despiertas en casa, en el centro de cada uno de los cuatro gráficos circulares) es que las mujeres que no tenemos trabajo remunerado (los dos gráficos inferiores), tengamos o no hijos pequeños, estamos más tiempo en casa despiertas que las que sí tenemos trabajo remunerado: fíjate en que estamos despiertas en casa casi 3 horas más cada día. También vemos que las que tenemos hijos pequeños (los dos gráficos de la derecha), tengamos o no trabajo remunerado, hemos de estar en casa despiertas más horas que las que ya tenemos a todos los hijos mayores o no hemos tenido hijos. Con algún hijo menor de edad, tanto si tenemos trabajo

remunerado como si no lo tenemos, hemos de reorganizar nuestra vida para conseguir estar despiertas en casa casi 1 hora más al día que cuando no teníamos hijos o ya son todos mayores de edad.

En lo que respecta a cómo repartimos las horas que estamos en casa despiertas entre los distintos tipos de tareas, fíjate en que, para las que hemos sido madres, aparece un nuevo capítulo, «el cuidado y la educación de los hijos», el cual está requiriendo, de media, tengamos o no trabajo remunerado, nada más y nada menos que alrededor del 40 % de las horas que estamos en casa despiertas. Como el tiempo que hemos de destinar a la casa se mantiene casi igual, lo que cambia de forma drástica es el tiempo del que disponemos para nuestras cosas, el cual, mientras nuestros hijos son pequeños se reduce a la mitad tanto si tenemos trabajo remunerado (pasa del 43 % al 20 %) como si no lo tenemos (pasa del 44 % al 22 %). Y fíjate en que el cambio más drástico no es en términos porcentuales, sino en número de horas. Las mujeres con trabajo remunerado y algún hijo menor de edad, en el rato que estamos despiertas en casa, no disponemos ni de 2 horas al día para nosotras (solo 1,7), o sea, el tiempo justo para ducharnos y vestirnos por la mañana y para una limpieza mínima antes de ir a dormir.

Así que, ya ves, Emma, cuando decidimos tener hijos, sobre todo si estamos activas en el mercado laboral, deberíamos ser conscientes de que mientras nuestros hijos sean pequeños, y el reparto entre el padre y la madre siga siendo como lo es hoy en día, necesitaremos estar en casa casi 1 hora al día más de lo que habíamos estado antes de tener hijos y que dejaremos, además, de ser propietarias de la mitad del tiempo al que estábamos acostumbradas. Por curiosidad, de lunes a viernes, ¿las horas que sueles estar despierta en casa coinciden con las que se detallan en el centro del gráfico de las mujeres que están en tu misma situación? ¿Y las particiones de ese mismo gráfico cuadran con la manera como distribuyes tú tu tiempo mientras estás despierta en casa los días laborables? ¿O eres la excepción que confirma la regla? Ya me dirás.

Si nos centráramos en el fin de semana, veríamos que la única diferencia es que disponemos de una media hora más para nosotras y nuestras cosas porque destinamos un poco menos de tiempo a las tareas de la casa. Porque,

claro, a los hijos, las que los tenemos, hemos de dedicarles exactamente el mismo tiempo, los siete días de la semana.

En esta reflexión sobre la propiedad de nuestro tiempo, me parece que es también fundamental tener en cuenta un elemento que, por ser bastante más cualitativo, decidimos no incluir en la pregunta sobre a qué dedicamos el tiempo cuando estamos despiertas en casa: «nuestra pareja». ¿Cuánto tiempo crees que las mujeres dedicamos a nuestra pareja en cada una de las cuatro situaciones anteriores? ¿Y cuánto tiempo es el que deberíamos dedicarle?

A mi entender, la relación de pareja con el hombre al que escogimos, primero como compañero de vida y más tarde como el padre de nuestros hijos, si es que los hemos tenido, ha de verse lo menos afectada posible por la novedad de la maternidad en nuestro caso y el de la paternidad en el de ellos. Y, obviamente, no me refiero al número de horas que compartiremos juntos a solas, las cuales se reducirán inevitablemente, por lo menos mientras los hijos no sean autónomos del todo, sino a una cuestión mucho más intangible, que la verdad es que no sé muy bien cómo llamar, quizá *espacio de la pareja*. ¿Sabes quién fue la primera que me hizo pensar en ello? Mi madre. Poco antes de que naciera Carlota, me dijo que no me olvidara nunca de cuidar también a Enrique. Que intentara que él no tuviera la sensación de que le estaba dejando de lado.

En nuestra relación de pareja, este consejo me ha sido tan útil que decidí incluirlo en la investigación para ver cuántas mujeres estaban de acuerdo con mi madre y conmigo y cuántas no. Pues aquí está el resultado: el 27 % de las mujeres hemos declarado que nos parece que es un muy buen consejo; el 53 % consideramos que es un buen consejo y el 20 % hemos declarado que nos parece un mal consejo. ¿En qué grupo te sitúas tú, Emma? A la vista de estos resultados, hemos decidido profundizar un poco más y hemos buscado el nivel de felicidad con la pareja, con los hijos y con la vida en general de las mujeres que se sitúan en cada uno de los dos extremos: el 27 % que, como yo, estamos muy de acuerdo con el consejo de mi madre y el 20 % que consideran que es un mal consejo. Al comparar entre ambos extremos el nivel medio de felicidad con la pareja vemos que las que estamos muy a favor del consejo de mi madre nos sentimos, de media, casi un punto más felices con nuestra pareja que las que estamos en contra (8,2 frente a 7,5) y, lo mismo ocurre con nuestra

vida en general (7,6 frente a 7,2). Sin embargo, entre las mujeres que hemos sido madres, tanto si nuestra opinión se sitúa en el extremo a favor, como si se sitúa en el extremo en contra, la felicidad con los hijos no parece que esté siendo ni perjudicada ni favorecida ya que es idéntica (9,1 en ambos casos). Así que no parece que sea un mal consejo, ¿no?

Yo puedo asegurarte que, desde la primera vez que lo oí, me lo tomé muy en serio y puse todo mi empeño en seguirlo a rajatabla, a pesar de que te garantizo que ha habido momentos en los que no me ha sido nada fácil cumplirlo. Ya sabes lo arraigada que tenemos, la mayoría de las mujeres, esa sensación de que nuestro bebé nos necesita y lo fácil que nos suele ser poner a nuestros hijos por delante de todo lo demás. Si te soy sincera, me falta información para saber si el causante de esta obsesión materno-filial es el famoso instinto maternal biológico que tanto nos han inculcado o se debe a una mera construcción social como defienden algunas corrientes más modernas. Sin embargo, con independencia de cuál sea la causa, ahora soy consciente de lo peligrosa que puede ser esta obsesión y, por consiguiente, creo que las mujeres debemos aprender a lidiar con ella tanto en beneficio de nuestros hijos como en el de nuestra relación de pareja. ¿Cuántas parejas se hubieran podido salvar? ¿Y cuántos hijos sobreprotegidos o malcriados se podrían haber evitado?

Pues bien, Emma, como ves, le he estado dando bastantes vueltas a esta cuestión de la propiedad del tiempo que me lanzaste a primera hora de aquella soleada mañana de domingo. La conclusión a la que he llegado es que mi forma de actuar en lo que al trabajo familiar respecta ha sido muy similar a cómo he procedido todos estos años en el ámbito laboral. En PRM jamás se nos habría ocurrido aceptar un nuevo proyecto si eso hubiera podido afectar de forma negativa a la calidad de aquellos proyectos a los que nos habíamos comprometido con anterioridad. Por eso creo que, en el momento en el que decidí compartir mi vida con Enrique y, más tarde, tener hijos con él, de forma inconsciente, me estaba comprometiendo a dedicarles a cada uno el tiempo que necesitaran. Deformación profesional, supongo. Está claro que los matices son aquí infinitos, pero, como línea general, creo que funciona. Por eso, ahora que tengo entre manos esta investigación que tanto me apasiona, y que tantas horas de dedicación requiere, intento no olvidar que Enrique, Carlota y

Claudia estaban antes. En realidad, es muy sencillo: las horas que puedo destinar a la investigación han de salir única y exclusivamente de la casilla de mi tiempo, pero nunca he de robárselas ni a Enrique, ni a Carlota ni a Claudia.

¿Cómo lo ves tú, Emma? Bueno, reina, ya lo comentaremos cuando nos veamos, ¿vale? Acuérdate de que hemos quedado para comer con Cuca la semana que viene. Con lo que nos gustan las tapas, creo que disfrutaremos. Por lo visto, en la Casa de Tapas Cañota preparan unas bravas, unas croquetas y unas minihamburguesas que son espectaculares. De postre me han recomendado el Lingote de Chocolate. Mmmm, se me está haciendo la boca agua...

Besos para ti, y recuerdos para todos tus hombres.

Un abrazo muy especial para Didi,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 15 de marzo de 2016

**Para:** mts@gmail.com

**Asunto:** ¿Cuáles son las edades clave en la vida de las mujeres?

Buenas noches, Montse.

¿Qué tal estás? Yo me siento genial. Ya estamos en pleno proceso de análisis de las respuestas dadas por las mujeres que participaron en la investigación. Llevamos casi un mes buceando en el archivo de datos y está siendo muy divertido... Imagino que tú debes de entenderme a la perfección. Seguro que te has sentido igual en las miles de reuniones en las que habrás participado sobre los resultados de los estudios que soléis contratar. ¿Sabes que estamos trabajando con un fichero en el que están las respuestas de 2.403 mujeres? ¿Qué te parece? Una buena muestra, ¿eh? En realidad, las que respondieron a la encuesta fueron más, pero tuvimos que eliminar 47 del fichero porque no superaron los filtros de calidad que habíamos diseñado. Este es un proceso muy importante y a la vez delicado ya que hay personas que son verdaderas profesionales y que solo responden encuestas por el dinero que reciben a cambio sin prestar la más mínima atención a lo que contestan. Así que en PRM hemos desarrollado unos programas y filtros que nos permiten detectarlas y sacarlas del fichero antes de empezar los análisis. Este porcentaje de anulaciones, casi un 2 %, no es nada fuera de lo normal, te lo aseguro. Está dentro de los márgenes que solemos tener que anular en las investigaciones que en PRM hacemos para nuestros clientes. Pues nada, dicho esto, allá voy con la información que te prometí que te daría en cuanto la tuviéramos: cuáles son las edades clave en la vida de las mujeres.

Déjame antes comentarte un par de cuestiones técnicas. La primera tiene que ver con la edad de las mujeres a las que esta investigación representa: recuerda que en nuestra investigación las mujeres más jóvenes tienen 18 años ya que decidimos dejar fuera a las de 17 o menos, por considerar que, hasta la mayoría de edad, la responsabilidad de las decisiones relevantes de su vida

suele, o debería, recaer en los padres. En lo que al límite superior de edad respecta, a pesar de que no habíamos fijado ninguno la realidad es que en la investigación han participado muy pocas mujeres con 70 años o más, lo cual es lógico ya que la encuesta fue realizada por Internet y su utilización entre las mujeres de más edad es todavía muy reducida. Así que la investigación representa bien a las mujeres con edades comprendidas entre los 18 y los 64 años que residen, como diría nuestra querida Isabel, en el Estado español.

La otra cuestión técnica que quería comentarte es que cuando hablamos de identificar las edades que son clave en la vida de las mujeres, lo que buscamos son aquellos cumpleaños que suponen el inicio de una nueva etapa en nuestra vida, por lo tanto, es probable que a partir de esa fecha las mujeres empecemos a pensar y a sentir, en relación con cuestiones clave de la vida, de manera distinta a cómo lo habíamos hecho hasta entonces. ¿Que por qué cambiamos con la edad? Pues entiendo que como consecuencia de las decisiones que hayamos ido tomando hasta ese momento, de las experiencias que hayamos ido acumulando, de cómo haya evolucionado nuestra salud con el paso de los años y... Para identificar estas edades que serán clave en nuestra vida hemos tenido en cuenta, simultáneamente, 48 de los criterios de clasificación de los que disponemos en la investigación en relación con cómo somos, qué hacemos, qué pensamos y cómo nos sentimos en las varias facetas que afectan a nuestra vida.

Pues en primicia te digo que hoy en día la frontera con mayor poder diferenciador entre nosotras se sitúa en los 50 años. Por eso, si tuviéramos que dividir a las mujeres en dos grupos, según nuestra edad, en función de lo que pensamos y sentimos con respecto a los temas que inciden de forma más directa en nuestra vida, un grupo sería el de las mujeres de entre 18 y 49 años y el otro el de las que tenemos 50 años o más. Y esta conclusión me ha dejado bastante pensativa, la verdad. ¡Estoy a solo seis meses del cambio de edad más drástico en mi vida! Aunque, si lo pienso con calma, tiene sentido, me parece comprensible que alrededor de los 50 la mayoría de nosotras ya hayamos decidido cuáles serán los pilares de nuestra existencia.

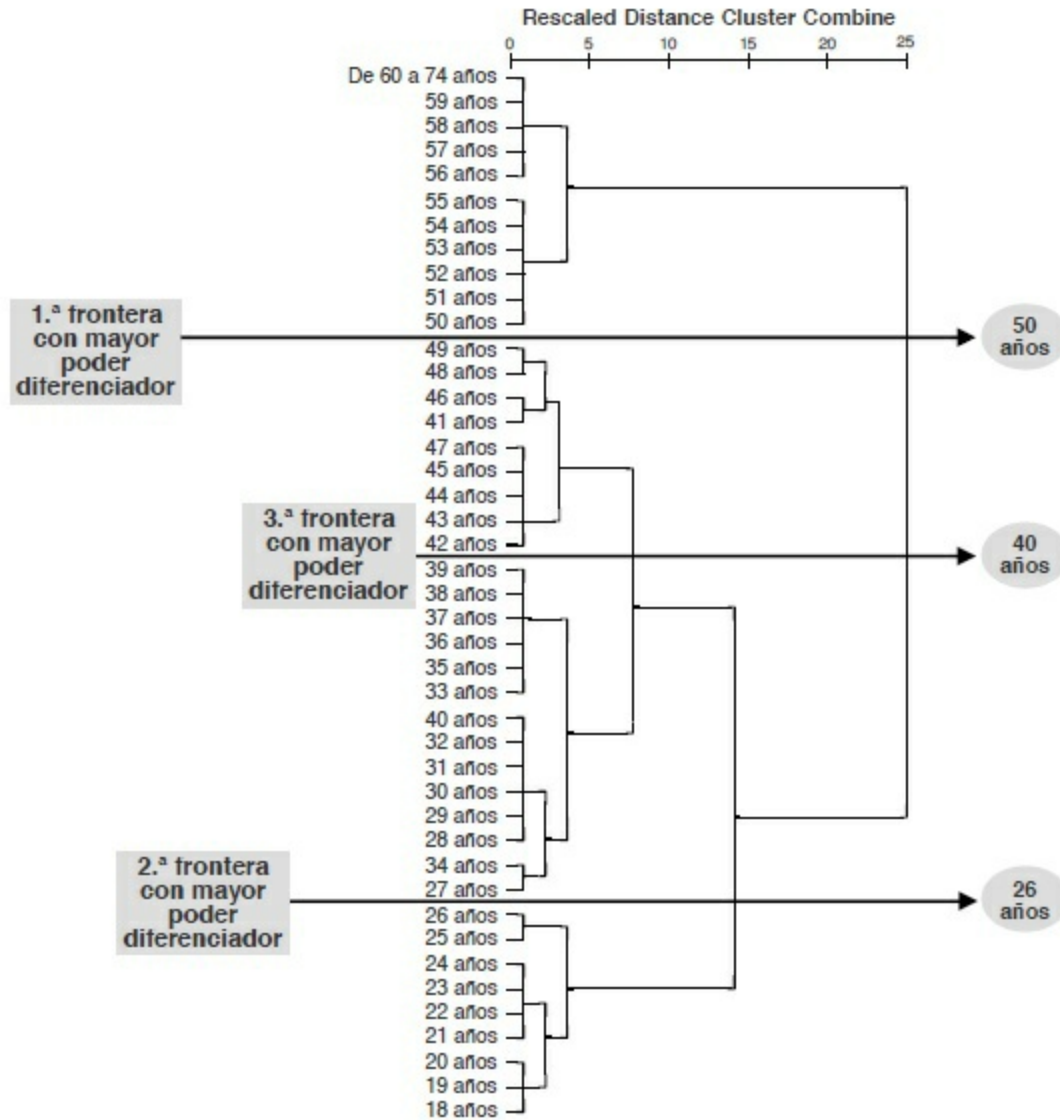
Para que puedas entretenerte cuando tengas tiempo, si es que te divierte, adjunto el detalle de uno de los resultados de este proceso de análisis, el dendograma (vaya palabrita, ¿eh?). No te asustes, Montse, que, aunque el

dibujo en forma de árbol impresione, su interpretación es muy intuitiva, ya lo verás. Si te es más fácil, gira la imagen para interpretarla.

Al observar con detalle el dendograma, verás que, si se pretenden crear tres grupos de edad entre las mujeres, el grupo de las mayores de 50 años se mantiene como una piña y es el grupo de las que tenemos entre 18 y 49 años el que se desdobla a los 26 años, por lo que queda dividido de la siguiente manera: las de 18 a 26 años y las de 27 a 49 años. Y si se pretende crear un grupo adicional, los dos más extremos, el de las mujeres que hemos superado la barrera de los 50 años y el de las jóvenes de 18 a 26, se mantienen intactos, y el grupo que se desdobla es el de las que tenemos entre 27 y 49 años. En este tramo, en un tercer nivel de diferenciación, la edad clave resultan ser los 40 años.

**TRES FRONTERAS DE EDAD QUE DEFINEN GRUPOS DE MUJERES HOMOGÉNEAS  
SOBRE LA BASE DE CÓMO SON, QUÉ PIENSAN Y CÓMO SE SIENTEN**





En consecuencia, los tres cumpleaños que, según el resultado de este proceso de análisis serán clave en la vida de las mujeres, una vez superada la mayoría de edad, son el de los 26, el de los 40 y el de los 50 años. Esto significa que, entre las mujeres mayores de edad hay cuatro franjas etarias en las que lo que pensamos y sentimos con respecto a la vida es muy posible que vaya evolucionando: la primera etapa es entre los 18 y los 26 años; la segunda de los 27 a los 40 años; la tercera de los 41 a los 49 y la cuarta etapa, a partir de los 50 años.

A pesar de que en el dendograma veas que el nivel de edad superior específica de 60 a 74 años, como te explicaba antes, creemos que más allá de los 64 esta investigación deja de representarnos bien. Pero me atrevería a decir que, exceptuando todo lo relativo a la salud, es muy posible que, a partir de los 64 años, nuestra opinión y actitud ante las cuestiones que son pilares en nuestra vida no difieran demasiado de lo que opinamos cuando tenemos entre 50 y 64 años. ¿Estás de acuerdo?

Un aspecto muy importante en relación con las fronteras de edad es que estas deben ser tomadas como una orientación ya que cada mujer es un mundo y, por ejemplo, la edad a la que hemos tenido hijos, si es que los hemos tenido, o de qué tipo es nuestro trabajo remunerado o si tenemos o no pareja, y de qué tipo es nuestra relación, afectan mucho a lo que pensamos y sentimos, por lo que, para algunas, la edad clave que marcará el paso de una franja a otra no será exactamente la identificada por el análisis, pero seguro que estará muy cerca, me atrevería a decir que un par o tres de años arriba o abajo, como máximo.

Hay un detalle que no puedo resistirme a explicarte por lo increíble que resulta desde el punto de vista analítico: fijate en que, en el dendograma, las edades que integran cada uno de los cuatro grupos identificados están completas, es decir, no hay ninguna edad que haya resultado quedar fuera de su grupo, lo que sucede en contadísimas ocasiones. Y, además, todavía es más raro que, en los cuatro grupos, con excepción de un par de dígitos, las edades estén correlativas. Pues eso, que el mundo de las mujeres podría servir de ejemplo en algún libro de texto. Ja, ja...

Al ver estos resultados, ¿has caído en la cuenta de que nuestras hijas están iniciándose en el primer tramo mientras que nosotras hace ya décadas que lo dejamos atrás? En consecuencia, no es de extrañar que nos cueste tanto entendernos las unas a las otras y mantener una conversación fluida con ellas, ¿no te parece? En realidad, si lo piensas, esta etapa de los 18 a los 26, o de los 18 a los 24 o los 25, dependiendo de las circunstancias de cada una, es como una prolongación de la adolescencia en la que seguimos preparándonos y formándonos para la vida de adulta. Seguro que si hubiéramos hecho este análisis en la generación de nuestras madres o en la de nuestras abuelas, esta fase hubiera concluido mucho antes. Y en realidad si consideras lo

complicado que es hoy en día encontrar un trabajo estable y poder independizarse de los padres, es lógico que maduremos tan tarde, ¿no? Aunque seguro que también debe de haber alguna influencia de los valores que veo que reinan entre los jóvenes: tanta relevancia de la imagen, búsqueda de la inmediatez, enganche a las redes sociales, poca voluntad de compromiso... ¡Qué poco tienen que ver con la vida adulta!, ¿no te parece? ¿Sabes lo que acabo de pensar? Que yo no volvería al tramo de edad en el que están nuestras hijas, aunque me dieran todo el oro del mundo. ¡Con lo complicada que a día de hoy sé que es la vida de las mujeres y con lo difícil que considero que es tomar las decisiones correctas! Nada, nada, a lo hecho, pecho. Escojo quedarme como estoy.

¿Qué, Montse?, ¿sorprendida con el hecho de que la edad más diferenciadora sean los 50 años? Yo creo que no, porque recuerdo como si fuera ayer un comentario que me hiciste hace tiempo, cuando hacía un par de años que nos conocíamos, sobre lo poco en sintonía que te sentías a veces en conversaciones con algunas de las madres de la clase de nuestras hijas. Recuerdo que me sorprendió que me dijeras que incluso algunas veces habías tenido la sensación de vivir en un mundo distinto al de las demás. Por aquel entonces, yo no tenía ni idea de la diferencia de edad que hay entre nosotras, nunca habíamos hablado de cuántos años teníamos y estarás de acuerdo en que tu aspecto físico no difiere en absoluto del que tenemos las otras madres de la clase, así que yo interpreté que debía de ser por otras cuestiones. Pero, a la vista de estos resultados, ahora entiendo que lo que sucedía es que tú estabas en una etapa de la vida distinta a la nuestra.

Pero... ja, ja. En menos de lo que canta un gallo, estaremos todas en el mismo barco. Y, ¿sabes?, si las cosas nos van más o menos bien, la última etapa de nuestra vida será larga y próspera. Como sentía curiosidad acabo de comprobar en Internet cuál es la esperanza de vida actual en España: nada más y nada menos que 86,2 años en el caso de las mujeres y 80,4 años en el de los hombres. ¡Vaya sorpresa! Sabía que nuestra esperanza de vida era superior a la de ellos, pero no era consciente de que la diferencia fuera, de media, casi seis años a nuestro favor. ¡Qué horror! Yo no sé si tendré fuerzas para llegar tan lejos y menos aún si he de estar tantos años en este mundo sin Enrique. Pero todavía me he quedado más sorprendida con otro indicador que no sabía

ni que existía, la esperanza de vida con buena salud: 68,8 años en nuestro caso y 67,9 en el de los hombres. Así que, según esto, muchas mujeres viviremos los últimos años de nuestra vida (de media, diecisiete años) con una calidad de vida que dejará bastante que desear. Me acaba de venir a la mente una frase que mi abuela Laura nunca se cansó de repetirnos: «Que Dios no te mande todo lo que puedes aguantar». Así que, Montse, ya podemos prepararnos para ventiscas y tormentas. En tu caso, puedes estar tranquila porque como eres tan sana y te cuidas tanto, seguro que siempre estarás en perfectas condiciones de salud. Quizá cuando nos veamos te apetezca contarme algo sobre estos temas de los que tú sabes tanto y yo tan poco. ¿Te ofreces voluntaria para instruir a tu amiga en nutrición y salud?

De lo que a día de hoy estoy segura es que, para tener una vida plena, aun habiendo celebrado muchos cumpleaños, es fundamental contar con algún objetivo o propósito en la vida. Mi sensación es que las mujeres y los hombres que, a pesar de su avanzada edad, se sienten útiles, aparentan ser mucho más jóvenes que aquellos que lo han dejado de sentir. En este aspecto me consuela que tal y como está el mundo de las tareas domésticas y del cuidado de los familiares dependientes, las mujeres tenemos una posición privilegiada frente a los hombres, ya que es indiscutible que hoy por hoy somos mucho más útiles que ellos. Quien no se consuela es porque no quiere, ¿eh? Fuera bromas, ¿será esta una de las causas de que en general nosotras vivamos más años que ellos? Quién sabe... Así que, Montse, ya sabes, a perseguir nuestros sueños, y si comprobamos que son inalcanzables, pues construyamos otros.

Bueno, guapísima, te dejo, que me están empezando a pesar los párpados. Hasta el sábado. Si te apetece que comentemos estos resultados, podría organizarme para llegar un poco antes del partido de las niñas. Después lo tengo más complicado porque Enrique y Carlota estarán en casa esperándonos para comer. Ya me dirás, ¿vale?

Que tengas una buena semana.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 31 de marzo de 2016

**Para:** cristina.dg@gmail.com

**Asunto:** Mujeres que viajamos por trabajo

Hola, Cris.

Espero que el viaje a México esté siendo todo un éxito. Ya me contarás detalles cuando nos veamos. Dispondremos de muchos días ya que tengo previsto hacer en PRM todos los análisis de la investigación. La verdad es que no solo me va a ser más fácil concentrarme allí que en casa, sino que, además, si alguien tiene un hueco y puede echarme una mano, podré organizarme más fácilmente. Así que, tú verás, cuando tengas un rato me lo dices y te explico los resultados que te apetezca conocer. Ayer, cuando te vi saliendo de PRM, con el resto del equipo, cargados con ordenadores, maletines y maletas de ruedas tamaño cabina pensé que te gustaría saber cuántas mujeres, de los 15 millones a las que la investigación representa, viajan por trabajo como nosotras.

Pues, hermana, como es muy posible que estés imaginando, en este asunto estamos en clara minoría: formamos parte del escasísimo 1,5 % de mujeres que solemos pasar más de 30 noches al año fuera de casa y viajamos tanto a países europeos como a otros destinos. La investigación revela que, de los 15 millones de mujeres, casi la mitad no tenemos trabajo remunerado por lo que las que estamos activas en el mercado laboral somos el 56 %. De las que tenemos trabajo remunerado, apenas el 17 % solemos viajar por trabajo. Y, entre las que solemos viajar por trabajo, lo más habitual es hacer desplazamientos solo por España, o como mucho a otros países de la Unión Europea, y estar como máximo diez noches al año fuera de casa. Ya ves, Cris, confirmado: somos como una aguja en un pajar.

La verdad es que nunca te he preguntado cómo estás viviendo tú esto de los viajes de trabajo. Por mi parte, siempre me he considerado muy afortunada, pero ahora que soy consciente de las poquísimas mujeres que

tenemos acceso a esta experiencia laboral, todavía más. Está claro que, como muchas cosas en la vida, no todo es coser y cantar, pero haciendo balance, tengo claro que los puntos a favor han superado con creces a los que, en su momento, me hicieron pasar algún que otro mal rato. A favor, los países que de otra forma hubiera sido muy difícil que conociera (Rumanía, Ucrania, Colombia, Venezuela, Angola, Puerto Rico, Polonia, Brasil, México, Argentina, Chile, Perú, Corea del Sur, Emiratos Árabes, Hong Kong, India, Taiwán...). También a favor, que he tenido que enfrentarme a situaciones que en el ámbito del confort en el que nos solemos mover nunca se hubieran producido (*overbooking* en aviones; gestión de visados, vacunas, pasaporte doble; reorganizar la agenda de un viaje porque el edificio del cliente se había quemado la noche anterior; dibujar un pollo en una servilleta de papel porque nadie de nuestro equipo hablaba ninguno de los cuatro idiomas de la carta...). Y, por último, pero no menos importante, que he conocido a mujeres y hombres con culturas y educaciones tan diversas que han contribuido a ampliar la perspectiva con la que observo el mundo.

Sin embargo, he de reconocer que, en mi relación con los viajes de trabajo, hay un claro antes y un después a la llegada de Carlota a nuestra vida. Antes de tener hijas, mi saldo a favor de los viajes por trabajo era un indiscutible 100 %, pero después de ser madre, el saldo positivo se fue situando en algún valor que ha ido oscilando entre el 45 % y el 75 %, dependiendo de mi estado de cansancio y del volumen de trabajo al que me tenía que enfrentar tanto en casa como en PRM. Antes de tener a Carlota, siempre que podíamos, Enrique y yo nos organizábamos para coincidir el fin de semana en su destino laboral o en el mío, daba igual, el que mejor nos fuera. Pero, a partir del 24 de octubre de 1996, varias cosas cambiaron. En primer lugar, empecé a condensar los viajes en el menor número posible de días y si podía volver un día antes, aunque ello supusiera trabajar catorce horas durante tres días seguidos, no lo dudaba. Y nunca me quedaba a pasar el fin de semana. Visto con perspectiva, de lo único que me arrepiento es de no haber aceptado una invitación de un cliente carioca a desfilas con su familia, en el Sambódromo, durante el carnaval de Río de Janeiro. ¡Qué tonta fui! Si te sucediera algo así, ni lo dudes, Cris, tu hija no estará ni peor cuidada ni peor educada porque tú faltes un par de días. Ahora que lo pienso, con la llegada de

Carlota hubo otro gran cambio: Enrique y yo no nos comprometíamos a ningún viaje de trabajo sin haberlo hablado antes entre nosotros. Intentamos cumplir a rajatabla nuestro firme propósito de no estar de viaje los dos a la vez. Nos parecía importante que uno de los dos estuviera de guardia cerca de las niñas. No sabes, Cris, lo importante que fue para mí viajar siempre con la certeza de que las dejaba en buenas manos. De otra forma, estoy segura de que no lo hubiera conseguido. Vosotros no habéis tenido ni que hablarlo. Ya ves, una de las ventajas de que tu chico no sea de los que se pasan el día viajando de aquí para allá. Y otra cosa que aprendí muy pronto es que, estando de viaje, nunca miraba fotografías de Carlota, ni más tarde de Claudia, y menos aún las llamaba por teléfono. Para qué machacarme, si ellas estaban bien cuidadas y tenían a su padre cerca. En realidad, estoy convencida de que ni se daban cuenta de que yo no estaba. Eso de que los hijos nos castigan cuando volvemos de viaje me parece un cuento chino. Ellas nunca me castigaron. Solo se alegraban de verme, y a veces ni eso. Que su madre viajara les parecía lo más normal. Creo que todo depende única y exclusivamente de lo que nosotras les transmitimos a nuestro regreso. ¿Cómo vives tú los viajes de trabajo desde que tuviste a Alicia? Algún día has de contármelo.

Bueno, querida, ya ves el rollo que tiene tu hermana ahora que está de período sabático. Una última información que creo que te puede interesar: las mujeres que tenemos hijos y que viajamos por trabajo no solo estamos más felices con nuestro trabajo (de media, un 8,0 frente a un 7,1 entre el conjunto de las que estamos activas en el mercado laboral), sino que también lo estamos con nuestra vida en general (de media, un 7,9 frente a un 7,4 entre el conjunto de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa). Pues ya sabes, Cristina, a disfrutar y a sacarle el máximo partido posible a tus viajes de trabajo. No lo olvides nunca, eres una de las pocas afortunadas que puede disfrutar viajando por trabajo.

Si no pasa nada raro iré a PRM el miércoles y el jueves de la semana que viene. Son los días que Álex me ha dicho que habrá un equipo con disponibilidad para ayudarme en la investigación. Si tienes alguna curiosidad en relación con las mujeres que viajamos o con cualquier otro tema de los que

hemos incluido en la investigación, comemos juntas y te lo cuento, ¿vale? Ya me dirás qué día te va bien. Nunca olvidaré que, desde el principio, has sido una de mis principales animadoras.

Que tengas una buena semana.

Un beso para la pequeña de la casa y otro para mi cuñado,

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 7 de abril de 2016

**Para:** rocapeli@gmail.com

**Asunto:** Características y hábitos de las parejas homosexuales

Hola, Silvia.

Qué bien que por fin tenemos fecha para comer juntas. Ya era hora. No sé qué nos está pasando este año, pero nuestras agendas andan desencontradas del todo. ¿Te parece normal que no nos hayamos visto desde la *calçotada*? Fue una pena que al final tu chica y tú no consiguierais apuntaros a la excursión al castillo del Montgrí.

Como te he avanzado por teléfono, hoy hemos terminado de analizar las similitudes y diferencias que hay entre las relaciones de pareja en que las mujeres convivimos con otra mujer y aquellas en que convivimos con un hombre. Me hace ilusión que tú seas la primera en conocer estos resultados.

Aquí va un resumen para que puedas leerlo con calma. Así podremos aprovechar la comida para comentarlo y aclarar las dudas que te puedan haber surgido, ¿vale?

- Al igual que sucede en las parejas heterosexuales, lo más normal es que os conozcáis por algún amigo o amiga (31 %), en el colegio/instituto/universidad (16 %) o en el trabajo (16 %). Sin embargo, en vuestro caso es más frecuente que en el nuestro que os conozcáis por Internet (8 % frente a 3 %) o en el gimnasio (7 % frente a 2 %). Si no lo recuerdo mal, a vosotras os presentaron unas amigas, ¿verdad? Pues ya ves, igual que en casi un tercio de las parejas.
- Formalizáis mucho menos vuestras relaciones. Aquí sí que Pass y tú estáis fuera de la norma. Qué faena me hicisteis decidiendo pasar por el juzgado de forma tan precipitada. A ver si al PP se le iba a ocurrir

cambiar la ley, me dijiste. Me dio tanta pena no poder estar con vosotras ese día... Ya sabes que, si hubiera dependido solo de mí, otro gallo habría cantado.

- Me ha chocado ver que las parejas homosexuales sois, en general, más diversas que las heterosexuales. Por lo que hemos podido analizar, entre vosotras hay más diferencias de edad, más mezcla de nacionalidades y también de condición religiosa. ¿Cuál crees tú que debe de ser la causa de esta mayor diversidad? A ver si vosotras podéis ayudarme a entenderlo. La investigación que hemos realizado es perfecta para dimensionar lo que está sucediendo, pero, sin embargo, no es la herramienta idónea para entender el porqué, y menos todavía en este caso.
- Lo que no me ha sorprendido, creo que influida por los comentarios que tú me has hecho tantas veces en esta línea, es que el número de parejas con las que convivís a lo largo de vuestra vida es bastante superior al de las mujeres heterosexuales. ¿Te das cuenta de que en esta cuestión Pass y tú volvéis a ser una excepción?
- La frecuencia con la que disfrutáis a solas de vuestra chica es muy superior en los tres tipos de actividades lúdicas que incluimos en la investigación: vais más veces las dos solas a tomar una copa, comer, cenar, etc.; también al cine, al teatro, a museos, etc. y, sobre todo, realizáis muchas más escapadas o viajes de pareja (el 41 % habéis dicho que hacéis algún viaje o alguna escapada las dos solas como mínimo una vez al mes, mientras que estas escapadas o viajes en pareja se reducen al 20 % entre las parejas heterosexuales, así que, felicidades, vosotras lo conseguís el doble de veces que nosotras). Hala, moza, pues a disfrutarlo durante todo el tiempo que podáis. En vuestro caso, si seguís convencidas de no tener hijos, está garantizado. Cuando nos veamos, recuérdame que te explique el drama de la falta de tiempo para nuestras cosas que sufrimos las mujeres que tenemos hijos, sobre todo mientras son pequeños.
- En lo que al sexo con nuestra pareja respecta, también me he llevado una sorpresa: la frecuencia con la que declararéis practicarlo es algo menor (de media, 1,4 veces a la semana frente a 1,6 entre las parejas

heterosexuales). Sin embargo, y esto sí está más en línea con lo que había imaginado, el número de veces que decís que llegáis al orgasmo es superior (una media de 8,2 veces de cada diez frente a 7,5 en nuestro caso). Aunque, bien pensado, solo faltaría, ¿no?

- Aquellos aspectos en los que evaluáis a vuestra pareja mejor que las mujeres que convivimos con un hombre son: «cariñosa y detallista», «capacidad para escucharme» y «el tiempo que me dedica». Solo hay un aspecto en que puntuáis peor a vuestras acompañantes que nosotras a los nuestros: «la libertad que tenéis para hacer vuestras cosas». ¿Te sientes identificada?
- En la escala de 0 a 10 que utilizamos en la investigación para evaluar la felicidad con nuestra pareja, donde 0 correspondería a «nada feliz» y 10 a «muy feliz», habéis declarado que os sentís algo más felices con vuestra pareja (de media, un 8,1 frente a un 7,9 en nuestro caso). Pero lo más importante, a mi modo de ver, es que sentirse atrapada en la relación es una situación algo menos común entre las mujeres que compartís vuestra vida con otra mujer que entre las que convivimos con un hombre: las que os sentís infelices con vuestra pareja sois poco más de una de cada diez (el 13 %) frente a las casi dos de cada diez (el 17 %) entre las parejas heterosexuales.
- Otro tanto a vuestro favor es el cumplimiento de las expectativas que os habíais generado con respecto a vuestra relación de pareja. Entre vosotras, las expectativas se han cumplido mucho mejor que entre nosotras (el 51 % decís que la vida en pareja está resultando por encima de las expectativas que teníais frente al 37 % que afirmamos eso entre las mujeres que convivimos con un hombre).

A la vista de estos resultados, lo que me queda claro es que, una vez superadas las barreras sociales y tomada la decisión de que, si tenéis pareja, esta será una mujer, conseguís una relación de pareja que, en conjunto, es más satisfactoria que la que conseguimos las que convivimos con un hombre. ¿Por qué crees que esto es así? ¿Crees que se debe al hecho de que convivir con alguien de tu mismo sexo es más fácil? ¿O crees que es porque, como dice un

amigo mío, las parejas que lo hemos tenido difícil, seamos homosexuales o heterosexuales, como para salir adelante hemos necesitado luchar mucho, solemos esforzarnos más en que nuestra relación funcione?

Acaba de venirme a la cabeza algo que me contó Enrique hace muchos años, al llegar a casa después de una cena con los seis integrantes masculinos de la autodenominada La Patrulla, su grupo de amigos de toda la vida. Aquel día se habían dado un homenaje en un restaurante con estrella en la guía Michelin porque celebraban el cumpleaños del primer miembro de La Patrulla que había llegado a los 60 años. Al terminar de cenar se instalaron en uno de los salones contiguos para seguir arreglando el mundo mientras saboreaban unos whiskies y unos estupendos Robustos de Cohiba. Entonces, me explicó Enrique, uno de ellos dejó con solemnidad su copa de balón en una de las mesas auxiliares, expulsó todavía con más solemnidad una densa bocanada de humo y, mirando fijamente al resto, les dijo:

—Con lo bien que estamos, si además fuéramos gais, ¿sería la releche!

Pues, por lo que parece, por lo menos en el mundo de las mujeres, esta hipótesis se cumple. Lo que no sé es cuál sería el resultado si hiciéramos una investigación como esta entre los hombres: ¿será que los hombres gais también están más felices con su pareja que los hombres heterosexuales con su mujer? ¿Tú qué opinas?

Bueno, guapísima, te dejo, que Carlota necesita que lea uno de los trabajos que ha hecho para el colegio. Tiene que entregarlo mañana. Desde que voy a clases de narrativa, me utilizan de correctora de estilo, ¿qué te parece? Mamá para todo. A mí me encanta, sobre todo ahora que tengo tiempo.

El jueves estaré toda la mañana en casa, así que te espero en cuanto tus alumnos te hayan dejado en libertad. Esta vez nada de pollo al horno, te lo prometo. Estoy pensando en prepararte una ensalada de quinoa, con una receta que me dieron el otro día mis compañeras del gimnasio, que tiene muy buena pinta. ¿Estás dispuesta a hacer de conejillo de Indias? ¡Hay que ver lo sana que te estás volviendo!

Me muero de ganas por saber si te han sorprendido estos resultados o si coinciden con lo que tú creías.

Un beso para tu chica y dos para ti,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 12 de abril de 2016

**Para:** elena.g@hotmail.com

**Asunto:** El sexo con nuestra pareja

Hola, Elena.

¿Qué tal estás? Espero que hayas empezado la semana con muy buen pie. Por mi parte, todo sigue en orden. Enrique y las niñas están bien. De hecho, hoy los tengo a los tres de parranda: Enrique, de segundo martes de mes con La Patrulla; Claudia, en una reunión de la asociación de su universidad con la que está colaborando y Carlota cenando con sus amigas del equipo de baloncesto. Una del equipo está estudiando este curso en el extranjero y regresa pasado mañana, por lo que hoy era el único día que podían cenar todas juntas. Así que nos ha tocado saltarnos la norma familiar de que entre semana no se sale. Y yo, por mi parte, disfrutando cada vez más de mi período sabático. ¡Qué más puedo pedir! Ah, y la investigación avanza a toda pastilla. De hecho, es precisamente por la investigación por lo que te estoy escribiendo, aprovechando que mi estómago está lleno y la casa vacía.

En las últimas semanas hemos estado trabajando en el análisis de un tema que espero que te gustará que comparta contigo. Bien pensado, debe de ser uno de los pocos, si no el único, sobre el que nunca hemos cruzado una sola palabra, en las miles y miles de conversaciones que debemos de haber tenido desde que nos conocemos. ¿Qué?, ¿ya has adivinado de qué se trata? Hoy te hablaré de sexo.

Una de las preguntas de la encuesta pretendía saber la respuesta que dan las mujeres a la afirmación: «Me gusta tener sueños eróticos», y esta ha sido contundente: el 68 % de las mujeres hemos dicho que estamos de acuerdo con esta afirmación, o sea, que a la mayoría nos gusta tener sueños eróticos. Ahora entiendo el exitazo de *Cincuenta sombras de Grey*. Y según la edad de la mujer, como era de esperar, el nivel de acuerdo es muy diferente: entre las más jóvenes (las de 18 a 26 años) aumenta al 79 %. ¡Casi todas! Y, entre las

mujeres con 50 años o más, se reduce al 51 %. Aun así, ¿seguimos siendo la mitad! ¿Habrías dicho que el interés por los sueños eróticos estaba tan extendido entre las mujeres?

Otra de las preguntas de la encuesta buscaba cuantificar el grado de acuerdo con la afirmación: «No entiendo el sexo sin amor». Me ha sorprendido que casi una de cada tres mujeres (el 31% para ser exactos) hemos dicho que no estamos de acuerdo con esta afirmación, por lo que sí que entendemos el sexo sin amor. Entre las más jóvenes, las que sí que entienden el sexo sin amor aumentan al 36 % y entre las que ya hemos cumplido los 50 esta proporción se reduce al 21 %. ¿Por qué crees que hay esta diferencia de quince puntos entre lo que opinamos sobre esta cuestión cuando somos jóvenes frente a nuestra opinión cuando hemos superado la mitad de nuestra vida? ¿O es que las jóvenes de hoy en día, cuando lleguen a los 50, serán distintas a nosotras?

Pensando en esta frase, acabo de recordar la primera vez que oí algo similar, en vivo y en directo, en boca de una mujer. Lo recuerdo como si fuera hoy. Enrique y yo debíamos de llevar casados unos cuatro o cinco meses. Estábamos en la mesa de la terraza de la primera casa pareada que alquilamos, con unos amigos de Enrique y otros míos. Acabábamos de arrasar con las cien sardinas a la brasa y con todos los tomates y la cebolla tierna que habíamos preparado. En el momento del café, llegó el punto álgido de la velada:

—Desde que he aprendido a hacer el amor sin estar enamorada, me va mucho mejor —dijo una de las amigas de Enrique—. Me ha costado unos cuantos años, pero por fin lo he logrado.

Enrique y yo todavía recordamos la cara que se le quedó a uno de mis amigos varones que por aquel entonces estaba soltero y sin compromiso. No daba crédito a lo que acababa de escuchar. Parecía estar diseñando su estrategia de ataque. Al terminar la comida, cómo no, se ofreció voluntario a acompañar a casa a la autora de la frase del día. Ja, ja... Poco después supimos que la maniobra había fracasado.

Si te parece, vamos a ir un poco más al grano. En la encuesta preguntábamos también con qué frecuencia practicamos sexo con nuestra pareja y cuál es el número de veces en que nosotras solemos llegar al

orgasmo, de cada diez veces que tenemos relaciones con nuestra pareja. Sí, ya sé que pueden parecerle dos preguntas muy reduccionistas pero la investigación pretendía abarcar el máximo número de ámbitos posible de nuestra vida por lo que no había espacio para profundizar en cuestiones como en qué momento, mientras estamos manteniendo relaciones, solemos llegar al orgasmo, o el sexo fuera de la pareja. Pues la respuesta a estas dos preguntas, entre las mujeres que, como nosotras, conviven con un hombre, ha sido la siguiente:

**FRECUENCIA CON LA QUE PRACTICAN SEXO CON SU PAREJA**  
 Porcentaje de mujeres en cada categoría

Más de 2 veces a la semana	22
2 veces a la semana	20
1 vez a la semana	19
De 2 a 3 veces al mes	12
1 vez al mes o menos	15
No sabe/No responde	12
Número medio de veces a la semana	1,5

**VECES QUE LAS MUJERES LLEGAN AL ORGASMO CON SU PAREJA**  
 Porcentaje de mujeres en cada categoría

Siempre llegan al orgasmo (10 veces de cada 10)	29
Casi siempre llegan al orgasmo (8 o 9 veces de cada 10)	21
6 o 7 veces	9
4 o 5 veces	9
De 1 a 3 veces	7
Nunca	2
No sabe/No responde	23
Número medio de veces de cada 10	7,6

¿Sorprendida? Para mí, la primera sorpresa es que haya el doble de mujeres que no sepamos o no queramos responder a la pregunta sobre los orgasmos que a la de la frecuencia. Otra sorpresa ha sido la cantidad de mujeres que hemos declarado que practicamos sexo con nuestra pareja más de una vez a la semana: el 42 %. ¿Será cierto? ¿O será lo que sugirió una compañera de PRM cuando estábamos viendo estos resultados por primera vez?

—Han contestado pensando en su mejor semana del año —dijo riéndose.

Y me he quedado encantada al ver que casi una de cada tres mujeres (el 29 %) decimos llegar al orgasmo siempre que hacemos el amor con nuestra pareja y que el 21 % hemos dicho que lo conseguimos casi siempre. ¡Bien por la salud sexual de estas mujeres! Y fíjate que, en el extremo opuesto, hay un 2 % de mujeres que nunca llegan al orgasmo y un 7 % que lo consiguen menos de un tercio de las veces. Y, ¿qué pasa con el 23 % de mujeres que no hemos contestado a la pregunta sobre a cuántos orgasmos solemos llegar en las relaciones que mantenemos con nuestra pareja? ¿No lo habrán sabido calcular? ¿O se habrán sentido avergonzadas de reconocer la realidad, aunque fuera ante la pantalla de un ordenador?

Además de analizar la frecuencia del sexo y el número de veces que llegamos al orgasmo entre las mujeres que convivimos en pareja, hemos estudiado el efecto que sobre ambos aspectos tienen dos factores: la edad de la mujer y la antigüedad de la relación. Y lo que hemos averiguado es que la frecuencia del sexo está muy relacionada con ambos, pero sobre todo con nuestra edad. Mira cómo cambia con la edad de la mujer el porcentaje de las que tenemos relaciones con nuestra pareja más de una vez a la semana: entre las que tenemos de 18 a 26 años alcanza su valor máximo (66 %); entre las de 27 a 40 años se reduce catorce puntos (52 %); entre las de 41 a 49 años disminuye otros once puntos (41 %) y entre las que tenemos 50 años o más, las que tenemos relaciones con nuestra pareja más de una vez por semana nos reducimos al mínimo (el 27 % en concreto). Sin embargo, para mi sorpresa, el número de veces que llegamos al orgasmo no guarda ninguna relación ni con nuestra edad ni tampoco con la antigüedad de la relación. ¿Qué diría un experto en sexualidad? Yo entiendo que debe de estar relacionado con la compenetración y el respeto mutuo que se haya generado, desde el principio, entre los miembros de la pareja.

En relación con estos temas, también sabemos cómo hemos puntuado las mujeres a nuestra pareja en el ámbito de las relaciones sexuales y este es el resultado: casi la mitad (el 45 %) le hemos dado una de las notas máximas de la escala empleada (9 o 10). Sin embargo, no es buena noticia que, en el extremo opuesto, casi una de cada cuatro (el 23 %) hayamos suspendido a nuestra pareja en esta materia, lo que indica que nos sentimos infelices con las relaciones sexuales que mantenemos con ella. También hemos aprendido que



la antigüedad de la relación desempeña un papel determinante en esta cuestión. Entre las que llevamos menos tiempo juntos, cinco años o menos, los hombres que han conseguido la máxima puntuación (9 o 10) son el 63 %, esto es, dieciocho puntos por encima del 45 % que hemos visto que es el porcentaje entre el total de las mujeres. Así que, comprobado, al principio de la relación nuestros chicos se esfuerzan mucho en las relaciones sexuales. Y es muy posible que nosotras también nos lo tomemos más en serio los primeros años. De hecho, entre las que llevamos con nuestra pareja más de veinte años, los hombres que consiguen las notas máximas en las relaciones sexuales se reducen casi a la mitad con respecto a las que llevamos cinco años o menos (son el 38 % frente al 63 %).

Y para concluir te diré que hemos recurrido a una técnica de análisis multivariable para entender cuál de los diferentes hábitos que compartimos a solas con nuestra pareja hace que las mujeres nos sintamos más o menos felices. En este análisis, los hábitos que las parejas comparten a solas cuyo efecto sobre la felicidad de las mujeres con su pareja hemos considerado son cinco: «la frecuencia del sexo», «el porcentaje de orgasmos», «la frecuencia con que la pareja va a tomar una copa, a comer o a cenar los dos solos», «la frecuencia con que la pareja comparte alguna actividad cultural (cine, teatro, visita a algún museo...)» y «la frecuencia con que la pareja hace escapadas o viajes a solas». La técnica de análisis a la que hemos recurrido es un método que se llama *Automatic Interaction Detector* y lo que persigue es identificar cómo contribuye cada uno de los criterios considerados a maximizar o a minimizar el valor de la variable que se pretende explicar, que en nuestro caso es la felicidad con nuestra pareja.

Lo primero que hemos aprendido es que, de los cinco hábitos de pareja considerados, el que más influye en que las mujeres nos sintamos más o menos felices con nuestro compañero de vida es la frecuencia con la que tenemos relaciones sexuales con él. Entre las que las tenemos más de dos veces a la semana, la felicidad con la pareja es casi sobresaliente: 8,9 de media. Entre las que tenemos una o dos veces por semana, la felicidad media con nuestra pareja se reduce siete décimas situándose en 8,2; entre las que tenemos relaciones dos o tres veces al mes cae a 7,7 y entre las que las tenemos una vez al mes o menos, la felicidad con nuestra pareja se sitúa en el nivel más

bajo: 5,7 de media. Aquí la pregunta que puedes estar haciéndote es: ¿qué estaba primero: el huevo o la gallina? La verdad es que es bastante obvio que si la relación de pareja funciona tendrá más sexo y que si no funciona tendrá menos o incluso no tendrá. Lo que, sin embargo, no era tan obvio es que para las mujeres la frecuencia del sexo con su pareja resultara más determinante en el grado de felicidad que los otros cuatro hábitos de pareja considerados. Y tampoco era tan obvio que, para muchas de nosotras, no haya diferencias entre mantener relaciones con nuestra pareja una o dos veces a la semana. Piensa que, en la encuesta, estos dos niveles de frecuencia eran dos alternativas de respuesta distintas por lo que el análisis no las habría juntado si las mujeres que tenemos relaciones con nuestra pareja dos veces por semana hubiéramos declarado que nos sentimos más felices con nuestra pareja que las que las tenemos una vez a la semana.

De los hábitos que compartimos a solas con nuestra pareja, después de la frecuencia del sexo, el siguiente que más influye en cuán felices nos sentimos con nuestro chico no es siempre el mismo, sino que cambia según la frecuencia del sexo. Entre las parejas en que la actividad sexual es frecuente (tanto si practicamos más de dos veces a la semana como si lo hacemos una o dos veces por semana), lo siguiente más determinante en nuestra felicidad con la pareja es el número de veces que nosotras llegamos al orgasmo. Si nosotras llegamos al orgasmo siempre o casi siempre que mantenemos relaciones con nuestra pareja, la evaluación que hacemos de nuestra pareja aumenta casi un punto frente a las mujeres que, de cada diez veces, lo conseguimos siete veces o menos. Sin embargo, cuando la actividad sexual de la pareja es menos frecuente, esto es, entre las que tenemos sexo en pareja menos de una vez a la semana (tanto si lo hacemos dos o tres veces al mes como si lo hacemos una vez al mes o menos), la cuestión que más influye en segundo lugar en cuán felices nos sentimos con nuestro chico no es el número de orgasmos a los que llegamos, sino la frecuencia con la que hacemos escapadas o viajes los dos solos. Sí, sí, lo que oyes, cuando el sexo con nuestra pareja deja de ser tan frecuente, ya sea porque llevamos muchos años juntos o porque la edad ha reducido nuestro apetito sexual, el hacer escapadas o viajes a solas en pareja aumenta en más de un punto la evaluación que las mujeres hacemos de nuestra

pareja, si la comparamos con la evaluación que han hecho de su pareja las mujeres que no acostumbran a hacer escapadas o viajes los dos solos. Así que ya sabes, cuando seamos mayores, ¡a viajar con nuestro chico!

El hecho de que las escapadas o los viajes a solas con nuestra pareja sean una buena alternativa para fomentar la felicidad de las mujeres con nuestra pareja cuando, por el motivo que sea, el sexo ha dejado de ser una actividad tan frecuente, parece indicar que muchas de nosotras no vivimos como una grave carencia el hecho de dejar de tener sexo semanalmente con nuestra pareja. ¿Por qué crees que esto es así? ¿Será por la elevada capacidad que, en general, tenemos las mujeres para adaptarnos a los cambios que se nos van presentando? ¿O será porque lo que más valoramos en nuestra relación de pareja es la comunicación y los momentos de intimidad entre nosotros, con independencia de si van o no acompañados de actividad sexual? ¿Cuál crees tú que es el motivo?

Espero, Elena, que te hayas divertido leyendo estos resultados. Ya los comentaremos la próxima vez que nos veamos, ¿vale? Ah, y dile, por favor, a Álex que, como siempre, la cena que nos preparó el último día que estuvimos en vuestra casa estaba espectacular. ¡Qué suerte la tuya de tener un cocinero como él en casa!

Cuidaos mucho. Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 14 de abril de 2016

**Para:** maria.ts@hotmail.com

**Asunto:** Qué insoportable es ver sufrir a nuestros seres queridos

Buenas noches, María.

Acabo de volver del hospital. Pobre Elisabeth. La he visto muy cansada. Solo ha sonreído cuando le he dado el ramo de tulipanes color salmón que le había comprado. Y, a diferencia de la última vez, hoy no me ha contado ninguna batallita de cuando era joven. Ha estado todo el tiempo sentada en su sillón, atenta a la conversación que manteníamos Carmen y yo, pero sin intervenir. Me ha hecho mucha ilusión ver a Carmen. Quizá hacía veinte años que no coincidía con ella. No sabes lo cariñosa que ha estado todo el tiempo con tu madre. Y, cuando me he ido, me ha dicho que pensaba quedarse con ella hasta que terminase la cena. ¿Sabes qué me ha impactado? La relación entre ellas es mucho más de amigas que de empleadora-empleada. Sí, ya sé que han sido muchos años, pero te aseguro que no todo el mundo es capaz de construir relaciones de este tipo. Un claro tanto a favor de ambas. Tal vez ya era así cuando Carmen vivía en casa de tus padres. Pero, por aquel entonces, yo no lo supe ver. Es posible que esta sea una de esas cosas que una cría de 15 o 16 años no es capaz de percibir y que solo se llega a apreciar con la edad, ¿no crees?

Qué época tan difícil, María. Yo no puedo más que intuir la dureza de todo por lo que estás pasando, ya que, como bien sabes, tanto mi madre como mi padre son todavía jóvenes y tienen una salud excelente. Sin embargo, las veces que he ido a visitar a tu madre o cada vez que cuelgo el teléfono después de hablar contigo, no puedo dejar de revivir las escenas que vivimos con la madre de Enrique. Recuerdo muy bien la sensación de vacío y de incapacidad que me invadía cada vez que la visitaba en la residencia en la que tuvimos que ingresarla cuando empezó a necesitar asistencia médica las 24 horas del día. ¡Qué complicado es sonreír y contar cosas animadas, que las

distraigan y las alejen, aunque sea solo por unos instantes, de su dolor y de la crueldad de su enfermedad! Resulta casi imposible mirarlas de frente sin que se nos note la angustia que nos invade cuando nuestra interlocutora ha dejado de ser la persona que conocíamos, cuando en realidad, de ella apenas queda su nombre.

Con la madre de Enrique fui por primera vez consciente de lo poco preparados que estamos para ver sufrir a nuestros seres queridos. Y, todavía menos, para enfrentarnos a la idea de que se acerca a marchas forzadas el final de nuestra vida en común. Y, sin ninguna contemplación, sino arrasando con todo lo que encuentra por el camino. Y qué incongruentes son los dos deseos contrapuestos que nos avasallan. Por un lado, el de querer dejar de verla sufrir. Y por otro, el de que ojalá, cuando mañana vayamos a verla, todavía consigamos robarle, por lo menos, una sonrisa. ¿Te está pasando a ti lo mismo? Con Consuelo, nosotros lo intentamos todo: caramelos sin azúcar, flores, revistas, álbumes de fotos de sus nietos o de viajes que habíamos hecho todos juntos, su postre preferido (le encantaba que le lleváramos queso fresco)... Sin embargo, lo más efectivo, sin duda, era que fuéramos a verla acompañados de Carlota o de Claudia. Lo de que los dos hijos mayores de Enrique estuvieran tan lejos, y no fueran nunca a visitarla, creo que consiguió archivarlo. Qué inteligente es nuestra mente, si la dejamos actuar.

Si con mi suegra fue durísimo, ¿cómo de insoportables deben de estar siendo estos últimos meses para ti? Recuerda, María, que aquí estoy para lo que necesites. Y, por favor, no te olvides de lo que te he ido repitiendo con insistencia en nuestras últimas conversaciones. Acabo de decidir que voy a escribírtelo. Tal vez así te sientas más obligada a ponerlo en práctica. Es fundamental que te esfuerces, más incluso que en las épocas menos complicadas, en comer sano y en dormir bien. No sabes con qué facilidad estas situaciones erosionan nuestro físico y, peor aún, nuestra mente. Por desgracia, muchas mujeres lo aprendemos cuando ya es demasiado tarde. ¡Pero nosotras lo vamos a hacer bien!, ¿vale? Así que, si te está costando descansar durante la noche, y te levantas con la sensación de que estás más cansada que cuando te fuiste a dormir, no dudes en hablar con un médico y pedirle que te recete alguna pastilla para dormir. Y, si no, pídesela a cualquiera de los médicos que ves a diario en el hospital. No te preocupes,

será solo temporal. Pero ya que es muy posible que el tiempo que te queda para ti durante el día se haya reducido a la mínima expresión, asegúrate de que por lo menos, por la noche, descansas como es debido.

Piensa que, si tú no estás bien, no podrás seguir adelante con la famosa conciliación trabajo-familia sin dejarte la salud por el camino. Y, nos guste o no, la realidad es que todos dependen de ti: tus hijos, tu hija, tu chico, tu trabajo remunerado, tu casa y en este momento, también tu madre. Ahora que lo pienso, ¿por qué será que, cuando se habla de conciliación, no se suele considerar el cuidado de las madres, los padres, las suegras, los suegros, las tías o los tíos que se han vuelto dependientes...? Porque lo cierto es que casi todos, más tarde o más temprano, tendremos que ocuparnos de algún familiar que haya dejado de ser físicamente independiente. Sobre todo ahora, que la esperanza de vida es tan alta. Y, cuando llegue el momento, lo que está claro es que nos van a necesitar igual que nos necesitaron nuestros hijos cuando eran pequeños. Con una gran diferencia cualitativa: el trabajo de cuidar a nuestros hijos suele ser muy gratificante mientras que el que nos dan las personas mayores acostumbra a ser durísimo. En la investigación hemos cuantificado que casi una de cada diez mujeres (el 8 % en concreto) nos estamos enfrentando a alguna situación de dependencia física o mental de nuestro padre o de nuestra madre. Por suerte, las mujeres a las que nos coincide la dependencia de alguno de nuestros progenitores con algún hijo que todavía no es del todo independiente, como te está pasando a ti, somos un escasísimo 1,8 %. Es posible que, como tú, muchas sean la pequeña de varios hermanos o sus padres la tuvieron con una edad avanzada.

Cuando te enseñe los resultados de la investigación, y veas cómo es el actual reparto entre mujeres y hombres en lo que al cuidado de los miembros de nuestra familia respecta entenderás a la perfección por qué nosotras vamos tan cansadas por la vida. Pero este tema lo dejaremos para otro día, ¿vale? Por el momento, aquí van unos sencillos deberes: te propongo que, estos días en el hospital, y más adelante, cuando os hayan dado el alta, en la residencia, cuentes el número de mujeres y el número de hombres con los que te cruzarás por los pasillos, los ascensores, las salas de espera... que, como tú, habrán ido a visitar y a cuidar a algún familiar. Ya me contarás el resultado.

Un beso muy grande para ti y un fuerte abrazo para tu madre. Dile, por favor que, en cuanto pueda, iré a verla.

Tu amiga,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 16 de abril de 2016

**Para:** ana.dg@gmail.com

**Asunto:** ¿Qué es lo que nos hace sentirnos más felices?

Hola, hermana.

Por fin he encontrado el tiempo que necesitaba para responder a tu pregunta. Pero antes quería volver a darte las gracias por todo lo que aprendí charlando contigo el otro día sobre las capitulaciones matrimoniales y sobre los pactos que firman las parejas de hecho. No tenía ni idea de que existieran ni las unas ni los otros. Qué chollo tener un abogado en la familia. Y la verdad es que me alegro mucho de saber que cada vez hay más parejas que las firman. Si en su día lo hubiese sabido, no habría dudado en proponérselo a Enrique. Me parece una sanísima reflexión que todas las parejas deberíamos hacer antes de iniciar nuestro proyecto de vida en común, o como mínimo antes de tener hijos. Y ¿por qué no plasmar todo lo hablado en un papel? Además, no puedo estar más de acuerdo contigo en que estos acuerdos de pareja son tan importantes o más que los pactos a los que puedan llegar los socios en las sociedades mercantiles. Bueno, pues, volviendo al motivo de mi mail, aquí tienes el resumen de cómo han sido evaluadas cada una de las quince facetas de la vida de las mujeres que incluimos en la investigación. Solo dos breves apuntes metodológicos. El primero es la escala en la que hemos pedido a las mujeres que evalúen su nivel de felicidad con cada faceta: una escala de 0 a 10, en la que 0 significaría que no nos sentimos nada felices con la faceta evaluada y 10, que nos sentimos muy felices. La otra cuestión metodológica es que cada faceta ha sido evaluada solo por aquellas mujeres a las que les afecta dicha faceta, es decir, si, por ejemplo, una mujer no tiene pareja no habrá tenido que evaluar ni a «la pareja» ni tampoco a «la suegra» o «al suegro».

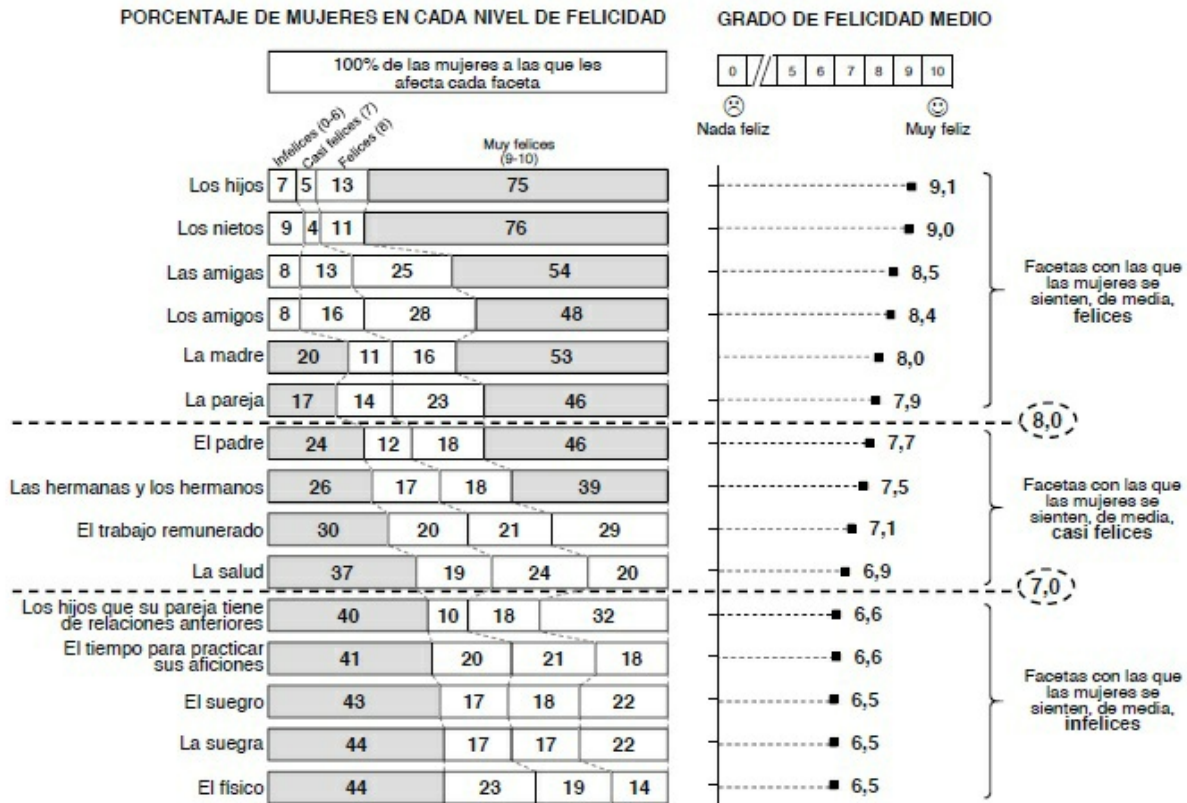
En el gráfico, verás que hay dos columnas de resultados que corresponden a dos maneras distintas de analizar las respuestas a estas evaluaciones. En la primera columna podrás ver el porcentaje de mujeres que,



entre las que les afecta cada faceta, se sitúan en cada uno de los cuatro niveles de felicidad que hemos definido: las que están muy felices con esa faceta (han referido los valores máximos de la escala: 9 o 10), las que se sienten felices (han declarado el siguiente valor, 8, que hemos aprendido que es el umbral de felicidad de las mujeres), las que están casi felices (la han evaluado con 7) y las infelices con esa faceta (han dado valores de 6 o inferiores). En la segunda columna hemos incluido el valor medio que resulta de la distribución de respuestas en cada faceta. Fíjate en que el orden de las facetas va desde aquellas con las que las mujeres nos sentimos, por lo común, más felices hasta aquellas en las que, en general, nos sentimos menos felices.

Si, por ejemplo, miras la primera fila, que corresponde a la faceta de nuestra vida con la que las mujeres nos sentimos más felices, «los hijos», verás que la gran mayoría de las que hemos sido madres, el 75 %, hemos declarado que nos sentimos muy felices con nuestros hijos. La cuarta parte restante nos repartimos de la siguiente manera: el 13% de las madres que nos sentimos felices, el 5 % que nos sentimos casi felices y un 7 % que nos sentimos infelices de haber tenido hijos. El valor medio de felicidad con los hijos que resulta de esta distribución de respuestas es 9,1. Este valor no solo es el más elevado, sino que además se sitúa a menos de un punto de lo que supondría la felicidad plena de todas las madres con sus hijos.

### **RANKING DE FELICIDAD DE LAS FACETAS EVALUADAS EN LA VIDA DE LAS MUJERES**



¿Qué te parece que «los hijos» ocupen la primera posición en nuestro *ranking* de felicidad? Y piensa que la encuesta se contestaba por Internet, por lo que las madres enfadadas hubieran podido despacharse a gusto. Estoy convencida de que, si en la recogida de información hubieran participado entrevistadores, ya fuera por teléfono o en persona, el número de madres infelices con sus hijos habría sido todavía más reducido. Dudo mucho que las mujeres que por Internet se atrevieron a declarar que no se sienten felices con su maternidad hubieran aguantado la presión social con un entrevistador como interlocutor. Pues, ya ves, esto demuestra que, por mucho que suframos, por mucho que nos quejemos del poco caso que nos hacen y por muchas trastadas y faenas que lleven a cabo, la mayoría de «los hijos» gozan de un crédito ilimitado, por lo menos, en el banco de sus madres. Quizá nos iría a todos mejor, padres, madres e hijos incluidos, si nuestros hijos no fueran tan conscientes de esta realidad, ¿estás de acuerdo? Y me ha parecido curioso ver que las mujeres que tienen «nietos» están tan felices con ellos como lo estamos las madres con nuestros «hijos». Si comparas la fila correspondiente

a los hijos con la de los nietos verás que tanto el detalle de la distribución de las respuestas como el valor medio son casi idénticos. La principal diferencia es que hay dos puntos más de abuelas que se sienten infelices con sus nietos que de madres que se sienten infelices con sus hijos.

Que «las amigas» y «los amigos» ocupen las siguientes posiciones del *ranking* también me parece lógico. Al fin y al cabo, son los únicos con los que tenemos plena libertad, tanto en el momento de escogerlos como en el de pasarlos a la categoría de conocidos o a la de examigos. Sin embargo, en el resto de las facetas, estarás de acuerdo en que tenemos bastante menos margen de maniobra. En la elección de nuestra pareja, por ejemplo, en que también tenemos plena libertad en el momento de iniciar la relación, si llegara el momento de tener que ponerle fin, podemos no tener tanta. Sin ir más lejos, el martes pasado una cliente de PRM que está en pleno proceso de divorcio me confesaba que se está dando cuenta de las dificultades que hemos de afrontar para divorciarnos, sobre todo, con hijos de por medio. Que nunca antes se había parado a pensarlo. Seguro que tú entiendes a la perfección a qué se está refiriendo.

Y no te digo nada de la falta de libertad que tenemos con «nuestra madre», «nuestro padre», «nuestros hermanos» o «nuestros suegros», a los que ni siquiera hemos escogido. Siendo esto así, qué mérito tienen «las madres», ¿no te parece? A pesar de que no fueron escogidas por sus hijas, consiguen la cuarta posición en nuestro *ranking* de felicidad. Fíjate en que, al calcular qué posición ocupan «las madres» en este *ranking*, no he considerado a «los nietos» porque afectan solo al 8 % de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa. Así que, ¡buen trabajo, madres! No sé cómo estarás tú interpretando el resultado de la evaluación de «las madres». Cuando yo lo leí por primera vez, me dio ánimos para seguir batallando con Carlota y con Claudia. Ahora sé que más adelante, y a no ser que meta la pata de forma contundente con alguna maniobra en falso, entenderán que la pesada de su madre estaba invirtiendo en su bienestar futuro. Tranquila, hermana, que seguro que con tus hijas pasará lo mismo. Si nosotras sembramos mucho, antes o después llegará el día en que ellas recogerán una excelente cosecha.

Y ¿qué te parece la posición que ocupa la evaluación del «padre»? Es curioso que haya menos mujeres que nos sintamos muy felices con nuestro padre que con nuestra madre (el 46 % frente al 53 %) o, si lo miras por el extremo de la infelicidad, que haya más mujeres infelices con su padre que con su madre (el 24% frente al 20%). Mi sensación es que muchas de nosotras hemos visto la figura paterna como alguien muy poco conectado con la vida familiar en general, y menos todavía con la vida de sus hijos y de sus hijas. Acabo de recordar el comentario que me hizo el padre de unas amigas de Carlota y de Claudia, al poco de haberse separado: «Ahora estoy aprendiendo a hacer de padre». ¿A qué crees tú que se debe esta diferencia en la evaluación que las mujeres hacemos de nuestro padre y de nuestra madre? ¿Crees que, en una investigación entre hombres, el resultado sería el mismo o que sucedería a la inversa y «los padres» ocuparían una posición mejor que «las madres»?

Y no está nada mal la posición que ocupa «la pareja», ¿no crees? Con la de veces que oímos a las casadas despotricar sobre sus maridos, esperaba un resultado peor, la verdad. Fíjate en que las mujeres que de verdad nos sentimos infelices con nuestra pareja somos el 17 %. Si comparas este 17 % de mujeres infelices con su pareja con el porcentaje de mujeres infelices en el resto de las facetas, verás que solo hay cuatro facetas de nuestra vida en las que la infelicidad es menor que con nuestra pareja y, sin embargo, hay diez facetas en las que nos sentimos bastante más infelices que con nuestra pareja, entre las que se incluyen «la madre» y «el padre».

¿Sabes qué es lo que no me gusta nada de este *ranking*? Ver que, en general, las mujeres que tenemos trabajo remunerado nos sentimos tan poco felices con nuestro actual puesto de trabajo. Fíjate en que solo la mitad de las mujeres que estamos activas en el mercado laboral nos sentimos felices o muy felices con nuestro trabajo remunerado. Este dato no me gusta porque creo que si te sientes feliz con tu vida laboral hay más probabilidades de que, llegado el momento en que la vida familiar se complique, la mujer se niegue a abandonar su puesto de trabajo. ¿Estás de acuerdo? Ya sabes lo talibán que es tu hermana en conseguir que las mujeres no perdamos nuestra independencia económica. De hecho, un dato de la investigación que no puedo sacarme de la cabeza es que, de las que estamos activas en el mercado laboral, apenas el 18

% hemos dicho que «trabajaríamos aunque no necesitaríamos el dinero para vivir». El resto, se divide a partes casi iguales entre las que afirman que «si no necesitaran el dinero para vivir, no trabajarían» (un 42 %) y las que se mantienen en una posición intermedia entre ambos extremos (el 40 % restante). Pero ¿por qué valoramos tan poco el trabajo remunerado? ¿Por qué a las mujeres nos cuesta tanto apreciar las ventajas de estar activas en el mercado laboral? Como mínimo, ¡por tener independencia económica!, digo yo.

La posición que ocupan «los hermanos o las hermanas» y «la salud» tampoco me ha sorprendido. En estas dos facetas me parece lógico que haya diversidad de opiniones. Y es que ni a los hermanos ni a nuestra salud tenemos opción de escogerlos.

Y si miras el extremo inferior del gráfico, podrás ver aquellas facetas de nuestra vida con las que las mujeres nos sentimos, en general, menos felices: «el físico», «la suegra», «el suegro», «el tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones» «los hijos que nuestra pareja tiene de relaciones anteriores». Fíjate en que, en las cinco facetas, como mínimo cuatro de cada diez mujeres que estamos afectadas por dicha faceta hemos declarado que nos sentimos infelices. ¿Te ha sorprendido ver a alguna de estas cinco facetas en el pelotón de nuestra insatisfacción?

¿Te has parado a pensar en que, con excepción de «los nietos», a ti te afectan todas las facetas evaluadas? Aunque, ojo, que en breve tendrás un «medio-nieto». A ver qué grado de felicidad te proporcionará el hijo que espera la hija mayor de Pedro. ¿Te sentirás tan feliz con él como lo están las abuelas con sus «nietos»? ¿O estarás tan poco feliz con él como lo están las mujeres con los hijos que su pareja tiene de relaciones anteriores? En breve saldrás de dudas. Lo que está claro es que los hijos heredados, como yo les llamo, son una fuente de problemas para el 40 % de las afectadas. Y tú has heredado nada más y nada menos que cinco. Más del doble que los que heredé yo. Así que muchos ánimos, hermana. Ojalá seas de las afortunadas que estamos en el 60 % que sí nos sentimos felices o casi felices con los «hijos que nuestra pareja tiene de relaciones anteriores». Pero para conseguirlo es fundamental que te crees unas expectativas que sean acordes con lo que puedes esperar de ellos. ¿Me permites un consejo que me costó bastante tiempo aprender? De los hijos de Pedro no esperes lo que esperas de tus hijas. Lo

normal es que sus hijos acepten tus cuidados y todos los esfuerzos que hagas por ellos, y que incluso te los agradezcan en el momento en que los reciben. Sin embargo, si nuestras hijas tienen, en general, poca memoria y suelen ser poco agradecidas, la mayoría de los hijos heredados juegan, en este terreno, en otra liga. Y la verdad es que no los culpo. Con los años he aprendido que muchos de los hijos de parejas fallidas viven en una situación, física y psicológica, que es incluso más complicada que aquella a la que nos enfrentamos las mujeres que hemos heredado hijos de nuestra pareja. Claro que, hermana, igual a ti te ha tocado la lotería y eres del 32 % de las que nos sentimos muy felices con los hijos heredados.

Y cuando consideramos cuán felices nos sentimos las mujeres con nuestra vida en general, es decir, teniendo en cuenta todas las facetas de nuestra vida en conjunto, que es lo que en realidad importa, este es el resultado: casi un tercio nos sentimos muy felices con nuestra vida (31 %); algo más de una cuarta parte, felices (26 %); una quinta parte, casi felices (20 %) y una de cada cuatro (el 23 %) nos sentimos infelices con nuestra vida. El valor medio que resulta de esta distribución de respuestas es 7,4, esto es, a solo seis décimas del que te comenté que habíamos aprendido que es nuestro umbral de felicidad. Más adelante, tenemos previsto realizar un análisis que ha de permitir saber cuáles de estas quince facetas son las que más influyen en que las mujeres nos sintamos felices o infelices con nuestra vida. En cuanto lo hayamos hecho, te contaré los resultados. Pero ya te adelanto que tardaré unas semanas. Recuerda que tu hermana está en pleno proceso de descompresión, así que estoy haciendo muchos esfuerzos por tomármelo todo con mucha calma.

Y ahora, deja que me ponga un poco filosófica. ¿Sabes por qué afirman los especialistas en estos temas que nos es tan difícil conseguir la verdadera felicidad? Te hago un breve resumen de lo que dice Yuval Noah Harari en su libro *Homo Deus. Breve historia del mañana*: «El techo de cristal de la felicidad se mantiene en su lugar sustentado en dos fuertes columnas: una, psicológica, la otra, biológica. En el plano psicológico, la felicidad depende de expectativas, y no de condiciones objetivas». Y añade: «En el plano biológico, tanto nuestras expectativas como nuestra felicidad están determinadas por nuestra bioquímica, más que por nuestra situación

económica, social o política». Tal y como yo lo he entendido, el resultado visible de nuestra bioquímica podría ser lo que comúnmente llamamos actitud ante la vida. Por eso hay personas que acostumbran a estar contentas, aunque acaben de pasar por un mal momento, y otras que suelen sentirse siempre tristes, aunque pueda parecer que lo tienen todo. De hecho, si pienso en lo que llevo de vida, me parece totalmente creíble que la bioquímica con la que nacemos sea tan relevante en nuestra felicidad. Sin embargo, estoy convencida de que la podemos trabajar si ponemos mucho empeño en conseguir dominar el otro componente que antes te comentaba que según los expertos en la materia también influye en nuestra felicidad: las expectativas. Fíjate en que, cuando estas se cumplen, solemos sentirnos muy satisfechos. Pero, hermana, la mala noticia es que según sostienen los entendidos, la tendencia generalizada de los humanos es que a medida que nuestras condiciones mejoran, nuestras expectativas se disparan. Entiendo que esto es justo a lo que nos referimos cuando decimos: «cuanto más tiene, más quiere». Y considero que esto es en lo que deberíamos trabajar: en crearnos, en todo momento, unas expectativas que sean no solo posibles, sino además estables en el tiempo. Si no estoy equivocada, esto está bastante en sintonía con la visión budista de la felicidad. Por lo que he entendido, los budistas afirman que, para conseguir la felicidad real, es fundamental que dejemos de empeñarnos en la búsqueda constante de sensaciones agradables. Y la buena noticia, si lo he entendido bien, es que, según Buda, se puede entrenar la mente para lograrlo. Pues ya sabes, hermana, ¡a trabajar a fondo nuestras expectativas!

Volviendo al plano real, ¿irás el próximo miércoles a comer a casa de papá y mamá? Cuando lo sepas, dímelo. Llevaré una copia en papel para cada una de las comensales, con los resultados del *ranking* de felicidad de las mujeres en las diferentes facetas que configuran nuestra vida. Será interesante ver la reacción de mamá y también la de tus hijas y la de las mías. Me armaré de paciencia y me esperaré hasta ese día para enseñárselos a Carlota y a Claudia. Creo que si los comentamos todas juntas, además de ponerle más interés, se les quedará más grabado en la memoria. Apuesto a que habrá un amplísimo abanico de interpretaciones. Quizá tantas como comensales... A ver con qué nos sorprenden esta vez nuestras hijas.

Entretanto, cuídate mucho.

Besos,  
JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** miércoles, 20 de abril de 2016

**Para:** QK@hotmail.com

**Asunto:** Coherencia y ejemplo en la educación de nuestros hijos

Hola, Cuca.

Espero que tu madre y tú estéis bien. ¿Qué tal va su nueva cadera? He decidido escribirte porque no sé cuándo estarás de vuelta y quería contarte lo mucho que me acordé de ti la semana pasada. Fui con dos amigas a comer a Can Jubany. Desde hace un par de años, por nuestros cumpleaños, en lugar de regalarnos objetos, nos obsequiamos con alguna experiencia original. Y ninguna de las dos había estado en esa joya de la restauración catalana, así que a media mañana las recogí en sus respectivas casas y para allá que nos fuimos. Y como siempre, un éxito. Pero no me acordé de ti por el día en que tú y yo fuimos con Teresa, sino por el tema central de nuestra conversación durante la comida: la educación de los hijos. Es curioso porque, en las múltiples conversaciones a tres bandas que habíamos tenido hasta ese día, nunca habíamos hablado de la educación de los hijos. Sin embargo, ¿cuántas veces debemos de haber tocado tú y yo este tema? Por eso he pensado que te haría gracia contar con un ejemplo más para tu colección.

El tema en cuestión surgió porque una de mis amigas nos contó, entre triste y enfadada, la discusión que había tenido con su hermana mayor, en un encuentro familiar. Mi amiga quería saber cuál era nuestra opinión al respecto. El resumen de lo que le sucedió, durante la cena en casa de sus padres, es que después de que su hermana mayor hubiera despotricado y se hubiera quejado de los miles de problemas, de diversa índole, que estaba teniendo con sus tres hijos varones, se dirigió a mi amiga en los siguientes términos:

—Tú sí que has tenido suerte con tus hijas.

¿Que por qué esta, a priori, inofensiva afirmación molestó tanto a mi amiga? En primer lugar, porque ella cree que su hermana y su exmarido han sido no solo unos padres que han tenido muy poca sintonía entre ellos, sino

que además han sido muy poco coherentes en la manera de educar a sus hijos. Y en segundo lugar, porque mi amiga está convencida de que, exceptuando casos que podrían contarse con los dedos de las manos, que nuestros hijos estén bien o mal educados no es una cuestión de suerte, sino el resultado de mucho trabajo de coherencia y de predicar con el ejemplo. Como ya debes de haber imaginado, mi respuesta fue que yo no podía estar más de acuerdo con ella. No quiero aburrirte así que, a modo de ejemplo, te contaré solo dos de las múltiples anécdotas que nos contó mi amiga para que entendiéramos de qué forma tan diferente habían enfocado ella y su hermana la maternidad. Mi amiga y su marido se casaron por lo civil y, obrando en consecuencia, en lugar de llevar a sus hijas al colegio que tenían más cerca de casa, uno concertado religioso, buscaron un centro laico. Mientras fueran pequeñas, sus hijas no podrían ir andando a este colegio por lo que mi amiga o su marido tendrían que acompañarlas, hasta que pudieran ir solas en transporte público. Sin embargo, su hermana mayor y su marido, que se habían casado por la iglesia más por una cuestión estética que por profundas creencias religiosas, ya que ninguno de los dos era practicante al uso, inscribieron a sus hijos en el colegio católico que tenían al lado de su casa. Como era de esperar, nunca llevaron a sus hijos a misa de forma regular, todos los domingos, que es lo que el colegio predicaba a diario entre sus alumnos. Vaya incoherencia, ¿no te parece? Y aquí tienes otra muestra de disparidad de actitud ante la paternidad: mi amiga y su marido cenar con sus hijas todas las noches, sentados a la mesa, sin móviles y con el televisor apagado. Mi amiga nos contó que hace años decidieron que creían que esta era la mejor forma de compartir las experiencias del día y de tener un termómetro de cómo estaban los ánimos de cada miembro de la familia. Sin embargo, la hermana mayor de mi amiga y su exmarido son de los que, mientras estuvieron juntos, tenían por costumbre salir casi todas las noches, ya fuera para ir al cine, al teatro, para cenar con amigos o con algún cliente. No pretendo aburrirte contándote todas las anécdotas que mi amiga nos explicó. Espero que estas dos hayan servido para ilustrar el porqué del merecido enfado de mi amiga ante la ligereza de la afirmación de su hermana. Qué formas tan opuestas de enfocar la maternidad y la paternidad, ¿no te parece? Y la verdad es que las hijas de mi amiga y los hijos de su hermana no

son todavía adultos por lo que está por ver quiénes se montarán mejor la vida y serán más felices. Lo único que a día de hoy sabemos es que, a sus padres, abuelos y profesores, unos les están dando mucha más guerra que las otras.

Una vez que mi amiga hubo concluido su exposición, y confortada por el hecho de que nosotras dos estábamos de acuerdo con su enfado, la conversación derivó hacia otra cuestión que, hasta ese momento, nunca me había planteado: ¿a qué edad de los hijos podemos los padres dar por concluido nuestro trabajo de educadores? Y ahí sí que no hubo forma de ponernos de acuerdo. Fue divertido comprobar, una vez más, que en este mundo hay gustos para todo. Una de mis amigas opinaba que nuestro trabajo de educadores no termina nunca, que mientras tengamos uso de razón debemos continuar enseñándoles a nuestros hijos todo lo que podamos. Sin embargo, la otra defendió a capa y espada que nuestra obligación de educarles vence cuando alcanzan la mayoría de edad. Que, a partir de ese momento, podemos librarnos de este trabajo tan poco gratificante y empezar a disfrutar o a sufrir, según se mire, de una relación de adultos con nuestros hijos. ¿Tú qué opinas, Cuca? Yo, la verdad, es que no tengo una postura nada clara al respecto. Porque además creo que cada hijo es un mundo, por lo que es posible que no se pueda generalizar. Sin embargo, conociéndome, me conviene mentalizarme de que no debo ser una madre educadora de por vida. He de ser capaz de desconectar de este trabajo alguna vez... Otra cosa será decidir cuándo. Y otra muy distinta, si lo conseguiré.

De lo que sí estoy segura es de que las conversaciones que tengo ahora con mis hijas son de un contenido y de una profundidad muy distintos a los de las que teníamos hasta hace muy poco. ¡Y aprendo tanto de ellas! Además, tengo la sensación de que, el hecho de hablar de algún tema que nunca antes habíamos tocado, o de alguno que es recurrente, pero en el que ahora ellas ya tienen algo más de experiencia, es enriquecedor para ambas partes. Por eso me daría tanta pena que Claudia se fuera a Londres a estudiar la carrera... Tengo el corazón partido, porque quiero que le den la beca, pero también que se quede a estudiar en Barcelona. En mi opinión, irse a Londres significaría perder la posibilidad de mantener con ella conversaciones que con Carlota solo empezamos a tener cuando empezó la universidad. Ya ves lo rara que es tu amiga. No me asusta el nido vacío, o por lo menos eso creo. Y a la vista de

lo que he aprendido en la investigación, y de mi propia experiencia, dudo mucho que los métodos de trabajo y los conocimientos técnicos que puedan enseñarle en Londres sean más relevantes para su felicidad futura que la matraca diaria que podemos darle Enrique y yo durante dos o tres años más, ¿tú qué opinas?

Cambiando de tema. ¿Sabes que gracias a la conversación de la semana pasada en Can Jubany estoy intentando no ser tan pesada con mis hijas? Por lo menos no en todas las situaciones por igual. Sin ir más lejos, ayer noche fui a cenar con Carlota. Era la fecha que ella había escogido para nuestra cena anual madre-hija. No sé si alguna vez te he contado que, a sugerencia de la directora del colegio de mis hijas, en una reunión de padres, cuando Carlota, si no recuerdo mal, todavía estaba en Primaria, empecé a ir a cenar a algún restaurante, con cada una de ellas, una vez al año. La directora nos explicó que para que nuestros hijos se acostumbren a contarnos cosas, han de estar habituados a que nosotros les contemos a ellos las nuestras. Y que lo mejor era que lo hiciéramos de uno en uno, y a ser posible, fuera de casa. Así que desde entonces tengo dos cenas madre-hija al año, una con Carlota y otra con Claudia. Y te aseguro que la directora del colegio tenía razón: el clima que en esas cenas se crea entre nosotras no tiene nada que ver con el de las cenas en casa, ni tampoco con el de cuando vamos los cuatro juntos a algún restaurante. Muy buena sugerencia, la verdad. Le estoy muy agradecida. Pues ayer noche puse en práctica, por primera vez, mi nuevo propósito de intentar no enseñarle nada a Carlota durante la cena. Me limité a contarle cosas de mi vida y a escuchar las que ella quiso contarme de la suya. Pero sin opinar, sin recomendar y, sobre todo, sin juzgar. Y, ¿sabes? Disfruté mucho de la experiencia de darme un respiro como educadora de mi hija mayor. Por primera vez sentí que estaba conversando de tú a tú con una adulta. ¡Y es que ya tiene 19 años! Ja, ja... Lo pongo entre exclamaciones, a ver si se me queda grabado en la mente.

Bueno, querida, como ves, hoy estoy inspirada. Esto de tener tiempo libre es una gozada para dar rienda suelta a nuestros pensamientos. Y ya sabes lo que disfruto dándole vueltas a las cosas. Por cierto, mira lo que me contó una compañera de las clases de gimnasia. Creo que te gustará. En una conferencia a la que asistió sobre la relación que hay entre el estrés y el malestar físico, el

orador, que era psiquiatra, dijo que no crear y mantener relaciones personales de calidad con otras personas es tan nocivo para nuestra salud física como fumar. Y también que dedicar tiempo a las amigas es tan importante para nuestra salud general como ir al gimnasio. Así que ya sabes, ¡vivan las amigas!

Espero que tu madre se ponga bien rápido y que puedas volver a tu casa. Avísame el día que llegues y nos vamos juntas a desayunar, ¿vale? Piensa que además de disfrutar del bocadillo y de nuestra conversación, estaremos contribuyendo a mejorar nuestra salud.

Y, entretanto, acuérdate de cuidarte también un poco a ti misma.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 23 de abril de 2016

**Para:** srm@hotmail.com

**Asunto:** Día de Sant Jordi

Hola, Reig.

¿Qué tal os va el viaje? Seguro que estaréis disfrutando de lo lindo. Hasta hoy no me he cruzado con nadie que, después de haber visitado Japón, no hable verdaderas maravillas tanto del lugar como de sus habitantes. Ya me contarás detalles cuando estéis de regreso, ¿vale? Seguro que tus recomendaciones nos ayudarán, a las niñas y a mí, a convencer a Enrique. A nosotras nos haría muchísima ilusión hacer este viaje. Sin embargo, ya sabes lo reacio que se ha vuelto tu amigo a coger aviones desde que dejó de trabajar. Claro que, bien pensado, no me extraña, habiendo cogido un promedio de 150 aviones al año, y la mayoría de los de cruzar el charco, ¡quién no lo aborrecería!

Esta mañana, nada más leer la portada de *La Vanguardia* he pensado en ti. Si no estoy equivocada, en Japón también se celebra la fiesta de la rosa y el libro, ¿verdad? ¿Sabes que ahora entiendo mejor lo mucho que disfrutas con la *diada* de Sant Jordi? La verdad es que, desde que inicié mi aventura literaria, mi relación con los libros ha sufrido un cambio radical. Hasta ese momento, mis lecturas se habían limitado a textos relacionados primero con los estudios y luego con el trabajo, o, lo que es lo mismo, estaban única y exclusivamente enfocadas al aprendizaje. Siempre leía con un lápiz y un rotulador en las manos. Visto desde esta nueva perspectiva, me doy cuenta de que, en lugar de leer, lo que hacía era estudiar. Los libros que me regalaban, normalmente mi madre para Reyes o mi amiga Emma por Sant Jordi, se iban amontonando en mi mesilla de noche. No por falta de interés, te lo aseguro. Era acostarme, coger el libro que tocara, empezar a leer y notar cómo los párpados se me iban cerrando. Lo más habitual era leer la misma página noche tras noche.

Sin embargo, a partir del momento en que me matriculé en la Escola d'Esriptura empecé a disfrutar con la lectura. La principal causante ha sido, sin duda alguna, la sabiduría y emoción que me han transmitido Laura, Pau, Mònica e Isabel con todo lo que me han enseñado tanto de técnicas de escritura como de literatura, y seguro que también debe de haber contribuido el hecho de que al meterme en la cama mi cuerpo y mi mente ya no están tan extenuados como cuando tenía un trabajo remunerado *full time*. No sabes lo mucho que disfruté tu amiga leyendo dos de los libros de lectura obligatoria del primer curso de narrativa: *La nieta del señor Linh*, de Philippe Claudel y *Los girasoles ciegos*, de Alberto Méndez. El primero es un enternecedor cuento que me hizo llorar en más de una escena. El segundo me pareció una magnífica y original forma de escribir sobre la guerra civil, y eso que el tema no me interesa demasiado. Y me estremecí y sufrí, como no recuerdo haberlo hecho antes, leyendo uno de los libros que nos había recomendado Pau, pero que no eran obligatorios: *Tenemos que hablar de Kevin*, de la escritora estadounidense Lionel Shriver. Si decides leerlo, te pido que lo hagas bajo tu propia responsabilidad, ya que se lo recomendé a mi madre y estuvo a punto de retirarme el saludo.

Pero, también he de decirte que, a lo largo de este año he leído obras célebres, de autores de referencia, que no me han aportado nada ni desde un punto de vista literario ni tampoco como fuente de conocimiento. ¿Será que quizá no estoy todavía preparada para según qué obras? ¿O será verdad el dicho popular de que «sobre gustos no hay nada escrito»? Así que, de momento, el *Quijote* y el *Ulises* han quedado aparcados hasta nueva orden.

Y una cuestión adicional, pero, desde mi punto de vista, no menos relevante es que siento que estos cursos me han dado un mínimo bagaje cultural del que hasta la fecha carecía por completo. No solo estoy aprendiendo técnicas de escritura, sino que también estoy conociendo cuáles son las principales corrientes literarias, los diferentes estilos de escritura y los autores de referencia de los distintos géneros. Además del enriquecimiento personal que esto supone, estoy segura de que tendrá un efecto colateral: me permitirá participar de forma más activa en esas conversaciones de sobremesa en las que mis amistades, sobre todo masculinas, se empeñan en demostrar lo intelectuales y cultos que son. ¡Claro, como ellos tienen mucho más tiempo

libre que nosotras para sus cosas y sus aficiones! Pero ese es otro tema del que ya te hablaré cuando nos veamos. Volviendo a lo que te comentaba, sin ir más lejos, el mes pasado pude participar de forma activa en la conversación que se generó a raíz del fallecimiento de Imre Kertész. Y todo gracias al libro de lectura obligatoria del primer trimestre de este curso: ¡*Yo, otro!*

Y ¿sabes? Ojeando hoy los innumerables artículos y reportajes que tanto *La Vanguardia* como *El País* dedican a los escritores y a sus obras, he pensado algo que nunca antes me hubiera podido siquiera plantear y que, sin embargo, para ti debe de ser una obviedad: qué duro es el trabajo del escritor. Yo siempre había pensado que escribir libros era una cuestión de habilidades lingüísticas y de mucha inspiración y creatividad. Sin embargo, después de las magistrales lecciones de Pau y de todos los ejercicios a los que me he enfrentado durante este tiempo, tengo claro que estaba muy equivocada. Para empezar, he entendido que escribir es un ejercicio bastante racional, ya que, como muchos autores reconocen, desde el primer párrafo, el escritor suele saber qué va a pasar y cómo va a contarlo. Y, por otro lado, ahora tengo claro que para escribir un libro, además de mucho dominio de las técnicas y del lenguaje, se requiere muchísima voluntad y disciplina. Así que ya ves todo lo que tu amiga está aprendiendo de tu queridísimo mundo.

Ah, y por si estando tan extasiada como imagino que debes de estar con las experiencias del viaje no te hubieras enterado: la *diada* de este año ha sido muy especial. Hoy hace cuatrocientos años del día en que fallecieron Miguel de Cervantes y William Shakespeare. Por lo que a mí respecta, vuelve a cumplirse aquello de que no te acostarás sin haber aprendido algo nuevo.

Hablamos a tu vuelta, ¿vale?

*Molts petons,*

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 3 de mayo de 2016

**Para:** paula.pg@gmail.com

**Asunto:** El reparto de las «tareas de la casa» entre mujeres y hombres

Hola, Paula.

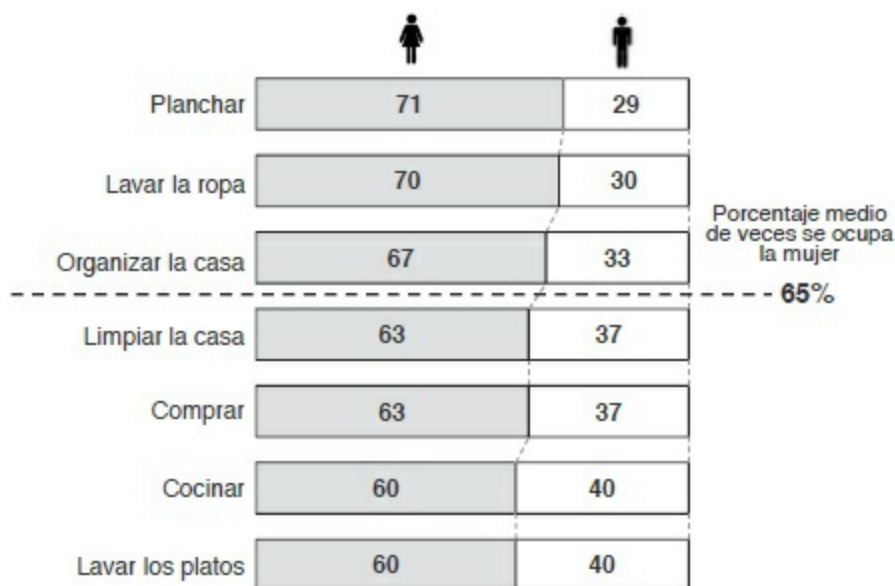
¿Qué tal estáis? ¿Ya instalados del todo? ¿Te gusta el piso que Pablo ha alquilado? Qué emocionantes son los primeros meses de convivencia, ¿verdad? Si cierro los ojos, todavía recuerdo cómo me sentía cuando tu tío y yo iniciamos nuestra vida en común. Lo mejor, sin lugar a dudas, no tener que despedirnos, cada noche, con un beso y un «hasta mañana», y poder despertar, cada día, a su lado. ¡Disfrútalo mucho! Espero que el hecho de que estés, además, estrenando trabajo en una ciudad que no es la tuya, no os suponga ninguna traba. ¿Quién sabe? Tal vez incluso sea mejor. Empezar una nueva fase de la vida sin influencias externas de ninguna de vuestras dos familias debe de tener sus ventajas, ¿no? Y un trabajo nuevo es siempre un gran aliciente, sobre todo a tu edad.

Qué suerte que al final los dos consiguierais trabajo en la misma ciudad. Y encima en Londres. ¿Eres consciente de lo afortunados que sois? Está claro que vosotros habéis puesto mucho de vuestra parte, pero si vuestros padres no os hubieran podido dar los medios para aprender inglés o no os hubieran inculcado el empuje necesario para que os atrevierais a salir del confort familiar, ¿quién sabe dónde estaríais? Pensad en la cantidad de jóvenes que permanecen en España atados de pies y manos porque la sociedad y los mecanismos del mercado no están sabiendo crear las condiciones necesarias para que haya trabajo para todos. ¿Recuerdas la angustia con la que viviste todo el año pasado? Y lo duro que es el trabajo de estar buscando trabajo. Intenta no olvidarlo, Paula. Seguro que recordarlo te ayudará a disfrutar todavía más del presente.

Voy al grano: como te prometí, aquí estoy para explicarte los resultados de la investigación que me pediste. Pero, antes de decirte cómo están repartiéndose la realización de las tareas de la casa las mujeres y los hombres, en las parejas jóvenes como vosotros, he pensado que te gustaría saber cuántas mujeres, entre los 15 millones a los que nuestra investigación representa, están en la situación que tú acabas de estrenar: tienen trabajo remunerado, conviven con su pareja y ni él ni ella tienen hijos. Pues, exactamente, el 12 %. Así que ya sabes, en España, de cada diez mujeres, hay una que está viviendo una situación similar a la tuya.

Dicho esto, las noticias, por desgracia, no son nada alentadoras. Las mujeres de la tipología a la que tú acabas de incorporarte han declarado que, de media, ellas suelen realizar el 65 % del conjunto de las tareas de la casa. ¿No se te ponen los pelos de punta al ver que los compañeros de vida de estas mujeres están haciendo apenas el 35 %, es decir, casi la mitad que ellas? Y aquí va, para que te entretengas en algún rato libre, el detalle de este reparto para cada una de las siete tareas de la casa que decidimos incluir en la investigación. Seguro que se te ocurrirán muchas más, pero el cuestionario era larguísimo, así que tuvimos que recortar algunas tareas de la lista inicial.

**ENTRE LAS MUJERES QUE «CONVIVEN EN PAREJA», TIENEN «TRABAJO REMUNERADO» Y NO TIENEN «HIJOS»: PORCENTAJE MEDIO DE VECES QUE SE ENCARGA CADA MIEMBRO DE LA PAREJA DE LAS TAREAS DE LA CASA**



Recuerda que estos resultados corresponden a las parejas como vosotros, en las que los dos trabajáis fuera de casa. ¿Te has fijado en que en estas siete tareas de la casa la carga que soportamos las mujeres es superior a la que soporta nuestra pareja? Y que, en las dos que están relacionadas con «la ropa» y en la «organización de la casa», la carga que soportamos es incluso superior al valor medio del 65 %. En el extremo opuesto, aquello en lo que nuestros chicos están contribuyendo más es en «lavar los platos» y en «cocinar». Pero ni siquiera en estas dos tareas la situación es equilibrada. ¿En vuestro caso es así? Ojalá seáis una de esas parejas que está fuera de la norma.

El único consejo que puedo darte al respecto es que negocies bien con Pablo desde el principio, y que ambos defináis con claridad de qué se va a ocupar cada uno, porque, con el paso del tiempo, cambiar los hábitos adquiridos es muchísimo más complicado, casi imposible, diría yo. Y para evitar que acabes convirtiéndote en la directora general de las cuestiones de índole doméstica, como nos sucede a la mayoría de las mujeres, te recomiendo que cada uno de vosotros se responsabilice de unas tareas concretas. Eso de que nos lo repartiremos todo entre los dos suele terminar como el rosario de la aurora. Pero, eso sí, cuando hayáis llegado a un pacto que os convenza a los dos, deberéis ser coherentes y cumplirlo a rajatabla. En lo que a ti respecta, por favor, no te conviertas en una de esas tiquismiquis insoportables. Ahora

entenderás a qué me refiero. Mira la escena que me tocó presenciar hace un par de semanas, frente al mostrador de una pastelería, mientras esperaba a que me llegara el turno:

—Pues la verdad es que no sé —dijo el chico al que estaban atendiendo en ese momento—. Mejor me espero a que llegue mi mujer. Como la tarta que ella me había encargado no está, no sé... seguro que escoja lo que escoja le va a parecer mal.

—Pero este pastel es muy parecido —ha dicho la dependienta.

—Sí, tiene razón —ha dicho él—. Vale, pues póngamelo.

Mientras la dependienta empezaba a envolverlo, la mujer en cuestión ha llegado, con un niño en brazos, y... efectivamente, después de haber intercambiado unas cuantas frases a tres bandas, la dependienta ha terminado envolviendo otro pastel...

Pues eso, Paula, que has de tener claro que nadie hará las cosas exactamente igual a como tú las harías, ni Pablo, ni nadie, pero si él cumple con su parte del trato, ya estará bien. No hagas como la chica de la pastelería. No vale quejarse por todo: de que solo compra productos poco sanos, o de que las camisas están mal planchadas, o de que no quita bien las manchas, o de que pone las lavadoras tan tarde que luego no hay tiempo de planchar, o de que el salón está desordenado...

De las mujeres que convivimos con un hombre, ¿sabes cuántas hemos pactado con él el reparto de las tareas de la casa, antes de irnos a vivir juntos? Pues, solo una de cada cuatro. Lo que me consuela es que, en este sentido, vamos mejorando, ya que entre las más jóvenes (las mujeres que tenemos entre 18 y 40 años) las que sí hemos negociado casi duplican a las que lo habían hecho entre las que hoy tenemos 41 años o más (el 32 % frente al 17 %). Otra buena noticia es que, entre las que hemos pactado, lo pactado se está cumpliendo diez puntos más entre las parejas jóvenes que entre las mayores (el 63 % frente al 53 %). Todavía no se cumple al 100 %, pero vamos mejorando... Sin embargo, ojo, mucho cuidado con esta cuestión, ya que el incumplimiento de lo pactado es un arma de doble filo: por un lado, es algo que está claro que no debemos aceptar, pero por otro, es un tema del que no conviene hablar a diario, a no ser que quieras empezar a erosionar vuestra relación, por lo que tendrás que tener las ideas muy claras el día de la

negociación y luego exigir su cumplimiento con gracia y, sobre todo, con mucha mano izquierda. Ojalá la madre y el padre de Pablo hayan hecho un buen trabajo con su hijo en este tema y no te hayan dejado a ti esta parte de su educación.

¡Ah!, y hay una frase que, por favor, te pido que no digas nunca, o, por lo menos, que tu tía no te la oiga decir:

—No, yo bien. Tengo mucha suerte. Pablo me ayuda mucho.

Cada vez que la oigo, y te garantizo que ocurre con mucha más frecuencia de la que a mí me gustaría, pienso: pero bueno, ¿es que no ven que el punto de partida ya es erróneo del todo? ¡No se trata de «ayudar», sino de «compartir»!

Me muero de ganas de saber si creéis que estos resultados os ayudarán a encarrilar mejor vuestra organización familiar y, en consecuencia, vuestra calidad de vida. Hay que alentar la cohesión de la pareja y trabajarla a diario: tenéis que aprender a trabajar en equipo, en todo y desde el principio. Es fundamental que ambos tengáis claro que no se trata de una guerra de sexos, sino de un reparto equitativo de las cargas familiares. Si los dos trabajáis fuera de casa con la misma intensidad y responsabilidades, ¿por qué no deberíais hacer lo mismo cuando por la noche aterrizáis derrotados en vuestra casa? Bueno, Paulova, ya me contarás qué tal os va.

Y, sobre todo, acuérdate de disfrutar cada día de esta magnífica oportunidad que os está brindando la vida.

Un beso para ti y otro para Pablo. Ja, ja... Dáselo de mi parte cuando más te apetezca.

Tu tía,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** miércoles, 11 de mayo de 2016

**Para:** lydia.b@hotmail.com

**Asunto:** Equilibrio entre hombres y mujeres en puestos directivos

*Hello, Lydia.*

Espero que en vuestro viaje de regreso a casa no hayáis sufrido ningún contratiempo. Me ha encantado pasar estos días con vosotros. Qué suerte que en la empresa de Tony decidieran celebrar la reunión de directivos de este año en Barcelona. ¡Bien por nosotras!, y también ¡bien por mi querida ciudad! Que sepas que me ha hecho mucha ilusión conocer, por fin, a tu chico. La visita relámpago que nos hicisteis hace un par de años no cuenta. Una cena no da para nada. Pero ahora sí, ya tengo suficiente información. Y se os ve genial. Me ha dado la impresión de que es un hombre hecho y derecho, con las ideas claras y los pies sobre la tierra. Un encanto, la verdad. Y ¡cómo te cuida!, te lleva en bandeja (ya le preguntarás a tu profesor de español qué significa esta expresión). Y no sabes lo listos que, en mi opinión, habéis sido decidiendo no tener hijos en común. Está claro que para vuestros respectivos hijos va a ser lo mejor, así que no hay duda de que también lo será para vosotros. Una decisión *amb molt de seny*, como decimos los catalanes. Ja, ja... Esta tendrás que buscarla en Internet, dudo mucho que tu profesor la conozca.

La razón por la que te estoy escribiendo es que desde nuestra comida de despedida no he parado de darle vueltas a lo que Tony nos explicó en relación con el objetivo que se han fijado en su empresa: tener un equipo directivo con el 50 % de hombres y el 50 % de mujeres. Un inciso: cómo me alegro de que hayáis podido conocer uno de mis restaurantes preferidos. Se come bien en Els Tinars, ¿verdad? Una fantástica contribución al turismo de la Costa Brava, creo yo. Pero qué fácil me voy por las ramas si pienso en comida, no lo puedo remediar... Volviendo al motivo de mi mail, ayer tuve una reunión con una profesora de la Universidad de Boston, que lleva más de veinte años estudiando la situación norteamericana de las mujeres en el departamento de

Gender Studies en el que trabaja en la actualidad, y me dijo que los resultados de nuestra investigación en España son muy parecidos a los que tienen en su departamento sobre las mujeres en Estados Unidos. Aunque, bien pensado, no debería de haberme sorprendido tanto que las mujeres nos estemos enfrentando a problemas similares en Estados Unidos y en España. De hecho, en las conversaciones sobre estos temas que he mantenido con mujeres de otras nacionalidades y de otras culturas, con las que he tenido la oportunidad de trabajar, solíamos coincidir bastante. Pues eso, que después de esta interesantísima reunión, he estado buceando en la investigación en busca de información que pueda serle útil a Tony con vistas a cumplir el difícil objetivo que se han propuesto en su empresa, y creo que la he encontrado. Ya ves, Lydia, te estoy poniendo deberes. ¿Podrás, por favor, traducírselo todo a tu chico? No te quejarás de la excelente oportunidad que te estoy brindando para poner en práctica tus conocimientos. Y ni se te ocurra hacerlo con el Google Translator, ¿eh?

Aquí va lo que hemos aprendido en la investigación sobre las necesidades y expectativas de las mujeres en lo que al mercado laboral respecta. Una primera conclusión a la que hemos llegado es que aquello que las mujeres buscamos en el teórico «trabajo remunerado ideal» no es estable a lo largo de nuestra vida laboral, sino que va variando en función de los cambios que se van produciendo en nuestra vida privada. Sin duda alguna, el cambio más drástico viene de la mano de la llegada del primer hijo. En ese momento, por lo que hemos podido averiguar, el teórico «trabajo remunerado ideal», con independencia de nuestro nivel de estudios y del tipo de trabajo que estemos desempeñando, sufre un vuelco y, para muchas de nosotras, el hecho de que «el trabajo remunerado se pueda compaginar con la familia» pasa a ser lo más importante. Según eso, con la llegada de nuestro primer hijo, lo más importante para muchas de nosotras pasa a ser que nuestra vida profesional interfiera lo menos posible en nuestra vida privada. Así que, en el momento en que una mujer se enfrenta a la maternidad, en el plano laboral quedan de forma automática relegadas a un segundo nivel tres de las cuestiones que, hasta ese momento, habían sido prioritarias para nosotras: «tener un buen sueldo», «divertirnos en el trabajo» y «poder desarrollar una carrera profesional». Vaya cambio, ¿no? Pues ya ves, con la maternidad,

muchas mujeres dejamos de estar interesadas en hacer una carrera profesional o, por lo menos, para muchas de nosotras, esa prioridad queda relegada por un tiempo.

Otra conclusión que hemos obtenido es que para que las mujeres nos sintamos felices con nuestro trabajo remunerado, tener un horario que nos permita compatibilizarlo bien con nuestra familia es tan relevante que, en todos los niveles de ingresos considerados, aquellas mujeres cuyo horario laboral les permite conciliar bien el trabajo remunerado con su familia se sienten más felices con él que las del nivel de sueldo inmediatamente superior que, por el contrario, tienen un horario que no les permite conciliar bien su trabajo remunerado con su familia. Esto significa que, según el momento de nuestra vida, frente a promociones profesionales cuyo aumento de sueldo conlleva mayores dificultades para conciliar la vida laboral y la vida familiar, algunas mujeres reaccionamos con una disminución de nuestra felicidad en el trabajo y, en consecuencia, el efecto es justo el opuesto al que entiendo que la empresa pretendía al promocionarnos y aumentarnos el sueldo: todavía más dificultades para retenernos. Así que, si se quiere retener al talento femenino, está claro que no basta con buenos sueldos.

De hecho, estos resultados son coherentes con la opinión que muchas de nosotras tenemos en relación con el hecho de que haya tan pocas mujeres ocupando cargos directivos. En la investigación, la afirmación exacta sobre la que pedíamos la opinión de las entrevistadas es: «no hay más mujeres en puestos directivos porque la mayoría no estamos dispuestas a renunciar a una parte significativa de nuestra vida personal». Y el resultado es que, entre las mujeres que ya nos hemos enfrentado a algún cargo de responsabilidad, una clara mayoría (el 71 % para ser exactos) hemos afirmado estar de acuerdo con esta afirmación. Sin embargo, entre las más jóvenes, las de la edad de mi hija Carlota, por ejemplo, que está todavía estudiando por lo que ni siquiera se ha incorporado al mercado laboral, las que están de acuerdo con esta afirmación son apenas el 35 %. Qué optimistas las expectativas de las jóvenes frente a la realidad de las que ya hemos pasado por ello, ¿verdad, Lydia? Queda claro que, entre todos, algo debemos de estar transmitiéndoles de forma incorrecta, ¿no te parece?



¿Imaginas lo diferente que debe de ser la actitud de los hombres en todas estas cuestiones? Sobre ellos no dispongo de datos cuantificados porque nuestra investigación incluía solo a mujeres. Pero, a la vista de los hombres con los que he trabajado durante mi vida profesional, yo diría que lo que ellos buscan en su teórico «trabajo remunerado ideal», en general, no solo debe ser bastante estable a lo largo de su vida laboral, sino que además debe ser completamente independiente de los cambios que se vayan produciendo en su vida privada, sea la llegada del primer hijo, o que uno de sus progenitores se ha vuelto dependiente, o... cualquier otro. Y en lo que respecta a los hombres que conozco que han llegado a cargos de responsabilidad, me atrevería a apostar que muchos disfrutaban tanto del poder que estos cargos les otorgan que no creo que sientan que estén haciendo ningún sacrificio con sus hijos, y mucho menos con la mujer con la que están compartiendo su vida en ese momento. A la mayoría tampoco les veo preocupados por si su trabajo remunerado les permite o no conciliar la vida laboral con la familiar. Pero, tiempo al tiempo...

Volviendo a las mujeres, si a la poca predisposición de las que ya hemos tenido algún cargo de responsabilidad a renunciar a una parte significativa de nuestra vida personal le añadimos el drástico cambio que experimenta nuestro teórico «trabajo remunerado ideal» a partir del momento en que somos madres, salta a la vista que no todas las mujeres estamos interesadas en los puestos de responsabilidad de las empresas, ¿no te parece? Por lo menos, no con las actuales reglas de juego impuestas, hasta la fecha, mayoritariamente por y para hombres.

De todos estos resultados se desprenden, desde mi punto de vista, dos importantes aprendizajes. El primero es que la vida de las mujeres no está compuesta por compartimentos estancos, sino que a medida que vamos incorporando facetas, unas irán influyendo en las otras. Y el otro aprendizaje es que cada una de nosotras desconoce cómo nos influirá cada faceta, hasta el momento en que nos enfrentemos a ella por primera vez. ¿Cómo creo que esto puede afectar en la práctica a las empresas? Pues, resumiendo, cuando en la empresa de Tony contratan a una joven recién licenciada con la idea de que algún día ocupe un puesto en la dirección en la compañía, lo único que quizá la joven en cuestión sepa es si le gustaría o no tener hijos. Del resto de los

asuntos de índole personal que, como mujer, pueden terminar afectando a su carrera profesional, es del todo imposible que ella tenga ni la más mínima idea. Ni ella ni nadie pueden saber si acabará o no siendo madre. Tampoco si el día que tenga hijos cambiarán o no sus prioridades con respecto al trabajo remunerado. Y menos aún puede saber si, llegado el momento, estará o no dispuesta a asumir los sacrificios personales que la vida de la alta dirección exige. Y doy fe de que los exige, y que los seguirá exigiendo, por mucho que se consigan cambiar algunas de las actuales reglas del juego en la dirección de las empresas y se creen mecanismos que faciliten el acceso del talento femenino a posiciones directivas. Según mi opinión, por mucho que nos hayan advertido y por muy bien informadas que estemos, hasta que no experimentamos en primera persona ciertas cuestiones, no podremos saber qué es lo que vamos a sentir. Porque, además, no dependerá solo de nosotras, sino también del momento en el que se encuentre nuestra vida personal y de lo bien o mal que hayamos negociado con nuestra pareja el reparto de los trabajos no remunerados de la casa y de los hijos, si es que los tenemos. Un ejemplo: por lo que hemos aprendido, en nuestro ámbito laboral, las mujeres no decidiremos igual si estamos inmersas en una relación de pareja estable y feliz —tanto en el plano emocional como en el económico—, que si nos enfrentamos a una relación de pareja inestable, o si no tenemos pareja.

Bueno, Lydia, ahora he de dejarte que se me están empezando a cerrar los ojos. Mañana, cuando consiga encontrar un hueco durante el día, os mandaré una serie de medidas que pienso que las empresas podrían implementar si pretenden favorecer la presencia de mujeres en los puestos directivos.

Hasta mañana.

*Many kisses,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 12 de mayo de 2016

**Para:** lydia.b@hotmail.com

**Asunto:** ¿Qué hacer para fomentar la presencia de mujeres en puestos directivos?

*Hello, Lydia.*

Lo prometido es deuda, así que aquí estoy de nuevo, para seguir con el tema que ayer dejamos a medias. Lo primero que quería pedirte que le transmitieras a Tony es que considero que cualquier iniciativa que favorezca el número de mujeres en puestos directivos no solo es conveniente, sino que es además muy necesaria. Y eso que, hace años, cuando por primera vez oí que para fomentar la presencia femenina en los consejos de administración de las empresas se iban a exigir cuotas, se me ponían los pelos de punta. «Qué absurdo», pensaba. «Ya llegarán las que se lo merezcan.» Pero hoy tengo claro que no, que, sin un buen empujón, muchas mujeres muy válidas se quedarían por el camino. Mi cambio de actitud se debe a que, después de años y años de observar a los equipos directivos de las compañías con las que he colaborado, tengo claro que la mayoría de los hombres prefieren trabajar con otros hombres (aunque sea por el simple hecho de que hablan el mismo idioma: el que la sociedad, generación tras generación, se ha encargado de inculcarles). En consecuencia, como en la actualidad la aplastante mayoría de las empresas están lideradas por hombres, es lógico que estos asciendan a más hombres que mujeres. Por lo tanto, hasta el día en que haya un mejor equilibrio entre sexos en la dirección de las compañías, yo voto por llevar a cabo iniciativas como las que están considerando en la empresa de Tony. ¡Ya se eliminarán cuando se haya logrado el equilibrio! Tienes claro que ni tú ni yo lo veremos, ¿verdad? Y, si me gustaran las apuestas, apostaría a que la generación de nuestros hijos e hijas tampoco disfrutará de ese soñado equilibrio.

Dicho esto, y considerando todo lo que hemos aprendido en la investigación sobre las necesidades y expectativas de las mujeres en lo que al ámbito laboral respecta, estoy convencida de que ni la fijación de cuotas, ni

los aumentos de sueldo que entiendo que hasta la fecha habían bastado para retener al talento masculino van a ser suficientes para conservar al talento femenino. Para retenernos y conseguir que lleguemos a los puestos directivos de las empresas, lo que en mi opinión habría que fomentar es que las mujeres nos sintamos lo más felices posible con nuestro trabajo remunerado. De manera que la cuestión es: ¿qué pueden hacer las empresas para conseguir que nos sintamos felices en nuestros cargos y que resistamos en ellos aún en los años de máxima dificultad para conciliar la vida laboral con la familiar? Aquí va una lista de ideas que creo que podrían funcionar:

- Racionalizar los horarios de trabajo. ¿Qué tal si, como norma general, se prohíbe que las reuniones empiecen a partir de determinada hora de la tarde? ¿Y si para hacerlas fuera de ese horario se exige una autorización especial? ¿Y si empiezan a estar mal vistos los tiempos muertos para desayunar, merendar o tomar un café con los colegas? ¿Y si se empieza a considerar como improductivo al empleado o empleada que permanece en su silla después de la hora oficial de salida? Un día, lo entiendo, puede haber habido algún imprevisto pero, a diario, ¿no será que se pierde demasiado el tiempo? ¿O quizá que el puesto de trabajo le va grande? También se podrían abolir las comidas o cenas pantagruélicas de trabajo, que tan incompatibles son con la productividad laboral en las horas que suceden a la comida, si ha sido a mediodía, o con llegar a casa a una hora que nos permita estar con nuestros hijos mientras todavía están despiertos, si ha sido por la noche. ¿En Estados Unidos son también habituales las comidas y las cenas de negocios? ¡Qué rápido desaparecerán del mapa el día en que haya más mujeres liderando equipos!
- Dejar de priorizar la presencia en la sede de la empresa. A mi modo de ver, en algunas posiciones, como las de los directivos, en las que el empleado no es contratado para cubrir una determinada franja horaria, se debería cambiar el tradicional sistema de trabajar en un determinado horario, derivado de los arraigados condicionantes históricos, por el de conseguir unos determinados objetivos en un plazo de tiempo estipulado. Eso permitiría flexibilizar horarios, sobre todo en caso de imprevistos, y

posibilitaría también trabajar desde casa, o desde cualquier otro sitio, cuando no fuera imprescindible estar trabajando con el resto del equipo o con material que por su carácter confidencial, no pueda salir de la empresa.

— Volver más sincera y transparente la comunicación entre la empresa y los empleados. Sabiendo la interrelación que existe entre las distintas facetas que las mujeres vamos incorporando a nuestra vida, considero indispensable que los empleados y las empleadas puedan comunicar los planes que tienen en su vida privada, o acogerse a las políticas de flexibilidad que ya existen en muchas empresas, sin miedo a que la empresa les juzgue o tome represalias. De este modo, la empresa dispondrá además de tiempo suficiente para reorganizarse. Entiendo que para ello es fundamental que la empresa haya sido capaz de construir una cultura corporativa honesta que transmita plena confianza a sus empleados.

— Implementar políticas antimachismo. Una idea: estoy de acuerdo en que algunas situaciones pueden ser dudosas, pero ¿qué tal si se empiezan a penalizar, con multas de carácter económico, las actitudes machistas que sean obvias a los ojos de todos los que las presencien? Mira lo que una amiga me explicó que le pasó en una reunión en la que, a última hora de la tarde, participaba junto a tres directivos varones, los cuatro del mismo nivel jerárquico:

—Lo siento mucho, pero he de irme a bañar y a dar de cenar a los niños —dijo uno de los miembros varones del equipo.

—¿Y por qué no los baña y les da de cenar tu mujer? —le inquirió, con tono de mofa, otro de los varones presentes en la sala.

—Porque hoy me toca a mí, y además me voy con la conciencia tranquila ya que estoy seguro de que nadie va a salir perjudicado si el par de temas que nos quedan por decidir los retomamos mañana a primera hora.

*Situación de machismo indiscutible, ¿no crees?*

— ¿Y qué tal si a los directivos y a las directivas que se quieran retener en la empresa se les conceden compensaciones económicas destinadas a que contraten ayuda externa para que se ocupe de su casa y de sus hijos, si es

que los tienen, mientras ellos y ellas están en horario laboral? ¿Conoces alguna empresa en la que este tipo de beneficios se incluya entre las retribuciones no dinerarias o en especie ofrecidas a sus empleados? Es muy posible que no, ya que hasta hoy, la mayoría de los planes retributivos han sido diseñados por hombres, a los que les suelen preocupar otras cosas como el coche de empresa, por ejemplo.

Ja, ja... A ver cómo le sonarán a Tony estas ideas. Siento mucha curiosidad. Ya me dirás qué le han parecido ¿vale? Sin embargo, un asunto que me preocupa enormemente es que estoy convencida de que por muchos cambios que se implementen en las empresas, estos serán completamente insuficientes si no están además respaldados por una serie de cambios drásticos tanto en el conjunto de la sociedad como en la legislación que depende de los Estados.

En lo que se refiere a la sociedad, a mi modo de ver, lo prioritario es conseguir equilibrar el reparto entre hombres y mujeres de los otros trabajos que afectan a la pareja a partir del momento en que se empieza a compartir hogar: las tareas de la casa y los hijos, si es que los hemos tenido. Hoy por hoy este reparto es tan desequilibrado, que es imposible que las mujeres consigamos llegar a nuestros puestos de trabajo igual de frescas y relajadas que nuestros compañeros de pupitre. Estoy convencida de que si no se logra que haya corresponsabilidad en el ámbito privado de las parejas, las iniciativas de las empresas por facilitar el acceso del talento femenino a posiciones directivas serán muy poco efectivas.

Y en lo que a la vertiente legislativa respecta, el cambio requiere que se empiece a exigir y se persiga el efectivo cumplimiento de las leyes, de forma que estas no se queden en simple papel mojado. De hecho, en España, desde 2007 existe una Ley de Igualdad entre hombres y mujeres que en uno de sus capítulos establece medidas en materia de empleo, pero, a pesar de llevar casi diez años en vigor, sus resultados han sido muy escasos. ¿Existe alguna ley similar en Estados Unidos?

Además, en España, me parece imprescindible fomentar una legislación laboral que proteja por igual a las madres que a los padres en todos los capítulos referentes a la maternidad y a la paternidad, ya que en la actualidad

hay una clara discriminación positiva hacia nosotras. Y mi opinión es que esta desigualdad no favorece en absoluto la tan deseada igualdad laboral entre hombres y mujeres a la que aspiramos. ¿En Estados Unidos existen también diferencias en la protección legal de la maternidad frente a la paternidad?

Bueno, Lydia, confío en que algo de todo esto le pueda servir a tu chico. Y estate tranquila, que prometo dejarte libre de traducciones durante un buen tiempo.

Cuidaos mucho. Ojalá consiga convencer a Enrique de que crucemos el charco. De momento, por lo que pueda ser, yo ya me he puesto en modo ahorro. Ya sabes la ilusión que me haría conocer San Francisco.

*Many kisses,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 14 de mayo de 2016

**Para:** ines.p@gmail.com

**Asunto:** Madres con hijos preadolescentes

Buenos días, Inés.

¿Qué tal estáis? Espero que tu chico y tú tengáis por delante un fin de semana tranquilo. Acabo de pensar en ti mientras leía la sección «Tendencias» de *La Vanguardia*. El artículo de hoy se titula «Ser madre de niños de 12 años, lo más difícil». Y en tu caso, ¡bingo!: uno de 13 y otro de 14. Pero, tranquila, que con el de 9, por lo que parece, aún te quedan algunos años de calma. Creo que te gustará leerlo. Trata de la investigación: *What it feels like to be a mother*, de las profesoras Suniya S. Luthar y Lucia Ciciolla de la Universidad de Arizona. Han basado su trabajo en 2.250 entrevistas a mujeres con estudios universitarios ya que consideran que este es un segmento de la población sobre el que se ha investigado muy poco. Y, como bien sabes, yo no puedo estar más de acuerdo.

En realidad, por lo que he leído, en bastantes cuestiones, sus inquietudes eran parecidas a las nuestras. Una diferencia entre ambas investigaciones es que en la nuestra no hemos dejado fuera a las mujeres sin estudios universitarios. Pero la principal diferencia radica en el foco de la investigación: en la suya, el foco es la relación de las mujeres con la maternidad, mientras que en la nuestra no hay un tema prioritario, sino que hemos considerado todas las facetas de la vida de las mujeres con la misma intensidad. Así que, ya ves, son investigaciones que se complementan a la perfección.

Yendo al grano, como estoy casi segura de que, a pesar del WhatsApp que te he enviado hace poco, te resultará difícil encontrar el tiempo que necesitarías para leer el artículo con calma, aquí va un minirresumen de lo que acabo de aprender sobre la maternidad.



Lo primero que me ha parecido muy interesante es la conclusión a la que han llegado en relación con que los 12 años de los hijos es la edad que a las madres nos resulta más difícil. Se basan en que a partir de los 11 aproximadamente se inician cambios muy significativos tanto en los niños como en las niñas (a ritmos que pueden ser diversos). Por un lado, los hijos se enfrentan a un cambio drástico en el contexto escolar, ya que dejan la educación primaria (donde tenían un único maestro de referencia y un aula muy cálida) para pasar a secundaria (con un profesor por materia y un ambiente escolar más frío, incluso con cambio de edificio en algunos casos). En España esto sucede quizá un poco más tarde, ya que los niños llegan a la ESO con 12 o 13 años. Por otro lado, a estas edades, la mayoría de los niños empiezan a sufrir los primeros cambios físicos, pues entran en la pubertad, con lo que se inicia, no solo el riesgo de que consuman alcohol o drogas sino también una época propicia para el primer contacto con las relaciones sexuales. En consecuencia, al llegar a estas edades, los hijos sienten la necesidad de relacionarse de forma más adulta con sus padres. Está claro que no todos los hijos ni todas las hijas evolucionan de la misma forma, por lo que entiendo que la edad con la que nos resultarán más difíciles de lidiar oscilará, como mínimo, un par o tres de años arriba o abajo. Es posible que los más precoces empiecen a dar mucha guerra, en lugar de a los 12 o 13 años, un poco antes, quizá con 10 u 11, y que los más tranquilos, empiecen más tarde, sobre los 14 o 15. ¿Te cuadra con lo que tú estás viviendo?

Las investigadoras deducen que las madres con hijos de estas edades perciben esta fragilidad y desorientación de sus hijos y se la cargan sobre sus espaldas. ¿Cómo no? Si la mayoría de las mujeres tendemos a hacer nuestros los problemas de todos los que nos rodean, imagínate qué no haremos con los de nuestros hijos. Suniya y Lucia añaden que «la situación se complica todavía más porque a las madres deja de funcionarnos el lenguaje y la gestualidad de cariño que habíamos utilizado con nuestros hijos hasta ese momento, por lo que muchas empezamos a cuestionarnos si en las etapas previas los habremos educado de la forma correcta». ¿Ya has experimentado alguno de estos cambios en tus dos mayores? Si todavía no los has vivido, prepárate porque no es nada fácil ni agradable. Enrique la bautizó como la fase del *Deixa'm*,

cuando su primera hija pasó por ella. Nosotros ya hemos superado tres etapas *Deixa'm*, y vamos a por la cuarta. Así que, ánimo, Inés, que vosotros también podréis.

Me ha sorprendido que, a diferencia de lo que tantas veces habíamos oído hasta ahora en relación con el «nido vacío», las investigadoras sostienen que este despertar de los hijos a la preadolescencia es el momento en el que se produce la separación que más nos duele a las madres, o sea, que, según ellas, llevamos peor este abandono *psicológico* de los hijos que el *físico* que tendrá lugar cuando se vayan de casa. En esta cuestión, todavía no sé si les daré o no la razón, ya que todavía no he tenido que enfrentarme al «nido vacío».

La verdad, Inés, es que a mí me hubiera encantado conocer estas teorías cuando Carlota y Claudia empezaron con la preadolescencia. Estoy segura de que no solo las habría podido ayudar mejor, sino que yo también habría sufrido bastante menos. He de confesarte que con Carlota algo aprendí, por lo que con Claudia me resultó un poco menos difícil. Pero tú puedes estar tranquila, que como el aprendizaje es acumulativo, con el tercero, no te vas ni a enterar.

Como complemento a estas, desde mi punto de vista, interesantísimas conclusiones a las que han llegado las investigadoras de la Universidad de Arizona, quería aprovechar para compartir contigo algunos de los resultados que acabamos de obtener en nuestra investigación sobre el tiempo que, en España, las madres dedicamos al cuidado y a la educación de nuestros hijos.

En la primera etapa de edad de los hijos (en la que hemos clasificado a los que tienen entre 0 y 5 años), las mujeres declaramos estar dedicándoles casi la mitad del tiempo que estamos despiertas en casa: el 43 %, para ser exactos. Entre los 0 y los 5 años, los hijos nos exigen, de media, algo más de 4 horas al día. Por fortuna, esta fase tú ya la has superado. En la siguiente etapa de edad de los hijos (entre 6 y 18 años), en la que tú te encuentras, el tiempo que requiere su cuidado y educación se reduce algo, de media es el 37 % del tiempo que estamos despiertas en casa (casi 3 horas y media al día). Y, entre las madres que tenemos a todos los hijos mayores de edad, pero todavía alguno viviendo en casa, el tiempo que las madres dedicamos a nuestros hijos no llega a las 2 horas de media al día.

Y, como era de esperar, en las tres etapas de edad identificadas en los hijos, el número de horas que las madres dedicamos a su cuidado y educación es exactamente igual si el día es laborable, es decir, de lunes a viernes, o si se trata de uno de los dos días del fin de semana. Pues eso, que, en el trabajo de madre, los períodos vacacionales brillan por su ausencia.

¿Te has parado a pensar de dónde salen las horas que las madres hemos de dedicar al cuidado y a la educación de nuestros hijos? Pues, como resulta que el tiempo es un recurso limitado, las horas que las mujeres destinamos a nuestros hijos son horas robadas única y exclusivamente al tiempo que antes de tenerlos acostumbrábamos a dedicarlo en nosotras y nuestras cosas. Una buena noticia es que, como acabo de contarte, a medida que los hijos van creciendo se va reduciendo el tiempo que requieren de su madre por lo que nosotras iremos recuperándolo con el paso de los años. En concreto, en la tipología de edad en la que están tus hijos, las mujeres hemos declarado que, de lunes a viernes, disponemos de menos de 2 horas al día en casa para nosotras. Pero, cuando todos tus hijos sean mayores de edad, recuperarás para ti las 4 o 5 horas al día que solías tener en casa, cuando todavía no habías tenido al primero. Así que, ¡ánimo, Inés, que este trasvase de horas madre-hijo no es para toda la vida!

La buena noticia es que ya has superado la fase que era más exigente en términos del número de horas que tus hijos te necesitaban en casa. Sin embargo, recuerda que, según la investigación de Arizona, en este momento, tienes a los mayores en plena guerra de hormonas por lo que, en la faceta emocional, estás entrando de lleno en el momento más delicado. Así que no bajes la guardia y habla mucho con tu hermana. Seguro que ella podrá darte buenos consejos. Los cuatro procesos niño-hombre por los que acaba de pasar habrán sido como un máster.

Un beso para ti y otro muy grande para tu chico.

Cuídate mucho,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 17 de mayo de 2016

**Para:** maru.a@mac.com

**Asunto:** La amistad entre mujeres

Hola, Maru.

Espero que estéis todos bien. Hace un siglo que no nos vemos. Debes de ir muy liada pues ni siquiera nos has convocado para celebrar tu 50 cumpleaños. Y tú no eres de las que se escaquean. De hecho, si la memoria no me falla, la última vez que te vi fue en la cena de Navidad en casa. Qué bien lo pasamos, ¿verdad? Creo que nunca te he contado lo chafada que cada año me quedo cuando cierro la puerta después de despedir a las últimas en irse. Mi sensación es siempre la misma: no hemos podido hablar de nada. ¿Te pasa a ti lo mismo? ¿O será una cuestión exclusiva de la anfitriona? Sea como sea, la verdad es que es un verdadero fastidio. Cuando todas estemos prejubiladas o bien jubiladas, os propondré un cambio: adelantar nuestra celebración navideña a la hora de la comida. ¿Cómo lo ves? Así tendremos todo el tiempo del mundo para poner nuestras conversaciones al día. ¿Te has parado alguna vez a pensar en que hemos conseguido organizar este encuentro, sin ninguna interrupción, desde 1994? En este tiempo, cómo ha cambiado la puesta en escena: el comedor, la mesa, las sillas, el mantel, la vajilla, la decoración del árbol de Navidad, el menú... Sin embargo, las comensales seguimos todas al pie del cañón y nuestras ganas de compartir un buen rato y de robarle el amigo invisible a la de al lado se han mantenido intactas. Me encantaría tener ordenadas las fotos que Silvia ha ido haciéndonos, año tras año, con el árbol de Navidad de fondo. Suerte que está ella, porque la verdad es que el resto somos una verdadera calamidad como reporteras. ¿Y si se las pido de regalo para mis 50? Este sí que sería un buen regalo.

El motivo por el que te estoy escribiendo es que hoy me he pasado el día pensando en ti y en todo lo que hemos vivido juntas. ¿Cuántas veces debemos de haber ido andando juntas al colegio? Y qué casualidad que, cuando os

cambiasteis de piso, tus padres escogieran el edificio que está justo delante del de los míos. ¿Y cuántos sábados por la mañana debemos de haber ido a jugar al balonmano? ¡Qué mal se me daba! ¡Y qué poco hábil eras tú con las manualidades! Está claro: nadie es perfecto. ¿Tus padres siguen teniendo el apartamento? Cómo me gustaba que me invitaras a pasar allí el fin de semana con vosotros. Ja, ja... Una confesión: no sabes lo que sufría para beberme, en el desayuno, el vaso que tu madre nos preparaba con leche condensada. Era tan empalagoso... Ni se te ocurra decírselo, ¿eh? Y en lo que a los malos momentos respecta, no hace ninguna falta listarlos, ¿verdad? Cuanto antes consigamos que se difuminen mejor... Dicen que el tiempo lo cura todo. Aunque el otro día leí una reflexión que me ha hecho reconsiderar ese dicho: el tiempo solo consigue curar las heridas que son poco profundas.

¿Sabes qué es lo que me ha hecho revivir nuestro pasado en común? Un artículo que he leído esta mañana en *El País* sobre *Thelma y Louise*, a raíz de la presencia de Susan Sarandon y Geena Davis en el Festival de Cannes. El artículo me ha recordado que uno de los temas de la película era la amistad femenina, y eso me ha llevado a pensar en quién es mi amiga más antigua. ¿Has caído en la cuenta de que hace la friolera de cuarenta y cinco años que nos aguantamos?

Pues, en agradecimiento a tu paciencia y lealtad durante todos estos años, aquí tienes, en primicia, algunos de los resultados del estudio en relación con «Las amigas».

Lo primero que quería contarte es que no somos nada originales: el colegio es el lugar donde más mujeres decimos que hemos conocido a nuestras amigas (el 42 %). Los siguientes sitios más referidos son el trabajo (el 33 %), el instituto (el 30 %) y la universidad (el 24 %). Quizá te estés preguntando por qué estos valores suman más de 100 %. Es porque la mayoría de las mujeres hemos dado más de una respuesta, en realidad, cada entrevistada dio tantas respuestas como lugares distintos en los que ha conocido a sus amigas. Cuando leí estos resultados por primera vez caí en la cuenta de lo importante que es dónde estudian nuestros hijos, no solo para sus conocimientos académicos y para la construcción de sus valores, sino también por lo que

influirá en la formación de su círculo de amigos. Y qué importante es tener buenas amigas o buenos amigos, ¿verdad? Es curioso, porque de la relevancia que tiene la amistad, soy mucho más consciente ahora que cuando era joven.

¿Sabes que una de las preguntas del cuestionario que más respuestas «no lo sé» ha tenido es el número de amigas y de amigos que tenemos? En la de los buenos amigos todavía ha habido más respuestas de ese tipo incluso que en la de las buenas amigas (el 26 % frente al 17 %). Es curioso, porque, mientras estábamos diseñando la encuesta, una compañera de PRM ya me advirtió de que habría mujeres para las que esta no sería una cuestión fácil de responder. Y a pesar de que la encuesta permitía responder un número exacto de amigas y amigos o un número aproximado, situándose en alguno de los niveles de intervalo previstos, efectivamente muchas mujeres hemos preferido escoger la opción «No lo sé» o la de «No quiero responder». ¿Por qué crees que no hemos contestado? ¿Es porque tenemos tantos amigos y amigas que nos resulta difícil contarlos? ¿O porque estamos en el extremo opuesto y tenemos reconocer que no los tenemos?

Entre las que sí hemos contestado a la pregunta del número de amigas, por fortuna, solo un 3 % hemos referido que no tenemos ninguna. No me gustaría nada estar en esta situación, te lo aseguro. Para mí, sois un tesoro muy preciado. Lo más habitual es tener dos o tres buenas amigas (3,6 de media) y dos amigos (3,3 de media). Esto significa que las mujeres que hemos sabido o que hemos querido responder tenemos un círculo de amistades que, en promedio, está integrado por siete miembros. Para mi sorpresa, este número se mantiene estable con la edad de la mujer. Yo siempre había creído que cuando somos jóvenes tenemos un concepto de amistad menos exigente, y que, por lo tanto, las jóvenes habrían dicho que tienen un mayor número de buenas amigas. Sin embargo, estaba muy equivocada. Quizá si en la investigación hubieran participado mujeres menores de edad, es posible que entre ellas el resultado sí que hubiera sido diferente, ¿tú qué opinas?

Creo que te hará gracia saber el tamaño que tienen tres tipologías de mujeres que hemos creado basándonos en el sexo de su círculo de amistades. El grupo más numeroso (el 53 %), en el que me incluyo, lo integramos las mujeres que tenemos un círculo de amistades básicamente femeninas. Las otras dos tipologías tienen casi el mismo tamaño: el de las mujeres cuyo círculo de

amistades está integrado de forma mayoritaria por amigos varones (el 24 %) y el de aquellas que han declarado que tienen un número de amigos y de amigas parecido (el 23 %). ¿En cuál estás tú, Maru?

Y, por último, una pincelada sobre hasta qué punto las mujeres nos sentimos felices con nuestros amigos y amigas. El valor medio de la felicidad que hemos declarado el conjunto de las mujeres ha resultado ser de 8,5 con las amigas y 8,4 con los amigos, en una escala de 0 a 10 donde el 10 indicaría que nos sentimos muy felices. Así que ¡confirmado!, como era de esperar, estamos muy felices tanto con nuestras amigas como con nuestros amigos. En realidad, si lo piensas, solo faltaría, ¿no? ¿Por qué razón deberíamos de estar aguantando a una amiga o a un amigo que no nos hace felices?

Acabo de recordar una frase que me parece preciosa y que resume bien lo relevante que a día de hoy considero que es tener buenos amigos: «Un buen amigo es igual a una buena medicina. De la misma manera, un buen grupo de amigos es igual a una farmacia completa». ¿La habías oído alguna vez, Maru? Es de Charles Chaplin.

Y en la misma línea, recuerdo una imagen que me enviaron por WhatsApp en la que se veía a un grupo de señoras sentadas en el banco de una sauna riendo a carcajadas. Debajo había un texto que decía «La mejor terapia del mundo es reír junto a mis amigas». ¡Me dio tan buen rollo! Así me gustaría vernos dentro de unos años. Ojalá que cuando nuestras ocupaciones nos permitan trasladar la tradicional celebración navideña a la hora de comer, podamos regalarnos una sauna previa a la comida, ¿qué te parece? ¡Habrá llegado el momento de nuestros caprichos! Si todo va según lo previsto, a esas alturas ya no tendremos a ningún hijo dependiendo de nuestra economía. O eso espero...

Bueno, querida, es momento de despedirnos. Confío en que este aperitivo de resultados de la investigación sea un cebo suficiente para que te decidas a reservarme un hueco en tu apretada agenda. Ya hemos avanzado bastante en los análisis, así que tengo muchos más datos para compartir contigo. Tú verás...

Ya me dirás día y hora, y allí estaré.

Muchas gracias por haber estado a mi lado todos estos años.

Tu amiga,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 19 de mayo de 2016

**Para:** rocapeli@gmail.com

**Asunto:** Qué bien vivís

Hola, Silvia.

Aquí estoy de nuevo con las respuestas a las preguntas que me hiciste el día que comimos en casa. Siento haber tardado más de un mes en contestarte, pero hasta hoy no he conseguido tener todos los resultados que me pediste.

Sí, señora, estabas en lo cierto, entre las mujeres homosexuales el deporte es una práctica bastante más habitual: las que acostumbráis a hacer deporte sois el 82% frente al 69% entre las heterosexuales. Al escribir esto me he acordado de los partidos de fútbol a los que Maruja y yo habíamos ido a verte cuando jugabas en el equipo femenino del Barça. No hace años ni nada, ¿eh? Qué miedo me daba que te lesionaras. ¡Pero con qué potencia entrábais! En esa época es posible que ya estuvieras considerando hacer la carrera de INEF y dedicar tu vida a enseñar deporte a los niños, ¿verdad? Pero no recuerdo que nos lo hubieras comentado.

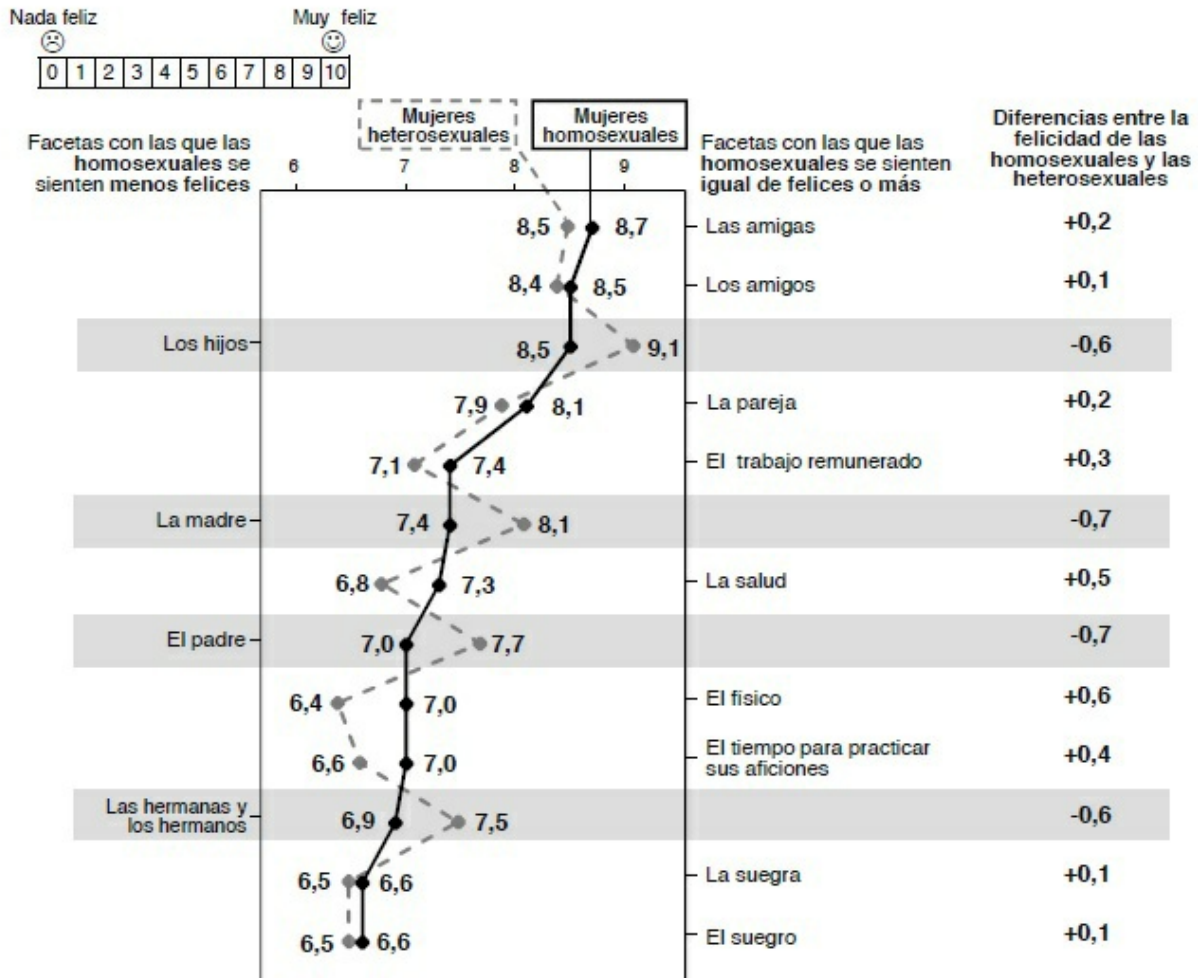
Volviendo a la investigación, ¿recuerdas lo que te conté acerca de que, en general, os sentís más felices con vuestra pareja que nosotras con nuestros chicos? Pues resulta que también os sentís más felices con la vida en general que nosotras (de media, un 7,9 frente a nuestro 7,6 en la misma escala de 0 a 10, donde el 10 indicaría que nos sentimos completamente felices con nuestra vida). Y nos ha parecido interesante comprobar que este valor medio no es superior porque entre vosotras haya más mujeres que hayáis puntuado vuestra vida con 9 o 10, ya que la proporción de esa puntuación es casi la misma (un tercio en ambos casos), sino porque entre vosotras casi no hay mujeres que hayáis dado a vuestra vida valores inferiores a 6 mientras que entre las hetero es mucho más frecuente que haya mujeres que nos sintamos infelices con



nuestra vida (un 7 % frente a un 20 %). Impresionante diferencia, ¿no te parece? Entre nosotras hay casi el triple de mujeres atrapadas en vidas con las que nos sentimos infelices.

Por otro lado, también estáis en una situación más favorable cuando consideramos el grado de cumplimiento de las expectativas que os habíais creado con respecto a vuestra vida: el 36 % habéis dicho que vuestra vida está por encima o muy por encima de las expectativas que teníais en comparación con el 18 % que se da entre las mujeres que escogemos a un hombre por pareja. Pues, ya ves, según parece, entre vosotras las expectativas que os habíais creado con respecto a vuestra vida se superan el doble de veces que entre nosotras. No está mal, ¿eh? ¿Cuál crees tú que es el motivo? Quizá sea porque como salir del armario debe de ser complicado, a partir de ese momento estáis preparadas para cualquier cosa. Ya me dirás cómo lo ves tú. He pensado que te gustaría saber el resultado de la felicidad que se asocia a los diferentes aspectos específicos de la vida que hemos medido en la investigación. Aquí tienes la felicidad media en cada uno de ellos, comparando el resultado para el conjunto de las mujeres homosexuales con el del conjunto de las heterosexuales:

### **RANKING DE FELICIDAD CON LAS FACETAS DE LA VIDA DE LAS MUJERES HOMOSEXUALES FRENTE A LAS HETEROSEXUALES**



Fíjate en que hemos ordenado las trece facetas según el nivel de felicidad medio de las mujeres homosexuales. En la parte superior del gráfico, verás cuáles son aquellas facetas con las que, en general, os sentís más felices y en la parte inferior del gráfico, aquellas en que lo estáis menos. Con las que os sentís más felices son: «las amigas», «los amigos», «los hijos» y con «vuestra pareja» y, además, en estas cuatro facetas, vuestra felicidad media supera el 8, que, según hemos constatado en la investigación, es el valor en el que se sitúa el umbral de felicidad de las mujeres. Y lo curioso es que, de estas cuatro facetas, hay tres que coinciden con aquellas en las que las mujeres hetero nos sentimos más felices: «los hijos», «las amigas» y «los amigos» y una que cambia: en vuestro caso «la pareja» y en las mujeres con relaciones heterosexuales «la madre». Bien por vuestra pareja, que consigue ocupar la cuarta posición en vuestro *ranking* de felicidad. Y si miras el extremo inferior,

verás que con las facetas que os sentís menos felices es con el «suegro» y la «suegra», con las que la felicidad media está rozando, al igual que en las mujeres hetero, nuestro umbral de infelicidad. ¿Cómo es tu *ranking*, Silvia? ¿Coincide con el de la media de las mujeres homosexuales? Por si acaso, cuando se lo enseñes a Pass, mejor le cuentas que, en lo que a ella respecta, este *ranking* no te representa nada bien... ¿cómo vas a estar tú más feliz con «tus amigas» que con ella?

Otro análisis del gráfico que me parece muy interesante es la lectura horizontal de los datos, esto es, comparar la felicidad media en cada faceta, entre las mujeres homosexuales y las heterosexuales. En esta comparación, a pesar de que las diferencias puedan parecer a priori pequeñas, ten en cuenta que estadísticamente, con una muestra del tamaño de la que tenemos en esa investigación, una diferencia de apenas 0,1 décimas ya es significativa. La verdad es que ahora que sabemos que os sentís más felices que nosotras con vuestra vida en general, era de suponer que os sentiríais más felices con casi todas las facetas de la vida, ¿no? ¿Te has fijado en que la máxima diferencia de felicidad positiva a vuestro favor se da en «el físico»? Cómo se nota que la mayoría conseguís pasar de la presión ambiental que se ejerce en este sentido sobre las mujeres. Y también me parecen lógicas las únicas cuatro facetas en las que os sentís menos felices que nosotras. Entiendo que tener hijos debe de ser muchísimo más complicado en vuestro caso que en el nuestro. Y en lo que a vuestros padres, madres y hermanos respecta, creo que era de esperar que muchos de ellos no hubieran sabido cómo reaccionar ante una situación que durante tanto tiempo se han empeñado en que creyéramos que estaba fuera de la normalidad, ¿estás de acuerdo? Sin embargo, estoy convencida de que, por fortuna, una parte importante de la sociedad ya está empezando a darle la vuelta a estos prejuicios.

Por cierto, hablando de madres, qué bonita estaba la decoración del comedor en la *calçotada* de este año. Tu madre se supera año tras año. Felicítala, por favor, de mi parte cuando vayas a Reus. Es una verdadera *crack*. ¿Sabes en qué acabo de caer? En que debe de hacer como mínimo treinta años que me invitáis a este encuentro anual tan especial, lo que significa que La Granja me ha visto soltera, con mi primer novio, con mis padres, con mis hermanas, con mi tío Carlos, con mi excuñado, con mi marido,

con mis hijas, con las amigas de mis hijas y, últimamente... sin mis adolescentes. Pero eso sí, dando año tras año la misma buena cuenta de los *calçots* y de la extraordinaria salsa *romesco*. La vuestra sí que no me sienta mal.

Ah, y he estado pensando en la explicación que Pass y tú le habéis encontrado al hecho de que las parejas homosexuales seáis, en general, más diversas en cuanto a edad, nacionalidad y condición religiosa que las heterosexuales. Me parece que tiene mucho sentido la explicación que vosotras mismas dais: que como ya os sentís fuera de lo común, tenéis la mente más abierta para formar pareja con una mujer que sea muy distinta a vosotras.

En relación con la cena que estáis organizando, te confirmaré algo en cuanto tenga un poco más claros los planes de Carlota y de Claudia para este mes de julio. Ya sabes que haré todo lo posible por asistir. No me gustaría nada perderme nuestras animadas conversaciones prevacacionales. Ja, ja... Las posvacacionales ya son otra cosa... Y, por cierto, muchas gracias por haberos ofrecido voluntarias a poner casa. Cuando sepamos cuántas somos, ya nos repartiremos lo que lleva cada una, ¿vale?

Un beso para tu chica y dos para ti,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 20 de mayo de 2016

**Para:** paula.pg@gmail.com

**Asunto:** ¿Mujeres y hombres somos diferentes?

Hola, Paula.

Me alegro mucho de que te pareciera útil lo que te conté en mi último mail. Es lógico que no te esperaras que, en las parejas como vosotros, en las que los dos tenéis trabajo remunerado y no tenéis hijos, el reparto de las tareas de la casa entre la mujer y el hombre sea así de desequilibrado. Por mi parte, a pesar de que me olía que no debía de ser tan equitativo como nos están intentando vender, ni en el peor escenario me habría imaginado que esta fuera la tónica de convivencia entre las parejas jóvenes, en pleno siglo XXI. Sin embargo, Pablo y tú estáis a tiempo de ponerle remedio desde el principio. Una idea: ¿qué tal si en la puerta de vuestra nevera cuelgas el gráfico con el reparto de las tareas de la casa que te envié? Tal vez, verlo a diario, os ayude a los dos a concienciaros.

En relación con la pregunta que me hiciste sobre si creía que había algún otro resultado de la investigación que pudiera ayudarte en esta nueva etapa de la vida que estáis estrenando, aquí estoy con un par de datos que creo que podrían ser útiles. En el estudio, pedíamos a las mujeres que evaluaran a su pareja en doce aspectos. De todos ellos, el que ha resultado tener la peor evaluación entre el conjunto de las mujeres que convivimos con un hombre es «su participación en la realización de las tareas de la casa». Visto lo visto, imagino que no te habrá sorprendido lo más mínimo que este haya sido el peor evaluado en nuestra pareja, ¿no? Pero, en realidad, de los que quería hablarte es de los otros tres aspectos que también se sitúan, junto a este, en el pelotón de cola de las evaluaciones que las mujeres hemos hecho de nuestra pareja: «capacidad para escucharnos», «cariñoso y detallista» y «el tiempo que nos dedica». ¿Sorprendida? Es posible que sí, porque todavía eres muy joven y se podría decir que tu relación con Pablo está de estreno.

Pero a tu tía no le ha sorprendido lo más mínimo, la verdad. Llevo años escuchando a mujeres quejándose de sus compañeros de viaje en estos tres ámbitos. Aunque la primera alerta en este sentido la tuve cuando cayeron en mis manos dos libros: *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas*, de Bárbara y Allan Pease y *Los hombres son de Marte y las mujeres de Venus*, de John Gray. Me los regalaron, no puedo recordar quién, cuando tu tío y yo llevábamos casados no más de cuatro o cinco años. Pues ya ves, Paula, eso de que nuestros chicos no nos escuchan no es nuevo. Acabo de comprobar que en el prólogo de uno de estos libros ya se hace referencia a que son temas que los científicos, los antropólogos y los sociobiólogos están estudiando desde hace siglos.

Y la verdad es que, por aquel entonces, la lectura de estos libros me evitó más de un disgusto conyugal. Era mi primera experiencia de convivencia con un hombre y además venía de una familia formada exclusivamente por mujeres, así que algunos de los consejos que leí en ellos me fueron muy útiles. A pesar de que a día de hoy dudo bastante del rigor científico de estos libros, no puedo resistirme a contarte uno de estos consejos que a mí me ha resultado muy útil. Resumiendo: cuando Pablo no encuentre la mantequilla en la nevera, su camisa nueva en el armario o su libro preferido en la librería, no te indignes. Pues según entendí, la explicación es antropológica. En la prehistoria, cuando teníamos hijos, las mujeres dejábamos de ir a cazar y nos quedábamos en la cueva amamantándolos y vigilándolos cuando jugaban en el exterior (por lo que se supone que nosotras hemos desarrollado una excelente visión periférica). Sin embargo, los hombres solían estar cazando (por lo que se supone que ellos han desarrollado una excelente visión a larga distancia que les permite ver todo lo que tienen enfrente, aunque esté muy alejado, mientras que su visión periférica quedó anulada para evitar distraerse y poder así concentrarse en seguir a su pieza). A efectos prácticos esto significa que, cuando Pablo abre la nevera, o su armario, ve con toda claridad la pared trasera, pero, por lo visto, con bastante dificultad lo que hay en primera línea. El acudir en su ayuda o dejarle que prosiga su búsqueda dependerá única y exclusivamente de tu buena voluntad. Ja, ja... Quién sabe si en tu caso también se aplicará alguna vez. Ya me dirás.

Volviendo a la investigación, desde el momento en que tuve delante, por primera vez, los resultados sobre qué es aquello en lo que las mujeres hemos evaluado peor a nuestra pareja no he podido dejar de darle vueltas a dos cuestiones. La primera es: ¿dónde está el origen o cuál es la causa de la mala evaluación que, en general, las mujeres hacemos de nuestros compañeros de viaje en la «capacidad para escucharnos», «cariñoso y detallista» y «el tiempo que nos dedica». Y la segunda es: ¿qué podemos hacer los hombres o las mujeres para fomentar que estos aspectos mejoren?

En lo que respecta a la primera de estas cuestiones, antes que nada, he de confesarte que después de haber investigado bastante, mi opinión sobre cuál es el origen de las discrepancias entre hombres y mujeres es a día de hoy muy distinta de la que tenía hasta hace muy poco. Durante muchos años, influida por lo que había leído en los libros de los Pease y de John Gray, estuve convencida de que las diferencias entre mujeres y hombres se debían, en exclusiva, a que habíamos nacido diferentes, y que, por lo tanto, si queríamos que nuestra convivencia fuera pacífica, debíamos aprender a adaptarnos, con paciencia y resignación, los unos a los otros. A día de hoy, sin embargo, a pesar de que sigo creyendo que, en muchas cosas, la mayoría de las mujeres actuamos de forma muy distinta a como lo hacen la mayoría de los hombres, sobre todo en lo relacionado con aspectos como la comunicación o el trato, y a las pruebas me remito, estoy segura de que la explicación de estas diferencias no es exclusivamente biológica. Estoy convencida de que muchas de las diferencias que a diario observamos entre ambos sexos se derivan de construcciones culturales de la sociedad patriarcal y, por lo tanto, son diferencias que hemos ido adquiriendo.

Pero lo que no sé decirte, Paula, a pesar de que es una pregunta que ya he formulado a por lo menos diez especialistas en cuestiones de género, con los que he tenido la suerte de coincidir, es qué parte de estas diferencias se derivan de componentes biológicos y qué parte de construcciones culturales. Y las respuestas que estos especialistas me han dado han sido de lo más diverso. La más extrema fue la de una especialista en cuestiones de género del Próximo Oriente antiguo, que se autodefine como feminista radical, que me dijo que ella creía que la causa de las diferencias entre los actuales roles de género es 0 a 100, esto es, según ella, todas las diferencias son exclusivamente

culturales. Me explicó además que esta es la postura que defiende la teoría Queer. ¿Habías oído hablar alguna vez de esta teoría? Para mí, fue una primicia total. Sin embargo, igual que no estoy de acuerdo con los Pease, ni con John Gray, tampoco lo estoy con este otro extremo. Que la parte biológica tiene algún peso en las diferencias entre sexos me parece indiscutible. Por el simple hecho de haber pasado por dos embarazos, dos partos y dos períodos posparto, lactancia incluida, al lado de tu tío Enrique, estoy segura de que los cambios físicos y los altibajos emocionales que nosotras experimentamos no tienen nada que ver con cómo lo vive el padre de la criatura, por muy implicado que esté durante todo el embarazo. Si a mi propia experiencia le añado las respuestas cuantitativas y las correspondientes explicaciones de los especialistas en cuestiones de género, psicología, sociología y biología con los que he hablado, me aventuraría a decirte —lo sé, tirándome a la piscina— que la parte biológica debe de estar explicando, como máximo, entre una cuarta parte y un tercio de las diferencias de roles que la sociedad actual se empeña en asignarnos. La ciencia y la historia tendrán que ocuparse de aclarar cuáles son las diferencias que se explican por nuestros respectivos rasgos biológicos y cuáles no. Ojalá se avance rápido en estas pesquisas. No sabes la ilusión que me haría saber cuáles son. Ja, ja... Estas serían las únicas con las que las mujeres y los hombres tendríamos que lidiar por los siglos de los siglos.

Así que, si tu tía está en lo cierto y se pueden cambiar, como mínimo, el 66 % de las actuales diferencias de roles entre géneros, la segunda cuestión a la que llevo tiempo dándole vueltas quedaría automáticamente respondida. Para que mejore la evaluación que las mujeres hacemos de cómo nos trata nuestro marido o nuestro novio, solo hay que cambiar algunas de las diferencias del rol del hombre y del rol de la mujer que hoy en día, tanto nosotras como ellos, tenemos tan interiorizadas. Hay que garantizar que las malas costumbres adquiridas en el pasado dejen de transmitirse a las futuras generaciones. Vaya responsabilidad, ¿no te parece?

De modo que, Paula, mentalizaos de que entre Pablo y tú habrá discrepancias. Una minoría se deberá a que, desde el punto de vista biológico, nacisteis diferentes. Otras a que es muy posible que vuestras personalidades sean distintas (que sería una tercera pata a considerar). Sin embargo, si las



teorías de las que te hablaba son ciertas, la mayor parte de las diferencias que surjan entre vosotros se deberán a lo que Pablo haya retenido tanto de lo que su entorno familiar le haya inculcado como de lo permeable que haya sido a los miles de casos de micromachismo que ocurren a diario a nuestro alrededor. Sin ir más lejos, ¿sabes con qué carteles me he tenido que ir topando todos los días de la semana que he circulado por la Vía Augusta? Y piensa que no ha habido forma de librarme de ellos ya que hay uno en cada farola. El cartel en cuestión anuncia una feria que se celebra en Barcelona y en redondeadas letras de color rosa chicle reza: Bebés & Mamás. ¿Qué te parece? Como si los bebés no fueran también de los papás. Volviendo a los padres de Pablo, ojalá sean de los defensores de que hombres y mujeres tenemos los mismos derechos y que así se lo hayan sabido transmitir. Si este fuera el caso, Pablo y tú solo tendríais que lidiar con las pocas diferencias biológicas que pueda haber entre vosotros y con las que se deriven de vuestras respectivas personalidades. ¡Ánimo!, aunque pueda sonaros harto complicado hay muchas parejas que lo conseguimos a diario.

Bueno, Paulova, he de dejarte. No os olvidéis de regar la planta de vuestra relación todos los días, ¿vale?

Que sigáis disfrutando del idilio, tortolitos.

Tu tía,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 21 de mayo de 2016

**Para:** ines.p@gmail.com

**Asunto:** El tramo de edad más complicado para las mujeres

Buenos días, Inés.

Como te prometí, aquí estoy para contarte lo que hemos aprendido sobre las mujeres de tu actual franja de edad, el de las que tenemos entre 41 y 49 años. Y tú eres la representante perfecta de las chicas de esta franja de edad, justo en el centro. ¿Sabes que a mí me queda un telediario para dejar de compartirlo contigo? Sí, sí... en cuatro meses saltaré al siguiente tramo de edad, al de las mujeres que hemos conseguido superar el medio siglo de vida.

Pero, antes de contarte cómo vivimos mientras estamos en tu actual franja de edad, quería decirte que he estado dándole muchas vueltas a lo que hablamos el otro día por teléfono. Y no puedo estar más de acuerdo contigo. ¡Cuánto aprendemos de nuestros hijos! ¡Y qué entrañables son esos momentos! Yo me quedo encantada cada vez que Carlota o Claudia dicen o hacen algo que me hace reflexionar. Y qué especial es que lo hagan sin ser conscientes de que están enseñándole algo a la mujer que las trajo a este mundo, ¿verdad?

Pero volviendo al tema de la edad de las mujeres... Inés, no te engañaré: por lo que hemos podido averiguar hasta este momento, la franja de edad entre los 41 y los 49 años es el tramo más complicado para las mujeres. ¡Suerte que son solo nueve años de nuestra vida! Para resumirlo, te diré que es un período en el que confluyen varias circunstancias complicadas: por un lado, empezamos a ser conscientes de que ha transcurrido, como mínimo, la mitad de nuestra vida y, en consecuencia, solemos iniciar una profunda revisión y evaluación de lo que hemos hecho hasta ese momento y, además, empezamos a cuestionarnos y a plantearnos el futuro. Por otro lado, nuestra vida suele estar en el punto de máxima complejidad en lo que a los *frentes* se refiere y, en

consecuencia, muchas de nosotras alcanzamos en esta etapa niveles de cansancio y de estrés que con demasiada frecuencia resultan insoportables de gestionar.

Por si te estás preguntando qué son los *frentes*, te diré que hemos bautizado así a tres facetas de la vida de las mujeres: el «trabajo remunerado», la «pareja con la que convivimos» y los «hijos». La etiqueta de *frentes* se la hemos puesto pensando en que, cuando tomamos la decisión de que cada una de estas facetas entre a formar parte de nuestra vida, de forma automática, cada *frente* conllevará, no solo una serie de efectos emocionales derivados de las relaciones interpersonales que se construyan en torno a él, sino también una gran dedicación y muchísimo esfuerzo. Es posible que te estés preguntando por qué no se han considerado las «tareas de la casa» como un cuarto *frente*. Y la respuesta es que este tipo de tareas ya están implícitas en dos de los *frentes* considerados, ya que prácticamente todas las mujeres que conviven con su pareja, o que tienen hijos, residen en casa propia.

Volviendo a las mujeres que tenemos entre 41 y 49 años, somos una excepción las que tenemos un único *frente* (17 %) o las que no tenemos ninguno de estos tres en nuestra vida (5 %). En este tramo de edad, el grupo más numeroso (alrededor de una de cada tres, el 35 % para ser exactos) es el de las mujeres que como tú tenemos los tres *frentes* en nuestra vida: pareja con la que convivimos, hijos y trabajo remunerado. Todas las demás tenemos dos *frentes* y nos dividimos en tres tipologías: el 22 % tenemos «pareja con la que convivimos» e «hijos» (pero no trabajo remunerado); el 12 % tenemos «trabajo remunerado» y «pareja con la que convivimos» (pero no tenemos hijos) y el 9 % restante tenemos «trabajo remunerado» e «hijos» (pero no vivimos en pareja).

Para acabarlo de complicar, sean cuales sean los *frentes* que tenemos las mujeres en nuestra vida en la franja de edad entre 41 y 49 años, es muy posible que estos no se encuentren precisamente en su momento más plácido:

- En lo que se refiere a la «pareja con la que convivimos» (afecta al 72 % de las mujeres de tu actual tramo de edad), la gran mayoría llevamos ya más de diez años de convivencia con ella, con la consiguiente erosión que eso suele suponer, sobre todo si el hombre con el que vivimos

participa poco o muy poco en las tareas de la casa o en el cuidado y la educación de los hijos, lo que por desgracia acostumbra a ser el pan nuestro de cada día.

- En lo que respecta a los «hijos» (afecta al 71 % de las mujeres de tu tramo), la mayoría de los hijos ya están en la fase de la preadolescencia o incluso en plena adolescencia, lo cual todas sabemos bien el alto grado de tensión familiar y las elevadas dosis de insatisfacción que pueden llegar a generar en las madres. Y no te digo nada si, además de algún hijo adolescente, en casa tenemos también algún otro que todavía es pequeño.
- Y, por lo que respecta al «trabajo remunerado» (afecta al 65 % de las mujeres de esta franja de edad), muchas estamos en el punto álgido de nuestra carrera profesional, sea cual sea el tipo de trabajo que desempeñamos, pues ya llevamos unos cuantos años en el mercado laboral.

Para más inri, en esta franja de edad, casi todas vivimos en nuestra propia casa (el 89 %) por lo que, a las cargas que se derivan de cada uno de los tres *frentes* anteriores, hay que sumar el tiempo que destinamos a la realización de las tareas de la casa: de media, casi cuatro horas al día, todos los días. Así que el tiempo que nos queda para nosotras suele estar bajo mínimos cuando tenemos entre 41 y 49 años: el 77 % de las mujeres con estas edades hemos declarado que no tenemos casi tiempo para nosotras. Lo peor es que muchas no conseguimos descansar como deberíamos: casi un tercio hemos manifestado que, de lunes a viernes, solo dormimos seis horas, lo que está a años luz de las horas de sueño que recomiendan los manuales de salud. De hecho, hay investigaciones que revelan que si se duermen seis horas al día o menos se entra en «deuda con el sueño», que es como se conoce la diferencia entre las horas que nuestro organismo necesita dormir para recuperarse y las que dormimos en realidad. No te digo nada de lo que le sucede a nuestro organismo si esta deuda con el sueño se va acumulando, noche tras noche, un año tras otro.

¿Impresionada, Inés? Pues ya ves, ya sé que mal de muchos, consuelo de tontos, pero no eres la única. Las mujeres que hoy tenemos entre 41 y 49 años somos el 22 % de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación

representa. La angustiosa y estresante falta de tiempo para nosotras a la que nos solemos enfrentar con estas edades hace que muchas nos planteemos dejar nuestro trabajo remunerado, aunque sea por un tiempo, o por lo menos simplificarlo, porque está claro que, de los tres *frentes* que hay en nuestra vida, el «trabajo remunerado» es el más fácilmente adaptable. Sin embargo, como nuestra economía familiar suele necesitar dos sueldos, la mayoría de nosotras no tenemos demasiadas alternativas.

Para terminarlo de arreglar, en este momento de la vida se suele estar en el punto álgido de la carga económica familiar: el 44 % de las mujeres de esta franja de edad hemos declarado que solemos tener dificultades para llegar a fin de mes.

¿Te das cuenta, Inés, de lo afortunada que ha sido tu amiga? Yo sí que pude hacer un parón laboral. Cuando mi cuerpo dijo basta y empezó a descuajeringarse por diversos sitios, justo cuando estaba acercándome al final de esta franja de edad, pude aparcarme el trabajo remunerado e iniciar este período sabático que tan bien me está sentando. Sin el *frente* «trabajo remunerado» en mi vida, es increíble lo rápido que se están volviendo a cargar mis pilas. Ya casi me siento otra vez preparada para lo que me echen. O, por lo menos, eso creo.

La consecuencia de este cóctel explosivo en el que se convierte la vida de muchas mujeres en la franja de los 41 a los 49 años es que nuestra felicidad con la vida se sitúa en el nivel más bajo de los cuatro tramos de edad identificados en la investigación. En la escala de 0 a 10 que utilizamos en la encuesta para medir la felicidad, en este tramo de edad nuestra felicidad con la vida ha resultado ser de 7,2 de media (lo que significa que esta media se sitúa casi un punto por debajo del umbral de felicidad global de las mujeres y 0,4 décimas por debajo del valor medio de felicidad de las mujeres con su vida en el tramo de edad anterior). La conclusión a la que llegamos es muy similar si miramos cuántas hemos declarado un nivel de felicidad con nuestra vida casi pleno, esto es 9 o 10: casi una de cada cuatro (el 23 %) en tu actual franja de edad frente a más de un tercio (el 35 %) en el tramo de edad anterior.

Y, entre los 41 y los 49 años, como si de un efecto bumerán se tratara, la insatisfacción de las mujeres con nuestra vida se expande a casi todas las facetas. De hecho, se llega a los niveles más bajos de felicidad en la mayoría

de los aspectos que hemos considerado en la investigación: «las amigas» y «los amigos»; «la madre»; «la pareja»; «la salud»; el «tiempo para nuestras aficiones»; el «físico» y «los suegros y las suegras». Interpreto que, como en esta franja de edad muchas de nosotras no estamos bien con nosotras mismas, acabamos teniendo la sensación de que todo nuestro entorno nos está fallando. Así que no te extrañes si sientes que todo te va mal. Los únicos que consiguen capear el temporal y se mantienen con niveles de felicidad parecidos a los del tramo de edad anterior son: los «hijos», el «padre», los «hermanos» y el «trabajo remunerado». ¿Será que, de nuestra madre, de nuestra pareja, de nuestro suegro, de nuestra suegra y de nuestros amigos y amigas esperamos más apoyo del que en realidad pueden darnos? Es posible que nuestras expectativas con respecto a la ayuda que querríamos que nos brindaran vayan aumentando en línea con nuestras necesidades y no en línea con sus posibilidades reales. Sin embargo, siendo justos, con excepción de a nuestra pareja, al resto no deberían afectarles los líos en los que nosotras hemos decidido meternos de forma unilateral y voluntaria, ¿no crees? Ahora que lo pienso, también es curioso que con nuestro padre estemos igual de contentas que en el tramo de edad anterior. ¿Será porque, de entrada, ya no contamos demasiado con su ayuda?

¡Pero ánimo, Inés!, porque, según hemos aprendido en la investigación, al saltar al siguiente tramo, esto es, a partir de aproximadamente los 50 años, las piezas del puzle poco a poco van volviendo a su sitio y terminan encajando de nuevo. Hasta entonces, cuídate mucho, porque si los cálculos de la investigación son correctos, todavía te quedan cuatro o cinco años durillos. Acuérdate de ir recargando tus pilas de forma regular. Como dice una amiga mía, intenta por todos los medios hacerte un regalo al día. Te garantizo que funciona, y a estas alturas de curso todas tenemos clarísimo que no hay casi nada que venga de media hora. Aquí van algunas ideas de lo que otras mujeres nos han dicho que se regalan: desayunan con sus hermanas o con alguna amiga, toman un café o un té ojeando algún periódico o una revista, dan un paseo por la carretera de las aguas o por el puerto olímpico, comen con su madre o con su padre, van al teatro o al cine, practican su deporte favorito, visitan alguna exposición, van a la peluquería, toman una copa de vino o una cerveza al final

de la tarde con algún amigo o con alguna amiga, se regalan un masaje o una sesión de yoga o de Pilates... o simplemente disfrutan, al final del día, de una ducha antes de ir a dormir o de un trocito de chocolate.

Y, por si pudiera servirte de algo: a mí siempre me ha funcionado poner todo mi empeño en hacer las cosas una única vez. Por ejemplo, cuando Carlota y Claudia eran pequeñas y tenía que llevarlas al médico a una revisión de rutina, antes de llamar para pedir hora, me aseguraba de tener un par de fechas en las que ni ellas ni yo tuviéramos nada en la agenda y así me evitaba tener que volver a llamar para que me la cambiaran. Si tenía que hacer un viaje de trabajo, me aseguraba, antes de organizarlo, de que Enrique podría estar esos días en Barcelona. O si tenía que comprar, repasaba la lista a conciencia antes de ir, para evitar tener que volver en unos cuantos días. Y cuando contestaba un WhatsApp o un mail me aseguraba de que la respuesta fuera clara y así no tener que andar respondiendo más de una vez. Te aseguro que si consigues hacer las cosas una única vez te sorprenderá el tiempo que ganas. Piensa que esta medida es útil siempre, pero en las épocas en que el tiempo es un bien tan escaso se vuelve imprescindible.

Por supuesto, si consigues escaparte un fin de semana con tu chico (lo cual en la investigación ha quedado claro que es muy recomendable para la buena salud de la pareja y, de rebote, para nuestra felicidad), recuerda que en Torrent siempre tendréis una habitación reservada. No olvides que, como en la gran mayoría de las familias, tú eres el motor principal, por lo que, si dejaras de funcionar a pleno rendimiento, es muy posible que tu marido y tus tres hijos empiecen a hacer aguas detrás de ti.

No dudes en llamarme siempre que te apetezca charlar un rato. Lo que más me gusta es que ahora podré darte mi opinión contrastada con la del conjunto de las mujeres mayores de edad que residen en España. Qué gran avance, ¿no te parece?

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 3 de junio de 2016

**Para:** pazuu@gmail.com

**Asunto:** Las adolescentes y el tabaco

Hola, Paz.

Espero que estés un poco menos cansada que la semana pasada. Por mi parte, todo en orden. Aquí estoy, escribiéndote una nueva epístola sobre el difícil trabajo de educar a los hijos. ¿Echabas de menos mis mails? Ja, ja... Seguro que sí porque el último te lo envié hace más de tres meses. Pues aquí tienes uno más para tu colección.

Creo que la escena que voy a explicarte te sorprenderá, igual que, recién estrenado el día, me ha sorprendido a mí. Hoy era el último día que Claudia tenía clases ya que la semana que viene empiezan los exámenes finales, por lo que, para celebrarlo, esta mañana la he acompañado en coche al colegio. Estábamos esperando a que el semáforo que te encuentras al subir por la calle Miret i Sans, justo antes de cruzar la carretera de Esplugues, se pusiera verde, mientras escuchábamos *La Bilirrubina* de Juan Luis Guerra. Me encanta estar al corriente del tipo de música que escuchan en cada momento (es divertido ver cómo van evolucionando sus gustos musicales), por lo que aprovecho los días que voy en coche con ellas para que conecten su móvil. Y algunas veces, como en ese preciso momento, me sorprenden con alguna de mis canciones, como dicen ellas. Y eso me encanta. Pues, en plena *Bilirrubina* estábamos cuando han cruzado a pie por delante de nosotras, en dirección a Sarriá, una mujer de mediana edad y una niña que debía de ser pequeña porque iba vestida con el uniforme del colegio. En cuanto han desaparecido de nuestra vista, me he vuelto para mirar a Claudia y hemos entablado una conversación que ha sido algo así:

—Qué alucinante, ¿no? —he dicho yo—. ¿Cómo puede una madre dejar que una hija tan pequeña fume?

—A lo mejor ella también fuma —ha dicho Claudia.



—Pero, aunque la madre fume, como yo, seguro que es muy consciente, como a estas alturas ya lo somos todos, de lo malo que es fumar. Y encima, dejarle fumar a estas horas de la mañana.

—Y, ¿cómo sabes que es su madre? —me ha preguntado.

—Pues la verdad es que no lo sé. Es lo primero que he pensado. Sería lo más normal. Pero, si no lo es, todavía peor ya que nadie envía a sus hijos al colegio con una persona que no sea de su entera confianza: algún familiar, una amiga o alguien contratado para ello... Y, si este fuera el caso, está claro que esta mujer está traicionando la confianza que en ella han depositado, ¿no te parece?

El semáforo se ha puesto verde, hemos reanudado la marcha, he dejado a Claudia en la puerta del colegio, y en el trayecto de vuelta a casa, no he podido dejar de pensar en esa niña. Lo curioso del caso es que, de camino al colegio, se ve a muchísimos niños y niñas fumando. Pero todos ellos van solos, con pinta de «me estoy comiendo el mundo porque ya soy mayor», o van en pandilla, provocándose los unos a los otros. Es la primera vez que veo a uno, una en este caso, acompañada de un adulto que está autorizando el tabaco en un menor. La conclusión a la que he llegado es que esta niña debe de estar acostumbrada a torear a todos los que la rodean y a hacer siempre lo que le viene en gana. Así que ¡vaya flaco favor le han hecho los responsables de su educación! Desde mi punto de vista, la vida real está en el extremo opuesto de lo que estoy interpretando que le han enseñado a ella, así que, no quiero ni imaginar lo que a esta pobre niña le va a tocar sufrir. ¿Tú qué opinas, Paz? ¿Te parece que estoy exagerando?

Esta anécdota me ha despertado además una curiosidad: ¿cuántas mujeres fumamos en cada tramo de edad? Así que, en cuanto he llegado a casa, he ido directa al ordenador. La buena noticia es que cada vez hay menos mujeres fumadoras. Entre las más jóvenes, las que tienen de 18 a 26 años (nuestro estudio dejaba fuera a las menores de edad), fumamos una de cada cinco (el 20 %) y una media de poco más de dos paquetes a la semana (42 cigarrillos). Eso está a años luz del protagonismo que tiene el tabaco entre las que hemos superado la barrera de los 50: las fumadoras no solo somos el doble (el 39 %), sino que además también fumamos casi el doble (78 cigarrillos de media, esto es, casi cuatro paquetes a la semana).

¿Cómo llevas tú esta cuestión del tabaco? Por lo que a mí respecta, estoy de nuevo considerando dejarlo. ¡Qué estúpida me siento de haber vuelto a fumar! Estoy segura de que el problema estuvo en cómo me planteé la cuestión: en mi cabeza lo estaba dejando solo por un tiempo, para dar ejemplo a Carlota y a Claudia mientras fueran pequeñas, pero a la que Carlota cumplió los 18, como me pareció que tanto ella como Claudia estaban ya fuera de peligro en este asunto, decidí darme un capricho y volví al vicio. ¡Qué imperfectas somos las madres!, ¿verdad? A veces siento que soy un pésimo ejemplo... ¿O será bueno que vean que su madre no lo hace todo bien? La verdad es que, como en tantas otras cosas relacionadas con los hijos, en esta tampoco tengo ni la más remota idea.

Bueno, querida, he de dejarte, que tengo la despensa bajo mínimos y esta tarde llegan Carlota y Claudia con un cargamento de amigas. Ya sabes que Torrent es como un hotel. Pero estoy encantada de tenerlas por aquí, a ellas y también a sus amigas.

Ánimo que ya solo te faltan dos meses para las soñadas vacaciones.

Que tengas una muy buena semana, Paz.

Tu amiga,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 7 de junio de 2016

**Para:** alejandra.r01@gmail.com

**Asunto:** Independencia económica cueste lo que cueste

Hola, Alejandra.

Acabo de ver el vídeo del momento cumbre. Tu madre nos lo envió ayer noche al grupo de WhatsApp «Nietas e Hijas». Qué ilusión verte tan sonriente y tan elegante, con tu toga negra y tu birrete a juego. Y qué chocante resulta escuchar tu nombre con ese marcado acento francés de la directora del acto. Imagino que debes de haber estado celebrándolo por todo lo alto, así que es posible que tú ni siquiera lo hayas visto todavía. Ya tienes el máster que tanta ilusión te hacía y por el que tanto has luchado. Bien hecho, Alejandra. Te recuerdo, como si fuera ayer, explicándonos tus planes de estudios los miércoles en casa de la abuela. Y eso que, por aquel entonces, ni siquiera habías acabado el bachillerato. Eras tan joven y lo decías tan seria y tan convencida, que resultaba muy impactante. La verdad es que no es nada frecuente ver a jóvenes con unas ideas tan claras y expresándose con tanta contundencia. Y, encima, has conseguido el trabajo de tus sueños y para más inri en París. ¡Bravo, Alejandra! A tu edad, ¿qué más se puede pedir? Te felicito por cómo has sabido aprovechar tu vida hasta ahora.

Y estoy segura de que, con tu personalidad y carácter, si en el ámbito laboral en el que estás a punto de iniciarte sigues esforzándote como lo has hecho en tu etapa de estudiante, todo irá bien. Debes de estar pensando que tu tía Julia no se acuerda de que ya has hecho prácticas en dos sitios. Sí, sí..., lo recuerdo perfectamente. Sin embargo, tal como yo lo veo, las prácticas son un complemento imprescindible a los estudios, pero difieren bastante de la realidad que experimentaremos a partir del momento en que nos incorporemos de pleno en la vida laboral. Ya me dirás qué opinas tú dentro de unos años.

He pensado que, en esta nueva fase, tal vez puedan serte útiles algunos de los resultados que hemos obtenido en la investigación sobre la situación de las mujeres en España con respecto al trabajo remunerado. Recuerda, Alejandra, que lo que te contaré no es la opinión de tu madre, la de tu abuela o la de tu tía, sino la de casi 2.500 mujeres mayores de edad que residen en territorio español.

Empezaré por un tema sobre el que hemos soltado muchas risas en las comidas de los miércoles, mientras escuchábamos a la abuela concienciando a sus nietas de lo necesario que es que las mujeres seamos independientes económicamente. Tranquila, que con nosotras tres hizo lo mismo y no nos ha ido mal del todo, ¿no te parece?

Pues aquí tienes algunos de los resultados que hemos obtenido. Si entendemos por independencia económica tener un trabajo remunerado tras haber terminado los estudios, y sin estar todavía en la edad de jubilación, las mujeres que hoy por hoy tenemos independencia económica en España somos el 63%. Y si la economía de la Unión Europea mejorase, cabría esperar que una parte importante del 18% de las que hoy estamos en paro buscando empleo de forma activa lo encontrásemos, por lo que las económicamente independientes seríamos todavía más.

Un tema que siempre había tenido ganas de cuantificar es lo que yo llamo «el efecto pareja», es decir, la influencia que tiene el hecho de que vivamos solas o en pareja, en que las mujeres estemos más o menos activas en el mercado laboral. Para cuantificarlo, hemos contabilizado cuántas tenemos trabajo remunerado entre las que vivimos en pareja en comparación con las que vivimos solas: el resultado es 61 % entre las primeras y 65 % entre las segundas, por lo que podemos concluir que el *efecto pareja* es casi inexistente: sería solo de cuatro puntos. Sin embargo, el *efecto pareja* aumenta mucho si consideramos la otra parte de la ecuación, es decir, cuántas hemos declarado estar en paro buscando trabajo de forma activa: el 14 % entre las que vivimos en pareja y casi el doble, el 24%, entre las que vivimos solas. A mi modo de ver, como el paro que hay en el mercado laboral es independiente de las relaciones de pareja de los trabajadores, estos diez puntos de diferencia en el número de mujeres que estamos en paro buscando empleo solo pueden explicarse si consideramos que cuando perdemos nuestro trabajo remunerado

y vivimos en pareja, somos más las mujeres que tiramos la toalla en la búsqueda de un nuevo trabajo y nos quedamos con el trabajo de la casa y, si los tenemos, con el cuidado y la educación de los hijos, en exclusiva. Imagino que, en estos casos, la pareja habrá optado por un reparto de las cargas familiares, acordado o no, en el que él se ocupará de forma íntegra de la economía familiar mientras que ella se hará cargo de todo lo demás, al estilo de las amas de casa tradicionales.

Si vamos un poco más lejos en la definición de nuestra independencia económica, y hacemos caso de lo que dice una amiga mía: «Cuando vives en pareja y tienes trabajo remunerado, solo serás económicamente independiente de verdad si tus ingresos provenientes del trabajo remunerado son iguales o superiores a los de tu pareja», la situación empeora mucho. De las mujeres que convivimos con un hombre, somos menos de la mitad, el 48 % para ser exactos, las que nos encontramos en esta situación, con el siguiente desglose: el 28 % ganamos más que nuestra pareja y el 20 % tenemos unos ingresos similares a los suyos. Fíjate en que, según este criterio, la mitad de las mujeres que convivimos con un hombre no somos independientes desde el punto de vista económico.

Pues ya sabes, Alejandra. A pesar de que estamos en el buen camino, todavía nos queda un largo trecho por recorrer si lo que queremos es estar a la par con nuestra pareja en lo que a la economía familiar se refiere. Y la verdad es que esta situación no me extraña nada después de haber comprobado algunos datos oficiales sobre la diferencia de sueldos que se está produciendo entre hombres y mujeres en España. Según un informe del INE, publicado en junio de 2015 con datos del 2013, la brecha salarial entre hombres y mujeres en España se sitúa en el 24 %. Esto significa que las mujeres tendríamos que trabajar casi noventa días más al año para ganar lo mismo que los hombres. Eso son ¡tres meses más! Según datos del Ayuntamiento de Barcelona, en la capital catalana, en el año 2015, la situación no era muy distinta: los hombres percibían, de media, un salario que era un 23 % superior al de las mujeres; es decir, que hace muy poco tiempo, ellos ganaban, de media, 7.424 euros al año más que nosotras. Y, por lo visto, en Barcelona estas diferencias existen en todos los oficios, en todas las edades y en todas las categorías profesionales, aunque con brechas salariales distintas. Por ejemplo, en los sectores laborales

con mejores sueldos, el de las empresas financieras y de seguros, la brecha asciende al 38 %, mientras que en uno de los sectores con peores sueldos, el de la hostelería, la brecha se reduce al 7 %. En la categoría de los directivos, ingenieros y licenciados, la diferencia es del 29 % y entre los trabajadores menos cualificados, del 18 %. Así que ya ves, Alejandra, hasta que estas diferencias no se igualen, será difícil que nosotras podamos aportar a la economía familiar lo mismo que nuestros chicos. También puedes tener la gran suerte, como me sucedió a mí, de trabajar en una empresa como PRM, donde nunca jamás ha habido discriminación de sueldos por sexos. Ya me dirás cómo funciona esta cuestión en tu nueva empresa.

Otra información de la investigación que creo que te puede resultar interesante son los tres grandes tipos marco de trabajos remunerados que hemos identificado en el mercado laboral de las mujeres y que nuestro equipo ha bautizado como: «trabajos de dirección», «trabajos de despacho» y «trabajos físicos». Sin intención de aburrirte con cuestiones metodológicas, creo que es importante que sepas que estas tipologías las hemos obtenido de forma libre, es decir, sin que definiéramos a priori qué es lo que debía caracterizar a cada tipología. Lo único que como investigadores hemos especificado son, por un lado, los criterios a partir de los cuales debían obtenerse las tipologías y, por otro, que en el interior de cada tipología los trabajos fueran lo más parecidos posible y al mismo tiempo que las mujeres que formaran parte de una tipología tuvieran un trabajo que fuera lo más diferente posible al de los trabajos de las otras tipologías. Y aquí tienes el tamaño y las características de cada una de estas tres tipologías:

- Los «trabajos de despacho» son los que afectan a más mujeres ya que hoy en día, en España, estamos empleadas en trabajos de este tipo la mitad de las mujeres con trabajo remunerado. En esta tipología solemos estar las empleadas en el sector privado que trabajamos en algún despacho y también las que trabajan en el sector público (seamos o no funcionarias). En este tipo de trabajos se suele ganar entre 801 y 2.100 euros netos al mes. Las que tenemos este tipo de trabajos hemos declarado que nos resulta muy difícil compatibilizar el trabajo remunerado con la vida privada, lo que hemos interpretado que sucede porque en este tipo de

trabajos se acostumbra a tener una jornada laboral completa y ninguna flexibilidad horaria ya que nuestra agenda no suele depender de nosotras mismas. Por lo que me has explicado de tu futuro trabajo, entiendo que será de los que se integran en esta tipología.

- Los «trabajos de dirección» afectan a poco más de una de cada cuatro mujeres (el 26% para ser exactos). Este grupo lo integramos las mujeres que ocupamos algún puesto directivo en el sector privado (miembros de consejos de administración, directoras, gerentes y jefas de equipo o de departamento), las propietarias de algún negocio o de alguna empresa y también las que tenemos alguna profesión liberal (médicas, abogadas, consultoras, contables, arquitectas, economistas, diseñadoras, etc.). El sueldo suele ser superior a 2.100 euros netos al mes, pero, a cambio, en estos trabajos se suelen trabajar más de 40 horas a la semana y se acostumbra a viajar (ya sea por España o por el resto del mundo). Las mujeres con este tipo de trabajos también hemos declarado, como las de la tipología anterior, que tenemos dificultades para compatibilizar nuestro trabajo remunerado con la vida privada, sobre todo cuando esta se complica con la llegada de hijos, aunque, eso sí, en esta tipología tenemos bastante más control sobre nuestra agenda laboral y también mucha más flexibilidad que las mujeres con un «trabajo de despacho». Incluso algunas tenemos la opción de trabajar desde casa.
- Los «trabajos físicos» emplean a la cuarta parte restante de las mujeres (al 24 %). Aquí estamos las empleadas del servicio doméstico, las que realizamos algún trabajo artesano o manual por cuenta propia (pintoras, fotógrafas...) y las empleadas en el sector privado que trabajamos en algún local distinto de un despacho, como una tienda, un bar o un restaurante. En esta tipología, las mujeres ganamos como máximo 800 euros netos al mes y trabajamos 30 horas a la semana o menos. Casi todas hemos declarado que podemos compatibilizar bien el trabajo remunerado con las necesidades de nuestra vida privada.

Ya ves, Alejandra, en esta vida, todo no se puede tener, y el ámbito laboral está claro que no es ninguna excepción: si quieres tener plena independencia económica, lo que es sinónimo de un buen sueldo, tendrás que

estar dispuesta a dedicarle a tu trabajo remunerado no solo el número de horas que tus compromisos laborales te exijan, sino también muchísima implicación y energía. Y este tipo de trabajos suelen exigir tener que renunciar a una parte importantísima de nuestra vida privada. Sobre todo, porque en estos trabajos es muy difícil desconectar ya que suelen regirse por el cumplimiento de unos determinados objetivos en un plazo de tiempo concreto. En realidad, en este tipo de trabajos no hay ninguna relación entre las horas que se está físicamente en el lugar de trabajo y las horas en las que nuestro cerebro está dándole vueltas a lo que haya que resolver. Y justamente por esta enorme exigencia personal suelen ser trabajos que están muy bien retribuidos. No sabes la de noches que tu tía se había despertado, a horas intempestivas, con una idea que ayudaría a resolver alguno de los temas que me preocupaban de PRM. Al final, me acostumbre a dormir con una libreta y un bolígrafo en la mesilla de noche. Te aseguro que era mucho más práctico que tener que levantarme de la cama a media noche para ir a buscar algún sitio donde poder escribir lo que se me acababa de ocurrir. Y así minimizaba además el riesgo del devastador insomnio que tanto pánico me daba. Porque, si me despertaba en mitad de la noche, y mi cerebro se ponía a pensar, ya no había forma de pararlo. Y entonces empezaban las angustiosas noches de vuelta y vuelta en la cama, de las que me levantaba más cansada incluso que cuando me había ido a dormir.

Si permites un consejo de la hermana mayor de tu madre: haz lo imposible por no dejar de tener nunca independencia económica. Si algún día estás conviviendo con tu pareja y te quedas sin trabajo, sigue buscando hasta que encuentres otro. No tires la toalla, aunque por el camino tengas que aceptar trabajos que estén lejos de tu ideal. Y si algún día llega el momento en que por el bien de la familia, hay que aflojar, evita hacerlo tu sola, haz lo posible porque seáis los dos los que bajéis temporalmente el ritmo. Ni lo dudes. ¿Qué pasa si un día la convivencia deja de funcionar y la pareja se rompe?

Bueno, Alejandra, te dejo porque Claudia tiene hora en el dentista y quería acompañarla.

Cuídate mucho.

Tu tía,

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 11 de junio de 2016

**Para:** Ariadna.pg@gmail.com

**Asunto:** Hemos de ponernos las pilas

Hola, Ari.

¿Qué tal os va? Espero que estéis muy bien. Por nuestra parte, no podemos quejarnos, todos bien. Este fin de semana estamos Enrique y yo de novios. Poco a poco nos vamos haciendo a la idea de que Carlota y Claudia nos abandonen cada vez más fines de semana. ¿Qué tal lo vivisteis vosotros? Yo las echo de menos, pero sin amargura. Estoy feliz de verlas hacer su vida. Bueno, bueno, que me pongo sentimental y no es por eso por lo que te estoy escribiendo. Quería contarte lo que me pasó ayer cenando con Enrique y dos amigos suyos: uno soltero y otro que acaba de divorciarse de la madre de su único hijo. Y, como no sé cuándo nos veremos...

El punto de partida de la velada ya era curioso, pero, espera, espera. Más o menos en la mitad de la cena, la conversación derivó hacia la investigación que saben que estoy haciendo. Son muy educados, así que se interesaron por los resultados. Cuando Enrique les contaba en qué aspectos las mujeres hemos evaluado peor y en cuáles hemos puntuado mejor a nuestra pareja, me sorprendió que ellos reaccionaran de forma tan distinta, de hecho, opuesta. El que acaba de separarse, escuchó a Enrique con mucho interés y con actitud de: a ver qué aprendo. Al soltero, sin embargo, no se le veía nada de acuerdo con lo que le estábamos contando. Lo que más le disgustó fue el hecho de que uno de los aspectos en el que las mujeres hubiéramos puntuado peor a nuestra pareja del otro sexo fuera en el relativo a «cómo nos escuchan». Hasta que, de repente, con los ojos fuera de sus órbitas y encendidos de rabia me miró y soltó:

—¡Claro!, solo faltaría que encima tuviéramos que escucharos. Todos los problemas empezaron el día en que quisisteis ser como nosotros. Así no vamos a ninguna parte. La mujer ha de quedarse en casa ocupándose de sus

hijos.

¿Que qué hice? Pues eso, quedarme de piedra, como imagino que te has quedado tú. Saborear un largo y refrescante trago de vino blanco. Contar hasta mil. Y ya un poco menos acelerada, mirarle fijamente a los ojos y decirle que ahora entendía por qué seguía soltero y sin ningún compromiso a la vista. Después, iniciamos una larga discusión a cuatro bandas en la que el pobre fue acribillado por todos los costados. Pero él, sin inmutarse, se mantuvo fiel a sus ideas. A la vista de lo cual, para zanjar el tema de una vez, le dije que, si como él afirmaba, le gustaría encontrar una mujer con la que compartir su vida, yo veía pocas opciones: o se esforzaba mucho en mejorar su conocimiento de lo que nos gusta y de lo que necesitamos las mujeres y luego lo ponía en práctica con buena nota, o daba un giro de 180° a su vida y empezaba a pensar en convivir con otro hombre o se mentalizaba de que se quedaría solo hasta el final de sus días. ¿Crees que me pasé? Quizá sí, pero la verdad es que uuuuuf... casi consigue sacarme de mis casillas.

Al recordar esta escena, acaban de venirme a la cabeza las declaraciones que hizo el presidente de Turquía, a principios de esta semana, sobre las mujeres. ¿Las has leído? Aquí las reproduzco, según las recoge el recorte de periódico que decidí guardar porque me dejó muy impresionada: «Las trabajadoras que no tienen hijos para apostar por su carrera laboral, niegan su feminidad, quedan incompletas y son solo medias personas. Además, rechazar la maternidad y las tareas del hogar supondría para la mujer perder su libertad». Y, para más inri, ¿sabes dónde pronunció este discurso? En un encuentro de la Asociación Mujeres y Democracia. ¡Toma ya!

¿Qué te parece? No está mal, ¿eh? Si algún día llevamos a cabo la investigación entre los hombres, podremos saber cuántos hay como Erdogan y como el amigo de Enrique. Para el bien de la humanidad, espero que sean una especie en extinción.

Volviendo a la frase del amigo de Enrique, ¿sabes qué acabo de pensar? Que hay una parte de su afirmación que es cierta, los problemas «de los hombres» empezaron el día en que «nosotras» quisimos tener los mismos derechos que ellos. Sin embargo, lo que él es incapaz de pensar es que «nuestros» problemas iniciaron entonces su vía de resolución. Y digo iniciaron, porque a la vista de los resultados del estudio, está claro que, a la

mayoría de las mujeres de España, todavía nos queda un largo y arduo camino por recorrer. Y no te digo nada de lo que nos queda por recorrer si pensamos en otras zonas de nuestro querido planeta.

En el fondo, deben de ser muy pocos los hombres interesados en modificar su anterior estatus. Si lo piensas, para ellos era un verdadero chollo centrar su vida única y exclusivamente en ganar el sustento de la familia y que, de todo lo demás, suegras y suegros incluidos, se ocupara su mujer. Así que, Ari, cada día tengo más claro que o nos ponemos nosotras las pilas o ellos no van a mover un dedo. ¿Lo moveríamos nosotras si estuviéramos en su lugar? ¿Por qué habrían de movilizarse los hombres para compartir con nosotras uno de los trabajos peor pagados y menos agradecidos que existen, el de las tradicionales amas de casa, para cedernos, sin oponer resistencia alguna, un pedazo de su pastel en el retribuido mundo laboral? Yo creo que, sobre todo a los más ignorantes, les da pánico perder su hegemonía y tratarnos de tú a tú. Muchos saben disimular mejor que el amigo de Enrique, pero... Todos y todas sabemos lo mucho que cuesta renunciar a privilegios adquiridos, sean del tipo que sean. ¿Cuántos hombres conoces que estén de verdad interesados en este cambio de roles? Otra cosa es que por respeto a nosotras algunos estén empezando a asumir que nada justifica que los roles de género sean distintos.

A mi modo de ver, ¡dejemos, por favor, que cada mujer haga lo que quiera! Seguro que habrá las que quieran seguir teniendo el rol que civilización tras civilización nos han asignado a las mujeres: el de cuidadoras de la casa y de los hijos por antonomasia. Pero habrá otras que preferirán alguno de los múltiples caminos alternativos que la vida actual nos ofrece. La semana que viene tenemos previsto empezar a investigar a cuántas situaciones de vida distintas nos estamos enfrentando los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa. Seguro que una de estas situaciones será el de las mujeres que están dedicando su vida al cuidado de la familia en exclusiva. En cuanto tengamos los resultados te los envío por mail o quedamos para comentarlos, ¿vale?

¡Cómo me apetece reanudar nuestras largas caminatas por la playa! Pero ya sabes que me he impuesto no hacer extras de este tipo hasta que consiga tener la investigación casi cerrada. ¿Por qué no cerrada del todo?, es posible que te estés preguntando. Pues, porque lo bonito de esta investigación es que

nunca estará concluida del todo ya que seguro que habrá preguntas o comentarios que me iréis haciendo que abrirán nuevas posibilidades de análisis. Sin embargo, si mis previsiones no me fallan, a principios de agosto podréis contar de nuevo conmigo.

Tengo muchas ganas de escuchar qué opinas tú sobre todo esto.

*Petons ben grossos,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** domingo, 12 de junio de 2016

**Para:** carlota\_yebra03@gmail.com

**Asunto:** Disfruta todo lo que puedas

Buenos días, Carlota.

Espero que hayas dormido bien y que estés en plena forma para disfrutar de este nuboso domingo de primavera en la capital de España. Ánimo con el calor seco. Es muy distinto al nuestro, ¿verdad? ¿Tú cuál prefieres?

Esta mañana me he despertado con la sensación de que me había sabido a poco el FaceTime que hicimos ayer noche por lo que, aquí estoy, manos a la obra, para comentarte todo lo que se está agolpando, sin orden ni concierto, en mi mente. ¿Te has dado cuenta de que hoy juego con ventaja? Podré hablar y hablar contigo sin que huyas. Ja, ja... Otra cosa será si tendrás o no paciencia para leer todo lo que tu madre te está escribiendo. ¿Qué tal si te hago un examen cuando vuelvas?

Me gustó mucho ver tu habitación. ¡Qué grande y espaciosa es! Y tienes un baño para ti sola. Pero si estás incluso mejor que en casa. Y qué buena idea que me enseñaras la vista desde tu ventana. A mí, ni se me hubiera ocurrido. Pero lo mejor es que ahora puedo imaginarte moviéndote y durmiendo en la que será tu habitación durante los próximos dos meses. Y ¿sabes?, cuando estos días piense en ti, te veré en la misma posición que ayer cuando, en mitad de nuestra conversación, te echaste boca abajo en la cama, en esa postura tuya tan peculiar, con los pies jugueteando por detrás de la cabeza. Qué cambio tan drástico entre la sensación que tenía antes de hablar contigo y la que tengo ahora. Si lo hubiera sabido, habríamos hecho FaceTime el martes, nada más llegar. ¡Hurra por las nuevas tecnologías! Ni los *avis* ni los abuelos pudieron jamás beneficiarse de algo parecido cuando sus hijos estábamos de viaje.

Ya puedes darle las gracias a Núria. Luego te mando su contacto. Si no hubiera sido por ella, no tendrías esta ganga de habitación. Me ha parecido mejor que cualquiera de las opciones que habías encontrado por Internet,

¿estás de acuerdo? Por lo visto, la dueña solo alquila los tres cuartos que tiene a hijos de conocidos. A ver qué tal resultarán tus vecinos de pasillo. Por lo que me dijo Núria, los dos llevan todo el año en Madrid así que seguro que podrán echarte un cable si algún día lo necesitas. Ya me contarás qué tal, cuando te hayas relacionado con ellos.

Y, encima, la localización es perfecta. Poder ir andando a trabajar es un lujo, te lo aseguro. No sabes el estrés que provocan los atascos, si vas en coche, o los imprevistos y las huelgas si usas el transporte público. Y tardar solo 20 minutos es una gran suerte. Acuérdate del tiempo que me contaste que habías leído que cuesta llegar al trabajo: de media, 35 minutos en Barcelona y 45 en Madrid. Pues, ya ves, Carlota, una verdadera afortunada, tardas en llegar andando a tu trabajo menos de la mitad de lo que suelen tardar los currantes de la capital.

¡Qué ilusión ver tu guitarra apoyada en la pared! Cómo me alegro de que, al final, decidieras llevártela. Yo nunca he tocado ningún instrumento musical, pero me es fácil imaginar la compañía que pueden llegar a hacer cuando se está lejos de casa y de los tuyos. Aunque, por lo que estoy viendo, no sé si vas a tener muchas ocasiones para tocarla. De lo que sí que estoy convencida es de que, como dice el refrán, «más vale prevenir que curar».

Acabo de tener una idea. ¿Crees que podríamos conectarnos por FaceTime desde el despacho en el que te han instalado? A lo mejor, cuando tus compañeros se hayan ido, a mediodía, o al final de la tarde. Me encantaría tenerte también ubicada en el puesto de trabajo de tus primeras prácticas. Ya me dirás si lo ves posible o si crees que tu madre se ha vuelto loca. Sé que soy un poco plomo, quizá sean cosas de las madres. O tal vez solo de algunas madres. Bueno, lo que consideres conveniente. Ya me dirás. No olvides que, ante el vicio de pedir, está la virtud de no dar.

¿Estás muy emocionada con tus primeras prácticas serias? ¿Sabes que lo que aprendas en estos dos meses dependerá solo de ti? Por lo que yo he visto con los recién licenciados que han hecho prácticas en PRM, si lo primero que te encargan lo haces bien, y en el tiempo que se necesita, el resto del equipo confiará en ti y se ocuparán de que les ayudes en el trabajo que ellos vayan teniendo, que, en una consultoría, suele ser muy abundante. Sin embargo, si lo primero que te piden lo entregas lleno de errores, fuera de plazo, o con una

presentación chungu, lo más probable es que a partir de ese día solo cuenten contigo cuando no les quede otro remedio. Así que esfuérzate mucho y consigue que te den cuanto más trabajo mejor. Y si no tienes ninguna tarea específica que hacer, aprovecha para investigar y para estudiar porque seguro que habrá muchos trabajos en los archivos de la consultoría que te permitirán aprender sobre distintos mercados, países, estrategias, metodologías... Recuerda: si algún día te aburres, es que no estás aprovechando del todo la oportunidad que te está brindando la vida.

Ah, y mucho cuidado con el móvil. Entiendo que no te deben de haber marcado ninguna pauta al respecto, por lo menos en PRM no la hay, lo que hace todavía más difícil saber cuál debe de ser su correcta utilización: tendrás que aplicar tu instinto. ¿Sabes que cada vez que coges el móvil para mirar si te ha entrado algún mensaje obligas a tu cerebro a desconectar de aquello que estabas haciendo? Para luego obligarle a hacer el esfuerzo de volverse a conectar. Según dicen los especialistas en estos temas, este proceso de enchufa, desenchufa, enchufa, desenchufa, enchufa... garantiza, por un lado, un importante nivel de estrés cerebral al final del día y, por otro, que se multiplique de forma exponencial la probabilidad de que haya errores en lo que estás haciendo. Así que te recomiendo que dejes el móvil en tu bolso y lo mires solo cuando hagas alguna parada técnica, ya sea para ir al lavabo, para tomar algo o cuando llegue la hora de comer. Tranquila, que si alguien tiene algo urgente que decirte te llamará. Y, además, no sabes la poca profesionalidad que transmiten las personas que, cada vez que entras en su despacho, están mirando el móvil o con el pinganillo en la oreja. ¿Has oído alguna vez la famosa frase del divino Cayo Julio César?: «La mujer del César no solo debe ser honrada, sino también parecerlo». Pues hala, Carlota, ya sabes. Mientras estés en horario laboral, no solo has de ser profesional, sino también parecerlo. Que no se arrepientan de haberle ofrecido dos meses de prácticas a una todavía estudiante universitaria.

Estoy segura de que sabrás aprovechar esta gran oportunidad que te ha brindado la vida y que le sacarás el máximo partido posible. Y, además, intenta, por favor, Carlota, hacer el esfuerzo de saborearlo cada día. No caigas

en la trampa de pensar que es lo normal. Porque te aseguro que de normal no tiene nada en absoluto. ¿Cuántos universitarios crees que consiguen prácticas en el verano del segundo curso de la carrera? Y encima, ¡remuneradas!

A ver si logras cenar con Gonzalo algún día de la semana que viene. ¿Has podido, por lo menos, hablar por teléfono con tu ocupadísimo hermano? Cuando estés con él, acuérdate de mandar alguna foto al chat familiar. Seguro que a papá le hará ilusión veros juntos. Y ya me contarás qué tal lo has visto. Ojalá esté un poco menos estresado que el último día que estuvo en casa.

Cuídate mucho y, recuerda, como dice papá: *molt de seny!*

Besos,

Mamá



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 17 de junio de 2016

**Para:** paula.pg@gmail.com

**Asunto:** El efecto de la llegada de los hijos

Hola, Paula.

Espero que Pablo y tú sigáis en plena forma. Estoy muy contenta de que creáis que os serán útiles los resultados de la investigación que he ido compartiendo con vosotros. Pensando en tu reciente cumpleaños, me ha parecido que te haría gracia saber lo que hemos aprendido sobre la vida de las mujeres que se encuentran en el tramo de edad al que acabas de incorporarte: el de las que tienen entre 27 y 40 años. ¿Qué por qué este tramo empieza en los 27 y termina en los 40? Porque según los análisis que hemos realizado, entre estas dos edades las mujeres, en general, somos bastante homogéneas en relación con lo que pensamos y sentimos sobre cuestiones clave de la vida y, sin embargo, distintas de las del tramo anterior (de 18 a 26) y de las del tramo posterior (de 41 a 49 años). Eso significa que cuando estamos cerca de los 27 años (para algunas mujeres puede ser un poco antes, a los 25 o 26 años y para otras más tarde, a los 28 o 29 años), en aspectos básicos de nuestra vida, nos empezamos a parecer más a las que tienen entre 28 y 40 años de lo que nos parecemos a las que tienen 26 años o menos. Ya te adelanto que el ciclo de vida que estás iniciando abarca catorce años que son muy determinantes en la vida de las mujeres, ya que en ellos solemos tomar decisiones que serán muy relevantes para nuestro futuro y, por tanto, también en nuestra felicidad.

En tu nuevo tramo de edad, la gran mayoría de las mujeres ya nos hemos estrenado en alguno de los famosos *frentes* sobre los que tantas veces me has oído hablar: el 66 % ya estamos inmersas en el *frente* «trabajo remunerado» y el 61 % en el *frente* de la «convivencia en pareja». En tu caso, bingo, porque ya estás de lleno en ambos. Y en eso sí que estás siendo algo precoz, ya que solo el 41 % de las mujeres de entre 27 y 40 años tienen estos dos *frentes* en su vida.

¿Sabes cuál es el efecto inmediato de que las mujeres tengamos estos dos *frentes* en nuestra vida? Si lo miramos desde la óptica del tiempo que destinamos a trabajar los días laborables, resulta que son casi 11 horas al día: de media, 7,5 en nuestro trabajo remunerado y 3,4 en las tareas de nuestra casa. Si lo miramos desde la óptica del tiempo que, cuando estamos en casa, tenemos para nosotras, también disponemos de casi 11 horas al día: de las que de media dormimos 7,2 por lo que, para nuestras cosas, mientras estamos despiertas en casa, nos quedan más de 3 horas al día. Así que ya ves, Paula, en tu actual situación, las mujeres conseguimos, a diario, un muy buen equilibrio entre las horas que trabajamos y las que tenemos para nosotras.

Ya sé que me estoy adelantando muchísimo, pero, por si algún día decides tener hijos, te diré qué es lo que nos ocurre a las mujeres, cuando además de los dos *frentes* que tú ya tienes en marcha, incorporamos también el *frente* «hijos». De todas formas, Paula, espero que todavía estés muy muy lejos de este escenario. De hecho, entre las mujeres de tu recién estrenada franja de edad, hoy en día, solo dos de cada diez tienen los tres *frentes* en su vida (el 21 % para ser exactos). Y te aseguro que, en ese caso, la vida de las mujeres sí que sufre un cambio drástico, no solo por la dedicación que el nuevo miembro de la familia requerirá de su madre, sino también por el efecto que la llegada de un hijo o de una hija tiene en la relación que la nueva madre mantiene con el hombre que acaba de convertirse en padre. Ahora verás por qué te lo digo.

Con tres *frentes*, el tiempo que las mujeres destinamos a trabajar, de lunes a viernes, se dispara, de media, a 13 horas al día. Fíjate en que esto supone que, con la llegada de un hijo trabajamos un poco más de 2 horas adicionales al día que cuando estamos en tu actual situación de *frentes*. El desglose de estas 13 horas es el siguiente: de media, algo más de 7 de trabajo remunerado y casi 6 de trabajos no remunerados ya que destinamos 3 a la casa y casi 3 al nuevo miembro de la familia. ¿Qué te parece? En esta situación, ¡las mujeres hacemos casi dos jornadas laborales completas! ¿Que de dónde sacamos estas casi 3 horas que requiere nuestro hijo? Pues, si comparas estas horas con las que estás dedicando a cada tarea en tu situación de *frentes* actual, verás que le quitamos casi media hora a las tareas de la casa (aprendemos, por ejemplo, a no ver la suciedad ni el desorden), un cuarto de

hora al trabajo remunerado (aquí interpreto que muchas nos volvemos más productivas y otras nos acogemos a jornadas reducidas por el cuidado de un menor), 1 hora y media la deducimos del tiempo que antes de tener hijos disponíamos para nosotras (porque ellos lo necesitan más que nosotras) y alrededor de un cuarto de hora se lo robamos al sueño (porque ya no hay de dónde sacar más tiempo).

Quizá te haya sorprendido que esté metiendo en el saco del trabajo el tiempo que dedicamos a nuestros hijos. Pero es que, tal como yo lo veo, cuidar de un bebé, cuando es tu única ocupación y puedes ir a su ritmo, por ejemplo, el fin de semana, no supone mucho problema, sobre todo si te gustan los bebés. Sin embargo, la cosa cambia de forma drástica cuando has de ocuparte del bebé en una determinada franja horaria, que suele ser 1 hora por la mañana antes de ir a trabajar, y 2 horas por la tarde, por ejemplo, entre las 6.30 h y las 8.30 h, que sería la franja más habitual de la que disponemos para estar con nuestros hijos las madres con trabajos remunerados a jornada completa. Imagínate la escena de la tarde: sales del trabajo corriendo para ir a recoger al bebé, donde esté, normalmente en la guardería o en casa de algún santo de la familia, llegas con él a casa, cansada de haber trabajado, de media, 7 horas, y empieza la juerga: bañas al bebé, le pones las cremas varias, el pañal, lo vistes y lo peinas (con antelación te habrás tenido que asegurar de que no falta ninguno de los productos de higiene necesarios y de que hay ropa limpia); a continuación le preparas la cena (porque son muchos los meses que van a comer de una manera distinta a cómo lo hacen sus padres y además casi todo ha de ser fresco), le das de cenar (tarea más fácil o más difícil según el tipo de bebé), lo acuestas (al principio le cantarás una nana y más adelante le leerás un cuento) y cuando por fin se haya dormido, viene la mejor parte: recoger el baño, luego la cocina, poner lavadoras a diario (porque no sabes la de ropa que ensucian los niños desde el primer día)... Y a todas estas tú todavía ni te has sentado, ni has preparado tu cena. Sé que te va a sonar exagerado, pero, algunas veces, no has podido ni hacer un pipí... ¿Te parece que todo este proceso tiene algo de bucólico? Yo lo veo como una *gymkhana* laboral en toda regla. Ah, pero, lo peor de las mujeres con tres *frentes* no es el número de horas que trabajamos sino el claro desequilibrio al que nos enfrentamos entre las horas que dedicamos a trabajar y las que tenemos para nosotras.

Estas últimas, de media, no llegan a 9, de las que casi 7 estamos durmiendo por lo que nos quedan menos de 2 horas para nuestra higiene personal de la mañana y de la noche, y poco más. Así que, ya ves, si comparas las 13 horas que trabajamos con las 9 que tenemos para nuestro descanso y nuestras cosas, resulta que, en la situación de tres *frentes*, las mujeres trabajamos, a diario, de media, casi 4 horas más de las que conseguimos descansar. Y, con este saldo de descanso en números rojos, durante el primer año del bebé, el segundo, el tercero... y así hasta que nuestro hijo empieza a ser algo independiente, ya te puedes imaginar el cansancio que vamos acumulando con el paso de los años. Y eso que no estamos aquí contando las noches que se despierta porque tiene gases, o porque ha vomitado, o tiene sed... y más tarde pesadillas, y luego... ¿Qué?, ¿te he convencido, Paula? ¿Estás de acuerdo en incluir el tiempo que dedicamos al cuidado y educación de nuestros hijos en horas de trabajo?

Y, para más inri (por favor, presta especial atención a esta información por si un día Pablo y tú decidís tener hijos): hemos aprendido que, en las parejas en que nosotras tenemos trabajo remunerado, con la llegada del primer hijo, nuestros chicos pasan a colaborar en las tareas familiares todavía menos de lo que solían hacerlo cuando no teníamos hijos. Antes de ser padres, nuestros chicos se encargaban, de media, del 34 % de las tareas de la casa y después de ser padres pasan a hacer, de media, el 31 % del conjunto de las antiguas tareas de la casa y las nuevas que se derivarán del cuidado del nuevo miembro de la familia. Sí, sí, lo que oyes, ¡con la llegada de los hijos, en los asuntos de índole doméstico, los hombres dan un paso atrás en toda regla!

Para intentar entender qué es lo que le ocurre a nuestro compañero de viaje hemos desglosado las tareas familiares en dos grupos: casa por un lado e hijos por otro. Lo primero que observamos es que, con la llegada del primer hijo, disminuye el tiempo que el recién estrenado padre dedica a las tareas de la casa (pasan de dedicar, de media, 1,8 horas al día a las tareas de la casa a dedicar, de media, 1,2 horas). Fíjate en que, según esto, cuando tenemos hijos, ellos deciden, está claro que de forma unilateral, dedicar casi media hora menos al día a las tareas de la casa. También hemos podido cuantificar que, en el cuidado de los recién llegados, nuestra pareja del otro sexo se involucra tan poco como lo hacía antes con la casa, ya que, de media, le dedican al hijo 1,4 horas al día. Siendo justos hay que admitir que se ocupan 0,2 horas al día más

de los hijos que de la casa, esto es, unos doce minutos más. En consecuencia, con la llegada del primer hijo a la pareja, nuestros chicos pasan a dedicar al conjunto de las tareas familiares un total de 2,6 horas al día frente a las 1,8 que solían dedicarles antes de tenerlo. Resumiendo: a los hombres, ser padre, en términos de tiempo de dedicación a la familia, no les supone ni 1 hora adicional al día (de media, unos 48 minutos). ¡Frente a las 2 horas y media adicionales que la maternidad suele exigirnos a nosotras! Cuando, para más inri, para muchas de nosotras el punto de partida ya era desequilibrado. Igualdad entre mujeres y hombres, queda claro ¿no?

Y por los comentarios que oigo a mi alrededor, interpreto que este gran paso que los padres primerizos están dando al dedicar a su familia casi 1 hora más al día (cosa que soy consciente de que los padres de antes no hacían), tanto a las madres de estos jóvenes padrazos como a los medios de comunicación les parece todo un logro. Porque, claro, como ellos tienen trabajos remunerados mucho más importantes que los nuestros, nos convencerán de que les es del todo imposible dedicar ni un segundo más al día a la familia. Y lo peor es que muchos se escudan en que no consiguen llegar antes a casa porque su horario laboral se ha complicado. Qué casualidad, ¿no? ¡Pero qué ilusas somos! ¡Y vaya comida de tarro a la que muchas nos dejamos someter! Sobre todo, porque la realidad es bien triste. Mira lo que nos soltó un compañero de PRM cuando estábamos viendo estos resultados por primera vez:

—Claro, yo conozco a varios padres primerizos que cuando salen de trabajar se van al bar con sus amigos o al gimnasio porque no quieren llegar a casa antes de que el bebé esté bañado y cenado. Y, ja ja... Obviamente, la culpa es siempre del jefe...

Por lo que he podido ir comprobando, no estaba exagerando lo más mínimo. Sin ir más lejos, mira lo que le oímos decir a una de las asistentes a la presentación de los resultados de la investigación que hice hace unos días a un grupo de directivas, cuando estábamos en el turno de preguntas:

—¡Mi marido no solo llega tarde! Sino que, además, el muy sinvergüenza, llega explicando que viene de tomar unas cervezas con sus compañeros de trabajo.

Hala, chúpate esa. Aunque hay otra modalidad de escaqueo bastante más sutil: los hombres que ponen reuniones a partir de las 6.00 h de la tarde. ¿Creen de verdad que es una buena hora para concentrarse? O lo hacen porque no hay ninguna otra alternativa. Un día puedo entenderlo, pero ¿por sistema?

Pero lo que ellos no saben, y quizá deberíamos enganchar un papel recordatorio en la puerta de la nevera o en el espejo del baño, es que el cuidado y la educación de los hijos requiere de mucho tiempo, sobre todo mientras son pequeños, de media, en casa algo más de 4 horas al día (no estamos considerando aquí los trayectos a la guardería o el rato de parque, etc.), por lo que, si el padre se ocupa 1 hora, ¿quién se ocupará de las 3 horas restantes? Pues eso, Paula, que en la España actual las madres con trabajo remunerado nos estamos ocupando de nuestros hijos el triple que su otro progenitor.

Seguro que, llegado el momento, Pablo y tú sabréis buscar una solución que sea equitativa para ambos. Mientras los dos estéis soportando el mismo peso de la economía familiar, sería lógico que también os repartierais de forma equilibrada las tareas de la casa y de los hijos, ¿no te parece? Te garantizo que es la única forma de que consigas mantener intactas tu salud física y mental, y de que vuestra relación de pareja no se vea erosionada a diario.

Y llegados a este punto, con lo que tu tía ha visto hasta la fecha, me siento en la obligación de hacerte la siguiente recomendación: si un día decidís tener hijos, plantearos formalizar vuestra relación mediante un contrato, unos pactos al estilo de las capitulaciones matrimoniales. Sí, sí... como en las películas americanas. Y ese rollo de que le quita romanticismo a la relación me parece una bobada de campeonato. Te aseguro que hablar de las cosas delicadas a tiempo es muchísimo mejor que dejar las conversaciones sobre temas peliagudos para cuando vayan llegando. ¿Sabes en qué consisten estas capitulaciones? Tradicionalmente servían para proteger, en el caso de que el matrimonio fuese fallido, a la parte débil de la pareja en lo que a las cuestiones económicas respecta. Pero yo iría mucho más allá e incluiría no solo pactos relativos a una eventual futura ruptura (como la pensión compensatoria o la custodia de los hijos, en distintos posibles escenarios) sino que especificaría también pactos relativos a la convivencia diaria (como el

reparto de los gastos familiares, el reparto de las tareas de la casa, el reparto del cuidado y la educación de los hijos...). Piénsalo de otro modo, ¿serías capaz de empezar a trabajar en una compañía sin haber firmado un contrato que regule la relación entre las dos partes interesadas? Pues en el momento en que una pareja tiene descendientes, resulta que las partes implicadas dejan de ser dos para pasar a ser, como mínimo, tres. Ja, ja... Es posible que estés pensando que tu tía cada día es más rarita. Ya hablaremos...

Un beso para ti y otro para Pablo. Y, por favor, no os olvidéis de cuidaos mucho, a diario, el uno al otro.

Tu tía,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** miércoles, 29 de junio de 2016

**Para:** paula.pg@gmail.com

**Asunto:** Baja por maternidad & Jornada reducida

Hola de nuevo, Paula.

Muchas gracias, guapísima. Tus comentarios a mi último mail me han hecho mucha ilusión. Y no sabes cuánto nos alegramos tu tío y yo de que te sientas tan feliz en esta nueva etapa. No dejes de contarnos vuestras peripecias, ¿vale? En cuanto a lo que me preguntabas, creo que lo único que me quedaría por explicarte con respecto a la maternidad no está relacionado con el ámbito privado, sino con el profesional.

En este sentido resulta que para las parejas en las que los dos estamos activos en el mercado laboral, la decisión de tener un hijo supone que, profesionalmente, tendremos que tomar dos decisiones: la primera tiene que ver con la baja por maternidad o por paternidad a la que nos acogeremos y la segunda, con cómo será nuestra reincorporación, cuando la baja haya concluido. Te contaré cómo funcionan ambas en España por si algún día decidís tener hijos y, llegado el momento, conseguís regresar. En lo que a la baja por maternidad respecta, lo primero que has de saber es que en España a las mujeres que la solicitamos el Estado nos paga, a través de la Seguridad Social, el 100 % de nuestro salario durante el período de tiempo en que no acudiremos a nuestro puesto de trabajo porque estaremos de baja por maternidad. ¿Cuánto tiempo podemos estar de baja?, debes de estar preguntándote. En los partos más comunes, aquellos en que nace solo un bebé, la prestación social nos cubre durante 16 semanas. El número de semanas es ampliable si el parto ha sido múltiple o si el bebé necesita estar hospitalizado, pero confío en que no necesitarás informarte de ninguna de estas dos situaciones. Otro aspecto que me parece importante que sepas es que, si decidimos solicitar la baja por maternidad, las primeras 6 semanas tendremos la obligación de disfrutarlas nosotras, a jornada completa, y las que resten, por



ejemplo 10 en el caso de los partos más habituales, podríamos disfrutarlas a jornada completa o a jornada parcial o, si quisiéramos, se las podríamos ceder al otro progenitor. Además, una vez finalizado el permiso de maternidad existe lo que se conoce como el derecho de lactancia, que ya no corre a cargo de la Seguridad Social sino de la empresa. Pero aquí las opciones son muy variadas por lo que, llegado el momento, ya te informarás. Los padres, sin embargo, tienen derecho a una baja que es de 4 semanas, que son independientes de las que la madre le haya podido ceder. Otra diferencia es que los padres no tienen ningún período de obligatoriedad. ¿Qué te parece? Fíjate que con esta discriminación por sexo en lo que a la baja por natalidad respecta se está incumpliendo un principio básico del derecho: ¿no se supone que todos somos iguales ante la ley?

En lo que se refiere a nuestra reincorporación al trabajo, una vez concluida la baja por maternidad, si es que decidimos que queremos continuar en la misma empresa, las opciones que tenemos son varias: incorporarnos con el mismo horario que teníamos antes de la baja, acordar con la empresa un cambio de horario (manteniendo el total de horas trabajadas) o solicitar una reducción de jornada por cuidado de un menor, en el horario que más nos convenga dentro de nuestra jornada ordinaria. En lo que a la reducción de jornada por cuidado de un menor respecta, por fortuna la ley sí que es igual para los padres que para las madres. Tanto unos como las otras, incluso a la vez, podremos solicitar una reducción de la jornada para cuidar de nuestro hijo. E incluso podemos acogernos a esta reducción de jornada hasta el momento en que nuestro hijo cumpla 12 años. ¡Ah!, y una información que creo que es importante que sepas: durante el período de tiempo en que la madre o el padre estén en jornada reducida por cuidado de un menor, la empresa no podrá despedirlos, a no ser que se haya producido alguna causa justificada que no esté relacionada con la reducción de jornada.

Pues bien, Paula, si algún día decidís tener hijos, os recomiendo que, antes de tomar ninguna decisión laboral, Pablo y tú evaluéis muy bien el efecto que creéis que vuestra paternidad tendrá sobre las empresas en las que estéis trabajando. Tal y como yo lo veo, si vuestro puesto de trabajo es de los que pueden ser fácilmente cubiertos —redistribuyendo vuestra carga laboral entre los otros miembros del equipo o con una llamada a una ETT para contratar a

alguien que os sustituya mientras estéis de baja—, no hace falta que os preocupéis demasiado ya que, independientemente de lo que decidáis, tanto por lo que respecta a la baja como a la reincorporación, lo más normal es que vuestras decisiones afecten poco al normal funcionamiento de la empresa, y por lo tanto esta tampoco estará especialmente preocupada por la decisión que toméis con relación ni a vuestra baja ni a vuestra reincorporación. Sin embargo, si en el momento de ser padres Pablo o tú estuvierais ocupando un cargo que no permite repartir vuestra carga de trabajo entre el resto del equipo (bien porque la empresa sea pequeña, o porque no hay nadie más en el equipo con los mismos conocimientos técnicos que vosotros) o que no se puede cubrir con una llamada a una ETT (porque vuestro perfil laboral se aleja de los que este tipo de empresas ofrecen), os ruego y recomiendo que tengáis presente que vuestra paternidad afectará, sin lugar a dudas, al normal funcionamiento de la empresa. En este caso mi consejo es que, tanto Pablo como tú, habléis con la persona que os contrató de la baja así como de la reincorporación. Así, las empresas empezarán a acostumbrarse a que los hijos, antes de venir a este mundo, también tienen un padre. No tengáis miedo, hablando se entiende la gente. Y recordad que la empresa no podrá llevar nunca la iniciativa en promover esta conversación ya que podría ser acusada de poner trabas a la natalidad de sus empleados. Pero, estad bien tranquilos porque si en su momento os dieron la responsabilidad del puesto de trabajo que estáis ocupando es porque creen que podéis hacerlos cargo de él y confían en vosotros. Estoy segura de que existen muchas formas de organizar vuestra nueva vida sin perder el control de las responsabilidades de vuestros respectivos puestos de trabajo. Hoy en día, con las nuevas tecnologías es todo mucho más sencillo.

Pero tened por favor bien presente que las necesidades de la empresa en relación con el puesto que ocupáis, y por el que os están remunerando, no habrán cambiado en absoluto. Las mujeres o los hombres que olvidamos este pequeño detalle, y te aseguro que sobre todo en el caso de las mujeres somos muchas más de las que deberíamos, estamos tirando piedras no solo contra nuestro propio tejado sino también contra el de las futuras generaciones de mujeres que aspiran a ocupar algún puesto de responsabilidad en las empresas. Y es que por desgracia muchas aceptamos con alegría los derechos

y los privilegios que están asociados a algunos puestos de trabajo, pero, sin embargo, en momentos como el de la maternidad, hacemos oídos sordos a las obligaciones que estos cargos conllevan. Y entiendo perfectamente que nuestras prioridades puedan haber cambiado, porque la maternidad tiene este efecto en muchas de nosotras. Sin embargo, lo que no entiendo es que nuestro cambio de actitud motivado por cuestiones de índole estrictamente personal tenga que tener repercusiones negativas en la empresa que había depositado su confianza en nosotras.

Fíjate en algunos ejemplos de lo que entiendo que a las mujeres no nos conviene en absoluto. Verás que ambos se refieren a mujeres que ocupaban puestos directivos (de los que te comentaba que, como no se pueden cubrir temporalmente ni con otros miembros del equipo ni con una llamada a una ETT, lo ideal sería que planificásemos de forma conjunta con la empresa tanto la baja como la reincorporación). Ya sé que hoy por hoy, las que ocupamos este tipo de cargos somos poquíssimas, pero no olvidemos que una de nuestras reivindicaciones es prosperar en este ámbito, así que es precisamente aquí donde tendremos que ponernos las pilas, ¿no crees? Ahora verás a qué me refiero. ¿Sabes cuántas amigas o conocidas tengo que, ocupando algún cargo directivo, disfrutaron de su baja por maternidad completa, lactancia incluida (porque me lo merezco, decían muy convencidas) y al regresar, después de más de cuatro meses de desconexión total, que algunas incluso habían prolongado empalmado la baja con las vacaciones de aquel año, su «sustituto», normalmente un varón, se había convertido en el «nuevo responsable»? A ellas las relegaban a algún puesto de menos responsabilidad, y ahí se quedaban, haciendo trabajos que ya no les divertían como el de antes, aunque la mayoría seguían cobrando lo mismo, pues reducirles el sueldo hubiera sido ilegal. ¿Por qué nadie las había advertido? ¿Qué son cuatro o cinco meses comparados con la carrera laboral que tanto les divertía y para la que tanto se habían preparado? Con el paso del tiempo, muchas acabaron cambiando de compañía y ahí sí que, si decidían tener un segundo hijo, ya no volvían a cometer los mismos errores. Pero, el caso más flagrante de incoherencia que conozco es el de una directora de marketing de una multinacional, que tenía un sueldo muy abultado porque acostumbraba a pernoctar fuera de su casa un tercio de las noches. Esta directiva tuvo tres

hijos en cinco años y se acogió a la reducción de jornada, desde el primero hasta que el más pequeño cumplió 12 años. ¿Cómo lo ves, Paula? ¿Sabes el coste que le supuso a la empresa seguir pagándole a ella su abultado sueldo, reducido solo en proporción a su reducción horaria y, al mismo tiempo, tener que contratar a otra persona para que hiciera el trabajo para el que la habían contratado a ella? ¿Cuánto crees que tardaron en esta multinacional en contratar a una mujer para un cargo de ese tipo?

Sin embargo, no tuvieron ningún problema con la vuelta a su puesto de trabajo ni, a mi modo de ver, tampoco pusieron freno alguno a la igualdad entre hombres y mujeres en el mercado laboral aquellas amigas mías que eran funcionarias, o que ocupaban puestos de trabajo en los que la empresa podía reorganizarse sin verse afectada de forma negativa y cogieron su baja completa o se acogieron a una reducción de jornada, durante el tiempo que necesitaron. Como siempre, todo depende de las circunstancias, no todas somos iguales y, obviamente, tampoco se espera lo mismo de nosotras en todos los puestos de trabajo, ni en todas las empresas, ni en todos los sectores, ni en todos los momentos...

En mi opinión, es obvio que la sociedad y las leyes han de fomentar la natalidad (sobre todo en el actual contexto en el que nos enfrentamos a una de las tasas de fecundidad más bajas de la historia), y han de proteger los puestos de trabajo de las mujeres y de los hombres que decidamos tener hijos y queramos seguir activos en el mercado laboral. Pero como mujeres creo que no debemos olvidar que si pretendemos tener las mismas oportunidades que los hombres en el ámbito laboral deberíamos empezar por conseguir que a las empresas les diera exactamente igual contratar a un hombre que a una mujer, ¿no te parece? Y hoy por hoy, en España, es evidente que estamos a años luz de que esto sea así. En mi opinión, la culpa de que a las empresas no les dé igual contratar a un hombre que a una mujer la tienen un conjunto de factores. Entre ellos, no es, desde luego, un buen punto de partida, la abismal diferencia del coste que para la empresa supone la maternidad de sus empleadas o la paternidad de sus empleados. Así que aquí está nuestro primer reto: conseguir que se igualen. En lo que a las bajas respecta, mi propuesta es que si no las iguala la ley, igualémoslas nosotras: ¿qué te parece la idea de que la madre se coja una baja de 10 semanas —las 6 obligatorias más 4 de las optativas— y, a

continuación, el padre se coja una baja de otras 10 semanas —sus 4 semanas más 6 que le habrá cedido la madre—? Además de que el hijo habrá estado casi cinco meses con alguno de sus progenitores, veo una ventaja adicional: el padre se habrá tenido que enfrentar al cuidado de su hijo, en igualdad de condiciones que la madre. A partir de ahí será más fácil que los padres entiendan que el hijo también es su responsabilidad, ¿no te parece?

Porque algo que a mi edad ya tengo claro es que somos muy pocos los humanos capaces de valorar en su justa medida aquello que no hemos experimentado en nuestra propia piel. Una de las primeras veces en que fui consciente de este hecho fue a la vuelta de un viaje de trabajo, en el que estuve casi una semana fuera de casa porque fuimos primero a Buenos Aires y de ahí, directos a Miami. Resulta que, antes de irme de viaje, no tuve tiempo de preparar el menú con lo que habría para comer y para cenar durante mi ausencia. Y esta era la primera vez que sucedía, ya que la preparación de los menús semanales siempre ha sido una de mis tareas. Todavía recuerdo cómo tu tío me pidió que, por favor, no volviera a hacerlo. Y curiosamente, y sin haberlo planificado, este viaje marcó un antes y un después, en el valor que tu tío le otorga a una de mis aportaciones a la familia. ¿Qué te parece? Y ocurrió por pura casualidad. Por lo tanto, estoy convencida de que si los padres primerizos no se enfrentan ellos solos a los primeros días de su paternidad, o lo que es lo mismo, si lo hacen con la madre de la criatura a su lado, la experiencia no será todo lo efectiva que debería.

Otro claro culpable de que a las empresas no les dé lo mismo contratar a una mujer que a un hombre es el hecho de que después de la baja hay muchísimas más mujeres que hombres que nos acogemos a la reducción de jornada por cuidado de un menor, a pesar de que aquí la ley sí que es exactamente igual para ambos progenitores. Piensa, Paula, que esta decisión va a afectar a la empresa, por un período bastante más prolongado en el tiempo que el de la baja por maternidad. Pero ¿por qué somos tantas las que optamos por acogernos nosotras a la reducción de jornada? ¿En serio somos tantas las que tenemos trabajos con menos proyección que el de nuestra pareja? ¡Pero si nuestro nivel de estudios es muchas veces superior al de nuestro chico! ¿O será que ni siquiera nos lo planteamos, porque nos han

inculcado que cuidar de los hijos es cosa de mujeres? ¿No nos damos cuenta de que muchas compañías, aunque no lo reconozcan en público, están dejando de contratar a mujeres para determinados puestos de trabajo?

Pues hala, señorita. ¡A contribuir a dejar el pabellón de las mujeres bien alto! Solo siendo coherentes lograremos la igualdad en el mercado laboral que tanto necesitamos y que tanto nos merecemos.

Dale muchos recuerdos de mi parte a Pablo. A ver si este verano os da tiempo de hacernos una visita. Seréis, como siempre, muy bienvenidos. Y prometo no daros la vara con la investigación. De hecho, a tu tío y a tus primas les he prometido que este verano dejaremos aparcadas las conversaciones sobre cómo somos, qué pensamos y cómo nos sentimos las mujeres. La verdad es que noto que están empezando a estar al límite de su capacidad de aguante. Nada de hablar, en el desayuno, la comida o la cena, de qué nos pasa a las mujeres... prometido.

Besos a los dos.

Tu tía,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 2 de julio de 2016

**Para:** meryta@hotmail.com

**Asunto:** ¿Cómo concilian las mujeres con cargos directivos?

Hola, Mery.

¿Todo en orden por los *madriles*? Me he acordado de ti mientras leía un artículo sobre Susan Wojcicki en *La Vanguardia*. Así que, en cuanto he terminado de leerlo, me he sentado delante del ordenador. Y aquí estoy para contarte todo lo que he estado pensando. ¿Sabes quién es? Es la consejera delegada de YouTube desde febrero de 2014 y antes había sido, durante casi quince años, la responsable de la publicidad de Google. Hablan de que es la mujer más poderosa de Internet. Y, alucina, tiene cinco hijos. El artículo trata de la conciliación entre el trabajo y la vida familiar. Ella declara que se ha convertido en una verdadera activista de la conciliación familiar y que este está siendo uno de sus actuales caballos de batalla. No sabes lo bien que me parece que mujeres con posibilidades reales de influir decidan abanderar esta cuestión. Nosotras y las futuras generaciones de mujeres, incluida la de nuestras hijas, estamos muy necesitadas de este tipo de referentes.

Sin embargo, me parece que artículos como este son bastante engañosos y perjudiciales para la inmensa mayoría de las mujeres. Estoy convencida de que muchas de las que lo habrán leído se habrán sentido fatal porque es muy posible que ellas estén viviendo con la eterna sensación de que se sienten agotadas y de que, a pesar de sus permanentes esfuerzos, no consiguen llegar a todo. Muchas incluso teniendo unos trabajos menos exigentes y un único descendiente o, como máximo, dos. Mi opinión es que, para las privilegiadas con trabajos remunerados como el de Susan, conseguir conciliar trabajo y familia, sin que uno afecte negativamente al otro, es bastante menos utópico de lo que lo es para la abrumadora mayoría de las mujeres con hijos que

trabajamos tanto en casa como fuera de ella. Ya sé que a priori puede parecer lo contrario, pero, a ver si consigo explicarte cómo lo veo. Ya me dirás si estás o no de acuerdo.

En lo que se refiere al ámbito familiar, creo que las mujeres como Susan lo tienen bastante más fácil que la inmensa mayoría ya que, con independencia de si conviven o no en pareja, y del trabajo que tenga o no su pareja, ellas cuentan con unos muy buenos ingresos, lo que les permite contratar, para su casa, toda la ayuda remunerada que necesiten: ya sea para la realización de las tareas de la casa, para cuidar y vigilar a sus hijos cuando estos son pequeños, o para hacer de chófer a los hijos en todo aquello que la madre y el padre no sean imprescindibles (idas y venidas, primero al parvulario y luego al colegio; actividades extraescolares, fiestas infantiles...). Por eso, al llegar a casa, las mujeres como Susan pueden concentrarse en atender las necesidades emocionales de sus hijos y también las de su pareja, ya que todas las de carácter más mecánico las han delegado en la ayuda externa remunerada. Ojo, que no pretendo quitarle el mérito que conlleva tanto saber organizar la ayuda doméstica contratada como saber delegar algunas de las cuestiones relativas a los hijos, algo que muchas mujeres somos del todo incapaces de hacer. Pero este es otro tema...

En cuanto a la vertiente laboral, también considero que cargos como el de Susan lo tienen más fácil para conciliar trabajo y familia que el resto de las mortales ya que, en lo que a la conciliación respecta, se benefician de importantes ventajas. La principal es que, excepto en fechas muy concretas, ellas son las únicas dueñas de su agenda, por lo que nunca planificarán una reunión importante o un viaje en el día del cumpleaños de sus hijos, el día de la reunión de padres de sus respectivas clases, el día de la fiesta anual del colegio, el día de la final de baloncesto, el día de Sant Jordi, etc. Y ya sabemos la angustia que a la mayoría de las madres nos provoca tener que perdérsela una de estas citas. Desconozco si es por una necesidad real de no perdérsela o si es la consecuencia de la presión social a la que hemos sido y somos sometidas a diario. Pero la realidad es que, por lo que he podido observar, la mayoría de nosotras necesitamos estar con nuestros hijos en los momentos clave de su infancia y de su adolescencia. Otra gran ventaja que veo en los trabajos como el de Susan es que suelen tener un asistente o una



asistente que las ayuda no solo en las cuestiones laborales, sino con frecuencia incluso en las familiares. Esa «mano derecha» seguro que es inteligente y eficiente, porque si no ya no habría sido contratado o contratada como asistente personal. Y la realidad es que estos asistentes de lujo son los que evitan que las mujeres como Susan tengan que desdoblarse, como hemos de hacer la mayoría de las mortales.

¿Te imaginas el chollo que habría sido que alguien nos hubiera ayudado en cosas como escoger dónde harán las actividades extraescolares en los ratos en que ellos ya no están en horario escolar y sus padres seguimos en horario laboral, realizar los trámites de la matriculación, comprar los libros del colegio o el resto del material escolar, incluidos el equipo de gimnasia y las batas, encargarse de las etiquetas con los nombres de cada hijo, ocuparse de los desperfectos de la casa y de la reparación de los electrodomésticos...?

Los cargos como el que ocupa Susan tienen, además, la inmensa ventaja de disponer de total flexibilidad para hacer su trabajo donde quieran y, lo que es más importante, en el horario que más les convenga. De hecho, en la entrevista, Susan declara que su fórmula para conciliar su vida laboral con su vida familiar ha sido guardarse el tramo de 18.00 h a 21.00 h para estar en casa con sus hijos. Y añade que, para ella, cenar con ellos es fundamental para lograr el equilibrio que necesita y que, durante ese tramo horario, se concentra en la familia y procura no contestar mails hasta que están todos en la cama, normalmente después de las nueve.

Cuando he leído su fórmula de conciliación, me he quedado atónita. ¿Sabes, Mery, que es la misma solución a la que llegué yo, después de bastantes meses de angustia porque muchos días solo veía a Carlota despierta por la mañana? Recuerdo muy bien el día en el que se me iluminó la mente mientras me duchaba (ja, ja... No sabes la de asuntos que he resuelto en la ducha). Aquella mañana lo vi claro: a partir de ese día iba a hacer lo imposible por irme del despacho sobre las 19.00 h. Obviamente, mi puesto de trabajo no era comparable al de Susan, pero como cuando nació Carlota, yo ya llevaba muchos años en PRM, era bastante dueña de mi propia agenda y también de mi horario.

Qué curioso que este artículo me haya hecho viajar en el tiempo. ¿Sabes qué es lo que hice yo, cuando tuve a Carlota, para conseguir irme del despacho dos horas antes de la hora a la que lo había hecho durante los nueve años anteriores? La verdad es que hasta que nació Carlota me daba enteramente igual llegar a casa a media tarde o a la hora de la cena. Lo pasaba tan bien trabajando que no me preocupaba en absoluto el tiempo que tuviera que invertir. Soy muy consciente de la suerte que he tenido. Sobre todo ahora que hemos cuantificado la felicidad de las mujeres en su puesto de trabajo. Pero volviendo a lo que hice para robarle dos horas al tiempo de presencia física en PRM: lo primero fue acostumbrarme, a primera hora de la mañana, a elaborar una lista de lo que tenía que hacer ese día para a continuación clasificar las tareas en dos tipos, de forma que todas aquellas que no requerían ser trabajadas y discutidas con algún miembro del equipo de PRM iban directamente al maletín de lo que me llevaría a casa para hacer después de la cena. Otra medida que me impuse fue la de limitar las comidas entre semana (ya fueran de trabajo o de índole personal), para intentar comer, como máximo, en media hora. Y por último decidí aparcar el gimnasio para una época más tranquila. De hecho, hasta hace dos años no lo pude retomar. Cuando lo decidí no era en absoluto consciente de que el gimnasio iba a estar aparcado durante casi dos décadas. Y, para mi sorpresa, el solo hecho de haberme marcado una hora de salida, me forzó a gestionar y a priorizar de forma mucho más eficiente el tiempo que estaba en PRM.

De hecho, fue en esa época cuando se me ocurrió la que bauticé como la *Teoría de las Puertas*. Creo que nunca te he hablado de ella, ¿verdad? Yo llamo *puertas* a cada una de las tareas, recados, trabajos... de los que hemos de ocuparnos, con independencia de si son grandes o pequeños y del ámbito de nuestra vida al que pertenezcan: el familiar, el laboral o el personal. Y la teoría se basa en que para ser eficaz hay que conseguir que el cerebro esté concentrado en una única *puerta*, por lo que hay que evitar tener varias abiertas a la vez. Para ello, lo fundamental es asegurarse de que la *puerta* que tienes entre manos está bien cerrada antes de abrir la siguiente.

Ya que estamos, te cuento cómo por aquel entonces empecé a ponerla en práctica. Cada domingo por la tarde redactaba una lista con todo lo que sabía que tendría que hacer durante la semana siguiente (ja, ja... Los imprevistos ya

llegarían). Era fundamental que en la lista no olvidara ninguna tarea ya que una de las ventajas de esta teoría es la tranquilidad que nos infunde el saber que en la lista está todo, y que no deberemos invertir ni un solo segundo de la semana pensando en si nos estamos olvidando algo. La lista incluía, además de todas las cuestiones relativas al trabajo remunerado, cosas como: hablar con la tutora de la clase de Claudia, llevar unos zapatos al zapatero y un traje a la tintorería, llamar a Lola para ver qué tal está de su intervención de varices o pedir hora para depilarme. Lista en mano, lo siguiente es hacer un *ranking* de las *puertas* según su urgencia. Y, por último, habiendo hecho una estimación del tiempo que necesitaremos invertir en la resolución de cada *puerta*, habrá que ubicarlas en el día de la semana en que nos ocuparemos de cada una. Para ello, en lugar de utilizar la agenda, a mí me resultaba más práctico hacer esta planificación en un folio en blanco, empezando por colocar los siete días de la semana en cabecera y las horas del día en fila. Cuando me enfrentaba a alguna *puerta* que no tenía ni idea de cuánto tiempo iba a requerir, si no era muy urgente, la dejaba para el viernes o para la última hora de algún día laborable. Ese día tal vez no llegaría a tiempo de ver a Carlota y a Claudia despiertas, pero sería una excepción.

Y te aseguro, Mery, que aplicar esta teoría me fue muy útil. Recuerdo bien el día en que un consultor de PRM llamó a la puerta de mi despacho para preguntarme si podíamos hablar de una duda que le había surgido en relación con el proyecto en el que estábamos trabajando. Tenías que haber visto su cara de sorpresa ante mi respuesta:

—Lo siento, Luis, ahora no puedo. En cuanto termine lo que estoy haciendo, te aviso y empezaremos con tus dudas, ¿vale?

Está en la siguiente *puerta*, recuerdo haber pensado. Y esa fue la primera vez que fui plenamente consciente de que estaba aplicando la recién nacida *Teoría de las Puertas*. No te rías, Mery, que funciona. Por lo menos a mí hace muchos años que me funciona. Me di cuenta de que estar yendo de aquí para allá, de un tema a otro, no solo era una enorme fuente de errores sino también un gran generador de estrés. Y no te digo nada de tener multitud de temas pululando por nuestra mente sin orden ni concierto. Nos hace vivir con la eterna sensación de que se nos olvidará algo. Y también aprendí que, si estaba

ocupándome de una *puerta*, ni miraba el mail, ni contestaba el móvil, ni... nada de nada hasta que la hubiera cerrado en condiciones. Ja, ja... Las paradas técnicas son las únicas excepciones.

No te negaré que al principio me costó ponerla en práctica, sobre todo porque me agobiaba que los que me rodeaban pudieran tener la sensación de que pasaba de ellos, pero a la que me acostumbré y también se acostumbraron tanto mi entorno laboral como el familiar, todo fueron ventajas.

Así que ya ves lo útil que me resultó marcarme una hora límite para irme de PRM y garantizar que, al llegar a casa, vería a mis hijas despiertas. ¿Tú hiciste algo parecido, Mery? Confieso que esta nueva organización supuso que muchas noches me acostara tarde y, bastantes noches, más tarde aún, pero, en ese momento, el problema era única y exclusivamente mío y de mis horas de descanso nocturno: el nuevo horario de trabajo remunerado que me había impuesto ya no perjudicaba a las niñas ni tampoco a ninguno de mis compromisos laborales. El único que tal vez salió perjudicado fue Enrique ya que después de cenar, en lugar de apalancarme a su lado a ver alguna película, solía trabajar en los asuntos pendientes. Suerte que él siempre me ha apoyado.

En la difícil tarea de conciliar trabajo y familia, ¡cuántos disgustos y comeduras de coco me habría ahorrado si alguien me hubiera explicado lo útil que me resultaría tanto fijarme una hora de salida como, mientras estuviera en PRM, priorizar las *puertas* que debía resolver con el resto del equipo! Aunque, bien pensado, mi madre, que ha sido mi principal consejera de vida, tuvo tres hijas pero nunca un trabajo remunerado serio, por lo que, en su caso, la conciliación trabajo-familia ni siquiera se planteó. Y mis otras fuentes de formación de vida tampoco funcionaron: en PRM, yo fui la primera mujer con un cargo directivo y, entre mis amigas más próximas, la procreación estaba todavía ausente o era bastante incipiente.

¿Sabes cuántas mujeres con cargos directivos hay en España? Entre las que tenemos trabajo remunerado (que somos el 56 %), no llegamos ni a un 7 %. Así que el 93 % restante nos enfrentamos a realidades bastante diferentes a la de Susan tanto en nuestro ámbito familiar como en el laboral. Precisamente por eso considero que este tipo de artículos de los que se desprende que, para las mujeres, conciliar trabajo y familia no es tan complicado son una estafa.

Bueno, Mery, en cuanto pueda te haré llegar algunos resultados de la investigación en relación con la realidad laboral y familiar a la que nos enfrentamos, en España, las mujeres que tenemos que conciliar el trabajo remunerado con nuestra familia. Así, en nuestro próximo encuentro, estaremos en igualdad de condiciones para debatir este asunto. Ahora he de dejarte. He convencido a Enrique para ir al cine.

Mil gracias por vuestra generosa ayuda con Carlota durante estas últimas semanas. No lo olvidaré nunca.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** domingo, 3 de julio de 2016

**Para:** meryta@hotmail.com

**Asunto:** ¿Cuál es en España la realidad de las mujeres que hemos de conciliar?

Buenos días, Mery.

¿Sorprendida de ver dos mails míos en tu bandeja de entrada? Es que tenía prisa por retomar el tema de la conciliación laboral y familiar que ayer tuve que dejar a medias. Así que aquí estoy con algunos resultados sobre la realidad a la que nos enfrentamos en España las mujeres que no queremos renunciar ni al trabajo remunerado ni a la maternidad.

Lo primero que hemos aprendido es que no es del todo correcto hablar de conciliación como un concepto único y universal ya que, entre las mujeres que tenemos trabajo remunerado, hay distintos niveles de necesidad de conciliar la vida personal con la laboral, según cuál sea la complejidad de nuestro ámbito privado. En la investigación hemos identificado los cinco más básicos. El Nivel 1, el menos complejo, incluye a las que estamos activas en el mercado laboral y seguimos viviendo en casa de nuestros padres (somos el 13 % de las mujeres con trabajo remunerado); el Nivel 2 es el de las que ya nos hemos independizado y vivimos solas en nuestra casa (somos el 11 %); el Nivel 3 es el de las que vivimos en pareja en nuestra propia casa y no tenemos hijos (somos el 22 %); el Nivel 4, el de las que tenemos hijos pero ya son todos mayores de edad (somos el 17 %), y el Nivel 5, el de máxima complejidad para conciliar trabajo y familia, es el de las que tenemos algún hijo menor de edad. En España, nos encontramos en este último Nivel el 37 %, esto es, casi cuatro de cada diez mujeres con trabajo remunerado.

Los datos que te daré a continuación los centraré en las mujeres cuya vida se encuentra en el Nivel 5 de necesidad de conciliación, por ser el que entiendo que le correspondería a Susan. Ya verás lo parecidas que son las realidades laboral y familiar de las mujeres que estamos viviendo en España en este nivel con la realidad laboral y familiar de Susan.

Empezaré por algunos resultados sobre la vertiente laboral de las mujeres cuya vida se encuentra en el Nivel 5:

- En lo que respecta al tipo de trabajo que las mujeres en este nivel desempeñamos, lo más habitual es que estemos empleadas en el sector privado y trabajemos en un despacho (el 26 %). En menor medida, que estemos empleadas en el sector privado y nuestro trabajo se realice en un local de trabajo distinto de un despacho o que estemos empleadas en el sector público (el 19 % en cada uno de estos dos tipos de trabajos). Con un 10 % de presencia estamos por un lado las mujeres que tenemos algún cargo directivo (directoras, gerentes, jefas de equipo o de departamento, etc.) y, por otro, las profesionales (las médicas, abogadas, consultoras, contables, arquitectas, economistas, diseñadoras, etc.). Lo menos habitual es ser propietaria de algún negocio (el 8 %), trabajar en el servicio doméstico (el 4 %) o ser artesana por cuenta propia (el 4 %). Tamaños estos que son muy similares a los que se dan entre el conjunto de las mujeres que estamos activas en el mercado laboral.
- En lo que al número de horas de dedicación respecta, en este nivel, lo más habitual es que las mujeres destinemos al trabajo remunerado menos de 40 horas a la semana (aquí estamos el 48 %). Menos común es que el trabajo remunerado requiera 40 horas a la semana (afecta al 36 %) y todavía menos habitual es trabajar más de 40 horas a la semana (apenas el 16 %). De media, en este nivel de necesidad de conciliación, las mujeres destinamos 37 horas a la semana a nuestro trabajo remunerado, que es una hora más que la media de las mujeres con trabajo remunerado.
- En lo que se refiere a la flexibilidad que tenemos para trabajar desde casa, en este nivel, en España, estamos disfrutando de flexibilidad el 30 % de las mujeres, por lo que la gran mayoría (el 70 % restante) debemos ingeniárnoslas para compatibilizar nuestro normalmente inflexible horario laboral con la vida imprevisible de nuestros hijos. Las que tenemos flexibilidad para trabajar desde casa solemos realizar la mitad del trabajo desde casa y la otra mitad en el lugar de trabajo. Las mujeres

que se encuentran en el Nivel 5 se están beneficiando en cuestión de flexibilidad laboral en la misma medida que las del resto de los niveles. Chocante, ¿no?

- En cuestión de ingresos, lo más normal entre las que estamos viviendo en el Nivel 5 es tener unos ingresos netos que no superen los 1.150 euros al mes (afecta al 42%). Algo menos normal es que los ingresos netos se sitúen entre 1.151 y 2.100 euros al mes (afecta al 34%). El 24% restante ingresamos más de 2.100 euros al mes, proporción que es casi el doble que la que se da entre el conjunto de las mujeres que tenemos trabajo remunerado.

Y aquí tienes el detalle de lo que hemos aprendido sobre la logística familiar de las mujeres cuya vida se encuentra en el Nivel 5:

- En este nivel, no llegamos a dos de cada diez (somos el 19 %) las que tenemos ayuda externa remunerada para realizar las tareas de la casa. Y las que tenemos ayuda a tiempo completo, coincidiendo con nuestra jornada laboral, somos todavía menos: un escasísimo 3 %. Valores ambos que se sitúan algo por encima de los que se dan para el conjunto de las mujeres: el 13 % y el 2 % respectivamente.
- En lo que respecta a la ayuda que tenemos para el cuidado de nuestros hijos mientras nosotras estamos en nuestros respectivos trabajos remunerados, somos poco más de una de cada cuatro (el 27%) las mujeres que tenemos ayuda regular y una proporción similar (el 29%) las que solo tenemos ayuda en situaciones excepcionales. Eso significa que lo más habitual, porque ocurre en el 44% restante, es que tengamos que espabilar con los hijos sin ningún tipo de ayuda externa a la pareja. Situación esta última que es siete puntos más favorable en este nivel que entre el conjunto de las mujeres con hijos, entre las que se sitúa en el 51%. En muy pocas líneas creo que te quedará claro por qué al hablar de hijos me estoy refiriendo a las mujeres y no a la pareja. Ya verás lo solas que estamos en este *frente*. Y una pésima noticia, a mi entender, es que la ayuda regular que tenemos con los hijos, que es la que de verdad permite que podamos conciliar bien trabajo y familia, está en caída libre con



respecto a la que tenían las madres del Nivel 5 de la generación anterior. ¿Crees que la crisis es la única causa? ¿O estarán también influyendo cuestiones estructurales como que varias generaciones de una misma familia han dejado de convivir bajo el mismo techo?

- Y, para terminarlo de arreglar, las pocas afortunadas que tenemos algún tipo de ayuda en el cuidado de los hijos ya sea en este nivel o entre el conjunto de las madres, hemos declarado que la ayuda nos libera de un escasísimo 10 %, lo que significa que el 90 % restante queda a cargo de la madre o del padre. En realidad, tiene sentido: a estas alturas del curso ya tengo claro que muchas de las tareas que conlleva ocuparse de nuestros hijos no son delegables. Sobre todo, las más relevantes, como su educación o su salud. ¡Qué poco consciente era yo de todo esto antes de que naciera Carlota!
- Y, cuando estamos en el Nivel 5, ¿cómo nos repartimos la madre y el padre de las criaturas su cuidado y educación? Desgraciadamente, sobre nosotras recae el 72 % y sobre ellos apenas el 28 %. ¿Cómo podemos, en pleno siglo XXI, estar permitiendo que los padres de nuestras criaturas hagan menos de un tercio de los trabajos que de los hijos se derivan? Ojo, Mery, que esto significa que, después de nuestras respectivas jornadas laborales, en este Nivel 5, por cada cosa que los padres hacen con o para sus hijos, las madres estamos haciendo tres. Pero si estar en el Nivel 5 significa que fuera del hogar familiar, aunque a muchas no nos remuneren igual, ¡trabajamos lo mismo! Y lo peor es que la colaboración de los padres en este nivel es dos puntos porcentuales inferior a la colaboración media del conjunto de todos los padres.

Así que, ya ves, Mery: la realidad laboral y familiar de las madres con trabajo remunerado y algún hijo menor de edad en España es bastante más compleja de conciliar que la de Susan, no solo porque tenemos mucha menos flexibilidad en nuestro trabajo remunerado sino también porque, o la economía familiar es robusta, o a la mayoría nos será muy difícil poder contratar la ayuda externa que necesitaríamos para que cuide de nuestros hijos mientras estos sean pequeños y nosotras o nuestra pareja estemos en horario laboral.

El reflejo de la poca ayuda con la que contamos la mayoría de las mujeres que estamos activas en el mercado laboral y tenemos algún hijo pequeño (tanto de la propia pareja como externa a la pareja) es que, cuando, por fin, conseguimos llegar a casa después de nuestra jornada laboral (en la que, de media, hemos trabajado 7,3 horas), además de ocuparnos de nuestros hijos (de media, 3,4 horas cada día), tendremos que hacer las tareas de la casa (de media, 2,8 horas al día). Fíjate, Mery, en que si sumas todas estas horas verás que cuando nuestra vida se encuentra en el Nivel 5 casi duplicamos el tiempo oficial de una jornada laboral, ya que trabajamos cerca de 14 horas al día. Y un cálculo que me ha parecido interesante, porque nunca antes me había parado a pensarlo, es que, de estas horas, algo más de la mitad son remuneradas (el 54 %), pero la otra mitad (el 46 %) no lo son, por lo menos no en el sentido estricto de la palabra. ¿Cuántas mujeres y cuántos hombres crees tú que están metiendo en el saco de horas de trabajo, además de las remuneradas, también las que se destinan a la casa y al cuidado o educación de los hijos? Es posible que seamos más mujeres que hombres, pero aun así, debemos de ser poquísimas...

Sin embargo, ¿sabes qué creo que es lo peor que nos sucede mientras nuestra vida está en el Nivel 5? En mi opinión, lo peor no es la cantidad de horas que trabajamos, en un sitio o en otro, sino lo poco que conseguimos descansar porque, de media, dormimos 7,1 horas al día y lo que nos queda para nuestras cosas mientras estamos despiertas en casa son menos de 2 horas, de hecho, 1,7 de media. Si comparas estas casi 9 horas de descanso (que resultan de sumar las que dormimos y las que estamos despiertas en casa) con las casi 14 que trabajamos, obtendrás un saldo negativo de aproximadamente 5 horas (4,7 para ser exactos), por lo que me parece que es fácil de entender el cansancio que las mujeres vamos acumulando, mientras nuestra vida transcurre en el Nivel 5, un día tras otro, año tras año desde que nos estrenamos en la maternidad. Ja, ja... Ahora me quedo más tranquila. Ya sé que mal de muchos, consuelo de tontos. Sabía que estaba agotada, pero nunca me había parado a cuantificarlo. Visto así, nuestro cansancio se entiende mucho mejor, ¿no te parece? No es que fuéramos unas «flojeras». ¡Sin embargo, por fortuna, tanto tú como yo ya hemos superado esa fase!

Una información de la investigación que no puedo dejar de compartir contigo, porque entiendo que es el motor por el que muchas madres superamos con éxito la fase de nuestra vida que transcurre en el Nivel 5, es que, los años que permanecemos en él, las mujeres solemos sentirnos más cansadas que infelices. De hecho, entre las que hoy están viviendo en el Nivel 5, se alcanza no solo el máximo valor de felicidad con el trabajo remunerado (de media, 7,4 en este nivel, frente al 7,1 del total de las mujeres que estamos activas en el mercado laboral) sino que también, de los cinco niveles de conciliación identificados, es aquel en el que se alcanza la felicidad más elevada con la vida en general (de media, 7,8 en este nivel, frente a 7,4 en el conjunto de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa).

Pero, a pesar de este elevadísimo nivel de felicidad que muchas mujeres experimentamos mientras nuestra vida se encuentra en el Nivel 5, el cóctel en el que se ha convertido el día a día de muchas madres trabajadoras con hijos pequeños parece ser una de las causas de que no todas lo resistamos por lo que o bien abandonamos nuestro trabajo remunerado antes de llegar a la edad de jubilación (han optado por esta alternativa el 17 % de las madres con experiencia en el mercado laboral) o bien nos decantamos por alguna solución menos drástica y continuamos activas en el mercado laboral, pero en trabajos menos exigentes o con una reducción de jornada (lo han hecho el 10 % de las madres con experiencia en el mercado laboral). También hemos aprendido que, en la primera de estas dos situaciones, las que abandonamos el mercado laboral, sea por voluntad propia o porque nuestra salud ya no aguantaba más, dejamos el mercado laboral con 37 años de media, mientras que las que hemos puesto un freno a nuestro trabajo remunerado, lo ponemos un poco más tarde, a los 39 años de media. Interpreto que esta diferencia de dos años se debe a que, las que ponemos un freno, es posible que tengamos un trabajo remunerado que nos guste y que además esté bien pagado, por lo que nos aferramos a él todo el tiempo que podemos, a pesar del megaesfuerzo que hacemos a diario para conciliarlo con nuestra vida familiar.

Si sumamos las mujeres con hijos que abandonamos el mercado laboral con las que hemos puesto algún freno, resulta que casi una de cada tres mujeres con hijos y con experiencia en el mercado laboral (el 27 %) acabamos tirando la toalla del trabajo remunerado. ¿No te parece que somos

demasiadas? Vaya coste para la sociedad, ¿no crees? Y estoy segura de que esta cifra sería todavía más alta si a estas dos situaciones (las que ponemos un «freno» con las que «abandonamos») añadiéramos a las mujeres que hemos renunciado a puestos de mayor responsabilidad porque hemos antepuesto el bienestar de nuestra familia al nuestro. Esta información la desconocemos, ya que fue una de las preguntas que tuvimos que sacrificar al ver lo larga que era la encuesta. Pero nosotras conocemos a unas cuantas que han puesto su profesión en un segundo plano, ¿verdad?

Y aquí termina el bombardeo de cifras. Espero no haberte aburrido demasiado. No he sabido por dónde cortar, la verdad. Todos estos datos me parecen básicos para ilustrar la realidad de las mujeres trabajadoras con hijos en lo que respecta a la famosa conciliación trabajo-familia. ¿Te esperabas algo así? Yo siempre he sabido que era una privilegiada porque conozco a pocas parejas que hayan tenido tanta ayuda remunerada en casa como nosotros. Sin embargo, te aseguro que no imaginaba que la situación fuera tan cruel, supongo que influida por lo que ocurre a mi alrededor, ya que las mujeres que conozco que están activas en el mercado laboral o cuentan con ayuda remunerada en casa, o con un muy buen soporte familiar, o si no, tienen una pareja con la que se reparten de forma equitativa todos los trabajos no remunerados que les afectan: tanto los de la casa como el cuidado y la educación de sus hijos, si es que han tenido.

La buena noticia, creo yo, es que vale la pena que las mujeres nos esforcemos todo lo que podamos en buscar los medios que nos permitan resistir en nuestro trabajo remunerado hasta que nuestros hijos sean independientes del todo. ¡Serán solo unos cuantos años de nuestra vida! Creo que nos conviene tener presente que mientras nuestra vida discorra en el Nivel 5, a pesar del cansancio que seguro que acumularemos, es muy posible que nos sintamos más felices que en otros momentos de nuestra vida, no solo con nuestro «trabajo remunerado», sino también con nuestra «vida en general». ¿Te parece una buena noticia? A mí sí, ya que estoy convencida de que es mucho más fácil de resolver el agotamiento que la infelicidad.

¿Sabes qué he pensado más de una vez? Tengo la sensación de que a las mujeres nos han vendido una moto. ¿Es de verdad el trabajo remunerado el principal causante de que muchas de nosotras, en el momento en que somos

madre, tengamos tantas dificultades para compatibilizar nuestras obligaciones laborales con las familiares? ¿O la causa principal deberíamos buscarla en nuestra organización familiar? A la vista de estos resultados, y sin ser una experta en derecho laboral, me parece que las medidas implantadas a escala empresarial, en la regulación de la maternidad y de la paternidad en España, sin cuestionar si son o no suficientes, o si son o no justas, están muy por delante de las medidas que, de momento, no se están estableciendo en la intimidad de muchas parejas. Y, por si fuera poco, de lo que sucede entre las cuatro paredes de nuestra casa no podemos echarles la culpa a los políticos, a los empresarios o a los sindicatos.

Hala pues, aquí lo dejo. Vaya discursito te he soltado, ¿eh? Ja, ja... Me gustaría mucho saber tu opinión, así que el día que te apetezca lo comentamos, ¿vale?

Hasta dentro de tres semanas. Para tu tranquilidad, que sepas que Elena y yo fuimos ayer a la playa para prepararos el terreno y asegurarnos de que todo estará en perfecto estado de revista para vuestra llegada. El chiringuito ya está abierto, ¡y este año también hay sardinas!

Recuerdos a tu chico y besos para ti,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 5 de julio de 2016

**Para:** emmacbt@hotmail.com

**Asunto:** ¿Qué es lo que nos hace sentirnos más felices con nuestra pareja?

Hola, Emma.

¿Qué tal estás? Ojalá consigas resolver muy pronto todos los asuntos que te tienen atada de pies y manos en la Ciudad Condal. ¡Qué mujer tan ocupada! Aunque, claro, con cuatro hijos, no me extraña que tengas siempre muchos más líos que las demás. Por mi parte, ya hemos terminado los análisis que te conté que estábamos haciendo para intentar entender qué rasgos de la pareja son los que más influyen en que las mujeres nos sintamos más o menos felices con el hombre con el que compartimos nuestra vida. Así que, aquí estoy para hacerte un resumen de lo que hemos aprendido.

¿Te acuerdas de los resultados que te envié hace unos meses respecto al *ranking* de felicidad de las mujeres con los doce rasgos específicos de nuestra pareja que habíamos incluido en la investigación? Pues, entre las mujeres que convivimos con nuestro marido o con nuestro novio, hemos realizado un análisis para entender cuál es la relación que hay entre el grado de felicidad que sentimos, en general, con nuestra pareja y cómo le hemos evaluado en cada uno de estos doce rasgos. El resultado de estos análisis son dos *rankings*. En uno de ellos, los doce rasgos de la pareja están ordenados de más a menos según la capacidad que cada rasgo tiene de generar mujeres que nos sintamos felices con nuestra pareja. En el otro, los doce rasgos de la pareja están ordenados según el poder contrario, esto es, según la capacidad que cada uno de ellos tiene de generar mujeres que nos sintamos infelices en nuestra relación de pareja. Según la posición que ocupa cada rasgo de la pareja en estos dos *rankings*, los hemos clasificado en cuatro tipos:

- En el tipo I hemos incluido los rasgos de nuestra pareja que tienen mucha capacidad de influir fundamentalmente en positivo. Son aquellos aspectos en los que, si nosotras consideramos que nuestra pareja se comporta muy bien, y en consecuencia le hemos dado una buena nota en alguno o en todos esos rasgos, es muy posible que también nos sintamos muy felices con nuestra relación de pareja en su conjunto. Esta tipología incluye cuatro de los doce rasgos de la pareja considerados: «cariñoso y detallista», «que nos escuche», «el tiempo que nos dedica» y «cómo participa en las tareas de la casa». Esto significa que los hombres que son bien evaluados en alguno de estos cuatro aspectos, o en todos ellos, suelen conseguir que su mujer se sienta muy feliz en su relación de pareja. Sin embargo, en estos cuatro aspectos, parece que las mujeres no nos habíamos creado demasiadas expectativas ya que cuando percibimos que nuestra pareja no se comporta demasiado bien en alguno de ellos — es decir, cuando él no es cariñoso ni detallista con nosotras, no nos escucha, no nos dedica tiempo o no participa en las tareas de la casa—, su efecto negativo sobre la evaluación que hacemos de nuestra relación de pareja en su conjunto es bastante inferior al que consigue tener en positivo. ¿Te has fijado en que los tres primeros están relacionados con la manera como las mujeres nos sentimos tratadas por nuestra pareja? Qué cuestiones tan poco materialistas, ¿no te parece? Y me atrevería a decir que, incluso, en el imaginario colectivo reinante, bastante femeninas. Así que ya sabes, hemos de explicárselo con calma a nuestros chicos, porque es muy posible que ellos ni se imaginen que para nosotras estas cuestiones puedan ser tan relevantes en nuestra relación de pareja. Entiendo que la buena noticia para nuestros compañeros de viaje es que ¡los cuatro son gratis!
- En el tipo II hemos incluido los rasgos de nuestra pareja que tienen mucha capacidad de influir sobre todo en negativo. Son aquellos aspectos en los que, si nosotras consideramos que nuestra pareja no se está comportando como debería, y en consecuencia le hemos dado una mala nota en alguno o en todos esos rasgos, es muy posible que acabemos sintiéndonos infelices con nuestra relación de pareja en su conjunto. Estos aspectos son tres: «la sinceridad», «la libertad que tenemos para hacer nuestras

cosas» y la «contribución a la economía familiar». Esto significa que la tónica general es que las mujeres no soportamos las mentiras, ni que nuestros actos sean controlados ni que tengamos que pagar nosotras solas todos los gastos de la casa y de la familia. En consecuencia, si nos sentimos infelices con nuestra pareja en alguno de estos tres aspectos, o en todos ellos, será muy difícil que nuestra relación con él nos haga sentir felices, por mucho que hayamos podido otorgarle excelentes notas en otras cuestiones. Sin embargo, cuando en estos tres aspectos, nuestra pareja se comporta muy bien, esto es, cuando es muy sincero, o sentimos que nos da plena libertad o contribuye mucho a la economía familiar, su efecto positivo sobre la evaluación de la relación de pareja en conjunto es bastante inferior al que tiene en negativo. Mi interpretación es que son tres aspectos que las mujeres estamos dando por hecho en la relación de pareja por lo que, de la misma forma en que damos por sentado que el agua nos quitará la sed, asumimos que nuestro compañero de vida será sincero, que no intentará controlar nuestra vida y que contribuirá a pagar los gastos de la familia.

- El tipo III incluye el único rasgo de los doce considerados en nuestra pareja que es muy determinante en nuestra felicidad con la relación de pareja, tanto en positivo como en negativo: «las relaciones sexuales». En consecuencia, estas son un potencial generador de mujeres que se sentirán muy felices con su pareja, cuando en dicho aspecto le hayan evaluado bien, y son un potencial generador de mujeres infelices con su pareja cuando le hayan evaluado mal. Así que fíjate en lo importante que es tener unas buenas relaciones sexuales con nuestra pareja. Si lo estoy interpretando bien, su influencia en positivo es posible que tenga que ver con el hecho de que, en unas relaciones sexuales sanas se pueden cumplir, al mismo tiempo, tres de los cuatro aspectos que más influyen en que las mujeres nos sintamos felices con nuestra pareja. ¿No te parece el momento perfecto para que nos demostremos «cariño», para que «disfrutemos de tiempo solos» y para que «escuchemos» nuestras respectivas necesidades? Y la influencia negativa de unas malas relaciones sexuales sobre la infelicidad con nuestra pareja es obvia, ¿no?



Es probable que lo que te esté rondando por la cabeza sea si lo que está primero es el huevo o la gallina. En todo caso, a mi modo de ver, lo relevante es que no conviene que las descuidemos.

- Y, por último, el tipo IV incluye los rasgos de la pareja cuya capacidad de influir en la felicidad de las mujeres respecto a nuestra relación de pareja en su conjunto es inferior a cualquiera de los ocho rasgos incluidos en las tres tipologías anteriores. Son cuatro: «sentido del humor», «generosidad», «capacidad para controlar las adicciones que pueda tener» y grado de «participación en la educación y el cuidado de los hijos».

Es posible que te estés preguntando cuál de estos cuatro tipos de rasgos de la pareja es el más importante. De hecho, es lo primero que me han preguntado todos los hombres a los que hasta la fecha les he explicado estos resultados: «¿En cuáles he de esforzarme más?». Y yo siempre les respondo lo mismo: que lo tienen que hablar con su chica y escuchar lo que ella tenga que decirles.

Y fíjate en lo coherentes que somos las mujeres. A las que ahora están viviendo solas, pero en algún momento del pasado convivieron con algún hombre, en la encuesta les preguntábamos qué debería de tener su teórica pareja ideal, entre los mismos doce rasgos que habíamos evaluado en la pareja de las que sí estamos conviviendo en la actualidad. Las mujeres que están en esta situación son el 12 % de los 15 millones de mujeres a los que esta investigación representa. Y el resultado de sus respuestas es que, en las dos primeras posiciones del *ranking* de su teórica pareja ideal, los rasgos que aparecen, y bastante destacados del resto, son: «sinceridad» y «cariñoso y detallista». Fíjate en que el primero coincide con uno de los aspectos que hemos aprendido que tiene mucha capacidad de generar mujeres infelices cuando el hombre con el que convivimos no es sincero con nosotras (integra el tipo II), y el segundo coincide con uno de los aspectos que tienen la máxima capacidad de generar mujeres que nos sentimos muy felices con nuestra pareja, cuando él es cariñoso y detallista con nosotras (integra el tipo I).

A la vista de estos resultados, ¿estás de acuerdo conmigo en que el rol tradicional del hombre cuya contribución a la familia se limitaba al dinero que aportaba está en proceso de extinción? Queda claro que, si el hombre paga una parte importante de los gastos de la familia, o incluso todos, pero no es cariñoso ni detallista con su mujer, no la escucha, no le dedica tiempo o no contribuye en las tareas de la casa, las mujeres, en general, no nos sentiremos felices con esa relación. Ya no te digo nada de lo infelices que nos sentiremos si él no es sincero con nosotras o si controla o pretende controlar nuestra vida. Mi interpretación es que, hoy en día, las mujeres buscamos algo más en nuestra pareja: queremos a un compañero con el que compartir nuestra vida. Y entiendo que los factores que deben de estar influyendo en este cambio de percepción sobre el rol que las mujeres consideramos que han de desempeñar los hombres deben de ser muchos y además muy variados. Una posible explicación quizá sea que, a día de hoy, ya hay muchas mujeres que somos económicamente independientes, por lo que no necesitamos un hombre para que pague nuestras facturas. Por otro lado, creo que las mujeres que como tú dejasteis de estar activas en el mercado laboral porque, en un gesto de gran generosidad, tomasteis la decisión de anteponer los intereses de vuestra familia a los vuestros necesitáis que la complicidad con vuestra pareja sea todavía mayor, si cabe. Entiendo que la sensación de haber sacrificado nuestra independencia económica y nuestra profesión por el bien de la familia requiere de una compensación por parte de nuestro compañero de vida que no se limite a lo exclusivamente monetario. Y no te digo nada del apoyo que necesitamos de nuestra pareja si llevamos años en situación de precariedad laboral, o en paro, cuando a la mayoría de nosotras nos han preparado para formar parte activa del mercado laboral. ¿Estás de acuerdo con alguna de estas posibles explicaciones al cambio de rol que las mujeres parecemos estar exigiendo a nuestros compañeros de vida? ¿Se te ocurre a ti alguna otra? Ya me dirás...

Pues ya ves, Emma, en este contexto no es de extrañar que muchos hombres también anden desorientados o incluso descolocados, ¿no crees? Para la mayoría de las mujeres parece que es obvio que el rol de la masculinidad ha de evolucionar en sintonía con la evolución que está experimentando nuestro rol. Pero claro, como el rol de la masculinidad ha empezado a cambiar

no solo más tarde que el nuestro sino además a raíz de movimientos feministas, es lógico que ellos se lo estén tomando con mucha más calma. Sobre todo si tenemos en cuenta lo incómodo que a la mayoría de los hombres les resulta enfrentarse a las desigualdades entre géneros que están aprendiendo a ver en el espejo en el que les estamos obligando a mirarse. Por no hablar de la poca prisa que entiendo que tengan si consideramos el esfuerzo que para la mayoría de ellos supone renunciar a unos privilegios a los que están tan acostumbrados. ¿Cuántos siglos llevamos viviendo en una sociedad patriarcal y machista? Pues eso, que los antropólogos y los sociólogos tienen mucho por hacer. Y cuánto trabajo todavía pendiente en manos de las mujeres. Pero no solo de las que nos consideramos feministas, ¡sino de todas nosotras!

Así que, Emma, ya puedes explicarles estos resultados a tus hijos, empezando por el único que está ennoviado, que yo sepa. Creo que le ayudará saber que para su chica es muy importante que él sea cariñoso y detallista con ella, que la escuche con atención e interés siempre que le esté contando algo (aunque a él no le interese demasiado el tema del que le está hablando) y que le dedique todo el tiempo que le sea posible. Explícale también el poder que tienen unas relaciones sexuales sanas y de igual a igual, para mantener viva una relación. Y que ni se le ocurra mentirle o intentar controlar su vida. En realidad, es muy posible que nada de esto sea muy distinto a lo que él espera de ella, ¿no crees? De los otros dos aspectos con mayor capacidad de influir en la felicidad de su chica no hace falta que le digas nada todavía ya que tanto «la economía familiar» como «las tareas de la casa» no les afectan mientras ambos vivan en el campus universitario, bajo el patrocinio paterno.

¿Qué, Emma?, ¿sorpresa con estos resultados? Ya los comentaremos cuando por fin nos veamos, ¿vale?

Besos para ti y recuerdos para los cinco hombres de tu vida.

Un abrazo muy especial para Didi,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 8 de julio de 2016

**Para:** claudia\_yebra04@gmail.com

**Asunto:** La primera etapa en la vida de las mujeres

Hola, Claudia.

¿Qué tal estás? ¡Ya ha pasado casi una semana! ¿Se te ha hecho corta? A mí se me está haciendo eterna, pero para tu tranquilidad te diré que ya me he ido haciendo a la idea de tenerte un mes en una ciudad desconocida, a 1.300 kilómetros de distancia, y compartiendo apartamento con un también desconocido. Suerte que las respuestas que Eduard nos dio a las preguntas con las que papá y yo le bombardeamos en el trayecto al aeropuerto me dejaron bastante tranquila. En realidad, el día que su madre y yo quedamos para conocernos (esas cosas que necesitamos hacer las madres y que es posible que ni tu compañero de beca ni tú llegaseis a comprender), ya me dijo que su hijo era muy adulto para su edad. Pero te garantizo que comprobarlo en persona fue mucho más efectivo. Y no sabes lo agradecida que una sufridora nata está al amigo WhatsApp por permitirme ver cuál ha sido el horario de vuestra última conexión, sobre todo mientras estáis de viaje.

Me alegro mucho de que el apartamento esté bien y de que tardéis solo veinte minutos en llegar en tren al centro de investigación. Y es que, por mucho que a vosotras os haga reír, todavía me cuesta fiarme de lo que leemos y de las gestiones que realizamos por Internet. Aunque debo decirte que tu madre progresa adecuadamente en este ámbito. Y qué contenta me quedé cuando me dijiste que, en lugar de cocina de gas, tenéis vitrocerámica. Uf, una preocupación menos.

Cambiando de tema, qué lástima que ayer perdiera la selección alemana contra la de nuestros vecinos. Vaya fiesta se habría montado en el campus si los alemanes se hubieran clasificado para la final. Yo nunca he visto un partido de fútbol en una macropantalla en medio de un tumulto de adolescentes. ¿Conseguisteis verlo bien? ¿Había mucho estudiante

internacional o la mayoría eran germanos? Imagino que la cerveza debía circular *a dojo*, ¿no? ¿Has pensado en lo privilegiada que eres por estar disfrutando de la vida universitaria y de sus privilegios, sin serlo todavía?

Aunque, en realidad, no te queda tanto para ir a la universidad, y todavía menos para alcanzar la mayoría de edad. ¡Caramba!, asusta un poco, ¿no? ¿Sabes qué es lo que más ilusión me hizo a mí cuando cumplí los 18 años? Que pude sacarme el carnet de conducir. Ese día lo recuerdo como uno de los momentos estelares de mi adolescencia. ¿Crees que tú sentirás lo mismo? Para mí, conducir era tan importante que, con tiempo suficiente, hice todos los trámites necesarios para conseguir examinarme la misma semana que los cumplía. Sí, sí, el día de mi cumpleaños ya había aprobado la teórica y también había hecho todas las prácticas. Fue el mejor regalo de 18 años que los abuelos pudieron hacerme. El único contratiempo es que tuve que examinarme dos veces de la parte práctica. Pero, tranquila, que tú aprobarás a la primera. Ja, ja... Este tipo de cosas no se heredan. Y recuerdo también lo importante que me sentía de poder ir a votar. «¡Qué gran responsabilidad!», pensaba. Tal vez puedan parecerle dos ventajas un tanto reduccionistas de la mayoría de edad, pero es que yo no tenía intención alguna de irme de casa de los abuelos ni tampoco nunca había sentido la necesidad de firmar documento alguno sin su consentimiento. Entiendo que si esa hubiera sido la situación con mis padres, la mayoría de edad sí que habría supuesto un cambio radical en mi vida.

Pensando en lo poco que falta para que seas mayor de edad, tal vez te haga gracia saber lo que hemos aprendido en la investigación sobre las mujeres que hoy se encuentran en el tramo de edad al que muy pronto te incorporarás: las que tienen entre 18 y 26 años. ¿Qué por qué este tramo llega hasta los 26 años? Porque, según los análisis estadísticos que hemos realizado, entre estas dos edades lo que pensamos y sentimos las mujeres con respecto a las cuestiones fundamentales de la vida es muy similar. Eso significa que cuando tenemos 26 nos parecemos más a las mujeres con 25 años que a las que tienen 27. Ya te adelanto que en esta etapa, si una no se tuerce y tampoco se complica nada relevante de nuestro entorno, la vida puede ser muy agradable, así que ya sabes, ¡a disfrutar todo lo que puedas de estos nueve años!

En este tramo de edad, la mitad seguimos siendo estudiantes y casi todas (70 %) vivimos todavía en casa de nuestros padres, hecho que entiendo que, por un lado, nos incordia profundamente, pero, por otro, nos libera de llevar el peso de las tareas de la casa. Y no puedes ni imaginarte la ventaja que eso supone. Por cierto, ¿qué tal lo estás llevando tú en tu primer enfrentamiento serio con los quehaceres domésticos? Por las fotos veo que os estáis apañando muy bien con las cenas. Así me gusta. ¡Qué buena pinta tienen las berenjenas fritas! ¡Y los huevos revueltos con beicon! No tengo la menor duda de que has heredado las dotes culinarias de *l'àvia*. ¡Qué gran suerte! A tu vuelta has de contarme cómo os ha ido con el resto de las tareas. Confío en que, siguiendo los consejos de tu madre, Eduard y tú os estéis ocupando de todo a medias.

La gran mayoría de las mujeres de entre 18 y 26 años (el 59 % en concreto) no tenemos todavía ningún *frente* en nuestra vida: ni «trabajo remunerado», ni «convivimos en pareja» ni, por fortuna, tenemos «hijos» (los famosos *frentes*, de los que tanto me has oído hablar durante los últimos meses). Aquí las únicas que debemos de estar pasándolo mal de verdad somos las que hemos terminado de estudiar y estamos en paro (el 16 %), ya sea buscando el primer empleo o con alguna experiencia laboral previa. Las que tenemos un único *frente* en nuestra vida somos pocas (el 27 %) y aquellas con más de uno, todavía menos (el 14 %). Por lo que, ya sabes, hasta que cumplas los 26, puedes concentrarte, casi en exclusiva, en ti misma y en tus propias necesidades. Y, ¿sabes, Claudia? Mi consejo es que aproveches estos años para conocerte lo mejor que puedas y para identificar qué es lo que te gusta y qué es lo que no te interesa en absoluto, ya sea en la esfera de los estudios, en el ámbito laboral, en las relaciones de pareja o en la relación que mantienes con tus amigas y con tus amigos.

En la franja de edad a la que te incorporarás en solo seis meses, la gran mayoría de las mujeres vivimos muy bien: casi todas practicamos deporte (el 81%); disponemos de más tiempo para nosotras mismas que a cualquier otra edad (de media, 4 horas al día, en casa, los siete días de la semana) y también dormimos más horas (de media, 7 horas de lunes a viernes y casi 9 horas los fines de semana). Y, además, es el momento de la vida en que solemos tener una mayor variedad de aficiones. Y, a mi modo de ver, eso es muy positivo, ya que entiendo que, antes de identificar qué es lo que de verdad nos gusta, hemos

de probar el máximo posible de actividades. Y no olvides que, hagas lo que hagas, nunca has de dejar de tener vida propia: dedica siempre algo de tiempo a lo que de verdad te gusta. Y puedes confiar a pies juntillas en este consejo ya que esta no es solo la opinión de tu madre, sino la del 96% de las mujeres que han participado en la investigación. Ya ves, unanimidad total en esta cuestión.

Otra buena noticia es que a estas edades las mujeres tenemos, en general, unos hábitos muy sanos: el 80 % no fumamos y el 63 % no consumimos bebidas alcohólicas o lo hacemos solo de forma puntual. Lo que no es posible afirmar a partir de los datos de la investigación es si las mujeres de vuestra generación llegaréis más sanas a mi edad, o si, con las vicisitudes de la vida, vuestros hábitos se irán volviendo menos sanos. ¿Tú qué crees? Para comprobarlo, habrá que esperar unos cuantos años...

Pero, sin lugar a dudas, lo mejor de tu futuro segmento de edad es que entrarás de lleno en el momento en que las mujeres solemos alcanzar el nivel de felicidad máximo en la mayoría de las facetas de nuestra vida: con los hermanos o hermanas, las amigas, los amigos, la pareja (si es que tenemos), la salud... Si lo piensas es lógico, ya que a esta edad se suelen haber producido pocos momentos de los que yo llamo «de la verdad»: momentos en los que sabremos si nuestro entorno reacciona como nosotras esperábamos o hacen todo lo contrario. Y, agárrate, también es el momento de máxima felicidad en la relación ¡con nuestra madre! Así que, ya sabes, a partir de febrero, prepárate para disfrutar conmigo. Lo curioso del caso es que, sin embargo, a estas edades las mujeres hemos declarado las peores notas en la relación con nuestro padre. ¿Cuál debe de ser la causa? ¿Será que a esta edad somos conscientes de lo ajenos que muchos de nuestros padres han estado a nuestra educación y de lo poco que han participado en nuestro cuidado y que eso nos parece injusto?...

Y, colorín colorado, este cuento se ha acabado. Que sepas que, por el momento, no tengo intención alguna de escribirte ninguna otra epístola. Confío en que entenderás que no he podido resistirme a la tentación. Ja, ja... Tienes tres semanas para leerla. A Carlota también le he escrito. Eso de que tengáis que escucharme, sin posibilidad alguna de huir, me parece todo un lujo. Quién sabe si es un método que podré seguir utilizando cuando estéis de vuelta en casa. Lo pensaré...

Espero que tengáis un buen plan para este fin de semana. No dejes, por favor, de enviarnos fotos al WhatsApp familiar. Ya sabes lo mucho que a papá y a mí nos gusta participar de lo que estáis haciendo. Y a Carlota seguro que también le hará ilusión verte con las manos en la masa. Y recuerda que ninguno de los tres conocemos Múnich. Para ser más exactos, yo he estado varias veces en el aeropuerto y también en el hotel en el que nos aparcaban cuando el avión de vuelta de algún país del Este al que habíamos ido a trabajar tenía problemas en la conexión. Con el trajín de los últimos días, me olvidé de comentártelo.

¡Cómo me gusta que Carlota y tú empecéis a saber cosas que vuestros padres no saben, y a ir a sitios en los que no hemos estado!

Cuídate mucho y, recuerda, como dice papá: *molt de seny!*

Besos,

Mamá



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** lunes, 11 de julio de 2016

**Para:** maru.a@mac.com

**Asunto:** Parejas equilibradas en los trabajos no remunerados: una rareza

Hola, Maru.

No sabes lo triste que ha amanecido hoy el día. El cielo está cubierto y no hay ni rastro del sol. En el horizonte, una neblina baja cubre toda la playa. De las islas Medas solo se vislumbra su silueta. Y qué vacía está la casa. Qué silencio. Nada que ver con el bullicio de este fin de semana. Para serte sincera, la única ventaja que he sido capaz de encontrarle al día es que he conseguido leer los periódicos de cabo a rabo. Tanta concentración en ponernos al día no nos ha dejado tiempo para nada más. Mi chico acaba de contarme, entre divertido y sorprendido, que nunca había presenciado conversaciones a seis bandas, en simultáneo, y sobre temas distintos. Ja, ja... Todas teníamos algo que contar. Qué bien hemos aprovechado los dos días que teníamos, ¿eh? Pobre Enrique, ¡menudas comidas y cenas le hemos dado!

Estoy impresionada con la cantidad de cosas que hemos aprendido este fin de semana. ¿Sabes con cuáles me he quedado yo? Con las instrucciones de Pili sobre la forma correcta de hacer los *hipopresivos*. ¿Te acuerdas de cómo nos reímos poniéndolas en práctica? Estoy segura de que cada vez que los haga en el gimnasio, me acordaré de su cara y del entusiasmo con que nos explicaba cómo había que hacerlos. Me quedo también con lo que nos explicaste tú en relación con tomar el sol: no tenía ni idea de que había que tomar los primeros diez minutos sin protección para facilitar la absorción de vitamina D ni tampoco que por donde mejor se absorben sus beneficios es por el reverso del antebrazo y por las plantas de los pies. No veas la pinta que tendré este verano en la playa. Ja, ja... La posturita se las trae, ¿eh? También me he propuesto seguir las recomendaciones de Ana sobre la ingesta de Omega 3 y de antioxidantes y las de Asun sobre que hay que intentar comer cinco veces al día. ¡Pero cuánto saben mis amigas! Qué suerte que tengamos

profesiones tan distintas. Sobre el cambio del café por el té que nos sugirió Ichi tendré que reflexionar un poco más ya que con franqueza no consigo acostumbrarme al té. ¿Has decidido tú poner algo de todo esto en práctica?

Y qué bien lo pasé el sábado por la tarde compartiendo con vosotras los resultados de la investigación. No estuvo mal la simulación de presentación que improvisamos en torno a la pantalla de mi ordenador, ¿verdad? Ha sido la primera presentación de mi vida que he hecho sentada en una silla, vestida con ropa de ir a la playa, frente a un auditorio exclusivamente femenino y... sin puntero. ¡Qué diferente de los miles de presentaciones que he hecho durante los años que he trabajado en PRM! La pena es que empezáramos tan tarde y que no consiguiéramos llegar a las conclusiones finales. Pero, no hay problema, ya organizaremos una presentación más formal a la vuelta de las vacaciones.

¿Sabes qué fue para mí muy emocionante y divertido a la vez? Ver las conversaciones cruzadas que se generaron entre vosotras, en medio del pasillo, cuando os dirigíais a vuestros respectivos cuartos, para quitaros la sal y adecentaros para la cena. «Objetivo cumplido, Julia», fue lo que pensé mientras os observaba. ¡Y eso que solo habíais visto los primeros resultados!

Bueno, pues empiezo ya con el resumen que me pediste sobre lo que hemos aprendido del asuntillo que ayer tarde generó tanta discusión: cuántas parejas hay que sean equilibradas en el reparto de los trabajos no remunerados de la casa y de los hijos.

En lo que al reparto de las tareas de la casa respecta, ¿te acuerdas de lo que ayer os conté sobre el trabajo que soportamos las mujeres en comparación con lo que hacen los hombres? De media, nosotras el 74 % y ellos el 26 %. Pues ya ves, nosotras estamos haciendo casi el triple de lo que hacen ellos. En función de las respuestas que cada mujer ha dado sobre el reparto de las tareas de la casa entre ella y su pareja, hemos clasificado las parejas en tres tipos. El primer tipo es el que hemos bautizado como parejas «equilibradas en las tareas de la casa». Son poco más de una de cada tres parejas (el 35 % en concreto). En estas parejas, las mujeres estamos haciendo, de media, el 51 % de los trabajos no remunerados de la casa, ellos el 41 % y la ayuda remunerada el 8 %. ¿Qué te parece que, en estas parejas, el equilibrio venga de la ayuda externa contratada? En realidad, es un equilibrio bastante relativo,

lo sé, pero equilibrio al fin y al cabo. Si hubiéramos sido más estrictos en la definición y hubiéramos exigido que ella y él hicieran lo mismo, el tamaño de esta tipología se habría reducido todavía más y, la verdad, no queríamos desmoralizarnos de entrada. El segundo tipo son las parejas que hemos llamado «desequilibradas en las tareas de la casa». Es una tipología casi igual que la anterior (incluye al 36 % de las parejas) y, en ella, las mujeres estamos haciendo, de media, el 75 % de los trabajos de la casa, ellos el 24 % y la ayuda remunerada el 1 %. Y, por último, las parejas en las que las mujeres estamos «solas ante las tareas de la casa», que incluye el 29 % de las parejas. En estas parejas, nosotras hacemos, de media, el 93 % de los trabajos de casa y ellos, el 7 %. ¿Te has fijado en que hay casi un tercio de parejas en cada situación? Como era de esperar, el tamaño de las «equilibradas en las tareas de la casa» varía mucho según la relación de la mujer con el mercado laboral, es decir, el 35 % de «equilibradas en las tareas de la casa» que de media hemos obtenido para el conjunto de las parejas oscila entre los siguientes valores: su valor mínimo se da entre las mujeres que no estamos activas en el mercado laboral (entre ellas, las «equilibradas» se reducen al 19 %); entre las que tenemos un trabajo remunerado de «tipo físico», se sitúan en el 33 %; entre las que lo tenemos del tipo «de despacho» sube a 46 % y alcanza su valor máximo entre las mujeres que desempeñamos algún trabajo «de dirección»: en este caso, pertenecemos a la tipología de «parejas equilibradas» más de la mitad, el 55 % para ser exactos. Sin embargo, fijate en que ni siquiera en estas dos últimas tipologías de trabajos remunerados, en las que nuestra jornada laboral suele ser completa, previsiblemente como la de nuestra pareja, el reparto entre nosotras y ellos es razonable. ¡Pero si lo justo sería que en estos dos casos las «equilibradas» fuéramos el 100 %!, ¿no?

Y si analizamos qué sucede con el reparto de las tareas que se derivan del cuidado y la educación de los hijos, por desgracia, los resultados son primos hermanos. De media, nosotras nos encargamos del 76 % de las tareas y ellos del 24 %. Y también es muy parecido el tamaño de los tres tipos de parejas según el equilibrio entre ellos y nosotras: las parejas «equilibradas en el cuidado y educación de los hijos» son el 39 % (cuatro escasos puntos más de equilibrio que en la casa); las parejas «desequilibradas en el cuidado y educación de los hijos» el 34 % (dos puntos menos que en la casa) y las

parejas en que nosotras estamos «solas ante las tareas de los hijos», el 27 % (dos puntos menos que en la casa). Pero, por fortuna, en este ámbito, progresamos de forma adecuada, ya que entre las parejas con hijos más jóvenes (en que la madre tiene menos de 40 años), las que son «equilibradas con los hijos» ascienden al 48 % en comparación con el 35 % que ocurre en las parejas en que la madre tiene 40 años o más. Así que, ya ves, a pesar de que vamos mejorando, aún nos queda un enorme trecho por recorrer.

Y la sorpresa fue monumental cuando vimos por primera vez el resultado de las respuestas que dieron las mujeres que nunca hemos convivido en pareja a la pregunta sobre cómo imaginan que será el reparto de las tareas de la casa con su pareja si un día se van a vivir juntos: de media han dicho que creen que ellas harán el 58 % y su pareja el 42 %. Increíble y a la vez indignante, ¿no te parece? Estas mujeres jóvenes están asumiendo, antes de empezar, que en su casa ellas soportarán una carga mayor que la de ellos. Pero ¿por qué? Y para mí lo peor es que son la nueva generación de mujeres de España, las de la edad de tus hijas y las mías. Está claro que en estos temas la sociedad en la que vivimos tiene todavía una asignatura pendiente.

Y con inmensa alegría he recibido la respuesta que han dado las mujeres que aún no han sido madres pero que quieren serlo, cuando les hemos preguntado cómo imaginan que será el reparto del cuidado y la educación de sus hijos con el padre de las criaturas. ¡Por fin!: imaginan que ellas asumirán el 50 % y que el padre se encargará del 50 % restante. Pues eso, Maru, que habrá que ir avisando a las primerizas que conozcamos del *gap* que existe entre sus expectativas y la realidad de las madres de la generación anterior a la suya. Así sabrán de antemano lo mucho que posiblemente tengan que trabajar con su pareja para lograr este justo equilibrio. Sin embargo, estoy convencida de que, estando informadas, tendrán muchos más números de conseguirlo.

Y ¿dónde está el culpable de que haya tanto desequilibrio en el reparto de las tareas no remuneradas de la casa y de los hijos entre los dos miembros de la pareja, incluso en muchos de los casos en que ambos tenemos trabajos remunerados con niveles de exigencia similares? Mi posición al respecto es muy clara. A pesar de que el principal culpable hay que buscarlo en la sociedad y en las costumbres adquiridas generación tras generación, estoy

convencida de que cambiar la forma en que hombres y mujeres nos repartimos las tareas no remuneradas de la casa y de los hijos está hoy en día en manos de las mujeres. Porque, ¿cómo van a estar ellos interesados en ser el motor de cambio de una situación de total privilegio de la que se han estado beneficiando durante tantísimos siglos? Yo creo que ha llegado el momento de que le demos la vuelta a la tortilla. Y aquí la cuestión es ¿por qué somos tantas las mujeres que estamos permitiendo estos desequilibrios? ¿En cuántos casos queremos cambiarlo, pero nos dan pánico o pereza las discusiones de pareja? ¿Cuántas sentimos que no tenemos las herramientas ni la seguridad en nosotras mismas para hacerlo? Y ¿en cuántos casos es porque lo tenemos tan asumido que ni siquiera nos lo planteamos?... Es obvio que a muchas nos cuesta menos hacer las cosas que iniciar una discusión con nuestra pareja. Y ¡qué postura tan errónea! ¿Por qué no ponemos nuestra salud por delante? A ver si empezamos a tomar cartas en el asunto y nos ponemos manos a la obra. Dejemos ya de permitir que mientras muchas de nosotras hacemos una doble jornada, muchos de ellos se limitan a la remunerada. Acabo de recordar la cara de sorpresa que se le puso a un amigo de Enrique mientras le contaba que muchas mujeres estamos haciendo una doble jornada. Te aseguro que, por la cara que puso, él jamás se había planteado que las tareas de la casa pudieran ser consideradas como un trabajo. Pero ¿qué se creen? ¿Que haciendo la cena, fregando cacharros o planchando estamos disfrutando tanto como cuando ellos se sientan delante del televisor a ver un partido de fútbol, cerveza en mano? ¿Tú qué opinas? Me gustaría mucho saber cuántos iluminados como el amigo de Enrique hay. Si tuviéramos la suerte de que fueran muchos, entonces la solución sería muy fácil, ¿no? Ja, ja... Solo habría que explicarles que están equivocados; que, en realidad, a muchas de nosotras no nos gustan las tareas de la casa, y... todo resuelto...

¿Sabes un dato aberrante que pone de manifiesto el contraproducente papel que las mujeres hemos desempeñado en este asunto? De las que tenemos hermanos varones, la gran mayoría, el 71 %, hemos dicho que, cuando vivíamos en casa de nuestros padres, nosotras colaborábamos en las tareas de la casa más que nuestros hermanos. Y te aseguro que puedo llegar a entender que, en otras civilizaciones, incluso en la generación de nuestras abuelas, en

que los roles de género estaban tan diferenciados, las madres educaran a sus hijas en las tareas de la casa de forma diferente a cómo educaban a sus hijos varones. ¡Pero hoy en día! Vaya triste favor que nos están haciendo, ¿no crees?

Por eso estoy convencida de que, las primeras que hemos de tomar cartas en el asunto somos las mujeres, y que las que hemos de llevar la iniciativa somos las madres de hijos varones. Hemos de mentalizarnos de que, cueste lo que cueste, tenemos que educarles en las tareas de la casa igual que a nuestras hijas. Así que ya sabes, Maru, a contribuir a la causa. Aunque en tu caso, estoy segura de que vuestro único hijo varón ya está siendo educado igual que vuestras dos hijas. Y además tienen el buen ejemplo de su padre, que, me consta, es de los que van a medias en todo. Por desgracia, no puedo decir lo mismo de muchas de las mujeres con hijos varones que conozco. Se quejan de lo desordenados que tienen sus cuartos, de lo poco que ayudan en casa y de que les tienen que ir recogiendo la ropa sucia que han ido dejando tirada por el suelo. Pero ¿por qué no hacen nada por resolverlo? ¿O es que les es más cómodo esperar a que la papeleta la resuelva su futura compañera o su futuro compañero de viaje?, si es que lo tienen. ¿No te parece muy incoherente? Lo que está claro es que muchas mujeres no nos sentimos responsables de esta parte de la educación de nuestros hijos varones. Si así fuera, no lo explicaríamos con tanta sinceridad ni lo anunciaríamos a bombo y platillo, ¿no crees?

Bueno, querida, aquí lo dejo. Que estoy empezando a ponerme de un humor de perros. El próximo día que nos veamos, continuamos nuestra conversación donde la dejamos, ¿vale?

Qué bien que ya le hayamos puesto fecha a nuestro encuentro del próximo verano. A ver si, con tanto tiempo de antelación, conseguimos que el año que viene no haya ninguna baja. La verdad es que he echado mucho de menos a las que no han podido estar con nosotras este fin de semana.

Cuídate mucho.

Tu amiga,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** jueves, 14 de julio de 2016

**Para:** meryta@hotmail.com

**Asunto:** Cómo conciliar sin perder la salud por el camino

Buenas noches, Mery.

Espero que estéis todos muy bien. Por esta parte de la Península no podemos quejarnos lo más mínimo. Lo prometido es deuda, así que aquí estoy para responder a la pregunta que me hiciste la última vez que hablamos por teléfono. Ja, ja... Te quedaste descansada, ¿eh? Como si fuera fácil saber qué soluciones tenemos las mujeres que hemos sido madres para evitar llegar a situaciones de agotamiento extremo y de mal rollo con nuestra pareja. Pero he hecho los deberes y aquí va todo lo que he pensado.

La buena noticia es que he encontrado muchas opciones. En realidad, creo que hay casi tantas como parejas que tomen la decisión de ser padres. Empezaré por la solución que acordamos Enrique y yo. Los dos teníamos previsto continuar en nuestros respectivos trabajos remunerados con las mismas responsabilidades que habíamos tenido hasta ese momento, por lo que, con tiempo suficiente, nos encargamos de buscar una mujer en la que confiáramos lo suficiente como para delegar en ella el cuidado de Carlota mientras nosotros estuviéramos ganándonos el sueldo. Como mi abuelo materno era pediatra, yo siempre he tenido muy presente lo poco conveniente que es que los niños vayan demasiado pronto a la guardería, y además, estaba harta de oír a los que me rodean diciendo que, el primer año de guardería, la pagas pero tus hijos acaban yendo de pascuas a ramos, por lo que decidimos que la ayuda de apoyo logístico con Carlota la necesitaríamos, como mínimo, hasta que empezara P3. A mi modo de ver, este ha sido el dinero mejor empleado del mundo. A día de hoy tengo claro que, si nuestros sueldos no nos lo hubieran permitido, no habría dudado en ahorrar, con la antelación que hubiera hecho falta, y renunciar a lo que hubiera convenido: cenas, cines, ropa, viajes, regalos de cumpleaños... Ni a Carlota, ni más tarde a Claudia, les faltó

nunca de nada. Debo decir que Lina las cuidó incluso mejor de lo que hubiera sido capaz de hacer su propia madre porque Lina no solo era más niñera que yo, sino que además tenía la experiencia de haber criado a sus dos hijos. Le estaré siempre muy agradecida. Durante los años que contamos con su ayuda, Enrique y yo pudimos continuar con nuestros respectivos trabajos remunerados sin queja alguna por parte ni de nuestro equipo ni de nuestros clientes. Tengo que decir, además, que el acuerdo de pareja que habíamos establecido en relación con el cuidado y la educación de nuestras hijas siempre se ha cumplido, por ambas partes.

Manuela, una de mis clientas, y su marido buscaron una solución muy distinta. Él es actor y ella consultora en una importante consultoría estratégica de ámbito mundial, lo que suponía que su horario no solo era muy exigente, sino que además solía estar en manos de sus clientes. El sueldo de Manuela era mucho más regular que el de su marido y además bastante más elevado. Por otro lado, a él le gustaban mucho los niños y a ella no especialmente. Y, a pesar de que podían permitírselo, a diferencia de lo que opinábamos Enrique y yo, a ellos no les convencía la idea de contratar ayuda remunerada para que les ayudara a cuidar de sus hijos. Así que decidieron que, mientras las hijas o los hijos que tuvieran fueran pequeños, él aceptaría solo los trabajos que fueran compatibles con su cuidado y educación. Al final tuvieron tres niñas que hoy han cumplido 19, 21 y 23 años, así que hace ya algunos años que el marido de Manuela ha recuperado el ritmo de trabajo al que estaba acostumbrado antes de que naciera su primera hija.

Algunas de mis amigas que, en el momento de su primer embarazo, tenían trabajos peor remunerados o con menos proyección que el de sus maridos y no querían o no podían permitirse contratar ayuda, optaron por dejar su trabajo por un tiempo para dedicarse en exclusiva a sus hijos y a las tareas de la casa. De esta forma, durante ese tiempo, ellos podrían concentrarse 100 % en su trabajo remunerado y hacerse cargo de la economía familiar en su totalidad.

Una solución muy distinta es la que ingenieron una de las primas de Enrique y su pareja. Habían decidido ser padres jóvenes. Los dos eran enfermeros y trabajaban en el mismo hospital. Ninguno quería renunciar a su trabajo remunerado y además necesitaban dos sueldos. Y tenían muy claro que no querían pedir ayuda a sus padres porque son de los que consideran que



cada palo debe aguantar su propia vela, por lo que decidieron combinar sus horarios laborables de forma que siempre hubiera alguno en casa con su hijo. Así que lo negociaron con el área de recursos humanos de su hospital y durante los tres primeros años del hijo, ambos se repartieron al 50 % los tres trabajos que como pareja les afectaban: las tareas de su casa, el cuidado y educación de su hijo y también el trabajo remunerado. Mientras uno estaba en el hospital, el otro se ocupaba de la familia. Y ninguno de los dos tuvo que reducir su jornada. Claro que contaron con todo el apoyo del hospital. Pero seguro que, en los años que llevaban trabajando allí, tanto él como ella se habían ganado la confianza de los equipos con los que habían trabajado.

En una línea parecida, la hermana de una amiga mía y su marido, decidieron alternarse el cuidado del hijo y las tareas de la casa con el trabajo remunerado: Clara, aprovechando que iba a estar de baja por maternidad y que tenía intención de darle el pecho a su hijo el máximo de tiempo que pudiese, pediría una excedencia cuando se le terminara la baja por maternidad hasta completar un año y medio; y el año y medio siguiente, la excedencia por cuidado de un menor la solicitaría Antonio. Así su hijo habría estado al cuidado de uno de sus progenitores durante los tres primeros años de vida.

La hermana de un amigo de Enrique y su marido tomaron una decisión todavía más drástica. Cuando nació su primer hijo, los dos se acogieron, en sus respectivos trabajos, a la jornada reducida para cuidado de un menor. Habían decidido que tener hijos era una decisión que debía afectar, por igual, al trabajo remunerado de ambos y además querían estar los dos por las tardes en casa con sus hijos, aunque la economía familiar se viera algo mermada durante ese tiempo. Permanecieron en esa situación de jornada reducida mientras alguno de los tres hijos que tuvieron fue pequeño.

El verdadero chollo lo ha tenido una consultora de PRM. Ni ella ni su pareja tuvieron que mover un ápice sus condiciones laborales cuando nació su primera hija. Y, no solo no les costó ni un euro, sino que, además, desde el primer segundo en que la madre se separó de su bebé, porque había concluido la baja por maternidad, tanto ella como su marido vivieron con la conciencia tranquilísima de que su hija se quedaba en unas excelentes manos. Los padres de ella, ya prejubilados, habían insistido en que les hacía ilusión ocuparse de su primera nieta. ¡Qué pareja tan afortunada! Porque la angustia que se

experimenta los primeros días que dejas a tu hija en manos de terceros, por muchas garantías y referencias que te hayan dado, es indescriptible. Así que cada día, o ella o su marido, antes de ir a sus respectivos trabajos remunerados, llevaban a su hija a casa de los abuelos maternos y el primero que terminaba su jornada laboral la iba a recoger. Cuando su hija fue un poco mayor, por las mañanas, en lugar de dejarla en casa de los abuelos maternos, la dejaban en la guardería y algunos años más tarde, en el colegio, y allí era donde sus abuelos pasaban a recogerla por la tarde cuando terminaban las clases, para llevársela a su casa hasta que su padre o su madre pudieran ir a buscarla. Algunas noches la habían recogido incluso cenada y en pijama. No está nada mal, ¿no?

Mi opinión sobre esta última solución es que, si los abuelos se ofrecen voluntarios y están en buena forma física, como era el caso de los padres de esta consultora de PRM, pues perfecto. Sin embargo, creo que, como sociedad, hemos de actuar con responsabilidad y no debemos permitir situaciones de abuso como la que tuve que presenciar la primavera pasada, mientras tomábamos un café antes de ir a clase de narrativa:

—Lo siento mucho, pero no podré ir a la comida en el chiringuito de la Barceloneta —dijo Pilar—. Con la ilusión que me hacía. Mi nieta está enferma desde el domingo y mis consuegros y nosotros nos estamos ocupando durante toda la semana de ella mientras sus padres trabajan. El jueves me ha tocado a mí.

—Qué pena, Pilar —dije yo mientras mi cerebro se ponía a funcionar al mil por mil decidiendo si lo dejaba así o si le daba, a pesar de que nadie me hubiera consultado, mi opinión al respecto.

—Cómo lo siento —añadió M.<sup>a</sup> Teresa—. ¿Nadie puede cambiarte el turno?

—No, mis consuegros van a Andorra el jueves por algún compromiso ineludible, y mi marido tiene hora con un médico, que no puede posponer —contestó Pilar.

—Y ¿por qué no cogen un canguro para las horas del jueves que a nadie de la familia le va bien cubrirles? —pronunciaron mis labios, sin haberse dignado siquiera a solicitar autorización.

—Sí, ya se lo insinué —contestó Pilar con cara de pena y voz cansina—. Pero mi hija y su marido insisten en que la niña lo pasa muy mal cuando está con un canguro. Dicen que cuando llegan a casa la encuentran muy nerviosa y que no hay quien consiga hacerla dormir.

Vaya chantaje emocional, ¿no te parece? Pero, por fortuna, Pilar se lo repensó con la almohada, y su hija y su yerno tuvieron que acabar contratando y pagando un canguro. ¿Sabes lo más increíble, Mery? Pues que la querida hija de Pilar y su flamante esposo (a los que no tengo el gusto de conocer) tienen, según yo lo veo, un morro que se lo pisan. Son el típico matrimonio joven que pretende vivir como cuando no tenían hijos a costa de sus entregados padres. Les dejan a sus hijos cada vez que van a esquiar, no se pierden un concierto de sus grupos de música preferidos ni tampoco ninguna de las cenas con sus amigos. Y, cada vez que Pilar nos cuenta sus planes, he de morderme la lengua para evitar preguntarle: ¿y por qué, en lugar de gastárselo todo en ellos, no contratan a alguien que les ayude en casa mientras sus hijos sean pequeños y os dejan vivir en paz a vosotros y a vuestros consuegros?

Quizá sientas curiosidad por saber cuántas mujeres, entre las que estamos activas en el mercado laboral, hemos contado con algún tipo de ayuda para cuidar de nuestros hijos. La ayuda con la que las mujeres que tenemos trabajo remunerado contamos mientras nuestros hijos fueron pequeños es la siguiente: el 16 % tuvimos ayuda remunerada, el 38 % contamos con ayuda de algún familiar y el 46 % restante no tuvimos ningún tipo de ayuda externa a la pareja. Entre estas últimas, esto es, entre las que no contaron con ningún tipo de ayuda con sus hijos, la gran mayoría (un 70 %) han dicho que, por las características de su puesto de trabajo, no han tenido problemas para compatibilizarlo con su vida familiar por lo que las que sí los han sufrido son el 30% restante, que, sobre el total de las mujeres con hijos que estamos activas en el mercado laboral, resulta que son el 13 %. Pues vaya locura de vida la de este 13 % de madres, ¿no te parece? ¿Te imaginas los ejercicios malabares que habrán tenido que hacer para conseguir compaginar, a diario, sus obligaciones laborales con el cuidado de sus hijos?

Después de todas las vueltas que le he ido dando estos días a las soluciones que hay a disposición de las parejas que necesitan conciliar de forma razonable y responsable sus trabajos remunerados con su familia, he

llegado a varias conclusiones. ¿A ver cómo te suenan? Creo que, sea cual sea la solución que la pareja adopte con la llegada del primer hijo, se han de cumplir varios requisitos:

- Debe ser aceptada, por los dos miembros de la pareja, de forma voluntaria.
- Ha de ser cumplida por ambos, tanto por la madre como por el padre.
- Debe evitar que la nueva madre pierda la salud por el camino, como les está sucediendo a muchas mujeres en la actualidad.
- Debe ser tomada sin olvidar que son una pareja que ha decidido traer un hijo a este mundo con total libertad, por lo que los individualismos, tanto de él como de ella, van a tener que pasar, de por vida, a un segundo plano.
- La solución adoptada debe permitir que cada uno de los dos miembros de la pareja pueda ocuparse tanto de las nuevas exigencias familiares con las que se van a enfrentar como de las obligaciones laborales a las que se comprometan, tanto si deciden mantener las mismas que tenían antes del nacimiento de su primogénito como si uno de ellos, o ambos, han pactado unas nuevas condiciones en sus respectivos trabajos remunerados.
- Y otro requisito, a mi modo de ver incuestionable, es el hecho de que la pareja ha de llegar a un acuerdo sobre cómo se van a organizar antes incluso, no de que nazca, sino de engendrar al primer hijo.

Hay que evitar escuchar a las primerizas quejándose: «¡Oh, no esperaba que tener un hijo fuera tan agotador, me voy durmiendo por las esquinas!», «¡Creía que mi marido reaccionaría diferente: es como si el bebé no fuera suyo!», «¡Nos cuesta mucho llegar a final de mes, no sabía que tener un hijo fuese tan caro!», «¡Voy tan dormida que no consigo concentrarme en mi trabajo!», «No hay quien lo aguante: ¡un día de guardería y tres en casa, me paso el día pidiendo favores!», etc. ¿No habría sido mejor reflexionar sobre todas estas cuestiones en pareja con un poco de antelación? Y, además, si nos quejamos de nuestro chico siendo primerizas, ¿cómo acabará esa relación? Por favor, no nos engañemos: negociar y organizar con la pareja el reparto de todo el trabajazo y de los nuevos costes que se nos vienen encima cuando

decidimos tener un hijo es imprescindible si queremos aumentar las posibilidades de que las cosas vayan bien para las tres partes implicadas: el hijo, el padre y la madre.

En la investigación, ¿sabes cuántas mujeres hemos admitido que antes de tener hijos habíamos pactado con nuestra pareja cómo nos repartiríamos su cuidado y su educación? Pues un escasísimo 29 % de las mujeres que hemos tenido hijos. Por fortuna, vamos mejorando ya que, entre las más jóvenes, las madres que hoy tenemos 40 años o menos, las que sí que lo negociamos con nuestra pareja, antes de tener el primer hijo, aumentamos al 43 %. Esto supone que todavía hay un 57 % de mujeres, es decir, la mayoría, que nos aventuramos a tener hijos sin prepararnos nosotras ni tampoco a nuestra pareja para todo lo que se nos viene encima. Pero ¿por qué? Si los contratos laborales los solemos repasar con lupa, ¿por qué no aplicamos el mismo rigor a una negociación que va a ser mucho más relevante en nuestra felicidad, en la de nuestra pareja y, en consecuencia también, en la de nuestro hijo? Me da la impresión de que las que no negociamos con nuestra pareja confiamos en que él reaccionará con el hijo igual que lo haremos nosotras. Y según hemos podido cuantificar en la investigación, en la mayoría de los casos, nada más lejos de la realidad.

Por cierto, Mery, ¿cómo os organizasteis tu chico y tú para hacer compatibles vuestros respectivos trabajos remunerados con tres churumbeles tan seguidos? Acabo de caer en la cuenta de que, por aquel entonces, todavía no nos conocíamos. Ya me lo contarás cuando nos veamos. Lo que tengo claro es que no pudisteis recurrir a vuestros padres, ni siquiera para los imprevistos. Esta es con diferencia sobre las demás la principal desventaja que le veo a vivir en una ciudad que no es ni la tuya ni la de tu pareja. Situación en la que está la hija mayor de Enrique: Irene vive con su marido y sus dos hijos en Nueva York mientras que los padres de su marido viven en Boston, y tanto la madre de Irene como su padre viven en Barcelona. ¡Pobre Irene! El tanpreciado *backup* familiar para, por lo menos, los casos de fuerza mayor brilla por su ausencia. ¡Y eso sí que es duro! Un caso más de pareja joven que ha tenido que buscarse la vida fuera de España por la precaria situación laboral en la que vivimos desde hace algunos años, sobre todo los jóvenes. ¿Crees que existe alguna posibilidad de que la situación se haya

normalizado cuando nuestros hijos terminen sus estudios? Yo no soy demasiado optimista al respecto, la verdad. Cada día estoy más convencida de que los políticos y los que tienen el poder en sus manos, sean del bando que sean, están mucho más preocupados por mantener su puesto de trabajo que por lo que podamos necesitar los ciudadanos de a pie.

Pero, volviendo a las mujeres, creo que tenemos en nuestras manos mucho por hacer, seamos políticas, ciudadanas de a pie, actrices, modelos, periodistas, empresarias, escritoras... Se trata de evitar a toda costa que, en el futuro, las mujeres que no quieran renunciar ni a la maternidad ni a ser económicamente independientes estén al borde de un ataque de nervios como lo estamos en la actualidad mientras nuestra vida se sitúa en el Nivel 5 de necesidad de conciliación del que te hablaba hace unos días. Creo que, si unimos fuerzas, entre todas lo conseguiremos. De entrada se me ocurre que este verano podríamos organizar una merienda en casa con nuestras hijas y sus amigas para explicarles con calma lo que hemos aprendido en la investigación. A nosotras mucho no nos escuchan, pero ahora que tenemos este informe con la opinión de casi dos mil quinientas mujeres, tendrán que creérselo. Y si se lo creen, tendrán que actuar en consonancia, ¿no te parece?

Hasta la semana que viene. Ojalá el ave Madrid-Girona sea puntual. ¡Ya no falta nada!

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 16 de julio de 2016

**Para:** maria.ts@hotmail.com

**Asunto:** Una edad clave en la vida de las mujeres

Buenos días, María.

Esta mañana, cuando me he despertado, antes incluso de haber abierto los ojos, me he topado con una imagen que estaba fija en mi mente: tu rostro, iluminado por una alegría serena, tus grandes ojos marrones brillantes por las lágrimas que te estabas esforzando en retener y, claro, tu tan peculiar media sonrisa ladeada. Solo tú sabes qué pasaba por tu cabeza cuando ayer noche soplaste las velas. Y bien pensado, qué suerte que haya cosas que solo nosotras conocemos, ¿estás de acuerdo? Son nuestros secretos más íntimos y, pase lo que pase, se irán con nosotras a la tumba.

Cómo me alegro de que consiguieras celebrarlo. Qué alegría cuando me llamaste la semana pasada para decirme que tu madre había salido de la UVI y que acababan de llevarla otra vez a la residencia. ¿Sabes de qué estoy convencida? De que ella ha hecho un esfuerzo titánico para que tú pudieras celebrar este cumpleaños tan especial.

Volviendo a la velada de ayer, qué originales aquel enorme 5 y el 0 del mismo tamaño. Y qué buenos los pasteles en los que colocaste las velas. Sí, señora, como te gustaban los dos y no eras capaz de decidirte por uno de ellos, pues uno de cada y un número en cada tarta. Esa es mi chica. He de reconocer que el de frutas estaba riquísimo, pero mi voto es para el de chocolate. Ya sabes que el chocolate, en cualquiera de sus variedades, formas, tamaños y colores, es uno de mis más preciados vicios.

Qué bonito fue ver a tu chico, tan sonriente y dispuesto, a pesar de que todos sabemos lo poco que le gustan este tipo de celebraciones. Y qué suerte que vuestros hijos accedieran a hacer de camareros en la fiesta de su madre. O quizá, como dice un buen amigo, no sea suerte, sino el resultado de lo que les habéis inculcado desde que nacieron. Sea como sea, felicita a los tres de mi

parte, porque lo hicieron muy bien, y todo el rato con una sonrisa en la boca. *Feien molt de goig*. Cómo me gusta esta expresión. En español no tiene ni la mitad de gracia, ¿estás de acuerdo?

Y qué bien que, además de con tu familia, pudieras celebrarlo con *tus amarillos*. Me alegré mucho de que anoche consiguieras reunir a casi todas las personas que consideras que han sido especiales en algún momento de tu vida. Y, claro, hasta que no leí el libro que me regalaste hace ya un par de veranos, no entendí por qué nos llamabas *tus amarillos*. Lo que nunca me quedó claro es por qué el autor escoge el color amarillo para referirse a los que, de una manera u otra, han sido especiales en su vida. ¿Tú lo entendiste? ¿Será por oposición al gafe que suele asociarse al amarillo? Por cierto, ayer, con el ajetreo y las emociones de la velada no te diste ni cuenta de que me había vestido de amarillo de los pies a la cabeza. Suerte que, como prueba, ahí están las fotos de la velada. Ja, ja... Con lo contenta que estaba yo con mi ocurrencia. Y no fue fácil, porque en mi armario no hay demasiadas prendas amarillas.

Y qué discurso tan impresionante, María. He de confesarte que las palabras que me dedicaste no solo me sacaron los colores sino también alguna que otra lagrimilla. Por fortuna, las luces de la terraza no eran muy potentes y creo que nadie se enteró. Una duda: cuando empezaste a hablar, ¿tenías pensado dirigir unas palabras a cada comensal, uno por uno, o lo improvisaste en el momento? Fue muy emotivo.

No recordaba que Javier y tú llevaseis juntos la friolera de treinta y cuatro años. Me lo dijo ayer durante el aperitivo. Se dice pronto, ¿eh? Impresionante. Muchas felicidades también por este gran triunfo, María. Y más teniendo en cuenta el contexto global.

Según datos de la investigación, el número de separaciones y divorcios está en clara tendencia alcista. Entre los padres de las mujeres que hoy tenemos de 18 a 64 años se divorciaron o separaron el 12 %; entre las entrevistadas que formalizamos nuestra relación alguna vez, las divorciadas o separadas aumentamos al 16 % y entre los amigos o amigas que tenemos que formalizaron sus relaciones, estos ascienden al 28 %. Fíjate en que la proporción de divorciados o separados aumenta de alrededor de una de cada diez parejas, en la generación de nuestros padres, a casi tres de cada diez en



nuestro entorno de amigos más próximos. En relación con esta cuestión, otro dato que es fácil de intuir pero que aun así me ha sorprendido por su contundencia es que, entre las mujeres que estamos separadas o divorciadas, el porcentaje de nuestros amigos y amigas que se encuentran en la misma situación que nosotras aumenta al 47 %. Por lo tanto, la mitad del círculo de amistades de las mujeres que estamos separadas o divorciadas también han pasado por algún proceso de separación o divorcio. ¿Cuánto crees tú que debe de haber de *efecto contagio*?

Y, por cierto, tampoco recordaba que Javier se te hubiera declarado en el aparcamiento del apartamento de mis padres en Caldetas. Pensando en Caldetas, y en los miles de momentos que hemos compartido, mira de qué acabo de acordarme. A ver si tú lo recuerdas igual...

Tú y yo dormíamos en uno de los cuartos del segundo piso de la casa que tus padres habían alquilado aquel año. Tú en la cama que estaba más cerca del baño y yo en la que estaba pegada a la ventana. Aquella mañana, mientras empezaba a desperezarme, con los ojos todavía medio cerrados, mi mirada se quedó atrapada en una imagen que había en el techo de la habitación, justo encima de nuestras cabezas. Un coche. No podía creerlo. Dos tubos de escape, dos luces traseras, el maletero, la reja de refrigeración, el cristal posterior, dos ruedas. ¡Alucinaba! Recuerdo que me froté los ojos con la seguridad de que al abrirlos el coche habría desaparecido. Sin embargo, allí seguía. ¿Es un Ford Fiesta? ¡Pero si ayer no bebimos más que un par de cervezas!

—María, ¿estás despierta? —susurré.

—No mucho —contestaste desde la cama de al lado.

—Necesito que mires al techo, por favor.

—¿Que mire al techo? ¿Para qué?

—Mira y dime qué es lo que ves.

—Vale, pesada, ahora voy —dijiste malhumorada mientras girabas con torpeza tu cuerpo en dirección a mi cama—. ¿Un coche en el techo de mi cuarto?

—Uf, me alegro de que tú también lo estés viendo. ¿Lees la matrícula?

—B 6996 DX. Es increíble. Pero ¿qué está pasando?

Saltaste de la cama y con un par de zancadas te plantaste en la puerta gritando:

—Papá, mamá, subid a mi cuarto, por favor. Tenéis que ver algo.

Tu padre fue el primero en llegar. Poco después, entró tu madre. Ambos miraron al techo, donde les estábamos señalando. Tu padre empezó a reírse y, sin dejar de hacerlo, se dirigió a la ventana, con paso decidido, pero sin prisa. Abrió, primero hacia dentro, las dos puertas de cristal de la parte interior de la ventana y luego, hacia fuera, las dos contraventanas exteriores de lamas verdes. Todavía recuerdo el olor a jazmín que de sopetón impregnó el ambiente. Y la imagen se desvaneció.

—¿No os acordáis de los fenómenos ópticos? —nos preguntó, mirándonos, con aquella expresión tan pícaro—. Sí que habéis olvidado rápido las clases de física. Aquí tenéis un perfecto ejemplo de la reflexión de la luz. Es el coche de tío André, que ha llegado esta mañana para pasar unos días de vacaciones con nosotros.

Ja, ja... Vaya despertar. ¿Cuántas veces en tu vida lo has recordado? ¿Lo recuerdas igual? Vaya cosas hemos compartido, Marieta, ¿eh?

Me parece un excelente momento para darte, a mi entender, una muy buena noticia. Según los análisis que hemos realizado en el estudio sobre las mujeres, a partir de los 50 años mejoran, con respecto al tramo de edad anterior, tanto nuestros indicadores de felicidad como los de complejidad de vida y de cansancio. Sí, sí, lo que hemos aprendido es que, a partir de los 50 años, la vida de muchas de nosotras se simplifica. En esta fase de la vida, la mayoría de las mujeres que hemos sido madres ya tenemos a nuestros hijos bastante crecidos y algunas parecemos aprovechar esta situación para realizar cambios drásticos en nuestra vida y o bien nos atrevemos a poner fin a la relación que manteníamos con nuestra pareja (algunas llevando incluso más de veinte años juntos) o bien realizamos algún cambio en el ámbito del trabajo remunerado: dejándolo del todo, poniendo algún freno en lo que habíamos hecho hasta entonces o buscando algún otro que sea menos exigente.

Y fíjate en que tu caso encaja a la perfección: solo te queda un hijo menor de edad y acabas de dejar la que fue tu fuente de ingresos durante los últimos once años. ¿Crees que la multinacional en la que trabajabas hubiera podido hacer algo para retenerte o es que ya no estabas dispuesta a ceñirte por más tiempo a las exigencias y a los sacrificios que este tipo de compañías conllevan, en cargos como el que tú ocupabas? Un día me gustaría mucho

hablar contigo sobre qué consideras que las grandes corporaciones podrían hacer para retener al talento femenino hasta el final de nuestra vida laboral. Pero volviendo a tu situación actual, no sabes cómo me alegro de que, como consultora independiente, ya hayas conseguido tus tres primeros clientes. Y, sobre todo, me alegro de que puedas dedicarte un poco más de tiempo a ti misma y a tus aficiones. Acabo de caer en la cuenta de lo oportuno que ha sido tu cambio de rumbo laboral con respecto a la enfermedad de tu madre. ¿Te has parado a pensar en los ejercicios malabares que habrías tenido que hacer para cuidar de ella en tu anterior puesto de trabajo? Uf, ahí sí que hubiera sido casi imposible de gestionar. Justo a tiempo...

He entrado en Internet para ver si encontraba alguna información que me ayudara a entender por qué cuando cumplimos los 50, se producen estos cambios tan drásticos en la vida de muchas mujeres. Y he encontrado unos artículos muy interesantes tanto en *La Vanguardia* como en *El País*. En *La Vanguardia* se refieren a las mujeres que hoy se encuentran en la franja de los 50 años como «De cincuentonas a cincuentañeras» y en *El País* hablan de «Poderosas a los 50». Los artículos se basan en la opinión de psicólogas, sociólogas, filósofas, gerontólogas y también en la experiencia de mujeres con profesiones muy distintas que acaban de pasar la barrera de los 50 años. Y las conclusiones a las que ambos reportajes llegan son muy parecidas: las mujeres que hoy estamos en esta franja de edad, no de forma individual (ya que, como en cualquier franja de edad, hay mujeres de todo tipo y en todas las circunstancias), sino como colectivo, rompemos clichés y conquistamos nuevos espacios públicos y privados. ¿Sabes qué perfil hacen de nosotras a partir de los 50? Que tenemos independencia económica, que somos muy activas, seguras de nosotras mismas e inquietas en el ámbito intelectual, que nos sentimos con mucha energía y con una sabiduría de vida que nos permite afrontar las cosas de otra manera y ser menos manipulables y vulnerables a los demás. ¿Te sientes identificada? Y hasta que no tuve delante de mí los resultados de esta investigación no había caído en la cuenta de que somos la primera generación de mujeres que en una proporción significativa hemos estudiado una carrera, tuvimos una juventud en libertad, hemos tenido independencia económica y hemos sido madres, pero manteniendo otras identidades en paralelo, por lo que no viviremos el síndrome del nido vacío

como lo vivieron las madres de las generaciones anteriores. Aseguran las psicólogas que, hoy en día, a los 50 años, las mujeres, después de pasar por muchas etapas vitales, tenemos muy claro lo que queremos o, al menos, lo que no queremos, y eso nos hace más seguras y desinhibidas en todos los ámbitos, desde el laboral hasta el de las relaciones sexuales. Dicen también que la biología cuenta, y que la menopausia condiciona, pero al mismo tiempo libera ya que una vez superado el miedo que nos produce el mito que rodea a la menopausia, y liberadas del baile de hormonas que conlleva, solemos ganar libertad y seguridad. Y añaden que después de años de poner a todos y a todo por delante, a los 50 muchas mujeres decidimos que nos ha llegado el momento de pasar a ser las primeras de la fila, por lo menos en algunas ocasiones.

¿A que no eras consciente de que hoy estás estrenando la fase de nuestra vida en la que suele darse la combinación perfecta de vitalidad y experiencia? Pues, ya sabes, María ¡a disfrutar de las ventajas de ser una *cinquentañera*!

Estoy segura de que el futuro nos deparará muchos más motivos de celebración. Y, si no, ya los inventaremos. Que no te quepa la menor duda. Creo que el éxito radica en mantenernos útiles, con objetivos y propósitos concretos.

Un beso para ti y un fuerte abrazo para tu madre. ¿Sabes de qué me acordé el último día que fui a visitarla? De una de las frases que más veces le oí repetir a mi abuela Laura en sus últimos años de vida: que una de las peores cosas de hacerse mayor es que te vas quedando sin amigos. La verdad es que no es justo. Además de enfermas, demasiado solas y durante demasiadas horas. Dile por favor a Elisabeth que en cuanto vaya a Barcelona iré a verla. Y que le llevaré un ramito de tulipanes.

Cuídate mucho.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** lunes, 18 de julio de 2016

**Para:** pazuu@gmail.com

**Asunto:** Hijos malcriados

Hola, Paz.

Hace días que estoy dándole vueltas a la conversación que me contaste que habíais tenido con Gleisy, su hija y el padre de la criatura. Me parece increíble que unos padres dejen que su hija les toree de esta manera. Es vergonzoso que la niña se haya salido con la suya en lugar de hacer lo que querían sus padres. Si de verdad tiene tanta capacidad como me contaste que indican sus notas de la ESO, es una pena que haya decidido no continuar con el Bachillerato. Pero ¿sabes que es para mí lo peor? El tono y la actitud corporal que me explicaste que la niña había adoptado durante la conversación. ¿Cómo pudieron sus padres permanecer callados y hundidos en sus sillas durante veinte minutos? Por otro lado, bien hecho, Paz, por estar dispuestos a ayudar a Gleisy en la formación de su hija. Yo también soy de la opinión de que, si se puede colaborar, lo mejor es ayudar a los que tenemos cerca y está claro que Gleisy se lo ha ganado por lo bien que ha cuidado de vuestra hija y de vosotros todos estos años. Así que no te preocupes, Paz. Habéis hecho todo lo que estaba en vuestras manos. Puedes dormir bien tranquila. Ah, y yo que tú no me gastarías todavía lo que pensabais invertir en la universidad de su hija ya que, con un poco de suerte, es posible que la niña recapacite. ¿Por qué no le sugieres a Gleisy que le busquen un trabajo de verano que sea lo más duro posible? A ver si la señorita toca de *peus a terra*.\*

Aunque, ¿sabes, Paz? Por desgracia este no es un caso aislado. Después de que me lo contaras, recordé una situación similar que vivió una amiga de mi madre con la señora que le había ayudado a cuidar a sus hijos mientras

estos fueron pequeños. Me chocó tanto que no solo me acuerdo de que la interesada se llamaba Sonia, sino también de la conversación telefónica que mantuvieron ella y la amiga de mi madre. Fue más o menos así:

—Han invitado a mi hija a una fiesta a la que tiene que ir con un vestido de noche —dijo Sonia—. ¿Cree que podría prestarle alguno?

—Sí, claro —respondió la amiga de mi madre—. ¿Por qué no le dice que venga a casa algún día, a última hora de la tarde y miramos juntas cuál de los vestidos que tengo le gusta más?

—Muchas gracias. ¿Tiene alguno que sea de color rojo?

—Creo que no —respondió la amiga de mi madre, con cierta curiosidad.

—Vaya, pues entonces no se preocupe. Muchas gracias de todos modos. Es que mi hija quiere ir a la fiesta con un vestido rojo.

—Dígale que venga, Sonia, seguro que alguno de mis vestidos le quedará muy bien. Es una tontería que se gaste dinero en un vestido de fiesta.

—No se moleste. Es muy tozuda así que no conseguiremos hacerle cambiar de idea —terminó afirmando la resignada madre.

¿Cómo lo ves, Paz? Situaciones parecidas, ¿no? En ambos casos, estamos hablando de unas adolescentes, féminas, hijas de padres inmigrantes, con un nivel de estudios superior al de sus progenitores, quienes, desde que ellas nacieron, se han roto los cuernos para que no les faltara de nada.

Pero, si te pones a pensar, se te ocurrirán muchos casos similares que habrán estado protagonizados por niñas o niños muy cercanos a ti: tus sobrinos o sobrinas, las hijas o hijos de alguna amiga o, incluso, a lo mejor hasta recuerdas algunos en que la protagonista habrá sido mi ahijada. En unos pocos minutos, yo ya he recordado más de los que quisiera con mis hijas de protagonistas. Así que, ya ves, los hijos malcriados son un problema mucho más común de lo que deberían ser y, en absoluto, exclusivo de los padres cuyo nivel de instrucción es inferior al de sus hijos.

¿Por qué, a los padres, nos cuesta tanto poner límites a nuestros hijos? Y lo peor, según yo lo veo, es que con esta actitud les estamos haciendo el triste favor de hacerles creer que sus deseos son órdenes. Les hacemos vivir convencidas y convencidos de que sus padres, por el simple hecho de haberles traído a este mundo, tenemos la obligación de darles todo lo que nos pidan por absurdo y abusivo que sea, como un vestido de fiesta rojo a una madre que

sufre, todos los meses, para llegar a fin de mes. Y lo peor es que el capricho no proviene de una cría, sino de una mujer hecha y derecha que ya es mayor de edad... ¿Por qué no somos capaces los padres y las madres de pensar en lo que sufrirán nuestros hijos el día en que tengan que enfrentarse por primera vez al hecho de que las cosas no siempre, o casi nunca, diría yo, suceden como uno querría?

En la investigación preguntamos algo en esta línea. La frase exacta decía: «A los padres de hoy en día les cuesta mucho decir que no a sus hijos por lo que los hijos acaban creyendo que sus deseos son sus derechos». Pues el resultado ha sido casi unánime. Entre las mujeres que tenemos hijos, las que estamos de acuerdo con esta afirmación somos el 89%; entre las que no tienen hijos, pero quieren tenerlos algún día, el nivel de acuerdo es casi el mismo, el 90 %, y aumenta al 96 % entre las que no quieren tener hijos. Qué curioso, ¿no? Si estamos casi todas de acuerdo, tanto si lo vivimos desde la grada como si nos encontramos en pleno partido, ¿por qué no somos capaces de hacerlo mejor? En mi opinión hay dos posibles explicaciones. Una sería que somos muchas las madres y muchos los padres que no tenemos ni idea de cómo hay que educar a los hijos. Y está claro que los niños no llegan a este mundo con un manual de instrucciones bajo el brazo. Otra explicación podría ser que, con demasiada frecuencia, la solicitud, por parte de nuestros hijos, de alguna petición absurda, nos pilla en un momento de agotamiento, por lo que entiendo que de forma inconsciente optamos por decirles que sí en lugar de envalentonarnos a iniciar una discusión que de antemano sabemos lo desgastadora que será.

Quizá también pueda suceder lo que decía la madre de mi amigo Pepe, a pesar de que a mí siempre me sonó como una excusa en toda regla:

—Este hijo mío está bien enseñado, pero muy mal aprendido.

Y esta falta de límites en la educación de nuestros hijos me preocupa, y mucho, sobre todo cuando leo titulares como los que estas semanas llenan los periódicos: «Más pobres que sus padres» o «El reto de la desigualdad económica en el mundo». ¿Sabes que por primera vez desde la segunda guerra mundial el nivel económico de los trabajadores es inferior al de la generación de sus padres? Durante casi setenta años hemos vivido convencidos de que existía un ascensor social. Sin embargo, ahora parece ser que este ascensor se

ha averiado. Esta mañana he leído que, en las 25 economías más avanzadas del mundo, entre el año 2005 y 2014, los ingresos reales han disminuido para dos tercios de la población. Qué desastre de noticia, ¿no te parece? Con lo que no es de extrañar que, por primera vez, haya personas con trabajo remunerado que perciben unos salarios tan reducidos que no consiguen salir del umbral de pobreza. Y da igual el indicador que se considere, todos ponen de manifiesto que la precariedad laboral ha golpeado más a quienes perciben las rentas más bajas. Hasta hace poco, era inconcebible que alguien con trabajo remunerado fuera pobre. Está claro que, en las economías avanzadas, algo no estamos haciendo bien.

Pensando en todo esto, ¿no te parece todavía más grave el flaco favor que les estamos haciendo a nuestros hijos cuando los educamos sin ningún tipo de límites? ¿Sabes lo difícil que les va a ser a los jóvenes de hoy en día tener una calidad de vida como la que tuvimos sus padres y a la que, por tanto, están acostumbrados? ¿Les habremos dado a nuestras hijas suficientes herramientas para que sepan aceptarlo y vivir con lo que el futuro les depara? Por mi parte, te aseguro que lo intento. Y con todas mis fuerzas. Igual que Enrique. Pero soy muy consciente de que no siempre lo conseguimos. ¿Te pasa a ti lo mismo? Es tan frustrante. Y eso que, desde el incidente del vestido rojo, me propuse tenerlo siempre presente. Decidí hacer todo lo que estuviera en mis manos para evitar caer en la trampa del falso amor materno. Porque lo que sí tengo claro es que, si Carlota o Claudia resultan ser unas malcriadas, los únicos culpables habremos sido su padre y yo. Así que vaya responsabilidad, ¿no te parece?

Bueno, querida, aquí te dejo con tus reflexiones. Que tengas una gran semana, Paz. Y ánimo que en quince días estarás disfrutando de tus merecidas vacaciones. Avísame cuando estéis instalados. Ojalá el apartamento que habéis alquilado cumpla con vuestras expectativas. Sí, señora, por Internet, sin ni siquiera moverte de casa. ¡Pero qué amiga tan moderna y tecnológica tengo!

Hasta muy pronto.

Besos,

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 22 de julio de 2016

**Para:** elena.g@hotmail.com

**Asunto:** Hemos de aprender a delegar y a decir NO

Hola, Elena.

Sé que nos veremos mañana, pero acabo de volver del *mercat del peix* donde he tenido una conversación que no puedo quitarme de la cabeza, así que he pensado que la compartiría contigo. Por cierto, creo que nunca te he dicho que cada vez que entro por la rampa del aparcamiento me acuerdo de que tú fuiste mi guía de lujo la primera vez que fui de compras a Palafrugell, cesta en mano. No sabes lo que te agradezco que me enseñaras no solo dónde debía aparcar sino también cuál era la mejor panadería, los puestos en los que tenía que comprar la fruta, la carne, tu pastelería preferida, la tienda especializada en ahumados y encurtidos, la ferretería... y también dónde comprar el pescado. Precisamente hoy he ido para comprar lo que necesitamos para la cena de esta noche. Te echaremos mucho de menos. Sobre todo, Mery. Le hacía mucha ilusión verte. Pero está claro que no se puede estar en dos sitios a la vez y si ya te habías ofrecido a pasar el fin de semana con tu madre, pues a cumplir. Lo primero es lo primero. Volviendo al *mercat del peix*, voy a intentar reproducir, lo más fielmente posible, mi conversación de hace un rato con Nati, la dueña del puesto, y una de sus ayudantes:

—¿Merluza y boquerones solo para dos? —me ha preguntado Lola—. ¿Dónde tienes a tus hijas, Julia?

—La mayor está de prácticas en Madrid dos meses y a la pequeña le han dado una beca para estar cuatro semanas en un centro de investigación en Múnich —he respondido—. Y tú a tu hijo, ¿dónde lo tienes?

—De momento por casa, con la novia, que si hoy comemos, que si mañana nos quedaremos a cenar... Uf —ha resoplado Lola con voz cansina—. Suerte que la semana que viene se va unos días a casa de los padres de mi ex.

—¡Cuánto tiempo, Julia! —ha dicho Nati, al verme—. ¿Has vuelto a trabajar?

—No, pero estoy haciendo una investigación y como me lleva muchas horas y necesito estar muy concentrada, Enrique se ha ofrecido voluntario a hacer las compras, siempre que puede —he contestado yo—. Por eso es a él a quien habéis visto más veces por aquí últimamente.

—¿Y de qué va la investigación que estás haciendo? —ha preguntado Nati.

—De lo complicada que es la vida de las mujeres —he respondido.

—Oh, pues yo quiero ver los resultados —ha añadido con una sonrisa pícaro, sin dejar de sacar las barcas y de cortar en aros los calamares que le estaba preparando a un corpulento extranjero que aguardaba paciente al otro lado del mostrador.

—Ya lo creo que es complicada. Yo ahora estoy yendo al psicólogo dos veces por semana, tengo una depresión de caballo —ha añadido Lola.

—Vaya, Lola, pues sí que lo siento. Es que las mujeres hemos de aprender a decir que no antes de tocar fondo —le he dicho.

—Yo ya lo he aprendido —ha sentenciado Nati, sin dejar ni por un segundo los calamares que tenía entre manos—. Después de la depresión por la que pasé. Aquel verano, mi marido se rompió la pierna el 1 de julio, justo cuando para nosotros empieza la temporada alta. Nuestros hijos eran pequeños y durante tres meses me ocupé no solo de mi trabajo aquí, sino también del de mi marido en la subasta del pescado y en la tienda de Palamós. Cuando llegó septiembre, me hundí.

—Es que esta jefa que tengo es una supermujer —ha añadido Lola.

—La verdad es que la mayoría de las mujeres tenemos varias tareas pendientes, entre otras: aprender a decir que no, buscar ayuda cuando no llegamos a todo y escuchar las señales que nos envía nuestro cuerpo —les he soltado de un tirón—. A mí me ha costado muchos años aprenderlo y, aun así, se me olvida con demasiada frecuencia. Pero, de momento, sé muy bien lo afortunada que soy de haber podido tomarme este período sabático antes de tocar fondo.

—Pues disfrútalo mucho, tú que puedes —ha dicho Lola, mientras me entregaba la bolsa con el pescado y la cuenta.

¿Qué te parece, Elena? En el mundo de las féminas, en todas partes cuecen habas. Da igual que seas la dueña de un negocio de alimentación, una de sus ayudantes, directiva en una consultoría, financiera, enfermera o dueña de una peluquería... Pues eso, que la mayoría de nosotras no sabemos decir NO. He pagado la merluza, los boquerones y el pescado para la noche y me he ido caminando a paso de tortuga, compra en mano, en dirección al aparcamiento, apesadumbrada y *rumiant*. Los treinta grados de temperatura ambiente y la solana que estaba cayendo no contribuían demasiado, la verdad. Pero ¿qué nos pasa a las mujeres? ¿Por qué nos cuesta tanto pedir ayuda? ¿Es que no sabemos que lo de las *Super Woman* es un timo? ¿Sabes la comedura de coco a la que nos tienen que haber sometido para que absorbamos todo, como esponjas, venga de donde venga, muchas veces sin siquiera cuestionárnoslo?

Fíjate, sin ir más lejos, en el caso de Nati. Como el negocio es solo suyo y de su marido, mientras él se recuperaba de su lesión, a ella no le quedó más remedio que ocuparse íntegramente de Peixos Fortuny. Sin embargo, sabiendo que en el momento de más trabajo del año su jornada laboral iba a doblarse, ¿por qué no buscó ayuda? Pues imagino que porque Nati debe de estar acostumbrada a sacarse sola todas las castañas del fuego. Entiendo muy bien que en su negocio no había margen de maniobra, ya que es casi imposible encontrar a alguien para que ayude en la dirección de un negocio familiar, durante solo un par de meses. Este es el típico ejemplo de bajas que no se resuelven con una llamada a una ETT. Pero, sin embargo, en el ámbito de las tareas de la casa, donde casi todo es 100 % delegable, y en el ámbito de los hijos, en que también hay una parte que lo es, habría podido contratar ayuda, ¿no? Estoy convencida de que ni siquiera se le pasó por la cabeza. Y dudo mucho que fuera por falta de posibilidades económicas, la verdad, creo que más bien debió de ser porque no está entre sus costumbres. ¡Qué lástima!, porque no tengo ninguna duda de que hubiera sido el dinero mejor empleado del mundo. Para empezar, el poco tiempo que durante esos meses le quedaba a diario para estar en casa, cuando por fin llegaba derrotada, habría podido dedicarlo a charlar con sus hijos y con su marido, a ver una película, a leer un libro, a descansar en el sofá... o a hacer cualquier otra cosa que a ella le relaje, en lugar de estar empleándolo en realizar las tareas domésticas que le

aguardaban. Y, además, estoy segura de que habría llegado a septiembre en una forma física mucho mejor, por lo que es posible que, de paso, hubiera conseguido evitar caer en una depresión.

Pero delegar las tareas de la casa cuando puedes permitirte, algo que para mí es tan natural supongo que porque lo he visto en casa de mis padres y también en la de mis abuelos, entiendo que sea totalmente inhabitual para la mayoría de las mujeres y de los hombres. Piensa, Elena, que apenas el 13 % de los 15 millones de mujeres a los que nuestra investigación representa contamos con algún tipo de ayuda externa en casa. Por lo que está confirmado: tener ayuda remunerada en casa es un lujo. Y las que tenemos la ayuda que he tenido yo, que es la que hubiera necesitado Nati ese verano, esto es, a jornada completa, coincidiendo con nuestro horario laboral, somos todavía menos: un escasísimo 2%. Es cierto que, entre las mujeres con los trabajos remunerados más exigentes, como el que tiene Nati, la ayuda a jornada completa aumenta al 8 %, esto es, se cuadruplica, y las que tienen algún tipo de ayuda, sea completa o por horas, aumenta al 30 %.

Sí, ya sé que la gran mayoría de las parejas no pueden permitirse ayuda externa de ningún tipo, pero también debe de haber por lo menos algunas más como Nati y su marido que, pudiendo recurrir a algún tipo de ayuda externa en las tareas de la casa, ni siquiera se lo plantean. No sé tú, pero yo conozco a unas cuantas. Lo que nunca les he preguntado es por qué no tienen ayuda en casa. ¿Crees tú que es solo por falta de costumbre?, ¿o habrá algún otro motivo? Quizá creen que pudiendo hacerlo ellas o su pareja, ¿por qué malgastar el dinero? ¿O creen que nadie lo hará tan bien como ellas? ¿O no se fían de dejar las llaves de su casa? O vamos a ser un poco ilusas, tal vez sea porque disfrutan del tiempo que comparten con su pareja haciendo juntos las tareas de la casa. Pero ¿sabes de lo que estoy convencida? De que si las parejas que pueden permitírselo supieran los beneficios que para la relación de pareja tiene disponer de más tiempo de calidad para ellos, no dudarían en contratar algún tipo de ayuda remunerada para la casa. Sobre todo si han tenido hijos y los dos están activos en el mercado laboral. Para mí es indiscutible el beneficio de tener tiempo de calidad para jugar y charlar con nuestros hijos en lugar de estar preparando cenas, poniendo lavadoras, planchando... ¿no te parece? Y además, ¿has pensado en los nuevos puestos de

trabajo que se podrían generar? Sin ir más lejos, ¿te imaginas lo contento que hubiera estado alguno de los hombres o alguna de las mujeres, de los que ese verano estaban en paro, con un trabajo remunerado para dos o tres meses en casa de Nati? Y, durante esos meses, no solo la Seguridad Social hubiera recaudado más, sino que además el coste del paro se habría reducido... Como ves, ventajas para todas las partes implicadas, ¿estás de acuerdo?

Bueno, Elena, ya me dirás qué opinas tú de todo esto. A ver si el fin de semana que viene comemos o cenamos juntas en el Toc al Mar. ¿Se te ocurre un regalo mejor para dar por inaugurada la temporada estival? Dime algo pronto para que pueda reservar con tiempo, ¿vale? Y dime también si prefieres que sea un encuentro de chicas o si vamos los cuatro. Y, ¡ánimo!, que te queda un telediario para las vacaciones.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** domingo, 24 de julio de 2016

**Para:** maru.a@mac.com

**Asunto:** Que no nos obliguen

Buenos días, Maru.

Esta mañana, mientras leía la prensa, he visto una fotografía de Carolina Bescansa que me ha hecho pensar en ti porque a mi mente ha regresado, de sopetón, la conversación que mantuvimos tú y yo, sobre las bajas por maternidad, en nuestro reciente encuentro de féminas. La mente y sus asociaciones son un fenómeno realmente curioso. Me encantaría tener tiempo para estudiarlo. Quizá cuando me jubile...

La foto en cuestión es en el banco que su grupo parlamentario ocupa en el Congreso de los diputados, y aparece Carolina, con marcadas ojeras, un tono de piel blanquecino y los ojos bastante hinchados, junto a otros miembros de su partido: cuatro chicos y una joven sonriente y en plena forma. Esta imagen me ha llevado a la fotografía de Carolina que se publicó en todos los periódicos y se transmitió en todas las cadenas de televisión el día que tuvo la brillante idea, o aceptó sin rechistar la sugerencia de sus compañeros de partido (nunca lo sabremos), de acudir al Congreso con su hijo en brazos. ¿La recuerdas? Es muy posible que sí porque me parece casi imposible ser madre y no haber tenido algún tipo de reacción, sea a favor o en contra, al verla. Y, de ahí, mi mente ha viajado todavía más lejos: a «El Semáforo» de *La Vanguardia* que condenaba, con el color rojo, a la que por aquel entonces era la ministra de justicia francesa: Rachida Dati. Es posible que no te acuerdes porque ya habrán pasado, como mínimo, seis o siete años. La ministra había regresado a su trabajo remunerado a los cinco días de haber dado a luz, lo que fue duramente juzgado por considerarse un pésimo ejemplo en la reivindicada conciliación laboral y familiar. Yo no podré olvidarlo jamás. Aquel día me indigné tanto que incluso escribí una carta a *La Vanguardia*. Y, ¡me la publicaron! El día que quieras te la enseño. La guardé para enseñársela a mis

hijas cuando fueran mayores... Así que, en realidad, ya podría dejársela leer. Aunque bien pensado, mejor me espero un poco más. ¡Cuánto nos cuesta a los humanos empatizar con las situaciones que sentimos que no nos afectan! ¿No crees?

Entre el día en que Carolina lleva a su bebé de seis meses al Congreso y la mañana en que Rachida va a trabajar a los cinco días de haber dado a luz yo veo tres similitudes: dos mujeres con un cargo público, dos madres con el rostro demacrado por la acumulación de pocas horas de sueño y, por último, dos mujeres luchando en arenas típicamente masculinas, reivindicando la tan deseada conciliación trabajo-familia y la a su vez deseada igualdad entre hombres y mujeres.

Sin embargo, qué diferente la manera que cada una de ellas ha escogido para salir al ruedo a reivindicarlas, ¿no te parece? Pero, para mí, la cuestión relevante es: ¿cuál de las dos ha hecho más a favor de la conciliación trabajo-familia y de la igualdad entre hombres y mujeres? Imagino que, como en todas las cuestiones de esta índole, habrá opiniones para todos los gustos. Aquí va la mía. Ya me dirás si estás de acuerdo conmigo o si tú opinas todo lo contrario.

Mi voto es para Rachida. Tal como yo lo veo, una mujer que a los cinco días de haber tenido un hijo se incorpora a su puesto de trabajo, no solo demuestra una perfecta capacidad de conciliar su reciente maternidad con su puesto de trabajo, sino que además indica que es responsable y que tiene excelentes dotes organizativas. ¿Y qué me dices de su capacidad de sacrificio? ¿O es que las mujeres que tanto la criticaron en su día no saben lo poco persona que es una mujer a los cinco días de haber parido? Recuerdo lo mucho que me dolían los puntos. Y que solo tenía energías para dormir. Y eso que mis dos partos fueron naturales y sin ninguna complicación.

Yo siempre he entendido que conciliar familia y trabajo significa que ni el trabajo por el que recibimos una remuneración a cambio debe interferir en nuestras responsabilidades familiares ni la familia debe interferir en nuestros compromisos laborales. Y eso es exactamente lo que considero que hizo Rachida: acudir a su puesto de trabajo, ella sola, porque había dejado a su vástago al cuidado de unas, con toda seguridad, excelentes manos. Si, ya sé

que no todas las mujeres que hemos tenido hijos podemos hacerlo, pero para mí la cuestión es, si puedes y quieres, ¿por qué las leyes y la gran mayoría de las mujeres han de empeñarse en impedirnoslo?

Creo que nunca te he explicado por qué, cuando nació Carlota, yo no me acogí a la baja por maternidad. En realidad, dejar de trabajar nunca había estado entre mis planes, pero cuando llegó el momento todavía lo estuvo menos. Mi maternidad coincidió con una época de enorme carga laboral y, como por aquel entonces ya hacía un tiempo que yo era socia de PRM, me pareció que no era justo abandonar totalmente el barco. Así que mi conciliación trabajo-familia empezó al día siguiente de salir de la clínica con Carlota en brazos. Y te aseguro que nunca había sido consciente de lo dura que iba a resultar esta renuncia a la baja por maternidad. Es justo por eso que me indigné tanto al ver a Rachida Dati, en rojo, en «El Semáforo» de *La Vanguardia*. Y es que, Maru, todavía recuerdo con horror la primera conversación de trabajo que tuve con un consultor de PRM, a los cinco o seis días de que Carlota hubiera nacido... Ese día, mi conversación con Luis fue algo así:

—¿Cómo lo resolvemos?, Julia —me preguntó él, cuando hubo concluido su minuciosa exposición del problema al que el equipo se estaba enfrentando.

—Pues ahora mismo no tengo ni idea —le respondí—. Deja que lo piense y te digo algo en un par de días, ¿vale?

—¿Va todo bien, Julia? —me preguntó Luis, con tono de sorpresa.

—Sí, sí... —le respondí yo—. Es que en estos momentos me parece un tema muy complejo. He de pensarlo con calma.

—Vale, no te preocupes. Tenemos tiempo. Pero se me hace extraño que necesites tiempo. Como tú sueles decidir tan rápido...

Qué duro fue ese primer enfrentamiento con la cruda realidad. Y lo peor es que no fue un caso aislado. En las siguientes semanas se sucedieron otros tantos. Empecé a entender el porqué de la baja maternal. No está pensada solo para el recién nacido, sino también para la madre. Recuerdo que llegó un momento en el que tenía serias dudas sobre si algún día conseguiría volver a ser la de antes. Porque yo necesitaba ser la de antes, cuanto antes. Por fortuna, esa fase de neuronas adormecidas nos queda ya muy lejos, ¿no, Maru? Lo único de esa época que recuerdo increíblemente bonito fue darles el pecho.



Eso sí que lo disfruté. Y mucho. ¡Qué momentos tan especiales y tan íntimos! Es posible que te estés preguntando cómo conseguí darles de mamar si había tomado la decisión de no dejar de lado mis responsabilidades en PRM. Pues porque, si te acuerdas, por aquel entonces vivíamos muy cerca de PRM. Así que, durante el primer mes, los consultores de PRM con los que debía reunirme venían a casa y, durante el segundo mes, yo iba a PRM y volvía a casa un par de veces al día para darles el pecho. Y durante esos dos meses no viajé. Ya sé que dos meses está lejos de lo que recomiendan hoy en día los pediatras, pero el mío, afortunadamente, no era nada talibán en esta cuestión.

Y la verdad es que, visto con retrospectiva, me siento muy afortunada de haber podido darles el pecho, no solo porque la proximidad de PRM me lo permitía, sino también porque no tuve ningún problema con la lactancia. Todavía recuerdo lo que sufrieron un par de amigas mías, que tuvieron unas mastitis muy complicadas. Y también las pobres a las que no les subía la leche y su bebé, muerto de hambre, no paraba de llorar. Pero ¿por qué no les dejaban darle un biberón al niño y a ellas las dejaban en paz? Para mí, los beneficios de que les demos el pecho a nuestros hijos son obvios, pero seguro que desaparecen si tiene que ser a costa de la salud física o mental de su madre, ¿no crees? Qué rabia me da que todos y todas se crean con derecho a decirnos qué hemos de hacer y qué no. Que cada una haga lo que crea conveniente con la baja y también con la lactancia. ¡Encima de lo valientes que hemos sido trayendo descendientes a este mundo! ¿Tú cómo lo ves, Maru?

Entiendo muy bien lo que siempre has defendido con relación a que si en las empresas hay empleadas que renuncian a estar de baja por maternidad, se sienta un precedente que puede acabar perjudicando a las que sí quieren acogerse a ella. Pero ¿sabes qué creo? Que es igual de injusto que la sociedad obligue a las mujeres que quieren coger la baja por maternidad a no hacerla, que obligarnos a acogernos a ella a las que no queremos. Yo pude hacer lo que quise porque era socia de la empresa en la que trabajaba. Pero si hubiera sido empleada, no me habrían dejado. Sí, sí... Ya sé que la ley hoy no está hablando de que la baja por maternidad sea obligatoria para nadie, sin embargo, esta no obligatoriedad es pura teoría ya que si no te incorporas a tu puesto de trabajo al día siguiente al nacimiento de tu hijo, se sobreentiende que te has acogido a la baja por maternidad y entonces el sueldo pasa a pagártelo la Seguridad

Social en lugar de la empresa. ¿Y qué madre biológica, con parto natural o con cesárea, consigue reincorporarse a su puesto de trabajo al día siguiente de haber parido? ¿Y por qué los hombres que renuncian a estar de baja por paternidad no sientan ningún precedente?

Dándole vueltas a todas estas cuestiones, he llegado a la conclusión de que en España la baja por maternidad es una tomadura de pelo. ¿Que por qué lo digo? Aquí van algunas de mis razones. En primer lugar, porque creo que el hecho de que la baja por maternidad sea distinta de la baja por paternidad solo nos perjudica a nosotras, tanto en el ámbito laboral (porque es una fantástica excusa a la que las empresas pueden acogerse para relegarnos a los trabajos con menos responsabilidad) como en el familiar (porque a nuestros chicos se les fomenta, desde el principio, que pueden desentenderse del cuidado de los hijos porque ahí estamos nosotras). Estoy segura de que otro gallo cantaría, tanto en el ámbito de la familia como en el laboral, si las bajas por maternidad y por paternidad fueran idénticas. De entrada, para las empresas sería indiferente contratar a un hombre o a una mujer. Y además, los hombres dejarían de tener el mal precedente de que nosotras nos ocupemos casi en exclusiva del bebé durante sus cuatro primeros meses de vida, porque ellos están la mayor parte del día en su trabajo remunerado y, claro, al llegar a casa están agotados. Pero, ja, ja... Nosotras no estamos agotadas, porque nos hemos pasado el día jugando a las muñecas y a las cocinitas. En mi opinión es evidente que este distinto punto de partida legal, en realidad solo pone trabas en la igualdad entre hombres y mujeres. ¿O será que los que dictan las leyes, hoy por hoy, en su mayoría hombres, son plenamente conscientes de que estas diferencias garantizan que el poder continúe estando en sus manos?

Otra razón que me ha llevado a concluir que la baja por maternidad en España es una tomadura de pelo, y en esta ocasión, tanto para las futuras madres como para los futuros padres, reside en el hecho de que, a las parejas que decidimos tener hijos, lo que se nos está transmitiendo es que a partir de la semana 16, o unas semanas después, si es que la madre se ha acogido a la lactancia compactada, la vida de la pareja podrá volver a la normalidad. Y nada más lejos de la realidad, ¿no crees? En consecuencia, si las parejas que decidimos tener hijos hemos de reorganizarnos para mucho más tiempo, de hecho para muchísimos años, ¿de qué sirven cuatro meses? La baja por

maternidad o por paternidad dejaría de ser una tomadura de pelo si aquellas madres y aquellos padres que realmente necesitamos hacerla, porque de lo contrario no podríamos tener hijos, pudiéramos optar a bajas más completas, como las que ya hay en otros países.

He pensado en algo que creo que podría salvaguardar tu preocupación y también la mía. Aquí va una propuesta: ¿qué tal si el dinero que la Seguridad Social se ahorra con las mujeres y con los hombres que tenemos hijos y renunciamos a solicitar la baja por maternidad o por paternidad se destinara a cubrir más meses para las parejas a las que el período de baja actual no les resuelve nada? Ya sé que, a día de hoy, las que renunciamos a la baja por maternidad somos poquísimas. ¡Pero los hombres que renuncian a la baja por paternidad son muchísimos! Y, con el tiempo, a medida que vaya habiendo más mujeres en los puestos directivos de las empresas y también en cargos públicos, estoy convencida de que las renuncias a la baja por maternidad irán en aumento. ¿Cómo funcionaría? En mi caso, por ejemplo, como yo no solicité la baja, y PRM siguió retribuyéndome como siempre, el único beneficiado fue la Seguridad Social. ¿Qué injusticia, no te parece? Lo justo habría sido que lo que se ahorraron con mi baja se lo hubieran descontado a PRM de mi coste mensual de Seguridad Social o del coste que a PRM le han supuesto las lactancias de todas las empleadas de PRM que, después de mí, han tenido algún hijo. Pero, claro, estas medidas ayudarían a las empresas pero no fomentarían la natalidad. Por eso lo que he pensado es que ese dinero que la Seguridad Social se ahorró conmigo hubiera tenido que ir a parar a una hucha para futuras madres o padres del equipo de PRM que quisieran disfrutar de una baja más completa. Tal y como yo lo plantearía, la empresa sería la que tendría la potestad de decidir qué empleado o qué empleada de entre los que lo soliciten será el beneficiado. ¿O tal vez pueda repartirse entre varios? ¿Qué te parece? ¿Crees que así, la renuncia a la baja por maternidad de una compañera o de una jefa dejaría de verse como un mal ejemplo? En el fondo, Maru, creo que todo se reduce a lo mismo: el error de base está en que se nos haga pasar a todas y a todos por el mismo aro. Si de lo que se trata, al fin y al cabo, es de fomentar la natalidad en un país en el que el número medio de hijos por mujer es inferior a lo que se conoce como el umbral de sustitución de generaciones, por favor, ¡dejemos que cada mujer decida lo que más le

convenga a ella y a su familia! Que nadie nos obligue a nada ni en la baja por maternidad, ni en la lactancia, ni en la reincorporación a nuestro puesto de trabajo, ni en ninguna de cualquiera de las facetas de nuestra vida.

Bueno, guapísima, te dejo buceando en tus pensamientos. Lo hablamos el próximo día que nos veamos, ¿vale? Ojalá te cunda mucho esta última semana de trabajo y consigas irte de vacaciones con todos los deberes hechos. Disfrutad mucho y recargad a tope las pilas para el nuevo curso. Nos vemos en septiembre. No sabes la ilusión que me hace la cena que están organizando las del colegio. Cada vez que me cruzo con el grupo de WhatsApp, con el 66 como nombre y ojeo las fotos que van enviando, no puedo dejar de sonreír. Qué guapísimas estamos con el uniforme del colegio, ¿verdad? ¿Sabes que la mitad de anécdotas que explican en el chat no las recuerdo? A veces tengo la sensación de haber ido a otra clase. Pero estoy segura de que tú sí. Siempre has tenido una memoria privilegiada. La mayoría ya habremos cumplido los 50. Y muchas nos conocimos con apenas 3. ¿Crees que nos reconoceremos después de tantos años? ¿Recordaremos nuestros nombres? ¿Podrás apiadarte de mí dejando que sea tu sombra durante, por lo menos, la primera media hora? Ja, ja... Hablamos a la vuelta de las vacaciones, ¿vale?

Que tengáis un muy buen verano.

Tu amiga,

JULIA

Torrent d'Empordà, 27 de julio de 2016

Querida mamá:

Espero que papá y tú estéis muy bien. Por aquí todo en orden, o por lo menos, eso creo. Acabo de llegar de Barcelona donde he estado los últimos dos días dándole un buen empujón a la investigación. Por fortuna para mí, un equipo de PRM ha tenido un par de días libres entre el proyecto que terminaron la semana pasada y el nuevo que empiezan hoy, así que me han podido echar un cable. Y por esas casualidades con las que a veces nos sorprende la vida, durante estos dos días he tenido tres conversaciones, con un ruido de fondo común, con tres mujeres que están en situaciones vitales muy distintas, que quería compartir contigo. ¿A ver a ti cómo te suenan?

La primera conversación fue el lunes con una consultora de PRM que, desde hace algo más de un año, está trabajando solo por las mañanas para poder cuidar de su hijo por las tardes, pero, por exigencias del proyecto en el que está involucrada ahora, ha accedido a volver a su anterior horario durante el mes de julio. En el ascensor, donde hemos coincidido porque hoy ha dado la casualidad de que nos hemos ido de PRM a la misma hora, la conversación ha sido algo así:

—¿Qué tal, Susana? —le he preguntado—. ¿Cómo llevas lo de haber vuelto por unas semanas a tu horario de antes?

—Fatal, la verdad —me ha respondido—. La semana pasada tuvimos una reunión con la profesora del niño y nos dijo que últimamente se está portando muy mal. Que no obedece en clase.

—¿Y qué tiene esto que ver con tu cambio de horario? —le he preguntado sorprendida.

—Pues... todo —me ha contestado—. En la reunión, la profesora nos explicó que a los niños no les van nada bien los cambios. Así que es muy posible que su reacción tenga que ver con que hace tres semanas que no estoy con él por las tardes.

—¿Y quién se está ocupando estos días de él, por las tardes? —he preguntado.

—Su padre —me ha dicho.

A continuación, nos hemos despedido y cada una ha continuado su camino en direcciones opuestas. Durante todo el trayecto hasta casa, no he podido parar de darle vueltas a lo que Susana acababa de contarme, con cara de preocupación.

La segunda conversación a la que me refería sucedió, ese mismo día, al cabo de unas pocas horas, mientras cenaba con una amiga que no conoces y con su hijo, que se apuntó en el último momento porque, por casualidad, esa noche estaba en Barcelona y su padre tenía algún compromiso de trabajo. El hijo de Mercedes está trabajando en Edimburgo desde que acabó la carrera hace más o menos un año. Como es ingeniero y Claudia está pensando en estudiar alguna Ingeniería le pregunté sobre las mujeres en las carreras tecnológicas, y de ahí la conversación derivó hacia las mujeres que trabajan en alguna Ingeniería, y más tarde en los puestos de trabajo con horarios extensivos. La cuestión es que, a media cena, Mercedes, que había permanecido muy pensativa durante la mayor parte del tiempo, nos hizo una confesión en toda regla sobre lo mala madre que, con frecuencia, se había sentido cuando su hijo era pequeño y ella no conseguía llegar a casa a una hora razonable. Mercedes es doctora y, como la mayoría de los médicos, además de su consulta y del quirófano, necesita destinar muchas horas a estudiar para estar al día y para poder preparar ponencias para congresos. Así que no es de extrañar que muchos días, mientras su hijo era pequeño, llegara a casa cuando él estaba a punto de irse a dormir o incluso cuando ya estaba dormido. Suerte que cuando Mercedes hubo concluido su exposición, su hijo afirmó con rotundidad que él no había tenido nunca ningún problema con eso, o que, por lo menos, hasta la fecha no era consciente de haberlo tenido.

Y la tercera conversación la tuve justo al día siguiente, ayer martes, con la dueña del restaurante donde suelo ir a comer cuando voy a PRM a trabajar en la investigación. Esther acaba de separarse del padre de su único hijo, que ahora debe de tener 4 o 5 años.

—¿Qué tal estás, Esther? —le he preguntado cuando ha venido a tomar nota de lo que iba a comer—. Me alegro mucho de que siempre tengas el restaurante tan lleno.

—Cansada, muy cansada —me ha dicho con cara de pena—. Estoy haciendo cajas, porque me cambio de piso y no tengo ni tiempo de ocuparme de mi hijo.

—¿Y por qué no pides ayuda y contratas a alguna empresa especializada que te haga las cajas? —le he sugerido.

—Sí, ya tengo una persona que me ayuda por las mañanas —ha contestado—. Pero es que hay cajas que prefiero hacer yo. Y solo puedo por las tardes, que es cuando suelo estar con mi hijo. Entre el restaurante y ahora la mudanza, tengo la eterna sensación de que no le estoy destinando todo el tiempo que debería. Los deberes corriendo, al autocar corriendo, a extraescolares corriendo, siempre corriendo...

¿Qué te parece, mamá? Situaciones parecidas, ¿eh? Tres madres con remordimientos de conciencia al percibir el efecto negativo que su trabajo remunerado tiene sobre su labor de madre. Una, en el pasado, y dos en el presente. Y no sabes cómo me hierva la sangre cada vez que participo en conversaciones como estas. Y, te aseguro que, por lo que conozco de las tres, sé que ninguna de ellas es mala madre, sino todo lo contrario. Y las tres, por una cosa o por otra, están viviendo, o han vivido con el eterno peso de que tendrían que estar haciéndolo mejor con sus hijos. Pero lo peor es que ellas no son ninguna excepción. ¿Te das cuenta de la presión que la sociedad ha tenido que ejercer sobre nosotras para que la mayoría de las mujeres que también trabajamos fuera de casa lo estemos viviendo como Susana, Mercedes o Esther? ¿Crees que hay muchos padres con remordimientos de conciencia parecidos?

Mira si hay mujeres con este tipo de sentimientos que hace casi un año se fundó el Club de Malasmadres. Las fundadoras la definen como una comunidad emocional 3.0 de madres con mucho sueño, poco tiempo, alergia a la ñoñería, con ganas de cambiar el mundo o al menos de morir en el intento... Lo fundó Laura Baena, con el objetivo de desmitificar la maternidad y romper el mito de la madre perfecta. Laura dice que sintió la necesidad de compartir su visión de una maternidad real, que reivindicase un nuevo modelo social de

madre. Madres que luchan por no perder su identidad como mujer y que se ríen de sus intentos fallidos por ser madres perfectas. Y tienen una lucha común: la conciliación. Porque somos madres que no queremos renunciar a nuestra carrera profesional, pero tampoco queremos renunciar a ver crecer a nuestros hijos, dicen. ¿Sabes que hoy ya aglutina a más de 350 mil madres en redes sociales?

A mí me costó, ya lo creo que me costó, pero hubo un momento en que me mentalicé de que mientras mis hijas estuvieran bien cuidadas y en buenas manos y siempre y cuando el tiempo que Enrique y yo les dedicáramos fuera suficiente y de calidad, no habría ningún problema. Y en las varias conversaciones que he tenido con Carlota y con Claudia, ahora que ya son mayores, en relación con este tema, tanto una como la otra han reaccionado siempre de forma similar a como lo hizo el hijo de Mercedes la otra noche. Para ellas era muy normal que ni su padre ni yo las recogiéramos a la salida del colegio, bocata en mano. Lina las recogía cuando el autocar llegaba a la parada que tenemos más cerca y merendaban al llegar a casa. Y Carlota y Claudia dicen que tampoco veían nada extraño en que ni Enrique ni yo estuviéramos en casa por las tardes para ayudarlas con los deberes o, como dice Carlota, para ir a comprar los encargos de última hora del colegio. Desde muy pequeñas las dos se han responsabilizado de sus deberes. Y si tenían alguna duda o necesitaban que les hiciéramos algún dictado preparado o que revisáramos alguno de los trabajos que habían hecho durante la tarde, Enrique o yo nos ocupábamos de eso al llegar a casa. Y por supuesto son conscientes de que hay familias que se organizaban de otras maneras. Pero tienen claro que una situación no es necesariamente mejor o peor que otra. Claudia siempre se ríe del día que la llamó la madre de un compañero suyo de clase con el que estaban haciendo un trabajo a medias. La madre del niño la llamaba para saber cómo llevaba Claudia su parte del trabajo, porque si no la había terminado, no había problema, ella podía ocuparse también de hacer su parte. Yo alucino, la verdad. Lo encuentro increíble. Y me alegro de que Claudia también alucinara en su momento. Con esta abundante sobreprotección, no me extraña en absoluto que haya tantos niños y niñas a los que les cueste tantísimo convertirse en adultos. No me extrañaría que este niño, a los 30 años, siga viviendo con sus padres. ¡Pero si no debe de saber hacer nada solo!



Pues eso, que no veo que estar en casa por las tardes garantice que nuestro hijo esté mejor educado. Para mí lo importante es verles crecer sanos, felices y ayudarles a ser autónomos, lo antes posible, y no creo que nada de esto guarde ninguna relación con el número de horas que pasamos con ellos. Creo, además, que si las madres y los padres tenemos remordimientos, los hijos, que son mucho más listos de lo que nos imaginamos, lo notan, y aprovechan todas las armas que tienen a su disposición para conseguir lo que quieren. Así que decidamos qué vamos a hacer y luego avancemos con el plan, sin ningún tipo de remordimientos. No sé qué dirán los especialistas en estos temas, pero yo estoy convencida. Otra cosa muy distinta y con la que estoy totalmente en contra es que los hijos estén desatendidos. Eso tampoco. Si hemos tenido hijos, nuestra obligación es cuidarlos y ocuparnos de su educación y de su bienestar. Así que creo que cada pareja, conociendo las necesidades de sus hijos y las suyas, tendrá que fijar las bases de cómo van a cuidar de sus hijos y, una vez fijadas, tendrán que organizar su vida familiar de forma coherente. Pero sin dejarnos presionar por el entorno, ¡solo faltaría!

La verdad, mamá, es que me alegro mucho de que nunca hayas tenido el corazón partido de esta manera. Una clara ventaja de haberte dedicado en exclusiva al cuidado de tu familia. ¿Lo habías pensado alguna vez?

Por cierto, este año no podremos ir a veros, como cada verano. Me he propuesto tener la investigación concluida a mediados de septiembre, o como tarde en octubre, por lo que estoy dedicando todas las horas libres que tengo a cerrar los últimos análisis y el informe con los principales resultados y conclusiones. Así que, ¿podrás por favor darles recuerdos de mi parte a vuestros amigos? Unos muy especiales para Maribel, M.<sup>a</sup> José y Camilo y también para Vicky.

Bueno, mamá, he de dejarte que hoy les he prometido a las niñas que para celebrar que ya están las dos de vuelta en casa nos iríamos las tres solas a comer al chiringuito de la playa. ¡Qué gran lujo! ¿No te parece?

Muchos besos para papá y para ti.

Tu hija mayor,  
JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 30 de julio de 2016

**Para:** alejandra.r01@gmail.com

**Asunto:** El momento ideal para tener hijos

Hola, Alejandra.

¡Qué lástima que no hayas conseguido apuntarte a la celebración de Palma! Lo hemos pasado muy bien y ha sido entrañable ver a la abuela tan feliz de reencontrarse con sus primas y sus primos. ¡Qué divertido verla en acción saludando y charlando con ellos, con sus hijos e incluso con alguno de sus nietos! Ya sabes lo importante que es para ella todo lo relacionado con la familia. Al verla en su salsa, he caído en la cuenta de que cada vez que visita la isla, su mente debe de regalarle bonitas imágenes y recuerdos de cuando iba a veranear con sus padres. ¿Te ha contado tu madre que la abuela nos llevó a visitar la casa donde habían vivido sus abuelos? Fue muy emocionante, aunque me costó muchísimo intentar imaginarla allí de niña, con sus padres (mis abuelos) y sus tres hermanos. Por lo que nos han contado estos días, la abuela de tu abuela (mi bisabuela), a la que no llegué a conocer, debió de ser todo un personaje. Una puertorriqueña exiliada en Palma que conquistó a un marino de Sanlúcar de Barrameda cuando estaba de escala en la isla. Y allí se trasladó él, al poco de conocerla. En la cena nos juntamos nada más y nada menos que 130 de sus descendientes. Cuatro generaciones en un mismo local, ¿qué te parece? Por suerte, cada uno teníamos un distintivo del color de nuestra rama con el nombre y dos apellidos. Había cinco colores, uno por cada uno de los descendientes directos de la abuela puertorriqueña y del abuelo andaluz. Nuestro color era el azul. Carlota y Claudia bromearon con que nos lo habían asignado en honor a la afición perica de tío Carlos.

Qué capacidad de rollo tengo, ¿no? Pues sí, y eso que, en realidad, no te estoy escribiendo para contarte la celebración familiar. Pensé en escribirte después de una conversación que mantuve, durante aquella multitudinaria cena,

con tu madre y algunas de nuestras primas que tienen hijas de vuestras edades sobre cuál es el momento idóneo para que una mujer tenga hijos. Me dio pena que te la perdieras, así que aquí estoy para ponerle remedio.

La mayoría de las allí presentes habían tenido su primer hijo entre los 24 y los 26 años. Como casi siempre, yo era la excepción: tuve a Carlota con 30. Y si tu tío Enrique no hubiera sido catorce años mayor que yo, es muy posible que hubiésemos esperado un par de años más. Al volver de Palma, busqué información sobre a qué edad se acostumbra a tener el primer hijo en España. En un informe de Eurostat leí que las españolas somos unas de las primerizas más tardías de Europa y que estamos teniendo nuestro primer hijo con 30,4 años de media. Así que, ya ves, en esto, tu tía ha sido como las madres de su generación. Sin embargo, tu madre, que si no me equivoco te tuvo a ti con 24 fue bastante precoz. Igual que lo había sido tu abuela, que me tuvo a mí con 21.

En nuestra investigación, a las mujeres que no tienen hijos pero que han dicho que sí les gustaría tener algún día, les hemos preguntado cuál creen que es la edad idónea para tener el primer hijo. Su respuesta ha sido, de media, a los 32 años. Por suerte, son muy pocas las que opinan que lo ideal es tenerlos a partir de los 40. Eso sí que lo veo demasiado tarde para estrenarse en la maternidad, sobre todo si tengo en cuenta las quejas que repiten con insistencia los ginecólogos que conozco: un alto riesgo para la madre y para el hijo. Pero claro, en algunos casos no hay opción. Tu tía Cristina, sin ir más lejos. Como ella no se imaginaba teniendo hijos fuera del contexto de una pareja estable y le costó lo suyo decidirse a compartir su vida, pues se estrenó con 39...

¿Sabes qué les digo a tus primas, medio en broma, medio en serio, cada vez que se presenta la ocasión? Que si deciden tener hijos, está prohibido que los tengan antes de que cumplan los 30. La verdad es que estoy segura de que, llegado el momento, cada una hará lo que quiera porque a su madre no le hacen demasiado caso, pero confío en que tengan en cuenta el testimonio de todas estas mujeres a las que no conocen de nada que están hablando de los 32 años como la edad ideal para tener el primer hijo. ¿Que por qué no antes de los 30? Porque entiendo que, antes de tener hijos, cada una de nosotras ha de haber tenido tiempo suficiente no solo de consolidar los conocimientos teóricos aprendidos durante los años de estudiante, sino también de ponderar

todos los pros y todos los contras de nuestra maternidad. Considerando el primero de ellos, ya que el tiempo que cada mujer necesitará para evaluar la conveniencia de su maternidad es demasiado subjetivo, hagamos cuentas. Si hemos ido a la universidad, terminaremos de estudiar con una edad que oscila entre los 21 y los 24 años. A partir de entonces necesitaremos unos cuantos años para poner en práctica y también para ir consolidando nuestra posición en el mundo laboral, a poder ser, sin distracciones de ningún otro tipo, con lo que enseguida nos plantaremos en los 30. Y a mi modo de ver, todos esos años serán perfectos para empezar a plantearnos si los hijos encajan o no con lo que cada una de nosotras espera de la vida. Y también serán ideales para empezar a ahorrar para el nuevo miembro de la familia, si es que hemos decidido que ser madre forma parte de nuestro proyecto de vida.

Porque fíjate, Alejandra, en que en este razonamiento que acabo de hacerte no he tenido en cuenta una cuestión no menos relevante: cuál es el coste de tener un hijo. Según un análisis que me ha parecido muy interesante que publicó *El Confidencial* en el año 2014 basándose en datos del INE y del CEACCU, el coste de criar a un hijo en España oscila entre los 5.000 y los 25.000 euros al año, dependiendo de la edad del hijo y también de si el sistema sanitario y educativo al que nos acogemos es el público o el privado. Si optamos por el público, tanto en la salud como en la enseñanza, el coste medio anual por hijo estará próximo a los 9.000 euros y hasta que cumpla 18 años, el hijo habrá supuesto un coste total de unos 163.000 euros. En el otro extremo, esto es, si el sistema escogido es el privado tanto en sanidad como en educación, el hijo supondrá un coste medio de 19.000 euros al año y hasta que alcance la mayoría de edad su coste total se habrá situado próximo a los 341.000 euros. Una comparación que he leído en un artículo de *El País* en relación con este tema, y que me ha parecido muy pertinente, es que el coste de criar a un hijo hasta los 18 años en España puede llegar a ser el mismo que comprar un piso céntrico en Barcelona o en Madrid. Impresionante, ¿verdad? Yo nunca me había parado a hacer estos cálculos. Fíjate en que optar por la vía privada supone más que duplicar los costes del hijo. Y en España tenemos la suerte de contar con una muy buena alternativa pública, tanto en educación como en salud, beneficios que en otros países son inexistentes. Otra lectura que hace *El Confidencial* que también me ha parecido muy interesante es que

el coste de criar a un hijo va creciendo con el hijo. En la opción de la pública, el coste de un hijo es, en su primer año de vida, de unos 8.900 euros y a partir de los 15 años se situará cerca de los 12.400 euros. En la alternativa de la privada, la tendencia es también al alza, aunque los montantes sean muy superiores: alrededor de 12.000 euros el primer año y unos 25.000 euros a partir del momento en que cumpla los 15 años. Pues está claro que antes de tener un hijo es conveniente sacar la calculadora, ¿no te parece? Si calculamos cuánto representa el coste medio anual de un hijo, en la versión de educación y sanidad públicas, sobre el salario bruto medio anual por trabajador (22.858,17 euros según la encuesta de Estructura Salarial del INE, de 2014) resulta que nuestro hijo se llevará, de media, el 20 % del presupuesto familiar si contamos con dos sueldos y casi el 40 % de nuestro sueldo si solo uno de los dos tiene trabajo remunerado o somos una familia monoparental de madre.

Y piensa, Alejandra, que en mi recomendación de esperar como mínimo a los 30 años para tener el primer hijo tampoco estoy teniendo en cuenta el famoso instinto maternal. El motivo es que hay muchos especialistas en esta materia que afirman que, en realidad, tal instinto no existe, sino que es una mera construcción social. En esta línea, creo que te hará gracia saber que en la investigación hemos identificado tres tipos de mujeres según la actitud que cada una de nosotras tiene frente a los niños y la maternidad en general. La tipología más numerosa (incluye al 38 % de las mujeres con hijos) la hemos bautizado como «ni niñeras ni madrazas» porque incluye a las mujeres a las que no nos gustan demasiado los niños, en general, ni tampoco la idea de ser madre. Las otras dos tipologías son las «muy niñeras» y las «me gusta ser madre» (un 33 % y un 29 % respectivamente). Lo que diferencia a estos dos últimos tipos de madres es que las segundas consideran que ser madre es lo mejor que le puede pasar a una mujer, a pesar de que a muchas de ellas no les entusiasman demasiado los niños.

Estoy convencida de que no tienes ninguna duda sobre a qué tipología pertenece tu tía, ¿verdad? ¿Y a cuál crees que pertenece tu madre? ¿Y la abuela? ¿Y la tía Cris? Ja, ja... Habrá que preguntárselo a ellas. Acaba de venirme a la mente la imagen de una mujer a la que no me hace falta preguntárselo. Sin lugar a dudas, ella es la mejor representante que conozco de las «muy niñeras». La conocí en la parada del autocar del colegio de tus

primas, cuando yo todavía las acompañaba por las mañanas. Hace poco me crucé con ella por el barrio, y al verla de nuevo embarazada me paré para felicitarla. Aunque dudé si tenía que darle el pésame, ¡estaba embarazada del cuarto! Pero después de hablar con ella cinco minutos vi claro que no, que estaba encantada con su nuevo embarazo. Te repito textualmente una de las frases que me dijo, porque me dejó muy impresionada:

—Lo que más me divierte del mundo es pasarme toda la tarde jugando con mis hijos en casa.

Pues eso, Alejandra, que con respecto a la maternidad, tampoco somos todas iguales. Si quieres saber a qué tipología perteneces, no tendrás más que contestar a unas preguntas, en mi ordenador, y en menos de un segundo, saldrás de dudas. Es posible que te estés preguntando de qué te va a servir saberlo. Pues creo que de mucho, porque en la investigación hemos aprendido que no todas las madres nos sentimos igual con respecto a nuestra maternidad y que la probabilidad de que las que tenemos hijos nos arrepintamos algún día de haberlos tenido es el triple si pertenecemos a la tipología de las «niñera ni madraza» que si somos del tipo «muy niñera» o del tipo «me gusta ser madre». Pero, tranquila, que también hay madres que se sienten realizadas con su maternidad entre las del tipo «niñera ni madraza». De hecho, yo soy un perfecto ejemplo de este caso. Ya sabes que nunca me han gustado demasiado los niños pequeños. Pero, sin embargo, siempre me han gustado mis hijas y mucho, incluso cuando eran pequeñas. Y hasta hoy, nunca me he arrepentido, sino todo lo contrario, me siento completamente feliz de haber tenido a tus primas. Y además, ¿sabes una cosa curiosa? Cada día disfruto más con la maternidad. Para mí, no hay color con respecto a cuando eran pequeñas. Y estoy segura de que disfrutaré todavía más dentro de unos cuantos años, cuando se hayan independizado. Sin embargo, es muy posible que a las «muy niñeras» o a las «me gusta ser madre», les suceda justo lo contrario. Pero ¿sabes qué acabo de pensar? ¡Las madres como yo, salimos ganando! A los hijos, hijas en mi caso, los tendremos muchos más años de adultos que de niños. Ja, ja... ¿Qué te parecen las cosas que piensa tu tía?

Tampoco paro de repetirles a tus primas que debéis ser conscientes de que tener hijos es la única decisión, de las muchas que tomaréis en vuestra vida, que es irreversible. No hay vuelta atrás. Así que confía en tu tía y en las

mujeres que han participado en la investigación, y aparca el tema de la maternidad hasta que tengas como mínimo 30 años. Y que ni se te ocurra tenerlos porque es lo que toca, o para intentar arreglar una relación de pareja que no está funcionando como debería. ¿Cuántas parejas conoces que se hayan divorciado al poco tiempo de haber tenido un hijo? Y algunas veces, incluso antes de que el bebé naciera.

Y otra cuestión muy distinta, pero según mi forma de entender la vida no menos relevante, es si hay que tener pareja cuando decidimos tener hijos. Yo creo que aquí las opciones se reducen a dos: o tengo la pareja adecuada para que sea el padre de mi hijo o de mis hijos, o escojo fundar una familia monoparental. De lo que sí estoy convencida, y cada día más, es de que no se pueden tener hijos con una pareja que no daría la talla como padre. Hay hombres que son excelentes compañeros de viaje pero que, sin embargo, serían unos pésimos padres. Con lo que, dado que sería el padre de nuestros hijos toda la vida, no les hagamos esta faena a nuestros retoños... Y esto, las mujeres lo sabemos, estoy segura, pero muchas miramos para otro lado o simplemente nos convencemos a nosotras mismas de que ya cambiará. Y eso sí que seguro que no pasará. Hay una frase muy famosa que se refiere justo a esta cuestión: «Las mujeres se comprometen con un hombre pensando que ya le cambiarán lo que a ellas no les gusta, y los hombres lo hacen pensando que ellas no cambiarán nunca». ¿La habías oído alguna vez? Yo no puedo estar más de acuerdo. Estoy convencida de que, por lo menos en los rasgos que le son intrínsecos, nuestra pareja no cambiará, por mucho que nosotras nos empeñemos en intentarlo. Y nosotras, que obviamente tampoco cambiamos en los rasgos que nos son intrínsecos, sí que solemos alterar la relación que mantenemos con nuestra pareja, sobre todo a partir de la llegada del primer hijo. El día que quieras te cuento cuál es mi opinión al respecto.

En cuanto a la maternidad en solitario, yo no hubiera sido capaz, te lo aseguro. Tu tía no es tan valiente. Y menos aún ahora que llevo ya unos cuantos años enfrentándome a mi propia maternidad y viendo cómo la están llevando las madres que conozco que en su momento decidieron tener hijos sin una pareja a su lado. Es difícilísimo. Yo las admiro de verdad.

Para que te hagas una idea de lo que sucede en España: lo más habitual es que convivamos con el que ha sido el padre de todos nuestros hijos (circunstancia que se da en el 67 % de las mujeres que hemos sido madres). Lo siguiente más común son las mujeres que tenemos hijos de relaciones que fueron fallidas, estemos o no conviviendo en la actualidad con otra pareja (sucede en el 26 % de los casos). Y los dos casos más excepcionales son los de las mujeres que hemos decidido fundar una familia monoparental (el 5 %) y las que tenemos hijos tanto de la pareja con la que estamos conviviendo en la actualidad como de relaciones anteriores (el 2 %). Una información que creo que puede ayudarte a cerrar el círculo de cómo vivimos las mujeres la maternidad es conocer hasta qué punto, en cada una de estas situaciones, las madres nos sentimos felices con el hecho de haber tenido hijos: entre las primeras, la felicidad con los hijos es, de media, un 9,2 en una escala en la que 10 indicaría que todas nos sentimos muy felices con la maternidad; entre las segundas, la felicidad media con los hijos disminuye tres décimas y se sitúa, de media, en un 8,9; y, en las familias monoparentales, la felicidad media de la madre con sus hijos se reduce dos décimas más y se sitúa, de media, en un 8,7. Así que sí, en las tres situaciones nos sentimos felices de haber tenido hijos, pero queda claro que la situación ideal es convivir con el padre de nuestros hijos y que ser familia monoparental es la situación más complicada. La felicidad con los hijos del 2 % de mujeres que han tenido hijos con más de una pareja no la hemos podido analizar porque la muestra es demasiado reducida.

Bueno, Alejandra, he de dejarte. Si tienes alguna duda, del tipo que sea, ya me preguntarás, ¿vale? Ojalá algún día, alguno de estos datos te sirvan de algo.

Besos.

Tu tía,

JULIA



**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** miércoles, 3 de agosto de 2016

**Para:** elena.g@hotmail.com

**Asunto:** Madres arrepentidas

Hola, Elena.

¿Qué tal estás? ¿Conseguirás irte de vacaciones dejándolo todo como te habías propuesto? Estoy segura de que sí. Tú puedes. Ánimo, Helen, que ya solo te quedan tres días. Por mi parte, ya ves, no he podido esperar a que estemos las dos tumbadas en la playa para contarte algo de lo que acabo de enterarme. Una socióloga israelí ha hecho una investigación para entender a las que ella ha bautizado como *madres arrepentidas*. Orna Donath ha basado su estudio en el testimonio de 23 mujeres israelíes que se arrepienten de haber tenido hijos. Por lo visto, estas mujeres hacen mucho énfasis en la diferencia que desde su punto de vista existe entre el odio que experimentan con respecto a la maternidad en contraste con el amor que sienten por sus hijos. Fíjate en lo que dice una de estas madres: «Es realmente una paradoja. Me arrepiento de tener hijos y de ser madre, pero amo a los hijos que tengo. Así que sí. No es algo que puedas explicar. No quiero que no estén aquí, pero tampoco quiero ser madre». La socióloga concluye que de lo que en realidad se arrepienten estas mujeres es de no haber podido vivir su vida como les hubiera gustado. El estudio revela que casi todas ellas fueron madres de manera automática, sin haberse preguntado, antes de tenerlos, qué era lo que de verdad querían, y cuáles serían las consecuencias de tener hijos. Y es que, según la autora, en el mundo occidental más convencional, la opción de no tener hijos entre las mujeres que conviven con un hombre es casi incuestionable.

Pues ya ves, Elena. ¡Qué lista has sido! Tú eras muy joven cuando nos decías, con tu habitual contundencia, que no tenías ninguna intención de tener hijos, que tú no estabas hecha para ser madre. Imagínate por un segundo que no hubieras sido astuta para percibirlo o valiente para mantenerte en tus trece. En ese caso, es muy probable que hoy formarás parte de este grupo de *madres*

*arrepentidas*. Y, por lo que se desprende del estudio, no debe de ser una vida nada fácil de sobrellevar. Fíjate en lo que declara otra de estas madres: «Lo más doloroso para mí es que ya no puedo volver atrás en el tiempo. Es imposible de reparar». Desde mi punto de vista, el problema está claro: a un mal marido, siempre que tú seas económicamente independiente, lo puedes dejar; si tu trabajo no te gusta, puedes intentar buscar otro que encaje mejor con tus preferencias o con tus necesidades de ese momento, pero los hijos no son solo para toda la vida, sino que, además, en el momento que los tienes, como concluye Orna: «tu vida nunca más vuelve a ser solo tuya».

Y, ¡alucina!, en nuestra investigación incluimos una pregunta que nos permite saber cuántas *madres arrepentidas* hay en España. En la encuesta, una de las preguntas que les hacíamos a las mujeres que habían sido madres era: «Con la información que tienes hoy, ¿habrías tenido hijos?». Y lo más curioso del caso es que esta pregunta es idéntica a la que Orna les planteaba a las mujeres con las que se entrevistó. Vaya coincidencia, ¿no? Me encantaría conocerla algún día. Seguro que tenemos muchas cosas de las que hablar. Y lo más interesante del caso es que son dos investigaciones complementarias: con la nuestra, podemos saber cuántas *madres arrepentidas* hay, pero no profundizar en sus motivos ni en sus sentimientos y, sin embargo, con la de Orna se puede profundizar todo lo que se quiera en estas cuestiones, pero no es posible saber cuántas *madres arrepentidas* hay en Israel. Me muero de ganas por leer su libro. Por lo que he leído, en septiembre estará traducido al español así que, como falta poco, me evito hacer el esfuerzo de leerlo en inglés. Espero que ayude a que haya más mujeres valientes como tú, que se atrevan a decir no, si es que están convencidas de que la maternidad no es para ellas.

¿Sientes curiosidad por saber cuántas *madres arrepentidas* hay en España entre los 15 millones de mujeres a los que nuestra investigación representa? Pues, exactamente, el 9 % de las que hemos sido madres. Sí, sí, lo estás interpretando bien, casi una de cada diez mujeres de las que hemos tenido hijos hemos declarado que, con lo que sabemos hoy, no los habríamos tenido.

Pero, espera, espera, que esto no significa que el 91 % restante seamos madres felices de haber tenido hijos. Teniendo en cuenta la respuesta a otra de las preguntas de la encuesta: «¿Hasta qué punto te sientes feliz de haber sido madre?», hemos podido dividir este 91 % en dos: al 18 % que dijimos que volveríamos a tener hijos a pesar de que no nos sentimos felices de ser madres las hemos bautizado como *madres desengañadas* y al 73 % que hemos declarado no solo que volveríamos a tener hijos, sino que además nos sentimos muy felices de haber sido madres, las hemos llamado *madres realizadas*. Así que, concluyendo, en España, las mujeres que no estamos viviendo nuestra maternidad como la habíamos imaginado, estemos *arrepentidas* o *desengañadas*, somos algo más de una de cada cuatro mujeres con hijos (27 %). Impresionante, ¿verdad? ¿Qué porcentaje deben de alcanzar estos tres tipos de madres en sociedades distintas de la nuestra? Por lo poco que he leído del estudio de Orna, es muy posible que, en Israel, las madres *arrepentidas* o *desengañadas* sean bastantes más que en España.

Lo que ha revelado nuestra investigación, y a mi parecer es una excelente noticia, es que el porcentaje máximo de *madres realizadas* se alcanza entre las que tenemos un mayor nivel de estudios, por lo que si consideramos que, en España, las mujeres estamos cada vez más formadas, entiendo que esto garantizará que en el futuro tendremos hijos no solo porque queremos (sin sentirnos presionadas por nuestro entorno) sino también plenamente conscientes de todas las consecuencias de la maternidad: tanto de las buenas como de las que no lo son tanto.

Volviendo a las *madres arrepentidas*. ¿Sabes qué es lo que en la investigación hemos aprendido que más influye en ser *madre arrepentida*? Lo que más afecta es el grado de cumplimiento de las expectativas que teníamos con respecto a la educación de los hijos: entre las mujeres a las que educar a los hijos les ha resultado más difícil de lo que habían imaginado, las *madres arrepentidas* casi se duplican (aumentan del 9 % entre el conjunto de las madres al 17 %). Sin embargo, entre las madres a las que educar a nuestros hijos nos ha resultado como esperábamos o incluso más fácil, las *madres arrepentidas* se reducen casi a la mitad (pasan del 9 % al 5 %). La verdad es que en esta cuestión estamos bastante pilladas ya que es imposible saber a priori lo fácil o difícil que nos resultará educar a nuestros hijos. Piensa que la

causa de que nuestras expectativas no se hayan cumplido puede tener que ver tanto con una falta de formación de las madres sobre en qué consiste educar a los hijos como con que nuestro hijo, por los motivos que sean, haya resultado ser más difícil de educar que la media. En todo caso, la única precaución que podemos tomar antes de ser madre es informarnos sobre qué pautas es útil considerar en la educación de los hijos.

Si profundizamos un poco más, y entre las mujeres a las que educar a nuestros hijos nos ha resultado más difícil de lo que esperábamos, buscamos qué es lo que más influye en segundo lugar en ser *madre arrepentida* y hallamos que es la actitud de la mujer ante los niños y la maternidad. Resulta que, si pertenecemos a la tipología de las «ni niñeras ni madrazas», el porcentaje de las *madres arrepentidas* casi se triplica (aumenta al 26 %). En consecuencia, si nuestra actitud ante la maternidad y los hijos encaja con la de las «ni niñeras ni madrazas», hemos de ser conscientes de que es posible que la maternidad se nos haga más cuesta arriba que si somos «muy niñeras» o «nos gusta ser madre». Y esta sí que me parece una buena noticia ya que, si las mujeres aprendemos a escucharnos sin engaños, seguro que sabemos a cuál de estos tres tipos de mujeres pertenecemos. Imagino que tú no debes de tener ninguna duda de a cuál de estas tres tipologías perteneces, ¿no?

Y, si vamos todavía un paso más lejos, y entre las madres para las que se cumplen las dos condiciones anteriores analizamos qué es lo que más influye en tercer lugar, en el hecho de ser *madre arrepentida*, concluimos que es la relación que la mujer tiene con el padre de sus hijos. Otro asunto imposible de prever cuando se toma la decisión de ser madre, a no ser que se haya optado por ser familia monoparental. Así que, resumiendo, entre las madres en las que coinciden las tres condiciones a la vez: nos ha costado educar a nuestros hijos más de lo que habíamos previsto, somos «ni niñera ni madraza» y además no convivimos con el padre de nuestros hijos (bien porque siempre fuimos familia monoparental o porque nos separamos o divorciamos de su padre), el porcentaje de las *madres arrepentidas* se multiplica por cuatro (es 38 %). Por fortuna, según datos de la investigación, estas tres circunstancias suceden simultáneamente en apenas el 7 % de las mujeres que hemos tenido hijos.

No sabes, Elena, cómo me alegro de ser una *madre realizada*. No es que no fuera consciente de que era una madre feliz, pero racionalizado así me doy cuenta de la suerte que he tenido ya que, a pesar de que soy una «ni niñera ni madraza» de pura cepa, mis hijas están resultando ser unas joyas y mi relación con su padre sigue por el buen camino. ¿Qué tipo de madre sería hoy si Carlota o Claudia hubieran resultado ser niñas complicadas? ¿O si mi relación con Enrique hubiera dejado de funcionar?

Y aquí tienes una última información que creo que te gustará conocer. ¿Sabes cuántas mujeres hay en España, que, a día de hoy, tienen claro como tú que no quieren tener hijos? Pues, nada más y nada menos que el 28 % de las que no tienen hijos. Si calculamos cuántas son sobre el total de los 15 millones de mujeres de España que esta investigación representa, resulta que las que hoy por hoy no queréis ser madre sois poco más de una de cada diez mujeres, el 13 % para ser exactos. Si sumamos este 13 % con el 15 % de mujeres que antes te contaba que han tenido hijos pero que no se sienten realizadas con la maternidad (estén *arrepentidas* o *desengañadas*) podemos concluir que, de cada diez mujeres, hay casi tres para las que la maternidad no parece ser una buena opción. Está claro que esa frase *marketiniana* en pro de la maternidad que tantas veces hemos oído: «Ser madre es lo mejor que le puede pasar a una mujer» no se aplica a todas nosotras por igual. Ojalá aquellas a las que no se nos aplica, sepamos detectarlo a tiempo como tú y tengamos además la valentía necesaria para no sucumbir a la presión social. Solo así se evitará que haya mujeres que no solo se perjudiquen a sí mismas, sino que es muy posible que además terminen perjudicando a su pareja, e incluso a sus hijos.

Felicidades, Elena, por haber sido tan coherente. Cada día estoy más convencida de que ¡la coherencia! debería ser uno de los lemas de nuestra vida, sobre todo con respecto a la maternidad. Porque, si lo piensas con calma, verás que la decisión de tener hijos es la única de las muchas que tomaremos a lo largo de nuestra vida que, una vez tomada, será para siempre. No hay vuelta atrás. Acabo de proporcionarte un buen motivo de celebración, ¿no te parece? Vaya pesadilla de la que os habéis librado Alex y tú. Bueno, sobre todo tú, porque según la investigación de Orna, y utilizando sus propias palabras: «La conexión que une a las mujeres de por vida con sus hijos y que

impide que la mayoría de las madres puedan vivir su vida sin dejar de estar pendientes de la de sus hijos, por lo visto no afecta a los hombres con la misma intensidad».

¡Hasta dentro de muy pocos días! No te olvides de llamarme en cuanto estéis instalados, ¿vale?

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 5 de agosto de 2016

**Para:** asun.bj@gmail.com

**Asunto:** Nueve situaciones vitales muy distintas

Hola, Asun.

Me hizo mucha ilusión que me llamaras. Que te acuerdes de mí estando en tu tan preciada isla de Menorca es todo un honor. Cómo me alegro de que este verano lo estéis pasando tan bien y de que, además, el tiempo esté acompañando. ¡Y qué suerte que tus hermanos se hayan podido organizar para coincidir todos, incluidos tus sobrinos, en las mismas fechas! Seguro que vuestros padres estarían muy orgullosos. Y, en especial, de ti. ¿O acaso crees que es casualidad que la convivencia familiar esté siendo tan buena? El *seny* de la hermana mayor. Espero que tanto tus hermanos como tus hermanas te estén siempre muy agradecidos.

Como te prometí, aquí estoy con las últimas novedades de la investigación. Llevamos casi dos meses intentando averiguar a cuántas situaciones vitales distintas nos estamos enfrentando las mujeres en la actualidad. Ya sé que cada una de nosotras es única, pero lo que pretendemos con este análisis es tratar de sintetizar los pros y los contras de diferentes situaciones en las que puede encontrarse nuestra vida. El proceso de análisis no ha sido nada fácil, te lo aseguro, pero esta semana hemos llegado, por fin, a una solución con la que nos sentimos todos bastante cómodos. Para identificarlas hemos realizado un proceso de segmentación cuyo objetivo final es clasificar a las mujeres de forma que los grupos resultantes cumplan dos requisitos: por un lado, que, en el interior de cada grupo, las mujeres seamos muy homogéneas con respecto a cómo somos y cómo nos sentimos y, por otro lado, que entre un grupo y otro las mujeres seamos lo más distintas posible. Esta homogeneidad la hemos buscado considerando todas las informaciones que tenemos en la investigación: cómo somos, qué rasgos de personalidad y actitud ante la vida tenemos, qué *frentes* hemos incorporado y cómo nos

sentimos en relación con cada uno de ellos y con el resto de las facetas que nos afectan. La solución que más nos ha convencido nos clasifica en nueve grupos. Ya verás qué vidas tan distintas. Hemos optado por esta solución porque si escogíamos un número de grupos más reducido (siete u ocho, por ejemplo), se perdían algunas diferencias que nos parecen muy relevantes y si optábamos por más grupos (diez, once o doce), las diferencias entre algunos de ellos se convertían en simples matices.

Este es el nombre con el que hemos bautizado a cada una de estas nueve situaciones vitales:

- *Aprendices de mujer.*
- *YO puedo.*
- *TÚ y YO podemos.*
- *Puedo con todo.*
- *En estado de guerra.*
- *Madres coraje.*
- *Profesión ama de casa.*
- *Expectativas frustradas.*
- *Sin fuerzas ante la vida.*

Espero que no te moleste que te pida un gran favor: ¿podrías decirme qué te parece el nombre que le hemos puesto a cada una de las situaciones? La idea es que el nombre refleje lo mejor posible cómo es la vida de las mujeres que están viviendo en cada situación. Nos iría muy bien la opinión de una mujer que no esté sesgada por haber participado en el proceso de análisis. Tú eres la candidata perfecta.

Para que puedas darnos tu opinión sobre los nombres, ahora te cuento cuántas mujeres estamos viviendo en cada situación y también te hago un breve resumen de cómo somos y de qué caracteriza nuestra vida en esa situación. He pensado que te incluiré además los dibujos que Ichi ha hecho para ilustrar a las mujeres que estamos viviendo en cada situación. Ya verás qué bien ha conseguido la artista de nuestro grupo reflejarnos en cada caso. O por lo menos eso creemos, no solo yo, sino también el resto del equipo de PRM que ha participado en el proceso de segmentación. ¡A ver tú qué opinas!



Empezaré por la situación en que nos encontramos cuando somos más jóvenes, la que hemos bautizado como *Aprendices de mujer*. Hoy estamos viviendo en esta situación el 10 % de los 15 millones de mujeres a los que nuestra investigación representa. En esta situación nos encontramos casi todas las mujeres de España que tenemos entre 18 y 26 años. Es la situación que, por ejemplo, hoy está viviendo Carlota y a la que en unos meses se incorporará Claudia. El nombre se lo hemos puesto pensando sobre todo en que, por estar en el principio de nuestra vida, en esta fase las mujeres estamos estudiando y preparándonos para todas las decisiones, relevantes o no, que tendremos que ir tomando a medida que vayamos cumpliendo años.



En la situación de *YO puedo* estamos el 14 % de las mujeres. Esta sería tu situación actual y también la de mi sobrina Alejandra, la hija mayor de Ana. La hemos llamado así, sobre todo, porque el único *frente* que nos afecta en esta situación es el «trabajo remunerado», por lo que la mayoría de las mujeres que estamos en ella somos independientes desde un punto de vista económico. En términos de edad, aunque lo más habitual es tener entre 27 y 40 años (el 59 %), también hay un 22 % de mujeres que como tú tenemos más de 40 años y un 19 %, como Alejandra, que tienen menos de 27 años. Es una de las situaciones en que hay más mujeres con formación universitaria (el 70 %) y también uno de los momentos de nuestra vida en que disponemos de más tiempo para nosotras. Fíjate que hasta tenemos tiempo para ir a tomar algo con nuestras amigas al finalizar nuestra jornada laboral.



En situación de *TÚ y YO podemos* nos encontramos el 12 % de las mujeres. En esta situación somos muy parecidas a las *YO puedo* tanto en edad como en el nivel de estudios y en el hecho de que tampoco tenemos hijos. Sin embargo, además de trabajo remunerado, también hemos incorporado en nuestra vida la convivencia en pareja. De aquí el *Tú* que hemos incluido en el nombre. Esta es la situación que, por ejemplo, acaba de estrenar la hija mayor de Pepe, mi sobrina Paula. No sé si te había comentado que desde hace un par de meses está en Londres, con un trabajo nuevo y viviendo con Pablo. Pero también hay mujeres de nuestra edad que están viviendo en esta situación: Carmina, por ejemplo.



En la situación de *Puedo con todo* estamos el 8 % de las mujeres. Fíjate en que, de momento, esta es la situación vital con el tamaño más reducido. La edad no es una cuestión determinante en esta situación ya que las mujeres que estamos en ella nos repartimos con pesos similares en los tres tramos que en la investigación hemos identificado por encima de los 26 años: de 27 a 40, de 41 a 49 y 50 o más. Sin embargo, lo que sí que es característico de las mujeres que nos encontramos en esta situación es que la gran mayoría hemos incorporado los tres *frentes* a nuestra vida: «trabajo remunerado», «pareja con la que convivimos» e «hijos». En lo que al «trabajo remunerado» respecta, las mujeres que estamos en esta situación disfrutamos de un nivel de ingresos elevado que nos garantiza independencia económica. Pero el nombre de *Puedo con todo* se lo hemos puesto considerando básicamente que las mujeres que estamos en esta situación nos enfrentamos a los tres *frentes* con espíritu, mucha organización y sin que ello nos suponga demasiado estrés. Yo diría que

las mejores representantes que conocemos de este tipo de vida son Paz y Gloria. Y tu hermana Rosa, seguro que también es una buena embajadora de las *Puedo con todo*.



Las que estamos viviendo en modo *En estado de guerra*, desgraciadamente somos muchas más que las *Puedo con todo*, de hecho, más del doble: el 18 %. En lo que respecta a los *frentes* que hay en nuestra vida somos iguales a las *Puedo con todo*, ya que la mayoría también tenemos los tres *frentes* abiertos. Sin embargo, hay varias cuestiones que diferencian a las mujeres que nos encontramos en estas dos situaciones. En primer lugar, casi la mitad de las que estamos en la situación de *En estado de guerra* hemos declarado tener dificultades para llegar a final de mes, lo que está en sintonía con que tanto nuestros ingresos provenientes del trabajo remunerado como los

de nuestra pareja se sitúan en niveles salariales medios o bajos. Por otro lado, también nos diferencian nuestros rasgos de personalidad y actitud ante la vida: entre las que vivimos *En estado de guerra* somos muchas menos las que nos sentimos seguras de nosotras mismas o las que nos enfrentamos a la vida con relajación. Otra diferencia radica en el hecho de que nuestra relación de pareja es mucho menos equilibrada en lo que al reparto de las tareas no remuneradas de la casa y de los hijos respecta. Es muy posible que este sea uno de los motivos por los que, en general, en esta situación, las mujeres nos sentimos menos felices que las *Puedo con todo* con nuestra pareja. En esta situación, son muchos los hombres que no están consiguiendo cubrir las expectativas que de ellos nos habíamos creado. El nombre de *En estado de guerra* se lo hemos puesto considerando sobre todo que, en esta situación, las mujeres hacemos verdaderos ejercicios malabares para conseguir que funcionen los tres *frentes* que hay en nuestra vida: «trabajo remunerado», «hijos» y «pareja». Esta es la situación que afecta a un mayor número de mujeres de nuestra edad, por lo que estoy segura de que conoces a unas cuantas.



En la situación de *Madres coraje* estamos el 8 %. En esta situación solemos tener más de 40 años. Todas tenemos «hijos»; casi todas, «trabajo remunerado» y casi ninguna, «pareja». Es la situación en que más mujeres afirmamos que si no necesitáramos el dinero para vivir, no trabajaríamos, posiblemente porque la mayoría tenemos trabajos remunerados que no nos interesan lo más mínimo. De hecho, la gran mayoría (el 57 %) tenemos unos ingresos netos al mes inferiores a 1.200 euros. En el 66 % de los casos, los hijos son de una relación que ya no mantenemos y el 12 % somos familias monoparentales. Por ello, la mayoría de las *Madres coraje* nos ocupamos solas tanto de la casa como de nuestros hijos, por lo que es comprensible que vayamos agotadas por la vida. Digo la mayoría, porque algunas pocas hemos podido recurrir a algún tipo de ayuda externa remunerada. El nombre se lo



hemos puesto considerando sobre todo el esfuerzo que las mujeres que vivimos en esta situación tenemos que hacer a diario para sacar adelante a nuestros hijos. Piensa que esta es una situación en que las mujeres percibimos que estamos en permanente riesgo laboral ya que sabemos que tendremos que resolver solas cualquier imprevisto familiar por lo que, en consecuencia, se incrementa la posibilidad de perder nuestro empleo. Y, si eso ocurriese, nos quedaríamos sin ninguna fuente de ingresos. ¿Te imaginas el estrés que supone vivir a diario con esta presión? ¿Conoces a alguna mujer que esté viviendo en esta situación? Creo que, de las que yo conozco, tú no conoces a ninguna.





En la situación de *Profesión ama de casa* vivimos el 12 % de las mujeres. En esta situación, todas convivimos con nuestra pareja y tenemos hijos. Ninguna estamos activas en el mercado laboral, aunque la mitad sí hemos tenido alguna experiencia laboral que abandonamos en algún momento del pasado, por cuestiones de índole familiar. El nombre de *Profesión ama de casa* se lo hemos puesto considerando, sobre todo, que en esta situación nos encontramos las mujeres que estamos desempeñando un rol más similar al que ha venido siendo el papel tradicional de las mujeres. Esta es la situación vital que ha vivido mi madre, por ejemplo, y también la gran mayoría de sus amigas. Sin embargo, de mis amigas de la infancia, solo hay una, que creo que tú no conoces, que desde muy joven tuvo claro que ella fundaría una familia y que se dedicaría en exclusiva a ella. Y así lo hizo, y hasta hoy. Todas las demás mujeres de mi generación que conozco en esta situación lo han ido decidiendo, de forma más o menos voluntaria, a medida que se han ido sintiendo presionadas por las circunstancias o por su entorno. Quizá te haya sorprendido que en esta situación estemos solo el 12 % de las mujeres. Pero creo que dejará de sorprenderte si tienes en cuenta que en nuestra investigación no incluimos a las mujeres que no acostumbran a acceder a Internet de forma regular, las cuales, según datos del INE, se concentran en la franja de edad de los 65 años o más. Entre ellas, las *Profesión ama de casa* deben de ser la mayoría, ¿estás de acuerdo?



Y, por último, solo me queda explicarte dos situaciones en las que las mujeres nos enfrentamos a una vida que está muy lejos de cumplir con las expectativas que nos habíamos creado: el 9 % de las que hemos bautizado como *Expectativas frustradas* y el 7 % de las que hemos llamado *Sin fuerzas ante la vida*.

Estar en la situación de *Expectativas frustradas*, por lo que hemos podido averiguar, no es una cuestión de edad ya que incluye a mujeres de todas las franjas etarias. Sin embargo, sí hay una cuestión que nos caracteriza a las mujeres que nos encontramos en esta situación: nos sentimos bastante menos seguras de nosotras mismas que la media de las mujeres. Con los resultados de esta investigación no es posible afirmar si la inseguridad con la

que vivimos las mujeres que estamos en esta situación está vinculada con nuestra personalidad o si ha sido consecuencia de la falta de cumplimiento, año tras año, de las expectativas que nos habíamos creado con respecto a nuestra vida. Es la situación en que hay más mujeres en paro buscando activamente (el 44 %) a pesar de que la mitad tenemos estudios universitarios. Muchas convivimos con nuestra pareja y solemos estar felices con él. Las que tenemos hijos somos una minoría, y entre las que no los tenemos hay dos tipos de mujeres: las que no queremos tenerlos o las que consideramos que ya no estamos a tiempo, a pesar de que nos hubiera gustado tener hijos. Muchas, el 36 %, no contamos con el apoyo de nuestra familia ni con el de los amigos ya que vivimos en una localidad distinta a la suya. Hemos elegido este nombre porque suponemos que nuestra vida se encuentra lejos de la que habíamos imaginado. Creemos que una de las causas podría ser el hecho de que muchas de nosotras hemos sido preparadas para estar activas en el mercado laboral y, sin embargo, a día de hoy nos estamos ocupando en exclusiva de las tareas de la casa y de los hijos, si los hemos tenido, mientras que nuestra pareja sí está activa en el mercado laboral.



Las que estamos viviendo en la situación *Sin fuerzas ante la vida* somos las que tenemos más años: seis de cada diez hemos superado la barrera de los 50. En esta situación, casi todas tenemos hijos (el 87 %). Lo más habitual es que los hijos sean de alguna relación que ya no mantenemos y las familias monoparentales alcanzamos en esta situación vital el valor más elevado (el 19 %). El 78 % no tenemos pareja y las pocas que sí la tenemos no estamos compartiendo vivienda. Sin embargo, la mayoría tenemos alguna experiencia previa de convivencia en pareja, incluso el 41 % ya hemos convivido con más de una pareja en algún momento de nuestra vida. La mitad de los amigos y amigas más próximos de las *Sin fuerzas ante la vida* están también separados o divorciados. Es la segunda situación vital con mayor proporción de mujeres

en paro, el 34 %. En esta situación, casi todas hemos declarado tener serias dificultades para llegar a fin de mes. Al igual que en el caso de las *Expectativas frustradas*, más de un tercio estamos viviendo en una localidad distinta de aquella en la que residen nuestra familia y amigos. Ya ves, Asun, yo siempre había creído que era difícil vivir lejos de los nuestros, pero parece que cuando las cosas se tuercen, esta distancia empeora todavía más nuestro estado de ánimo. A pesar de que en las expectativas con la vida estamos igual de insatisfechas que entre las *Expectativas frustradas*, la edad parece ser el detonante de que sintamos que ya no tenemos demasiado margen de maniobra. Por fortuna, esta es la situación que afecta a menos mujeres.



Bueno, querida, a ver si estoy de suerte y estos días no te ofrecen demasiados planes, o alguna borrasca decide planear de forma puntual sobre las Baleares. Ja, ja... Dale un poco de prioridad a lo de los nombres, por favor, que afecta a muchos de los gráficos que tenemos previsto incluir en el informe de la investigación. Tendré que armarme de paciencia mientras espero tu sentencia. Creo que la próxima vez te lo pensarás dos veces antes de preguntarme por las novedades de la investigación, ¿verdad? Pero ánimo, Asun, que está casi terminada. Ya me dirás cuándo te va bien que te llame para comentar nuestra propuesta de nombres, ¿vale? Si tienes alguna duda o necesitas cualquier información adicional, ya sabes dónde encontrarme.

Muchísimas gracias por adelantado,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** lunes, 8 de agosto de 2016

**Para:** asun.bj@gmail.com

**Asunto:** Flujos entre situaciones vitales

Hola, Asun.

De nuevo, mil gracias por haber hecho tan rápido los deberes. Y ¿sabes?, no solo me convenciste a mí, sino que el resto del equipo de PRM también está de acuerdo. Vamos a cambiar el nombre a las dos situaciones vitales en las que nuestra propuesta inicial no te acababa de convencer. A las *Aprendices de mujer*, las hemos rebautizado, a sugerencia de Claudia, que en breve será una de ellas, como las *Todo por delante*. El nuevo nombre de las *Sin fuerzas ante la vida* no lo terminamos de ver claro. De momento, el que está generando más adeptos es el de *Agotadas*. ¿Cómo te suenan estas nuevas propuestas?

Antes de responder a tu pregunta sobre qué determina que las mujeres pasemos de una situación vital a otra, te contaré, porque creo que puede ayudar a entenderlo, cuáles son los aspectos que en la investigación hemos aprendido que más condicionan que las mujeres nos encontremos en una situación vital u otra:

- En primer lugar, la edad, ya que a medida que vamos cumpliendo años, no solo evoluciona nuestro físico, sino que nuestra vida se suele ir complicando con la incorporación, y más tarde con la eventual clausura, de lo que hemos llamado *frentes*: el «trabajo remunerado», la «pareja con la que convivimos» y los «hijos». Y, como bien sabemos, cada uno de ellos tiene sus propios pros y sus propios contras y, como tales, a partir del momento en que decidimos incorporarlos en nuestra vida, empezarán a influir sobre ella.
- En segundo lugar, nuestra vida estará muy condicionada por nuestra formación. Si tenemos un nivel de estudios elevado, y nos hemos formado en alguna disciplina que tenga salidas profesionales en el momento de

incorporarnos al mercado laboral, lo tendremos más fácil no solo para encontrar el primer trabajo sino también para permanecer en él y, en consecuencia, muchas más posibilidades de ser económicamente independientes. En el extremo opuesto, si nuestro nivel de formación es elemental, o hemos estudiado alguna disciplina sin demasiadas salidas profesionales, o bien tendremos muchas dificultades para formar parte del mercado laboral o acabaremos en algún trabajo remunerado que estará lejos de aquello para lo que nos habíamos formado y en lo que, por tanto, habíamos depositado nuestras expectativas.

- En tercer lugar, nuestra situación en la vida estará muy condicionada por nuestra forma de ser y por nuestra actitud ante la vida. Ambas cuestiones han resultado ser cruciales en la forma en que las mujeres conseguimos lidiar no solo con los diversos obstáculos que nos irán surgiendo sino también con los diferentes *frentes* que vayamos incorporando a nuestra vida, sobre todo en la manera como nos enfrentaremos a los «hijos», si es que un día decidimos tenerlos.

Y, respondiendo a tu pregunta, aquí va la interpretación que hemos hecho con el equipo de PRM de cómo las mujeres nos movemos de una situación vital a otra. En realidad, Asun, no hemos de olvidar que cada una de nosotras es una pieza única, por lo que los flujos son infinitos, pero lo que hemos hecho es intentar identificar aquellos movimientos que afectan a un mayor número de mujeres.

El primer movimiento que entendemos que se produce en nuestra vida es cuando las que estamos en la situación de *Todo por delante* (mis hijas y sus amigas, para entendernos) terminamos nuestra formación académica y conseguimos incorporarnos al mercado laboral, con lo que de forma automática pasamos a formar parte de las *YO puedo*. Y mira qué curioso, en contra de lo que yo esperaba, para la mayoría de las mujeres este movimiento no conlleva ninguna mejora en el nivel de felicidad con la vida. Tanto en esta situación como en la de *Todo por delante* la felicidad con la vida ha resultado ser, de media, un 7,2 en una escala de 0 a 10, donde 10 significaría que nos



sentimos muy felices con nuestra vida. Así que ya ves, Asum, en estas dos situaciones, las mujeres nos sentimos, de media, ocho décimas por debajo del que hemos aprendido que es nuestro umbral de felicidad.

Imagino que los motivos por los que, al pasar de la situación de *Todo por delante* a la de *YO puedo*, la felicidad de las mujeres con la vida no mejora deben de ser infinitos. Ahora bien, teniendo en cuenta que el principal cambio que se produce entre ambas situaciones radica en la incorporación a nuestra vida del *frente* del «trabajo remunerado», una posible causa quizá sea el desajuste que suele producirse entre nuestra primera experiencia laboral y las expectativas que nos habíamos generado. Si esta fuera una de las causas, ¿cuánto por hacer en manos de las escuelas de formación profesional y de las universidades!, ¿no te parece? Qué importante es, en todo, que las expectativas que nos generemos acaben coincidiendo con la realidad a la que nos enfrentaremos. ¿Por qué son tan pocas las escuelas de formación profesional y las universidades que explican a sus alumnos que, en la inmensa mayoría de los trabajos, lo más probable es que al principio las nuevas incorporaciones den a la compañía más trabajo del que le quitarán? Está claro que llegamos con muchos conocimientos teóricos, pero ¿qué sabemos de la práctica? ¿Y del funcionamiento de la organización a la que acabamos de incorporarnos?

Qué fácil se va tu amiga por los cerros de Úbeda, ¿eh? Volviendo al ciclo de vida de las mujeres que hemos conseguido incorporarnos al mercado laboral, algunas de las *YO puedo* nos quedaremos para siempre en esta situación —ya que o no queremos complicárnosla conviviendo en pareja o teniendo hijos, o no encontramos a la pareja que nos compense de los contras de la convivencia—, pero muchas de nosotras, una vez asentadas en nuestros respectivos trabajos remunerados, nos lanzaremos a la siguiente situación vital en el momento en que decidamos convivir con nuestra pareja. Entonces pasaremos a formar parte de la situación *TÚ y YO podemos*. Y aquí sí que nuestra felicidad con la vida mejorará con respecto a las dos situaciones anteriores: de media, se sitúa en un 7,7, esto es, cinco décimas por encima de las que estamos en situación de *Todo por delante* o de *YO puedo*, y a solo tres décimas de nuestro umbral de felicidad.

En la situación de *TÚ y YO podemos* permaneceremos mientras no tengamos hijos. Y ya te adelanto que no es una mala opción, ya que, de las nueve situaciones vitales identificadas, esta es la tercera en la que las mujeres nos sentimos, de media, más felices con nuestra vida.

Si decidimos tener hijos, nuestra vida sufrirá un cambio drástico y pasaremos a la situación de *Puedo con todo* o a la de *En estado de guerra* dependiendo, como te adelantaba hace pocas líneas, por un lado de lo robusta que sea la posición económica de nuestra familia y por otro de cuáles sean nuestros rasgos de personalidad y actitud ante la vida. Las que gozamos de una buena situación económica y además tenemos una personalidad relajada o nos sentimos seguras de nosotras mismas, nos incorporaremos a la situación de las *Puedo con todo*, y las que vivimos en constante precariedad económica o tenemos una personalidad que está lejos de ser relajada, o de ser segura, pasaremos a la situación de *En estado de guerra*. ¿No te parece curioso que, hasta la llegada de los hijos, ni nuestra situación económica ni nuestros rasgos de personalidad y actitud ante la vida resulten ser demasiado determinantes? La verdad es que es lógico si piensas en el coste que conlleva tener un hijo y en el número de horas de dedicación que nos exigirán, las cuales sin duda requerirán de unas muy buenas dotes de organización para conseguir compatibilizarlo con nuestra actividad remunerada. Pues ya ves, ambas han resultado ser cruciales en cómo las mujeres lidiamos a diario con los tres frentes: mientras que las *Puedo con todo* conseguimos manejar los tres simultáneamente sin demasiado estrés, las *En estado de guerra*, tenemos serias dificultades para no perder nuestra salud, física y mental, por el camino. Tanto es así que la felicidad media con la vida de las *Puedo con todo* se sitúa en el valor más alto de las nueve situaciones vitales identificadas, de media, un 8,4 y entre las que vivimos *En estado de guerra* cae al 7,4. Fíjate, Asun, en que no solo hay un punto de diferencia en la felicidad con la vida entre ambas, sino que las mujeres que vivimos en situación de *En estado de guerra* nos sentimos incluso menos felices con nuestra vida que cuando convivíamos con nuestra pareja y no teníamos hijos. Así que, dependiendo de cuál sea la situación económica de nuestra familia y de qué personalidad y actitud ante la vida tengamos nosotras, antes de tener hijos, tal vez nos convenga por nuestro propio interés reestructurar nuestra vida, nuestra estructura de costes

familiares o ambas. ¿Recuerdas el dicho popular de «contigo pan y cebolla»? Pues parece que con la llegada de los hijos, esta afirmación deja de ser válida. Y lo entiendo perfectamente ya que la gran mayoría de los padres queremos dar a nuestros hijos, como mínimo, lo mismo que nosotros recibimos de los nuestros.

El día a día de las mujeres que estamos viviendo en la situación de *En estado de guerra* es tan complicado que algunas no lo soportamos por mucho tiempo y acabamos tirando la toalla en alguno de los tres *frentes*. Como está claro que del *frente* «hijos» ya no vamos a poder desprendernos de por vida, las opciones se reducen a dos: las que optemos por dejar a nuestra pareja pasaremos a integrar la situación de las *Madres coraje* y las que optemos por abandonar el mercado laboral, pasaremos a formar parte de las *Profesión ama de casa*. Mira, Asun, qué efecto tan diferente tienen estos dos movimientos sobre nuestra felicidad con la vida en general: las *Madres coraje* vivimos una de las situaciones en que las mujeres nos sentimos menos felices, de media un 7,2, en contraste con las *Profesión ama de casa*, que es la segunda situación en que las mujeres nos sentimos más felices con nuestra vida: 7,8 de media. En realidad, fijate en que la felicidad con la vida de las *Madres coraje* es la misma que tenemos cuando estamos en la casilla de salida, esto es, en la situación de *Todo por delante*, con la diferencia de que siendo *Madre coraje* tenemos muchas más cargas, no solo económicas sino también de horas de trabajo tanto remunerado como no remunerado. Aquí tenemos una prueba fehaciente de que incorporar *frentes* a nuestra vida no es ninguna garantía de que mejore nuestro nivel de felicidad. Qué raro pensarlo así, ¿verdad? No creo que este sea el mensaje que, en general, se respira en el ambiente. Sobre todo, en el caso de los hijos... Lo que yo percibo que se nos transmite de forma bastante masificada es que los hijos nos colmarán de felicidad y de que, sin ellos, no es posible ser una mujer completa. ¿Estás de acuerdo en que esto es lo que nos transmiten? Pues ya ves, a la vista de lo que hemos aprendido en estas situaciones vitales, si los hijos los tenemos en el seno de una relación de pareja estable, feliz y económicamente solvente, como ocurre en la mayoría de las *Puedo con todo* o en las *Profesión ama de casa*, perfecto, pero si la relación con el padre de nuestros hijos se agría o se rompe, por constantes problemas económicos, o por roces diarios en el reparto de los trabajos no

remunerados, o porque él no cumple con nuestras expectativas... la película que nos habían contado ya no termina de cuadrar. Con independencia, claro está, de que puedan ser otros muchos los factores o motivos por los que la maternidad pueda no terminar de encajarnos.

Hasta aquí el resumen de los flujos que entendemos que son más comunes entre las mujeres que hemos conseguido formar parte activa del mercado laboral. Cuando las mujeres nos saltamos, de forma voluntaria o involuntaria, la fase del trabajo remunerado, o vamos teniendo trabajos intermitentes y poco cualificados, es bastante común, sobre todo en la actual situación de crisis del mercado laboral, que pasemos de la situación *Todo por delante* directamente a la de *Expectativas frustradas*. Entre las mujeres que vivimos en esta situación se da uno de los niveles de felicidad con la vida más bajos, de media un 7,1, esto es, incluso una décima por debajo de nuestro punto de partida en la situación de *Todo por delante*. Fíjate en que el primer *frente* al que nos enfrentamos las mujeres que estamos en la situación de *Expectativas frustradas* no es el «trabajo remunerado», como ocurre en la situación de *YO puedo*, sino la «convivencia en pareja» y, en consecuencia, las tareas de la casa que de dicha convivencia se derivan. Qué punto de partida tan diferente en la vida, ¿no te parece? Y, según hemos inferido analizando los resultados de la investigación, el primer *frente* con el que nos enfrentamos va a ser determinante en cómo las mujeres nos situaremos en la vida con respecto a los hombres en general y con respecto a nuestra pareja en concreto. Personalmente interpreto que tener experiencia laboral no solo nos confiere independencia económica, sino además una inyección de confianza en nosotras mismas que parece que nos prepara mejor para pararle los pies a las costumbres machistas que nos rodean, tanto en el ámbito laboral como también entre las cuatro paredes de nuestra casa.

Volviendo a las mujeres que estamos en situación de *Expectativas frustradas*, ¿qué flujos creemos que suelen ocurrir? Entendemos que algunas permaneceremos en ella, mientras que otras realizaremos alguno de los siguientes tres movimientos:

- Las que nos sentimos felices con nuestra pareja, hemos decidido tener hijos, creemos que con un único sueldo podremos tirar la familia para adelante, y nos hemos mentalizado de que el trabajo remunerado no es tan relevante para nosotras, pasaremos a integrar el grupo de las *Profesión Ama de Casa*.
- Las que hemos tenido hijos, nos sentimos infelices compartiendo nuestra vida con el padre de nuestros hijos y hemos conseguido incorporarnos al mercado laboral, es posible que dejemos a nuestra pareja y pasemos a ser parte integrante de las *Madres coraje*.
- Las que tampoco acertamos con el padre de nuestros hijos, decidimos dejar de convivir con él, o lo decide él, y seguimos sin encontrar trabajo remunerado, pasaremos a formar parte de las *Agotadas*, situación en la que nuestra felicidad con la vida toca fondo y se sitúa, de media, en un 6,5, lo que equivale a siete décimas por debajo de la felicidad que sentíamos cuando estábamos en la casilla de salida.

Y, claro, también hay mujeres, como mi madre, por ejemplo, que pasan directamente de la situación de *Todo por delante* a la de *Profesión ama de casa*, en el momento en que empiezan a convivir con su pareja, y a diferencia de las *Expectativas frustradas*, nunca han echado de menos estar activas en el mercado laboral. O también hay mujeres que pasan directamente de la situación de *Yo puedo* a la de *Profesión ama de casa*, cuando en el momento en que empiezan a convivir con su pareja, dejan el trabajo remunerado que tenían.

Qué, Asun, ¿te imaginabas que nuestro mundo funcionara así? Espero que mi explicación no te haya resultado demasiado técnica o simplista. ¿Qué es lo que más te ha sorprendido? ¿Te imaginas lo diferentes que deben de ser en el terreno de los hombres las situaciones y los flujos entre ellas? La única certeza que a día de hoy tenemos es que, en el universo masculino, los *Profesión ama de casa*, si existen, deben de ser una rareza.

Para mí, uno de los principales aprendizajes de todo esto es, sin duda alguna, que incorporar *frentes* a nuestra vida no es ninguna garantía de que vayamos a ser más felices. Por el contrario, cuantos más *frentes*, más posibilidades hay de que alguno de ellos no termine de funcionar como

nosotras querriamos o como habíamos imaginado. Y la verdad es que hoy en día, con el bombardeo de información y de contenidos al que estamos sometidas a diario, es difícilísimo no crearse expectativas, ¿no te parece? Por eso creo que es crucial que cada una de nosotras consiga conocerse a sí misma lo mejor que pueda. Para ello es básico que aprovechemos los años en los que vivimos en las situaciones de *Todo por delante* y de *YO puedo*, en las que tenemos tiempo de sobras para nosotras, de forma que, a medida que vayamos cumpliendo años, podamos ir tomando las decisiones que más nos vayan conveniendo en cada momento.

Hace poco recibí por WhatsApp un vídeo que explica de forma muy didáctica cómo deberíamos construir nuestra vida. Y no puedo estar más de acuerdo con lo que dice y con la manera de explicarlo. Así que te hago un resumen. Un profesor entra en un aula, saluda y deposita un tarro vacío encima de la mesa. Inicia la clase explicando a sus alumnos que solo tenemos una vida y que todos tenemos la capacidad para lograr cualquier cosa que nos proponamos si invertimos nuestro tiempo de manera inteligente. Llena el tarro con bolas de golf, y pregunta a sus alumnos si el tarro está lleno. Ellos responden que sí. A continuación, rellena con guijarros los espacios que han quedado entre las bolas de golf, y repite la pregunta a sus alumnos. Vuelven a responder que sí. Entonces, saca de su cartera un bote con arena de playa, y resulta que todavía cabe. Por último, saca dos cervezas Coronitas y vierte el contenido de una de ellas en el tarro. La otra la deja sobre la mesa. Entonces, pide a sus alumnos que imaginen que el tarro vacío equivaldría a su vida. Que las bolas de golf representan las cosas importantes: nuestra salud, nuestra familia, nuestros amigos y nuestras pasiones. Que los guijarros corresponden a las otras cosas importantes: la casa, el trabajo... Que la arena de playa son todas las demás cosas, las cosas simples de la vida. Entonces les plantea la siguiente cuestión: «¿Qué habría pasado si hubiera puesto la arena de playa antes que los guijarros y las pelotas de golf?». Y concluye con la siguiente reflexión: «Si malgastas tu energía y tu tiempo en las cosas poco importantes, no te quedarán ni fuerzas ni tiempo para las importantes. Por eso, en la vida, lo primero que hemos de hacer es identificar qué es lo que nos hace realmente felices. Lo primero que hay que hacer es definir cuáles van a ser nuestras prioridades». Al final un alumno le pregunta: «¿Y las cervezas?». Y el

profesor le responde: «Da igual lo llena que esté nuestra vida, siempre habrá un hueco para un par de cervezas con un amigo». Increíble, ¿verdad? Por si quisieras verlo, se titula: «Una verdadera lección para una vida más feliz». Seguro que en Internet lo encontrarás.

Bueno, Asun, después de la, a mi modo de ver, contundente lección de vida que transmite este vídeo, no sé cómo te habrás quedado tú. Yo estoy agotada. Qué ganas de comentar todo esto contigo.

Mil gracias por tu tiempo y por tu paciencia.

Besos,

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** miércoles, 17 de agosto de 2016

**Para:** ania.spk@bpdistribution.com

**Asunto:** Cuántas mujeres están viviendo una vida como la tuya

*Dzien dobry, Ania.*

Ya debías de estar pensando que me había olvidado de ti. No, no... qué va. Nada más lejos de la realidad. Lo que pasa es que hasta hace una semana no hemos conseguido tener los resultados que te había prometido. Piensa que el proceso ha sido complicado: primero tuvimos que analizar una por una las varias facetas que afectan a nuestra vida y hasta que las hubimos estudiado y entendido todas por separado, no pudimos iniciar el proceso para entender en cuántas situaciones distintas estamos viviendo las mujeres en España. Pero ahora sí, ya tenemos una solución con la que todo el equipo de PRM que ha participado en la investigación nos sentimos cómodos: en España hay mujeres viviendo nueve realidades muy distintas. Y tu vida encaja perfectamente en una de ellas, o por lo menos eso creo: la que hemos bautizado como la situación de las *Puedo con todo*. Antes de que te cuente los detalles de lo que hemos aprendido sobre estas mujeres y su vida, deja que te adelante que en España no es una situación demasiado común, ya que afecta solo al 8 % de los 15 millones de mujeres a los que nuestra investigación representa. Y aquí tienes un breve resumen de cómo somos y de cómo es nuestra vida en esta situación:

- La gran mayoría de las mujeres que nos encontramos en esta situación (el 77 %) tenemos los tres *frentes* en nuestra vida: «trabajo remunerado», «pareja con la que convivimos» y también algún «hijo».
- En lo que respecta a la edad, en esta situación no hay mujeres con menos de 26 años, sin embargo, a partir de los 27 encontramos prácticamente de todas las edades. Así que esta no es una situación de vida que dependa demasiado de nuestra edad.



- Sin embargo, sí que son claves nuestros rasgos de personalidad y nuestra actitud ante la vida. Las mujeres que estamos viviendo en esta situación tenemos unos rasgos muy característicos en lo que a personalidad y actitud vital se refiere: o somos mujeres que nos sentimos muy seguras de nosotras mismas (por lo que los tres *frentes* a los que nos enfrentamos suelen estar organizados y bajo control) o somos mujeres muy relajadas (por lo que nos enfrentamos a los tres *frentes* sin alterarnos demasiado). Qué actitudes tan distintas, ¿verdad? Pues ya ves, ambas parecen funcionar igual de bien para conseguir llevar adelante los tres *frentes* sin demasiado estrés.
- Las *Puedo con todo* tenemos, de media, dos hijos. Esta es la situación vital en que hay menos mujeres que hayan tenido un único hijo.
- En lo que al trabajo remunerado respecta, como las mujeres que estamos en esta situación tenemos un nivel de formación muy elevado (una de cada cuatro hemos cursado incluso estudios postuniversitarios), es la situación en la que hay más mujeres con trabajos de dirección como el tuyo y, en consecuencia, es también la situación en la que se acumula la mayor proporción de mujeres con salarios elevados.
- También es la situación en la que hay más mujeres con otros capítulos abiertos, además de los tres *frentes*: muchas practicamos algún deporte, casi todas tenemos carnet de conducir, solemos tener un gran abanico de aficiones, un círculo de amigas o de amigos numeroso y, además, muchas incluso tenemos mascota.
- Es la situación en la que mantenemos relaciones de pareja más equilibradas en lo que respecta al reparto de las tareas de la casa (la mitad hemos conseguido el tan deseado equilibrio con nuestra pareja en la realización de las tareas de la casa y en el cuidado y educación de nuestros hijos) y también es la situación en que es mayor el porcentaje de mujeres que hemos declarado haber pactado con nuestra pareja, y además con éxito, el reparto de estas tareas (31 %).
- Las *Puedo con todo* no solemos pasar apuros para llegar a fin de mes.
- En lo que al reparto de los gastos familiares con la pareja respecta, en esta situación lo más habitual es que nosotras y ellos paguemos lo mismo: de media, las *Puedo con todo* estamos pagando la mitad de los gastos de

la familia.

- De las nueve situaciones vitales identificadas, la de las *Puedo con todo* es aquella en la que las mujeres nos sentimos más felices con nuestra pareja, de media, un 8,7 (esto es, siete décimas por encima del umbral de felicidad de las mujeres).
- También es la situación en que las mujeres nos sentimos más felices con nuestra vida en general: de media, un 8,4. Este nivel de felicidad con la vida no es en absoluto sorprendente si consideramos el cumplimiento de expectativas con la vida que se da entre las *Puedo con todo*: la mitad hemos declarado que nuestra vida se sitúa en las expectativas que nos habíamos creado; y un tercio, que nuestra vida las está incluso superando.

¿Qué, Ania?, ¿te sientes identificada con, por lo menos, una parte de estos resultados? ¿Crees que tu vida encaja en la situación de las *Puedo con todo* en España? Algo que hemos aprendido al analizar la vida de estas mujeres y que nunca antes me había planteado es que para que las mujeres consigamos enfrentarnos, simultáneamente, al «trabajo remunerado», la «pareja» y los «hijos» sin que ello termine suponiendo una carga que seamos incapaces de sobrellevar, va a sernos de muchísima ayuda, por un lado, no pasar apuros económicos y, por otro, que nuestra actitud ante la vida sea la adecuada. Porque en la investigación queda patente que no todas las mujeres conseguimos lidiar bien con los tres *frentes* a la vez. Para que te hagas una idea, la otra situación en que las mujeres también tenemos los tres *frentes* en nuestra vida la hemos bautizado como mujeres *En estado de guerra*. Y resulta que en España estamos viviendo en situación de *En estado de guerra* más del doble de mujeres que en la situación de *Puedo con todo* (el 18 % frente al 8 %). Aunque si nos paramos a pensar en lo difícilísimo que es conciliar estos tres *frentes* sin perder la compostura en ninguno de ellos, ni la salud por el camino, es lógico que estemos viviendo en *Estado de guerra* muchas más mujeres de las que lo hacemos en situación de *Puedo con todo*.

¿Sabes por qué creo que conciliar los tres *frentes* al mismo tiempo es tan difícil? ¿Recuerdas la *Teoría de las Puertas* de la que tantas veces te he hablado? Pues bien, la conclusión a la que he llegado es que conseguir tener controladas varias *puertas* de un único *frente*, aunque sean *puertas* muy

complejas de resolver no es tan difícil como compatibilizar *puertas* que corresponden a distintos *frentes*, aunque todas ellas sean, a priori, *puertas* sencillas de solventar. Es posible que te estés preguntando por qué. Mi interpretación es que en el momento en que las *puertas* corresponden a distintos *frentes* está garantizado que, para empezar, cada *frente* tendrá su propio horario por lo que, por ejemplo, habrá que llamar al pediatra en horario de consulta, y no cuando llegues a casa a última hora de la tarde, o las reuniones con el tutor de tu hijo tendrán que coincidir con el horario escolar, que suele ser el mismo que tu horario laboral, o las reparaciones de todo lo que se estropea en casa también suelen coincidir con las horas en que no habrá nadie en casa... ¡Cuánto por hacer, sobre todo, en manos de los colegios! ¿Cómo puede ser que el festival de natación sea un miércoles a las 12 del mediodía? ¿O que el Día de la Ciencia, tu hijo presente su proyecto a las 10 de la mañana? ¿O que los niños tengan más de dos meses de vacaciones de verano cuando sus progenitores, con suerte, tienen uno? Pues eso, que alguien nos lo explique...

¿Has pensado alguna vez en lo bien que habrías vivido si tu único trabajo hubiera sido el de BP Distribution y que de todo lo demás, vuestro bebé y las tareas de vuestra casa incluidas, se hubiera ocupado tu marido? ¡Qué relax!, ¿verdad? Y resulta que así es como hemos aprendido que están viviendo la mayoría de los hombres en España, concentrados en exclusiva o casi en exclusiva en sus trabajos remunerados mientras nosotras, sus diligentes y generosas compañeras de vida, no solo organizamos la casa y la vida de nuestros hijos, si es que los hemos tenido, sino que, además, la gran mayoría de las veces nos ocupamos casi en solitario de ejecutarlas y, claro está, sin dejar de lado nuestro otro trabajo: el remunerado.

Pensando con retrospectiva yo diría que, en mi caso, el máximo nivel de dificultad de conciliación no sucedió cuando me estrené en los tres *frentes*, el día que nació mi hija mayor. Ni siquiera cuando nació la pequeña, casi tres años después. En esa época, en casa, teníamos una organización que funcionaba muy bien, y tanto en PRM como en la universidad, yo empezaba a beneficiarme de la experiencia acumulada con los años. Hasta ahí, yo diría que mi situación en la vida también era de *Puedo con todo*. Había días que estaba cansada, y otros agotada, pero me sentía feliz y solo en contadísimas

ocasiones tuve la sensación de que alguno de los capítulos de mi vida estaba fuera de control. El punto de inflexión llegó a mi vida en el momento en que mi papel en PRM se vio drásticamente alterado y dejé de ser una socia más para pasar a ser la socia responsable de la dirección del despacho. Durante los casi seis años en los que dirigí PRM, la conciliación de todas las *puertas* que acostumbraba a tener abiertas a diario (las antiguas más todas las nuevas) se hizo prácticamente inviable. Y es que, durante esos años, ninguno de los trabajos que habían dependido de mí hasta ese momento había desaparecido, sino que allí estaban, dando la misma guerra y exigiendo la misma atención de siempre: por fortuna mis clientes continuaron encargándonos investigaciones, las clases en la universidad allí permanecieron, en mi casa se seguía comiendo y ensuciando ropa a diario, mis hijas siguieron creciendo por lo que la ropa y los zapatos tenían fecha de caducidad, como también lo tenían las revisiones en el pediatra y las vacunas... Y, para mi sorpresa, a medida que Carlota y Claudia iban cumpliendo años, daban señales de que necesitaban cada vez más a su madre. No sé cómo debe de ser con los hijos varones, pero con las niñas, por lo menos en mi caso, a medida que han ido creciendo, han empezado a reclamarme para resolver cuestiones que hasta ese momento habían solventado, sin ningún problema, con otras personas.

Así que ya ves, Ania, esta acumulación de tareas estuvo a punto de acabar para siempre con una *Puedo con todo*. No dejes que te pase nunca algo así. Mantente alerta a las señales que te aseguro que nuestro cuerpo nos envía pero que muchas veces no escuchamos. Hemos de aprender a decir que NO. A nuestro jefe, a nuestros clientes, a nuestros hijos, a nuestra pareja, a nuestra madre, a nuestros compañeros de despacho, a nuestras amigas... a quien toque. Acabo de recordar la única vez en toda mi vida laboral que he tenido que cancelar una reunión con un cliente por motivos personales. A mi hija pequeña, cuando no tenía ni un año, le salió un orzuelo en el ojo izquierdo que se complicó con una celulitis ocular. Estuvo diez días ingresada en un hospital. Y claro, no me separé de su lado ni un solo segundo. El peligro era que la infección le afectara al cerebro. Entonces hubiera sido irreversible. Por fortuna, todo terminó bien. Disculpa, Ania, pues recordando lo difíciles que fueron esos días, me he ido totalmente de tema. Te lo contaba porque justo coincidió con un viaje que teníamos programado desde hacía tiempo para

arrancar una nueva investigación. Y, obviamente, hubo que posponerlo. Recuerdo muy bien la conversación, desde el pasillo de urgencias, con mi cliente. Le estaré siempre inmensamente agradecida por lo comprensivo y humano que fue conmigo desde el primer momento, a pesar del lío monumental que aquel cambio de planes iba a ocasionarle a la compañía que él dirigía. Si tenemos motivos que lo justifiquen y lo explicamos bien, todos entenderán sin ningún problema que les demos un NO por respuesta.

Bueno, Ania, espero que los resultados sobre la vida de las *Puedo con todo* en España te hayan parecido interesantes. En cuanto hayamos conseguido traducir al inglés el informe con el detalle de los principales resultados y conclusiones de la investigación, te los haré llegar. Creo que lo pasarás bien ojeándolo. Y además a ti, con la práctica que tienes leyendo informes de PRM, te será muy fácil. ¡Ojalá algún día podamos hacer juntas una investigación como esta en Polonia! ¿Te apuntas?

Cuídate mucho.

*Pozdrawiam,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** viernes, 19 de agosto de 2016

**Para:** Ariadna.pg@gmail.com

**Asunto:** La vida de las Profesión ama de casa

Hola, Ari.

Lo prometido es deuda, así que aquí estoy para contarte cuántas mujeres hay en España desempeñando el papel de las mujeres de antes, el que el amigo de Enrique reivindicaba, en aquella cena, que, si estuviéramos haciendo todas, el mundo iría mejor. A estas mujeres las hemos bautizado: *Profesión ama de casa*. ¿Te ha chocado la coletilla de *Profesión*? La verdad es que decidimos incorporarlo al nombre en el momento en que, a la vista de los resultados de la investigación, nos quedó claro que casi todas las mujeres, en el momento en que nos independizamos, empezamos a desempeñar el papel de *ama de casa*. Pues, en España, estamos viviendo en situación de *Profesión ama de casa* el 12 % de los 15 millones de mujeres a los que nuestra investigación representa. Sí, sí, lo estás interpretando bien, en la actualidad nos encontramos en esta situación vital poco más de una de cada diez mujeres mayores de edad que accedemos a Internet de forma regular. Enseguida te explicaré lo que hemos aprendido sobre las *Profesión ama de casa*. Y el día que quieras te invito a tomar una cerveza, un té o lo que te apetezca y te cuento qué caracteriza la vida de las mujeres que se encuentran en cada una de las otras ocho situaciones vitales que hemos identificado. Creo que te será fácil reconocer la tuya. Y si no, tranquila, que contestando a un par de preguntas en mi ordenador enseguida saldremos de dudas.

Aquí tienes una síntesis de cómo somos, qué pensamos y cómo nos sentimos cuando nuestra vida se encuentra en situación de *Profesión ama de casa*:

- En esta situación, todas vivimos en pareja y la gran mayoría, esto es, el 63 %, estamos con esa pareja desde hace más de veinte años.

- También todas hemos tenido hijos. Es la situación en que las mujeres hemos procreado más: se alcanza el máximo de las que tenemos más de dos hijos (el 25 %) y el mínimo de las que tenemos solo uno (el 31 %). La media son dos hijos.
- Es la situación en que hay más madres «realizadas» con el hecho de haber tenido hijos (el 79 % frente a 73 % en el total de las madres). Y, en consecuencia, es la situación en la que hay menos madres que se sienten «desengañadas» (el 15 % frente al 18 % en el total de las que hemos sido madres) o «arrepentidas de haber sido madres» (el 6 % frente al 9 % en el total).
- De las nueve situaciones vitales identificadas, esta es una de las que concentra a las mujeres con más edad. En esta situación, las mujeres nos concentramos en dos de las cuatro franjas de edad que hemos identificado en la investigación: el 59 % ya hemos pasado la barrera de los 50 años y el 24 % tenemos entre 27 y 40 años. De media, las *Profesión ama de casa* tenemos 50 años.
- Es la situación en que las mujeres tenemos un nivel de estudios más bajo: el 41 % dejamos de estudiar con 17 o 18 años y el 30 % todavía antes, entre los 14 y los 16 años.
- Es la situación en la que hay más mujeres sin carnet de conducir: una de cada cuatro no sabemos conducir.
- En esta situación, casi todas contamos con experiencia en el mercado laboral, pero la gran mayoría dejamos el trabajo remunerado que teníamos para dar prioridad a la familia. Apenas el 13 % son mujeres que nunca han formado parte activa del mercado laboral.
- Es la situación vital en que hay más católicas (el 72 %) y también más parejas que se casaron por la Iglesia (71 %).
- Es la situación en que hay más consenso en «no entiendo el sexo sin amor» (el 80 % en esta situación frente al 69 % entre el total de las mujeres).
- Ante las tareas de la casa, la actitud de las *Profesión ama de casa* es muy positiva ya que el 43 % son *Fans* y el 41 % *Tolerantes*. Así que no es de extrañar que dos tercios de las mujeres que estamos en esta situación

digamos que cocinar es una de nuestras principales aficiones. En esta situación, las *Antitareas de la casa* como yo somos la excepción: apenas el 16 %.

- La mayoría de las que estamos en esta situación vital nos sentimos felices con nuestra vida (72 %). La felicidad media con la vida alcanza en esta situación el segundo valor más elevado: el 7,8. Fíjate en que este valor se sitúa a solo dos décimas del que hemos aprendido que es el umbral de felicidad de las mujeres.
- Y no parece que la *Profesión ama de casa* sea una situación pasada de moda o en vías de extinción ya que estamos disfrutando de ella casi por igual tanto las mujeres con menos de 50 años como las que ya han superado esa edad: la felicidad con la vida es, de media, un 7,9 y un 7,8 respectivamente.
- Sin embargo, entre las *Profesión ama de casa* se alcanza el segundo valor más elevado de mujeres que están atrapadas en una relación con la que se sienten infelices: el 17 % han evaluado a su pareja con valores que oscilan entre el 0 y el 6.

¿Qué, Ari?, ¿alguna sorpresa? La verdad es que estas informaciones encajan bastante con la imagen que tenemos de las amas de casa de toda la vida, ¿no? También me ha parecido que son resultados coherentes con lo felices y orgullosas del trabajo que desempeñan que veo a casi todas las mujeres que conozco que están viviendo en esta situación. La mayoría están muy satisfechas del rol que ejercen a diario con sus maridos, hijos, nietos, padres y hermanos, y también con cómo gestionan la casa en la que viven. Para mí, el único «PERO» con mayúsculas de esta situación es cómo se resuelve la cuestión de que las de *Profesión ama de casa* no seamos económicamente independientes. ¿Y qué pasa con el 17 % de las *Profesión ama de casa* cuya relación de pareja ha dejado de funcionar?

Y, para más inri, tal y como yo lo entiendo, en España, la fragilidad económica de las *Profesión ama de casa* ante un eventual fracaso en su relación de pareja difiere según dónde se haya formalizado la relación. En la mayoría de las regiones de España, como la economía de la pareja se rige por algún régimen de comunidad, entiendo que, en el momento de disolver el



matrimonio, la pareja se repartiría a medias los bienes de los que dispongan en conjunto, sean muchos, pocos o ninguno. Por lo que, en estas regiones de España, las únicas mujeres que, después de la ruptura, seguiríamos sin ser económicamente independientes seríamos aquellas en las que nuestra pareja tenga poco o nada que repartir con nosotras. Sin embargo, si la pareja formalizó su relación en Cataluña, sin haber pactado lo contrario, la economía de la pareja se regirá por el régimen de separación de bienes. Mi percepción es que este régimen es una tomadura de pelo integral, sobre todo para las *Profesión ama de casa* que no consigamos llegar a buen puerto con nuestra pareja. Algunas de las cuestiones que me planteo en relación con este asunto son: ¿qué pasa con lo que ha conseguido ahorrar el miembro de la pareja que sí ha tenido trabajo remunerado? ¿Se supone que el que se ha ocupado de la casa ha ahorrado «horas»? ¿Cuánto valen las «horas» invertidas a diario por la mujer en el bienestar de la familia? ¿El valor de esas «horas» es el mismo con independencia de lo que ingrese el miembro de la pareja que sí tiene trabajo remunerado? Es por ello por lo que creo que, cualquier mujer, antes de decidir dar el salto a «voy a ser económicamente dependiente de mi pareja», sobre todo en Cataluña, debería firmar unas capitulaciones matrimoniales, donde se regulara no solo la pensión compensatoria y los parámetros que servirían para determinarla, en caso de una eventual relación fallida, sino también, siempre y cuando la economía de la pareja lo permita, se estableciera un «sueldo», con el importe y la periodicidad que se decidan, para el miembro de la pareja que va a ocuparse en exclusiva del cuidado de la familia. Estoy convencida de que la sensación de libertad y de independencia económica que este «sueldo» transmitiría al receptor del mismo sería muy beneficiosa para ambos miembros de la pareja, ¿cómo lo ves, Ari? Y estas medidas, sin duda, yo las haría extensibles también a los miles de mujeres que, no viviendo en situación de *Profesión ama de casa*, están destinando a su familia muchas más horas que su pareja. Ja, ja... Tal vez sea una buena forma de conseguir que los tacaños empiecen a destinar más horas a las tareas de la casa.

Otra cuestión que no para de rondarme por la cabeza es ¿qué futuro le espera a la situación *Profesión ama de casa*? ¿Su tamaño se habrá estabilizado? ¿Con el paso de los años se reducirá todavía más? Mi duda radica en que, a pesar de que las jóvenes que hoy están viviendo en esta

situación se sienten tan felices con su vida como las que han superado la barrera de los 50 años, hay dos datos de la investigación que me da la sensación de que pueden interferir en la supervivencia de las *Profesión ama de casa*:

- Lo que creo que podría llegar a influir más en el futuro tamaño de esta situación es el nivel de estudios de las mujeres. Entre los 15 millones de mujeres de nuestra investigación, la mayoría tenemos estudios universitarios (el 51 %) en comparación con el 29 % de universitarias entre las *Profesión ama de casa*. ¿Será que habrá muchas universitarias que aceptaremos, teniendo otras alternativas, dedicarnos en exclusiva al cuidado de la familia y renunciar a ser económicamente independientes? Y si decidimos vivir en situación de *Profesión ama de casa*, ¿conseguiremos ser felices?
- Otra cuestión que también creo que hay que considerar es la religión. Fíjate que, mientras que entre las *Profesión ama de casa* el 72 % se han declarado católicas, en el conjunto de los 15 millones de mujeres a los que la investigación representa, somos católicas poco más de la mitad, el 55 %. Razón por la que entiendo que si en España la tendencia continúa siendo la disminución del catolicismo en favor del ateísmo o del agnosticismo, es probable que haya cada vez menos mujeres dispuestas a situar a su familia como el único epicentro de su vida. ¿No sería entonces lógico que el número de mujeres que optemos por vivir en situación de *Profesión ama de casa* se vaya reduciendo?

Aunque también es posible que suceda justo lo contrario y que cada vez haya más mujeres optando por la situación *Profesión ama de casa*, porque la verdad es que, por lo que parece, si has acertado con tu pareja, la economía familiar funciona con un único sueldo y no sientes que dejar de ser económicamente independiente sea un problema, las ventajas de esta situación tampoco están tan mal, ¿no crees? Sinceramente, no tengo la respuesta a ninguna de estas cuestiones. Habrá que esperar a ver qué sucede con el paso de los años. Mi sensación es que todo no se puede tener, por lo que cada mujer, dependiendo de sus circunstancias personales, sus preferencias y sus

necesidades, tendrá que decidir qué es lo que más le conviene y a qué va a darle prioridad. Porque lo que está claro es que no todas necesitamos lo mismo. De hecho, yo conozco a mujeres que están viviendo en la situación de *Profesión ama de casa*, después de haber dejado de lado su vida profesional para dedicarse en exclusiva a la familia, que se sienten muy felices en su nueva situación vital y que, si de ellas depende, no volverán a su guerra anterior de compatibilizar simultáneamente los tres *frentes*. Pero también conozco a otras que no consiguen sentirse a gusto alejadas del mundo laboral, por lo que se arrepienten de la decisión que tomaron en su día. ¿Sabes, Ari? Mi percepción es que solemos idealizar lo que no tenemos. Por eso es básico que no dejemos que nadie nos venda una moto. Escojamos nosotras la moto que más nos convenga. Y, luego, seamos coherentes con la elección. ¿Tú cómo lo ves?

Da que pensar, ¿verdad? Pues, hala, aquí te dejo, con tus pensamientos. Ya hablaremos, ¿vale?

*Petons ben grossos,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** sábado, 20 de agosto de 2016

**Para:** Ariadna.pg@gmail.com

**Asunto:** ¿Qué rol debe desempeñar cada miembro de la pareja? o ¿Cuál debe ser el rol de cada miembro de la pareja?

Buenos días, Ari.

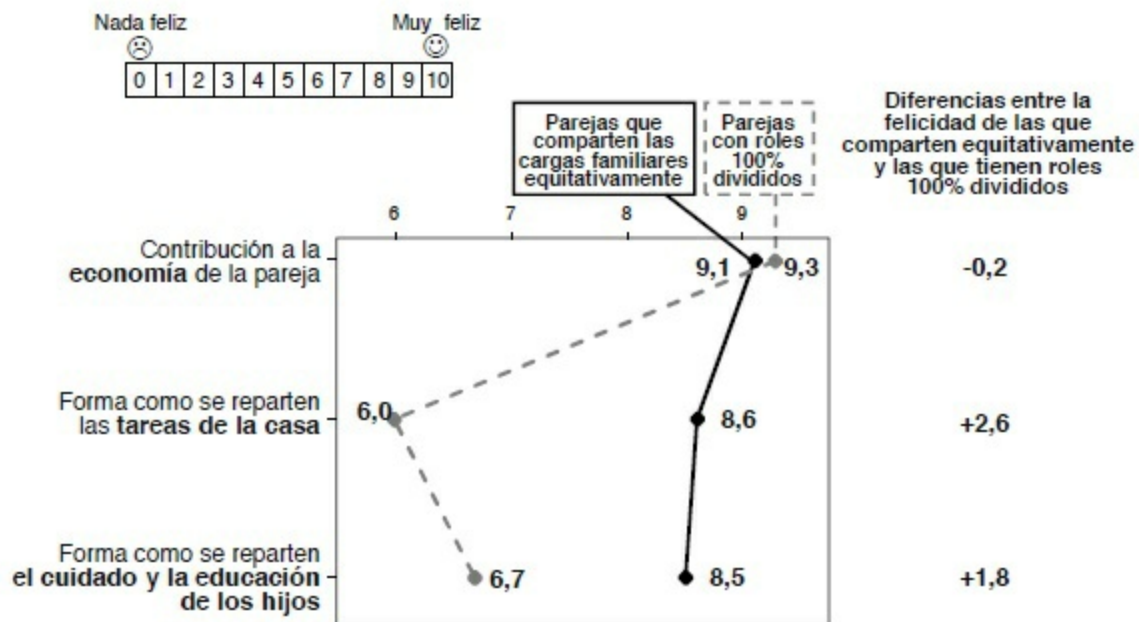
Ja, ja... Aquí estoy de nuevo. Esta mañana me he despertado pensando en que hay un último matiz que creo que puede ser útil considerar en la reflexión de ayer sobre el futuro de las *Profesión ama de casa*. Así que no he podido resistirme a compartir contigo el resultado de unos análisis que hemos hecho para entender cuán felices nos sentimos las mujeres en nuestra relación de pareja, según cómo nos repartimos las varias cargas familiares que afectan a nuestra vida en común: tanto las correspondientes al dinero que cada uno aporta para sufragar los gastos de la casa y de la familia como las que se refieren al tiempo que cada uno aporta en la realización de las tareas de la casa y en el cuidado y educación de los hijos, si es que los hemos tenido.

Al combinar la aportación que cada miembro de la pareja hace en estas dos dimensiones (dinero por un lado, y horas de trabajo no remuneradas por el otro) hemos visto que existen muchísimas casuísticas. En realidad, casi tantas como parejas. Pero, para simplificar, te contaré lo que hemos aprendido sobre las dos casuísticas más distintas. Por un lado, aquellas parejas que son equilibradas en ambas dimensiones ya que él y ella aportan lo mismo a la familia tanto en dinero como en horas. Esta casuística la hemos bautizado como *Parejas que comparten equitativamente* y entre ellas nos encontramos el 16% de las mujeres que convivimos con un hombre. En el extremo opuesto se encuentran aquellas parejas que son desequilibradas del todo en estos dos conceptos, ya que él paga todos los gastos de la familia mientras que ella hace sola las tareas familiares. A estas últimas las hemos llamado *Parejas con*

*roles 100 % divididos* y hemos comprobado que, en realidad, casi todas ellas coinciden con las mujeres de las que te hablaba ayer: las que están viviendo en situación de *Profesión ama de casa*.

Aquí tienes el valor medio de cómo las mujeres que nos encontramos en cada una de estas casuísticas hemos evaluado a nuestra pareja en los tres aspectos relacionados con cómo él está contribuyendo en las cargas familiares:

### FELICIDAD MEDIA CON LOS TRES ASPECTOS DE LA PAREJA RELACIONADOS CON SU PARTICIPACIÓN EN LAS CARGAS FAMILIARES



Si comparas el valor medio de cómo hemos evaluado a nuestra pareja las mujeres que nos situamos en cada uno de estos dos extremos de reparto de las cargas familiares podrás ver que, como era de esperar, la evaluación de la pareja en la «contribución a la economía» es en las *Parejas con roles 100% divididos* superior a la que obtienen los hombres en las *Parejas que comparten equitativamente*, aunque, de media, la diferencia sea de apenas dos décimas. Y también parece lógico que las mujeres que tenemos una relación de pareja del tipo *Parejas con roles 100% divididos* nos sintamos bastante menos felices con la contribución en horas de nuestra pareja tanto en la casa como en el cuidado y educación de los hijos. Sin embargo, la

diferencia es abismal, ¿no crees? Sobre todo en las «tareas de la casa», donde esta diferencia es de casi tres puntos. ¿Y no te parece curioso que, en las *Parejas que comparten equitativamente*, las mujeres nos sintamos más felices con nuestra pareja en «su contribución a la economía familiar» que en los dos aspectos relacionados con cómo él contribuye a realizar las tareas no remuneradas de la casa y de los hijos, si es que los tienen? ¡Incluso entre estas parejas, a priori equilibradas, los hombres parecen estar yendo a remolque de la mujer de la casa! Pero lo que ya no era tan obvio es que, cuando tenemos en cuenta la felicidad con «la pareja» en general, esto es, cuando consideramos no solo los tres aspectos relativos a su contribución familiar, sino también todo el resto (el trato que él le brinda, su generosidad, su nivel de sinceridad, la libertad que ella tiene para hacer sus cosas...), resulta que la felicidad con «la pareja» es casi un punto y medio superior entre aquellas mujeres cuya relación de pareja es del primer tipo, el de las *Parejas que comparten equitativamente*, que entre aquellas cuya relación de pareja es del segundo tipo, el de las *Parejas con roles 100% divididos*: de media, un 8,6 entre las primeras frente a un 7,2 entre las segundas. Y recuerda que es justo entre las *Parejas con roles 100% divididos* entre las que se encuentran la mayoría de las *Profesión ama de casa*.

Si tuvieras delante el resultado de todas estas evaluaciones de la pareja, tanto las específicas como la global, para todas las casuísticas de repartos de roles que existen, verías que, de entre todas ellas, la casuística de las mujeres que formamos parte de las *Parejas que comparten equitativamente* ha resultado ser aquella en la que nos sentimos más felices con «nuestra pareja» en general.

Y si ampliamos el espectro de observación y vamos más allá de la felicidad con «la pareja», aquí tienes una última información: ¿cuán felices nos sentimos con «nuestra vida» las mujeres cuya relación de pareja se sitúa en cada uno de estos dos extremos de reparto de las cargas familiares? Pues más de lo mismo. La felicidad con «la vida» de las mujeres cuya relación de pareja es del tipo *Parejas que comparten equitativamente* ha resultado ser de un 8,3 de media (esto es, tres décimas por encima del umbral de felicidad de las mujeres), mientras que en las *Parejas con roles 100% divididos*, la felicidad de las mujeres con «su vida» ha resultado ser de un 6,9 de media

(esto es, más de un punto por debajo del umbral de felicidad de las mujeres).  
¿Te has fijado en que en la felicidad con «la vida» de las mujeres que vivimos en un extremo frente a las que vivimos en el otro hay casi un punto y medio de diferencia?

Así que, teniendo en cuenta estos resultados, ¿qué tipo de reparto de las cargas familiares con nuestra pareja crees que es el que más nos conviene a las mujeres? ¿Qué es lo que le vas a recomendar a tu hija ahora que está a punto de dar el salto de la situación de *YO puedo* a la de *TÚ y YO podemos*? ¿Qué tal si le enseñas los contundentes resultados de estos análisis?

Qué ganas de escuchar tu opinión sobre estos temas, Ari. Ya me dirás qué día te va bien que quedemos, ¿vale? Si no te fuera mal, yo preferiría que vinieras a casa ya que aquí tengo el ordenador y todos los datos, por lo que podré responder mucho mejor a las dudas que puedan irnos surgiendo.

*Molts petons,*

JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** martes, 23 de agosto de 2016

**Para:** alejandra.r01@gmail.com

**Asunto:** Con qué trabajos remunerados nos sentimos más felices

Hola, Alejandra.

Por tu madre he ido sabiendo que estás muy bien. Pero tengo ganas de escuchar tus vivencias en primera persona. ¿Aprendes mucho? ¿El trabajo que estás haciendo cumple con las expectativas que tenías? Por mi parte, hasta esta semana no hemos concluido los análisis que necesitaba para responder a las preguntas que me hiciste el último día que coincidimos en casa de los abuelos.

En la página siguiente tienes el detalle de las respuestas sobre el nivel de felicidad de las mujeres con nuestro trabajo remunerado, no solo a nivel del total de las que estamos activas en el mercado laboral, sino también diferenciado para las que estamos realizando cada uno de los distintos tipos de trabajos. Verás que están ordenados de mayor a menor nivel de felicidad, según el tamaño agregado de las que nos sentimos felices o muy felices con el trabajo remunerado que desempeñamos.

¿Te ha sorprendido que las «funcionarias» ocupemos la primera posición en el *ranking* de felicidad de las mujeres con nuestro trabajo remunerado? Pues, como ves, es el tipo de trabajo que ha salido mejor parado, no solo por el lado positivo (entre las funcionarias se alcanza el máximo nivel de felicidad: el 60 % hemos manifestado que nos sentimos felices o muy felices con el trabajo remunerado que desempeñamos) sino también por el lado negativo (entre las funcionarias se da el segundo valor de infelicidad más reducido: apenas el 19 %).

En el ámbito laboral, las siguientes más felices somos las «propietarias de algún negocio o de alguna empresa», seguidas a corta distancia por las «no funcionarias que trabajamos en el sector público» y por las que «desempeñamos algún cargo directivo en alguna empresa del sector privado» (directoras, gerentes, jefas de equipo o de departamento, etc.), ya que entre las



que tenemos estos trabajos, la mitad o más nos sentimos felices o muy felices con nuestra actividad remunerada. Fijate en que el hecho de ser «propietaria de algún negocio o de alguna empresa» parece ser un arma de doble filo, ya que, por un lado, es el tipo de trabajo donde más abundan las que hemos manifestado los niveles de felicidad máximos, de 9 o 10 (alcanzamos el 42 %) y, por otro, de los cuatro tipos de trabajos más valorados, es el que presenta índices más elevados de mujeres infelices con su negocio o con su empresa (el 29 %, esto es, casi una de cada tres).

## RANKING DE FELICIDAD CON CADA TIPO DE TRABAJO REMUNERADO

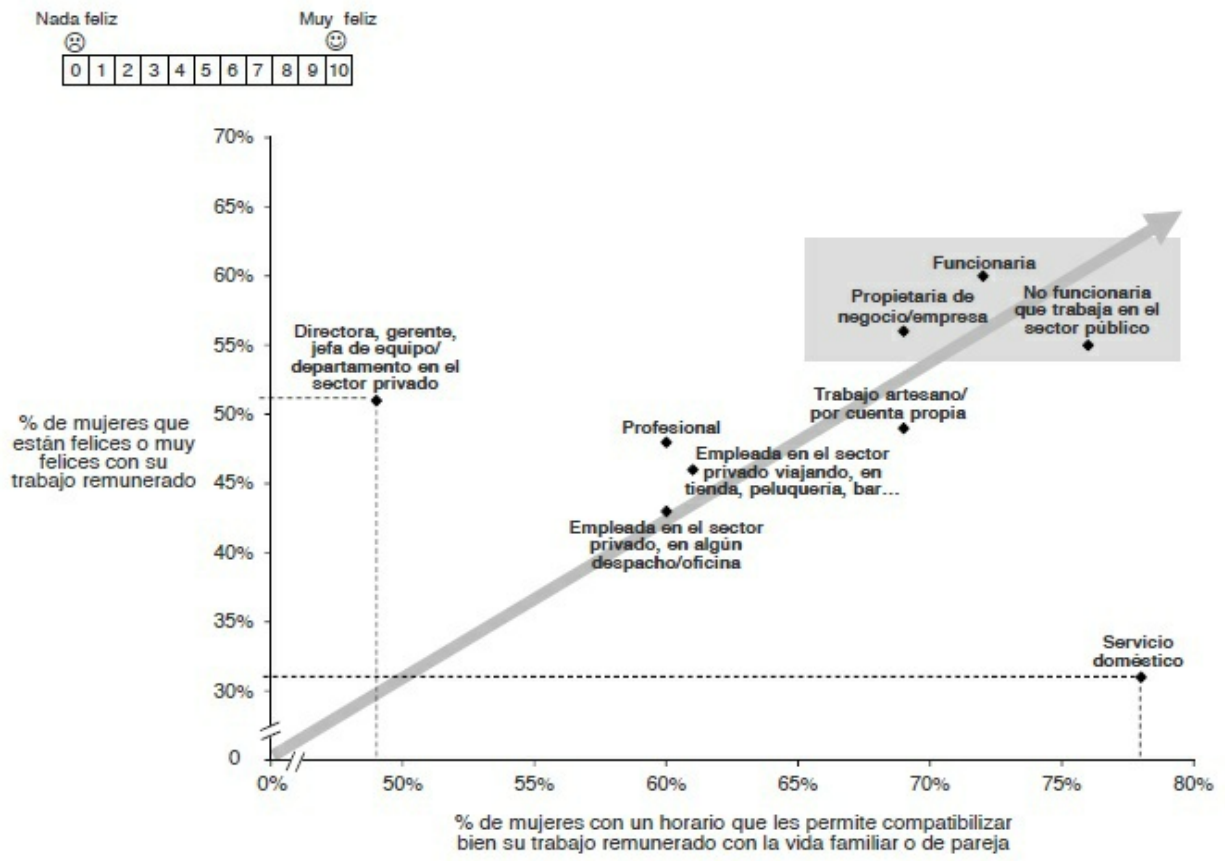
### PORCENTAJE DE MUJERES EN CADA NIVEL DE FELICIDAD

100% de las mujeres que realizan cada tipo de trabajo				
	Infelices (0-6)	Casi felices (7)	Felices (8)	Muy felices (9-10)
Total mujeres con trabajo remunerado (56%=100%)	30	20	21	29
Funcionaria (10%=100%)	19	21	28	32
Propietaria de negocio/empresa (7%=100%)	29	15	14	42
No funcionaria que trabaja en el sector público (10%=100%)	23	22	28	27
Directora, gerente, jefa de equipo/departamento en el sector privado (7%=100%)	26	23	29	22
Trabajo artesano/manual por cuenta propia (pintora, fotógrafa, carpintera, electricista...) (4%=100%)	17	34	19	30
Profesional (médica, abogada, consultora, arquitecta, economista, profesora, traductora...) (12%=100%)	34	18	19	29
Empleada en el sector privado viajando, en tienda, peluquería, bar... (19%=100%)	34	20	14	32
Empleada en el sector privado, en algún despacho/oficina (26%=100%)	40	17	22	21
Servicio doméstico (limpieza, cuidadora, portera...) (5%=100%)	40	29	5	26

Fíjate en que es también un trabajo bastante atípico el que ocupa la 5.<sup>a</sup> posición, de las «artesanas o mujeres que realizamos algún trabajo manual por cuenta propia» (pintoras, fotógrafas, modistas, etc.), ya que es el que tiene el porcentaje más reducido de mujeres que nos sentimos infelices con el trabajo que desempeñamos (apenas el 17 %). En el extremo opuesto, aquellos trabajos en los que nos sentimos, como tónica general, menos felices son el «servicio doméstico» y los «empleos en el sector privado que se desarrollan en algún despacho o en alguna oficina». En ambos tipos de trabajos, la proporción de mujeres infelices con la actividad laboral que realizamos a diario es muy elevada: cuatro de cada diez. Pero fíjate que, en ambos trabajos, aunque estén ocupando la última posición del *ranking*, también hay mujeres que nos sentimos felices o muy felices desempeñándolos: el 31 % en el caso del «servicio doméstico» y el 43 % en el de las «empleadas de despacho del sector privado». Pues eso, Alejandra, que por fortuna, no todas somos iguales, hay gustos para todo.

A la vista de estos resultados, hemos llevado a cabo un análisis con el que pretendíamos entender si hay algún tipo de relación entre el grado de felicidad con el trabajo remunerado que desempeñamos y la posibilidad que dicho trabajo nos brinda para compatibilizarlo sin problemas con nuestra vida familiar o de pareja. Y este es el resultado:

#### **RELACIÓN ENTRE EL GRADO DE FELICIDAD CON EL TRABAJO REMUNERADO Y LA POSIBILIDAD DE COMPATIBILIZARLO CON LA VIDA FAMILIAR O DE PAREJA**



Viendo la posición que ocupan las «funcionarias» y las «no funcionarias que trabajan en el sector público» en este gráfico, mi primera interpretación es que, trabajar en el sector público (tanto si se es funcionaria como si no), además de tener la ventaja de un horario que está claro que es idóneo para compatibilizar sin estrés el trabajo remunerado con nuestra vida personal, es muy posible que tenga ventajas adicionales, como la seguridad en el puesto de trabajo, sobre todo entre las primeras, o el hecho de que es posible que la realidad laboral con la que nos enfrentamos en este tipo de puestos de trabajo coincida más que en otros ámbitos con las expectativas que nos habíamos creado, ya sea en el horario, en las cargas de trabajo, en el entorno laboral, en el sueldo, en las perspectivas de promoción...

Si miras bien el gráfico, verás además que, exceptuando dos de los tipos de trabajos considerados, en la mayoría hay una relación bastante directa entre lo felices que nos sentimos las mujeres que los estamos desempeñando y la facilidad que en ellos percibimos que tenemos para compatibilizar el trabajo

remunerado con nuestra vida personal. Así que, queda claro (fíjate en la diagonal en forma de flecha que hemos trazado) que, en el ámbito laboral de las mujeres cuantas más facilidades para conciliar vida laboral y familiar tengamos, mayor nivel de felicidad laboral experimentaremos. Lo cual no es de extrañar en absoluto si tenemos presente lo importante que hemos aprendido que para las mujeres es, sobre todo a partir del momento en que nos estrenamos en la maternidad, que el trabajo remunerado no interfiera demasiado en nuestra vida personal.

Como te avanzaba antes, las únicas excepciones son dos: los «trabajos con alguna responsabilidad de dirección en el sector privado», en los que se alcanza un nivel de felicidad laboral muy superior al que le correspondería según las dificultades que las mujeres que estamos ocupando estos cargos manifestamos tener para conseguir conciliar el trabajo remunerado con la vida privada y el «servicio doméstico», en que se alcanza un nivel de felicidad muy inferior al que le correspondería según la facilidad que hemos manifestado tener para conciliar ambos.

Visto así es evidente que cada tipo de trabajo tiene sus pros y sus contras y que el efecto que cada uno de ellos tiene sobre nuestra vida privada difiere drásticamente entre unos tipos de trabajo y otros. Así que si tienes la suerte de poder escoger, piensa bien qué parte de tu vida privada estás dispuesta a sacrificar en cada momento, y actúa en consecuencia.

En tu situación actual, ten presente además que es muy posible que al principio de nuestra vida laboral, el trabajo no termine de encajar con el ideal que nos habíamos imaginado. Sin embargo, en este sentido, mi consejo es que ni se te ocurra dejar un trabajo que no te gusta demasiado antes de tener otra alternativa, por mucho que hayas conseguido ahorrar. A estas alturas de la vida tengo claro que es infinitamente más fácil buscar trabajo teniendo uno, tanto si la situación económica es favorable como si no lo es.

Si aceptas otro consejo de tu tía te diré que trabajes en lo que trabajes, lo hagas siempre como si en ello te fuera la vida. En los años ochenta, la Generalitat realizó una campaña con la que no puedo estar más de acuerdo. El eslogan era: «El trabajo bien hecho no tiene fronteras, el trabajo mal hecho no tiene futuro». Alejandra, es fundamental que actúes siempre con coherencia y que consigas hacerte imprescindible. Así, en caso de problemas, tú serás la

última de la lista y en caso de que se presente alguna oportunidad, serás la primera candidata. Acabo de recordar dos situaciones que vivimos en PRM que creo que ilustran a la perfección esta cuestión. Empezaré por un ejemplo de coherencia laboral: esta situación la protagonizó una consultora francesa que llevaba en PRM muy poco tiempo, menos de un año creo. Un día nos explicó que su novio y ella habían decidido casarse y que, antes de fijar la fecha de la boda, les gustaría saber cuándo sería un buen momento para PRM. Obviamente le dijimos que cuando a ellos les fuese mejor, pero que muchas gracias por su consideración. Y aquí tienes un ejemplo de incoherencia laboral: la consultora que protagonizó esta situación llevaba en PRM bastante más tiempo que la del ejemplo anterior, trabajaba con nosotros desde hacía casi tres años y reclamaba con insistencia que le diéramos más responsabilidad, que ella podía asumirla. Recuerdo bien cómo el, por aquel entonces, director de PRM, en más de una ocasión le había dicho que: «La responsabilidad no te la dan, sino que la has de coger tú». Él tenía serias dudas sobre si esta consultora conseguiría algún día ser una buena jefa de proyecto. El caso es que le llegó la oportunidad y se le ofreció la posibilidad de ser jefe de proyecto en una investigación que tendría una duración de cuatro meses. Si aceptaba, por la agenda del proyecto ella tendría que cambiar su turno de las vacaciones de ese año. Y enseguida dijo que sí, que estaba preparada, que le hacía mucha ilusión y que cambiaría encantada el turno de sus vacaciones. Pero, para sorpresa de todos, cuando la investigación llevaba no más de cinco o seis semanas en marcha, nos informó de que a su pareja no le había autorizado cambiar las fechas de sus vacaciones por lo que sintiéndolo mucho, ella tendría que volver al turno anterior. ¡Toma ya!, donde dije digo, digo Diego ¡notición de lunes por la mañana! Pues eso, que en mitad del proyecto tuvimos que cambiar de jefe de equipo, con los inconvenientes que ello conllevó para el resto de los miembros de nuestro equipo. No olvides nunca estos dos ejemplos, Alejandra. En realidad, como siempre dice tu tío Enrique: ¡hacer las cosas bien es gratis!

Bueno, querida, por hoy ya no te doy más la paliza. Si tienes alguna curiosidad, o te surge alguna duda, la hablamos por mail o por WhatsApp, como te vaya mejor. Ya me dirás, ¿vale?

Besos.

Tu tía,  
JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** lunes, 29 de agosto de 2016

**Para:** pazuu@gmail.com

**Asunto:** La difícil tarea de educar a los hijos

Hola, Paz.

Esta maravilla de período sabático del que tanto he disfrutado está a punto de concluir, así que es posible que esta sea mi última epístola en relación con la difícil tarea de educar a nuestras hijas. Por fin te librarás de estas reflexiones con las que te he ido bombardeando. Caray, acabo de comprobar que el primer mail te lo envié hace la friolera de veintitrés meses. Se dice pronto, ¿eh? Sin embargo, me consuela que podremos seguir disfrutando de nuestras largas, intensas y desordenadas conversaciones, sobre este tema o sobre cualquier otro, en compañía de un tintorro y unas tapas. ¿Has pensado alguna vez en la suerte que tenemos de vivir en Barcelona? Si viviéramos, por ejemplo, en Londres no nos habría quedado más remedio que aficionarnos a la cerveza, y para más inri caliente.

Coincidirás conmigo en que ser madre nos está resultando muchísimo más difícil que dirigir el área financiera de una empresa o que ser consultora, ¿no? Y lo peor es que ni siquiera tenemos garantías de estar haciéndolo bien. ¿Sabes que no estamos solas en esto, Paz? De las mujeres con hijos que hemos participado en la investigación, casi una de cada tres (el 31 % para ser exactos) estamos de acuerdo con que «la tarea de educar y criar a nuestros hijos nos está resultando más difícil de lo que habíamos imaginado». Entre las madres más jóvenes (las que hoy tenemos entre 27 y 40 años), el grado de acuerdo con esta afirmación alcanza su máximo con un 36 %; entre las que tenemos de 41 a 49 años, es del 32 % y entre las que tenemos 50 años o más disminuye al 27 %. ¿A qué crees que se debe esta tendencia decreciente con la edad? ¿Será porque educar a nuestros hijos es hoy más difícil de lo que lo fue en el pasado? ¿O porque con el paso del tiempo vamos olvidando lo difícil que nos resultó educarles? También es posible que sea porque las mujeres

tenemos un nivel de instrucción cada vez más elevado, y entre las mujeres con mayor nivel de estudios no solo se maximiza la percepción de que educar y criar a nuestros hijos es una tarea más difícil de lo que nosotras habíamos imaginado, sino que también se minimiza el de las que no nos habíamos creado ninguna expectativa al respecto (somos el 12 %). Sin embargo, entre las mujeres que dejamos de estudiar cuando concluimos la enseñanza obligatoria, las que no nos habíamos creado ninguna expectativa en relación con la educación de los hijos somos casi el doble (el 28 %). Por lo tanto, si los estudios contribuyen a que nos generemos expectativas, y las mujeres estamos cada vez más formadas, entiendo que esto garantizará que cada día haya menos mujeres tirándose a la piscina de la maternidad sin haber reflexionado a fondo sobre qué supone cuidar de los hijos y proporcionarles una buena educación.

Y ¿qué me dices del método con el que hemos aprendido a ser madres? Este método de prueba y error, a base de equivocaciones, a mí no me convence. Visto con perspectiva, ¿te parece lógico que estuviéramos cinco años para sacarnos el título de licenciadas en Ciencias Económicas y Empresariales y que no hayamos destinado ni un solo segundo de nuestra vida a formarnos como madres? ¿No te sorprende que, con lo complicada y a la vez delicada que ha resultado ser esta tarea, nunca hayamos asistido a ningún curso de formación sobre cómo educar a nuestras hijas? Y lo peor es que, comentando estos resultados con una compañera de despacho, acabo de enterarme de que la mayoría de los ayuntamientos ofrecen actividades vinculadas a este tema. En el ayuntamiento de Sant Boi de Llobregat, por ejemplo, se llama: «Escola de pares i mares» y ofrecen un programa de talleres, charlas y documentales completísimos, diferenciados incluso por la edad de los niños. ¿Te habías enterado de que existían este tipo de cursos? ¡Y además, suelen ser gratuitos! ¡Qué lástima que no hagan más publicidad! ¿No crees que invertir en comunicar estos cursos tendría mucho más sentido que fomentar las clases de preparación al parto que sí nos ofrecieron a bombo y platillo? Y si pienso en el tiempo de vida útil que tiene lo aprendido en las clases de preparación al parto frente a lo que debe de aprenderse en un buen curso sobre cómo educar a nuestros hijos, esta cuestión me parece todavía más pertinente. Fíjate en que, mientras que la tarea de educar a un hijo empieza en el momento del parto y se extiende, como mínimo, hasta que alcanza la



mayoría de edad, el embarazo son como máximo nueve meses y el parto se limita a un desagradable ratito de un día determinado. Visto así, y aunque te lances a tener más de un descendiente, no hay color entre cuál de estos dos tipos de cursos es el que hay que comunicar con mayor intensidad, ¿no? Otra cuestión es ¿habríamos asistido a la «Escola de pares i mares» si nos hubiéramos enterado? Creo que sí, pero es fácil decirlo a toro pasado. La verdad es que cuando tenemos hijos pequeños el tiempo no es precisamente un recurso del que vayamos sobradas. ¿Qué tal si para fomentar la asistencia de los ocupados padres y de las agotadas madres a estas charlas se le ofreciera a la familia, o al progenitor que asistiera, algún tipo de desgravación o de bonificación fiscal? Porque está claro que los que saldrían beneficiados serían, no solo la propia familia (padres e hijos incluidos) sino, a largo plazo, también toda la sociedad, ¿estás de acuerdo?

Estoy convencida de que, en nuestro caso, otro gallo habría cantado si Enrique y yo hubiéramos sabido las instrucciones básicas en las que basar la educación de nuestras hijas. Ellas habrían estado mejor educadas y nosotros, además de haber sufrido menos por el camino, habríamos podido ser más coherentes desde el principio. Y eso que no sabes lo mucho que nos ha ayudado su experiencia previa con Irene y Gonzalo. Pues ya sabes, Paz, tú todavía estás a tiempo de apuntarte a las charlas sobre los adolescentes, ¿a qué esperáis tu chico y tú para matricularos?

Si lo piensas, es lógico que, antaño, cuando el papel de los progenitores en relación con los hijos se concebía casi en exclusiva en términos de proporcionarles alimento y abrigo, no hacía falta ninguna formación específica. Sin embargo, la realidad a la que nos ha tocado enfrentarnos es bastante más compleja, no solo porque el mundo se está complicando a marchas forzadas sino también porque, como la mayoría de nosotras estamos activas en el mercado laboral, el tiempo que suele quedarnos para educar a nuestros hijos es muy reducido, por lo que los padres y las madres hemos de conseguir ser claros y concretos.

Hace poco, en una cena, estuve charlando con la amiga de una amiga mía que vive en Alemania y que, para mi sorpresa, había llegado a unas conclusiones similares. Bueno, las suyas eran todavía más extremas. Patricia me explicó que ella había pensado muchas veces que debería existir un

«carnet de padre». ¿Te imaginas superando unas pruebas como las que hacíamos cuando nos preparábamos para el carnet de conducir? Esto sí que sería llevar al extremo la formación en la paternidad.

No, no hace falta ir tan lejos, ¿o sí? Creo que sería suficiente con asistir a unas clases de preparación a la maternidad o a la paternidad, antes incluso de tener el primer hijo, mientras todavía tenemos tiempo, en las que se nos diera a los padres y a las madres (porque digo yo que la primera pauta sería que ambos progenitores fuéramos a una) las instrucciones básicas que hay que tener en cuenta en la educación de nuestros hijos. Está claro que cada hijo es un mundo. Pero también cada empresa es un mundo, y cada paciente es un mundo, y cada cliente es un mundo, y cada alumno vive su propia realidad... Y, en cambio, en las facultades se enseñan los fundamentos y las bases de todo ello, y cada profesional deberá ocuparse de adaptarlas, con inteligencia e intuición, a la realidad con la que le toque enfrentarse.

¿Sabes qué han opinado al respecto las mujeres con hijos que han participado en la investigación? A la pregunta sobre si están de acuerdo con si «sería buena idea que antes de tener el primer hijo se pudiera asistir a clases en las que se dieran las pautas básicas de su educación», una amplísima mayoría, el 74 %, hemos respondido que sí, que nos gustaría haber podido asistir a este tipo de clases. Entre las mujeres que pertenecemos a la tipología de las madres que hemos bautizado como «Ni niñas ni madrazas», entre las que me encuentro, el nivel de acuerdo con estas clases es casi unánime (92 %). No sabes lo feliz que me he sentido al ver este resultado: ¡en lo relativo a la educación de los hijos, tu amiga no es un perro verde!

Me gustaría mucho saber qué opinas tú de estas clases. Ya hablaremos, ¿vale? Siete besos para ti y para mi ahijada. Repártelos entre las dos como tú prefieras.

JULIA

Torrent d'Empordà, 3 de septiembre de 2016

Querida mamá:

Estoy sentada frente al ordenador, delante de la mesa de nuestro cuarto, disfrutando de la vista y de la tranquilidad de una casa vacía. Los únicos ruidos que se oyen son el del ventilador del portátil desde el que te estoy escribiendo y el piar de los pájaros. Está claro que esta mañana se han despertado muy alegres. ¡Qué relajante es el contraste del azul del cielo con las distintas tonalidades de verde de los pinos, las encinas y los robles! No se mueve ni una hoja. Todo está en calma. Justo lo que necesitaba después del ajetreo de estas vacaciones. No sabes lo mucho que me ha costado compaginar mi trabajo en la investigación con el normal funcionamiento de la casa. Es el primer verano de mi vida que me ha pasado algo así. Y no ha sido nada fácil, te lo aseguro. Suerte que como Carlota ya conduce, ella y Claudia se han ido turnado con Enrique los viajes al supermercado, a la payesa, a la panadería, a la carnicería y al *mercat del peix*. Por fortuna, este año me han librado casi por completo de las tareas de abastecimiento de la casa.

Y aquí me tienes, preparada para responder a la pregunta que me hiciste la semana pasada. Como ves, he necesitado casi diez días para meditar la respuesta. Te aseguro que escoger cuál es la principal sorpresa que me he llevado con los resultados de la investigación no ha sido nada fácil. He decidido contestarte por escrito porque así además de explicártelo con más detalle podré también argumentarlo mucho mejor.

Pues aquí está: lo que más me ha sorprendido es el poder que tiene «la pareja» en que las mujeres nos sintamos más o menos felices con nuestra vida. Hay varios análisis que nos permiten llegar a esta conclusión, pero aquel cuyo resultado lo deja más claro es el que hemos obtenido utilizando una técnica que se llama AID (*Automatic Interaction Detector*). El nombre impresiona, ¿verdad? Hemos utilizado este método para identificar en qué escenarios las mujeres nos sentimos más felices con nuestra vida y en cuáles lo estamos menos.

En la encuesta, las mujeres podíamos responder cuán felices nos sentimos con nuestra vida, en una escala de 0 a 10, en la que el 10 equivaldría a felicidad plena con la vida. Algunos de los criterios que introdujimos en el modelo, con el fin de ver cuál de ellos es el que más influye en nuestra felicidad con la vida en general, fueron la felicidad que cada una de las entrevistadas había declarado con respecto a las siguientes facetas que forman parte de su vida:

- la felicidad con nuestra salud y nuestro aspecto físico;
- la felicidad con el tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones;
- la felicidad con la relación que tenemos con nuestra madre, padre y hermanos;
- la felicidad con nuestras amigas y amigos;
- la felicidad con nuestra pareja, si la tenemos;
- la felicidad con la suegra y el suegro, si convivimos en pareja;
- la felicidad con nuestro trabajo remunerado, si es que estamos activas en el mercado laboral;
- la felicidad con nuestros hijos, si los hemos tenido.

Las facetas de nuestra vida que en esta lista aparecen juntas, a pesar de que a priori puedan parecer distintas, las hemos tratado como un único criterio teniendo en cuenta el resultado de un análisis previo que puso de manifiesto que dichas facetas están muy relacionadas entre sí, lo que significa que, si las mujeres nos sentimos muy felices con una de ellas también solemos estarlo con la otra, y viceversa. Esto es lo que ocurre con las siguientes facetas: nuestro nivel de felicidad con la salud ha resultado estar muy correlacionado con nuestra felicidad con el aspecto físico; también lo están la felicidad con la madre, el padre y los hermanos y, por último, la felicidad con la suegra ha resultado estar muy relacionada con la felicidad con el suegro. Es por ello por lo que, si a la hora de realizar los análisis hubiéramos incluido la felicidad con estas facetas por separado, podríamos haber estado duplicando su relevancia en el resultado final.

Además del nivel de felicidad de las mujeres con cada una de estas facetas de la vida, en el modelo consideramos también como susceptibles influenciadoras de la felicidad de las mujeres con nuestra vida, otras dimensiones, entre ellas: los rasgos de personalidad y actitud ante la vida, la actitud ante las tareas de la casa, la combinación de *frentes* que cada mujer tiene en su vida, las dificultades que experimenta para llegar a fin de mes, si vive en la misma localidad que su familia y amigos... En fin, que como punto de partida de este análisis, hemos tenido en cuenta todas las características de la vida de las mujeres de las que disponíamos en la investigación.

Pues, como te adelantaba al principio de esta carta, a la vista de los resultados del AID, lo primero que podemos concluir es que, de entre todos los criterios considerados, el que ha resultado tener mayor capacidad de influir en la felicidad de las mujeres con nuestra vida en general es «la pareja». Aquí tienes el detalle de cuán felices nos sentimos las mujeres con nuestra vida en general, según cuán felices nos sentimos en nuestra relación de pareja:

- Entre las que nos sentimos muy felices en nuestra relación de pareja, ya que la hemos puntuado con los valores máximos de la escala, el 9 o el 10, resulta que la felicidad con nuestra vida en general es un 8,4 de media. Fíjate que, en esta situación, nuestra felicidad media con la vida se sitúa cuatro décimas por encima del que te comenté que habíamos aprendido que era el umbral de felicidad de las mujeres.
- Entre las que hemos evaluado a nuestra pareja con un 8, nuestra felicidad con la vida se sitúa casi al mismo nivel que con la pareja: un 7,7 de media.
- Y las mujeres que a nuestra relación de pareja le hemos puesto un 7, nos sentimos incluso un poco más felices con nuestra vida en general que con nuestra pareja, dos décimas para ser exactos, ya que nuestra felicidad con la vida es de 7,2 de media.
- En el extremo de las que nos sentimos infelices, esto es, entre las mujeres que hemos referido valores de felicidad con nuestra pareja que se sitúan entre el 0 y el 6, la felicidad con nuestra vida en general ha resultado ser de 5,5 de media.

Una vez detectado que la felicidad con la pareja que tenemos es lo que más influye en la felicidad con nuestra vida en general, también podemos afirmar que es bien cierta una frase que hemos escuchado miles de veces: «Es mejor estar solo que mal acompañado». Desde la perspectiva de las mujeres, eso no solo está comprobado, sino también cuantificado ya que entre las mujeres que en el momento de contestar a la encuesta no tenían pareja, la felicidad con su vida en general ha resultado ser de 6,8 de media. Fíjate, mamá, en que si comparas la felicidad con la vida de las que no tenemos pareja con la de las que tenemos una pareja que nos hace sentir infelices, resulta que, a estas últimas, el hecho de tener una pareja inadecuada les está robando más de un punto de felicidad con la vida, exactamente 1,3 puntos (la diferencia entre el 6,8 y el 5,5 que, de media, veíamos que se da entre unas y otras). ¡Qué barbaridad!, ¿no te parece? En mi opinión, aquí reside una clara alerta para las mujeres: hemos de pensar bien si queremos vivir nuestra vida con o sin una pareja al lado y, en el caso de que la decisión sea que sí, escojámosla, no solo a conciencia, sino también sin engañarnos pensando que algún día cambiaremos todo lo que no nos guste de él o de ella. Porque no, eso nunca resulta, y, entre otras cosas, estamos arriesgando, nada más y nada menos, que casi un punto y medio de nuestra felicidad en la vida.

Es posible que te estés cuestionando si se puede afirmar todo esto con el resultado de un método de análisis cuyo principal protagonista son respuestas sobre nuestra felicidad. Sí, sí... ya sé que medir la felicidad es muy ambicioso y que además ni siquiera es un estado permanente, pero con todas las precauciones que hemos tenido en el diseño de la investigación y con las salvedades necesarias, estate tranquila que estos resultados pueden servirnos como un muy buen indicador de por dónde van los tiros.

La verdad, mamá, es que una vez superada la sorpresa inicial, mi siguiente reacción fue de preocupación. Me parece una muy mala noticia que lo que más influya en que las mujeres estemos más o menos felices con nuestra vida sea la decisión sobre si compartimos nuestra vida con alguien y, en caso afirmativo, con quién la compartimos ya que, a mi modo de ver, esta es sin lugar a dudas la decisión más difícil de acertar. ¡Pero si no hay reglas! ¿Cómo puedes estar segura de que serás feliz con esa pareja?, si es que en algún momento decides compartir tu vida con alguien, claro. Tal como yo lo veo

ahora, no es posible estar segura. Y eso que cuando decidí embarcarme en mi aventura con Enrique, no es que estuviera segura, estaba segurísima. Pero claro, me acababa de estrenar en el segundo de los tramos de edad de mi vida: ¡había cumplido 27 añitos! A esa edad, ¿cómo no iba a sentirme segura?

Pero sí creo que hay una máxima que puede ayudar. Y que no paro de repetírsela a Carlota y a Claudia siempre que se presenta la ocasión. Y más que lo haré ahora que dispongo de estos valiosos resultados. Que en sus relaciones de pareja se aseguren de que se cumple la fórmula:

$$1+1 > 2$$

Que, en cuanto deje de ser así, lo dejen con esa pareja lo antes posible. Ninguna mujer debería permitir que su pareja no le sumara, y obviamente, menos aún que le reste. Es tan básico y a la vez tan importante ¿no te parece? Ya sé que es muy abstracto, pero, sin embargo, estoy segura de que me estás entendiendo. Por algo soy hija tuya, ¿no?

¿Sabes qué acabo de pensar sobre el asunto de acertar con la pareja? Ja, ja... Tu hija la cocinera, ¿a ver qué opinas? Que la elección de la pareja se podría enfocar como si de una receta de cocina se tratara. Si te aseguras de que la receta es buena, de que los ingredientes son de primerísima calidad y además de que todos ellos te gustan mucho, después de haberlos probado de diferentes maneras y en distintas situaciones, la probabilidad de que la receta salga bien es muy elevada, ¿no? Luego, claro está, habrá que trabajar esa relación todos los días, regar la planta, en el lenguaje de Enrique, y habrá que esforzarse en mirar en la misma dirección y luchar por mejorar en el conocimiento mutuo (para intentar llegar a la simbiosis que defienden algunos). Un compañero de PRM sostiene, muy convencido, que las parejas acaban pareciéndose. Pues, ¿sabes que estoy empezando a darle la razón?

Volviendo a los resultados del AID, que me he ido por las ramas, además de haber averiguado cuál de todas las facetas y de los aspectos de nuestra vida es el que más capacidad tiene de influir en nuestra felicidad con la vida en general, hemos podido identificar qué combinaciones de facetas o de aspectos son aquellos en los que las mujeres nos sentimos más felices con nuestra vida y, también, en cuáles nos sentimos más infelices.

Empezaré por las primeras, esto es, por aquellas casuísticas en las que las mujeres nos sentimos muy felices con nuestra vida, ya que, en todas ellas, la felicidad media con la vida ha resultado ser superior a 8:

- Las mujeres que nos sentimos más felices con nuestra vida tenemos pareja, y hemos declarado la nota máxima de felicidad, 9 o 10, en tres de las ocho facetas de la vida que nos afectan: nuestra «pareja», nuestra «salud/aspecto físico» y también nuestra familia de origen («madre/padre/hermanos»). En esta situación nos encontramos el 7 % de los 15 millones de mujeres a las que esta investigación representa y nuestra felicidad con la vida es de 9,4 de media, es decir, a escasas seis décimas de la felicidad plena con la vida. Así que ya ves la suerte que tenemos casi una de cada diez mujeres. ¿Cuántas conoces que creas que están entre estas afortunadas?
- Casi igual de felices con nuestra vida que las anteriores estamos las mujeres que no tenemos pareja y nos sentimos felices o muy felices con nuestra «salud/aspecto físico». En esta situación nos encontramos el 3 % de las mujeres y nuestra felicidad con la vida es de 9 de media.
- Las siguientes más felices somos las mujeres que hemos dado la nota máxima de felicidad, 9 o 10, tanto a nuestra «pareja» como al «tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones» y hemos declarado un 7 o un 8 en nuestra «salud/aspecto físico». Esta situación incluye al 4 % de las mujeres y la felicidad con la vida es de 8,8 de media.
- A continuación, tenemos a las mujeres que hemos declarado la nota máxima de felicidad, 9 o 10, tanto a nuestra «pareja» como a nuestra «salud/aspecto físico» a pesar de que le hemos otorgado una nota de 8 o inferior a nuestra familia de origen («madre/padre/hermanos»). Incluye al 2 % de las mujeres, y nuestra felicidad con la vida se sitúa en un 8,6 de media.
- En una situación de felicidad con la vida muy similar se encuentran el 9 % de las mujeres que hemos declarado la nota máxima de felicidad, 9 o 10, solo con nuestra «pareja» y una nota de 7 u 8 tanto en nuestra «salud/aspecto físico» como en el «tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones». La felicidad con la vida se sitúa en un 8,5 de media.



- También nos sentimos felices el 3 % de mujeres que hemos dado la nota máxima de felicidad, 9 o 10, a nuestra «pareja», una nota de clara infelicidad con nuestra «salud/aspecto físico» y una nota que oscila entre 7 y 10 en nuestro «trabajo remunerado». En esta situación, la felicidad con la vida se sitúa en un 8,4 de media.
- Las siguientes que también nos sentimos muy felices con nuestra vida somos el 9 % que hemos declarado 7 u 8 con nuestra «pareja», y hemos dado la nota máxima de felicidad, 9 o 10, a dos facetas de nuestra vida: nuestra familia de origen («madre/padre/hermanos») y nuestras «amigas o amigos». En este escenario la felicidad con la vida se sitúa en un 8,3 de media.

Así que ya ves, mamá, para conseguir la felicidad no hay una única receta de vida. Estas siete casuísticas agrupan a más de un tercio de las mujeres (el 37 % para ser exactos). Y fíjate que, en la mayoría de ellas (6 de las 7), un ingrediente clave reside en el hecho de haber acertado en la elección de «la pareja».

En el extremo opuesto el de la infelicidad con la vida, hay tres casuísticas en las que la felicidad de las mujeres con su vida se sitúa, de media, por debajo de 6:

- Las que nos sentimos menos felices con nuestra vida somos las que, por un lado, hemos declarado que nos sentimos infelices con nuestra «pareja» y, por otro, tenemos unos «rasgos de personalidad y actitud ante la vida» muy marcados por nuestra inseguridad en nosotras mismas. En esta situación, la felicidad con la vida se sitúa en el nivel más bajo: un 3,4 de media. Por fortuna, en este escenario nos encontramos apenas el 2 % de las mujeres.
- Las siguientes menos felices somos las que no tenemos pareja, y nos sentimos infelices tanto con nuestra «salud/aspecto físico» como con el «tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones». En esta situación estamos el 7% de las mujeres, y nuestra felicidad con la vida se sitúa en un 5,0 de media.

— A continuación, tampoco estamos felices con nuestra vida las mujeres que nos sentimos infelices tanto con nuestra «pareja» como con nuestra familia de origen («madre/padre/ hermanos»). Esta situación incluye al 4 % de las mujeres, y la felicidad con la vida se sitúa en un 5,1 de media.

Si consideramos todas las casuísticas vitales identificadas como resultado del AID, tanto las diez que acabo de explicarte como las de las mujeres cuya felicidad con la vida se sitúa en una posición de felicidad intermedia entre los dos extremos anteriores, el resumen de los criterios que han resultado ser más determinantes en la felicidad de las mujeres con nuestra vida, después de «la pareja», de más a menos capacidad de influencia, son: nuestra «salud/aspecto físico», que interviene en 13 de las 23 casuísticas identificadas; nuestra familia de origen («madre/ padre/hermanos»), que también interviene en 13; el «trabajo remunerado», que interviene en 6; el «tiempo que tenemos para practicar nuestras aficiones», en 5; nuestros «rasgos de personalidad y actitud ante la vida», que aparecen en 4 y nuestras «amigas o amigos», que intervienen en 2.

Quizá te estés preguntando ¿dónde están «los hijos»? , que no intervienen en ninguna de las 23 casuísticas de vida identificadas. Y puedo asegurarte que si tenemos o no «hijos», y la felicidad con «los hijos», de las que los hemos tenido, fueron dos de las variables que incluimos en el modelo. ¿Cómo íbamos a olvidarnos de «los hijos»! Sin embargo, según el resultado del AID y del resto de los análisis que hemos realizado en esta línea, hay muy poca correlación entre la felicidad que experimentamos las mujeres que hemos sido madres con nuestros hijos y cuán felices nos sentimos con nuestra vida en general. ¿Sorprendida? La primera vez que vimos estos resultados, todo el equipo de PRM que los estábamos interpretando nos quedamos en estado de *shock*, pero, después de bucear en los datos, para intentar entender el por qué, creo que lo hemos conseguido. Resulta que casi todas las mujeres que hemos sido madres nos sentimos muy felices con nuestros hijos, pero, sin embargo, no todas las mujeres que hemos tenido hijos nos sentimos felices con nuestra vida. Así que, en lo que a «los hijos» respecta, la conclusión sería que tener hijos no es ninguna garantía de que las mujeres vayamos a sentirnos felices con nuestra vida.

Bueno, mamá, espero haber conseguido explicarte bien estos resultados. Si tienes alguna duda, ya me lo dirás. ¿Entiendes ahora que haya optado por escribirte para contarte qué es lo que me había sorprendido más en la investigación? Por teléfono no me hubiera visto capaz, la verdad. Llámame cuando hayas podido leerlo con calma, ¿vale?

Hasta el miércoles. ¡Qué ganas de reanudar nuestra comida semanal de féminas! Llegaré puntual.

Muchos besos.

Tu hija mayor,  
JULIA

**De:** julia.dg@gmail.com

**Enviado el:** domingo, 11 de septiembre de 2016

**Para:** teresite@gmail.com

**Asunto:** El reto de ser mujer

*Bom dia, Teresinha.*

¿Qué tal las dos últimas etapas de tus vacaciones? Espero que hayas disfrutado mucho en Berlanga, y también en Vila Nova de Milfontes. ¡Qué buen verano te has montado, bandida! Para mí, sin duda, lo mejor es que has ido variando de compañeros de viaje. Qué buenos recuerdos tengo de la semana que estuviste en casa. Me alegro mucho de que te gusten tanto como a mí las sardinas a la brasa con tomate y cebolla. El año que viene repetiremos sardinada, ¿vale? Qué fallo el constipado que agarraste. Mira que cenar con el pelo mojado en el Empordà. A nuestra edad, ¿a quién se le ocurre? Ja, ja... En tu próxima visita tendré que vigilarte de cerca, como a mis hijas.

Qué bien quedan sobre la mesa de la terraza las dos hojas de cerámica portuguesa que nos regalaste. Y, además, cada vez que las veo, me acuerdo de ti. Que sepas que ya han cosechado muchos triunfos. Por cierto, el año que viene tal vez sea mejor que vengas a vernos un poco más tarde. No sabes el tiempazo que está haciendo estas últimas semanas. Hasta el viento ha decidido darnos una tregua. Es como si el verano no tuviera prisa por despedirse. Y eso que faltan apenas diez días para el otoño. Qué bien, ¡mi estación preferida!

La verdad es que del otoño me gusta casi todo: la variedad de tonos marrones y ocres que tiñen el paisaje, el tapiz de hojas secas que cubren los caminos y los campos, el aire fresco que se respira y también tener que empezar a cubrirme con ropa de abrigo, cómo me gustan los jerséis de cuello alto, las bufandas, los abrigos... Lo que no sé es por qué el otoño es mi estación preferida. ¿Será porque coincide con mi cumpleaños? ¿O porque supone la vuelta a la normalidad después del alocado y desorganizado verano? ¿Será porque la ropa de invierno me parece mucho más agradable que la de verano? ¿O por lo mucho que, como a ti, me gusta llevar botas?...

Y encima, Teresa, este será un otoño muy especial: ¡cambio de primera cifra! y por lo que sé ahora, también de ¡segmento de edad! Pero ¿sabes?, con todo lo que hemos aprendido en la investigación sobre lo que pensamos y sentimos las mujeres a partir de los 50 años, allá voy, a enfrentarme con espíritu, y espero que, con mucha salud, a lo que esta nueva etapa tenga que ofrecerme.

Y sí, sí... estoy muy cerca de tener que tomar la decisión de qué hacer con mi vida laboral. De hecho, mañana empieza el nuevo curso escolar. Así que se cumplirán justo dos años de este magnífico período sabático del que tanto he disfrutado. Y, después de darle muchas vueltas, ya tengo el veredicto final. He decidido que no voy a reincorporarme a PRM en las mismas condiciones y con las mismas responsabilidades que tenía. Todavía tenemos que terminar de hablar sobre en qué consistirá mi nuevo trabajo, pero en líneas generales estamos todos de acuerdo. La conclusión a la que he llegado es que mi chico y mis hijas me necesitan bastante más de lo que me necesitan en PRM. Álex está dirigiendo el despacho a las mil maravillas. Y te aseguro que esta no es solo mi opinión, sino también la de nuestros clientes. Y yo, mi querida Teresa, a pesar de haber conseguido recargar baterías al 100 %; de tener una cabellera poblada, ya casi sin entradas, al estilo Farrah Fawcett, y de haber olvidado por completo las migrañas, los dolores de espalda y los de cervicales, no me siento con fuerzas de volver a reiniciar, con éxito, el multitrabajo que fui capaz de realizar durante los últimos años de mi vida. ¿Sabes cómo me sentía? Como esas ofertas de dos por uno que tanto nos alegran en las estanterías de los supermercados. Un no parar agotador que casi consigue terminar conmigo. Es muy posible que estés pensando que si nuestra economía familiar no pudiera permitírselo, ni me lo plantearía y volvería a coger el toro por los cuernos, sin rechistar, hasta que me llegara la edad de jubilación. Y tienes toda la razón, Teresa. Pero, por fortuna, podré cambiar el rumbo de mi vida laboral sin que mi familia sufra efectos colaterales por ello.

¿Sabes en qué he estado pensando durante estas últimas semanas? En la cantidad de decisiones relevantes que como mujeres hemos de tomar a lo largo de nuestra vida. A mi modo de ver, el pistoletazo de salida, ya que hasta ahí los que suelen decidir por nosotras son nuestros padres, es cuando termina la enseñanza obligatoria y hemos de decidir qué vamos a estudiar.

Conociéndome ya debes tener claro que la opción «no voy a continuar estudiando» ni siquiera estaba en el menú. Y, a partir de ahí, ¡a jugar!: ¿en qué vamos a trabajar?, ¿estamos dispuestas a vivir lejos de nuestros seres queridos?, ¿compartimos nuestra vida con alguien o preferimos vivir solas?, ¿queremos traer hijos a este mundo?, en caso afirmativo: ¿tenemos hijos biológicos, los adoptamos o recurrimos a alguna de las técnicas modernas de procreación? Si queremos tener hijos biológicos: ¿nuestra pareja es la adecuada, o como pareja sí pero no como padre? Si hemos tenido hijos biológicos: ¿les vamos a dar el pecho?, ¿durante cuántas semanas?, ¿cuántos hijos nos gustaría tener?, ¿qué tipo de parto queremos? Si tenemos hijos y estamos trabajando, ¿nos acogeremos a la baja maternal?, ¿a qué tipo de baja maternal? Cuando termine la baja, ¿seguiremos activas en el mercado laboral u optaremos por dedicarnos en exclusiva a la familia? Si decidimos seguir activas en el mercado laboral: ¿podemos seguir con nuestro anterior trabajo o será mejor uno menos exigente?, ¿podemos seguir con nuestro horario de siempre o nos acogeremos a la jornada reducida por cuidado de un menor?, ¿vamos a por todas en nuestra carrera profesional?, ¿necesitamos ayuda externa en casa?, ¿de qué tipo?, ¿dónde la buscamos?, ¿qué horario es el más conveniente? Si convivimos con una pareja desde hace años, ¿seguimos siendo felices con nuestra pareja o estaríamos mejor solas? Si vivimos con el padre de nuestros hijos y nos sentimos infelices en nuestra relación con él, ¿nuestros hijos estarán mejor si nos esforzamos en mantener la relación o si nos separamos? Si a nuestra pareja le ofrecen una mejora profesional que exige un cambio de ciudad, ¿estamos dispuestas a renunciar a nuestro trabajo remunerado por la familia? Si la economía familiar no requiere nuestra contribución: ¿nos compensa mantener nuestro trabajo remunerado?, ¿estamos dispuestas a renunciar a nuestra independencia económica?... No está mal, ¿eh? ¿Te habías parado alguna vez a pensar en esta retahíla de decisiones?

Y, espera, espera... que en este proceso de detallar las decisiones a las que las mujeres solemos tener que enfrentarnos a medida que vamos cumpliendo años, en el que, por cierto, es muy posible que me haya dejado más de una, me he encontrado a mí misma imaginando nuestra vida como si de un viaje se tratara. ¿Sabes cuál es la primera conclusión a la que he llegado? Que el viaje de la vida de las mujeres no transcurre por autopistas, ni siquiera

por autovías, sino que, la mayoría de nosotras avanzamos por carreteras secundarias y por polvorientos caminos de tierra. Nuestro viaje está lleno de cruces en los que tendremos que decidir qué camino será el más conveniente, no solo para nosotras sino teniendo también muy en cuenta el equipaje con el que cada una haya decidido viajar. Y además los caminos por los que transitamos están repletos de baches. Y es que, por algún motivo que todavía no he alcanzado a comprender, la mayoría de los imprevistos, sean del tipo que sean, terminamos resolviéndolos las mujeres. Casi a diario todas nosotras sorteamos baches de índole menor: niños enfermos que hay que llevar al médico el día en que tienen fiebre y no cuando nuestra agenda atesora algún hueco, hijos que crecen y que cuando llega el cambio de temporada no caben en la ropa de la temporada anterior, o necesitan un material escolar específico que no conseguimos comprar en la tienda de la esquina sino que hemos de cruzar toda la ciudad para encontrarlo, hijos a los que se les caen los dientes cuando el diente o la muela lo deciden y no cuando el ratoncito Pérez está preparado, hijos que se tuercen un pie en el patio del colegio, o en el entreno de baloncesto y que hay salir escopeteado para llevarle al traumatólogo, o se ha inundado el salón porque los vecinos de arriba se han dejado un grifo abierto, o la persona que nos ayuda con el cuidado de una tía mayor ha decidido que ya no la aguanta ni un solo día más, o la lavadora se ha cansado de funcionar y hemos de comprar una nueva a toda prisa... Pero, de vez en cuando, los baches que nos toca superar son mucho más profundos: han ingresado a nuestra hija de urgencias porque tiene una neumonía, alguno de nuestros progenitores se ha vuelto, casi de un día para otro, sin habernos dado tiempo a mentalizarnos y menos aún a organizarnos, dependiente, una amiga con cáncer va a estar dos meses ingresada en el hospital y se están organizando turnos, un familiar sin hijos ha sufrido un accidente y le han operado de urgencias... Pero ¿por qué todo el mundo piensa en nosotras para resolver cualquier tipo de imprevistos, sean del tipo que sean?

Y, para terminarlo de arreglar, lo normal es que las mujeres hagamos el viaje de nuestra vida en alerta permanente, controlando el estado de ánimo y las necesidades de todos y de cada uno de los que viajan a nuestro lado. Qué estresante y agotadora es esta forma de viajar, ¿no te parece? Y, ojo, porque puede darse el caso de que cuando necesitemos repostar, no encontremos

ninguna gasolinera abierta, por lo que, si no estamos muy alerta podemos quedarnos con el depósito vacío. ¿Cuántas veces te has quedado tú sin gasolina, Teresita?

¿No crees que las mujeres mereceríamos hacer el viaje de nuestra vida por autopista, con un suelo firme y con tres o cuatro carriles por los que poder adelantar cuando nos apeteciera o poder ir muy despacio, por el que esté más a la derecha, si es que eso es lo que necesitamos en ese momento? Pero a estas alturas de la vida, lo que tengo claro es que, o las mujeres de nuestra generación nos ponemos las pilas y buscamos remedios eficaces y duraderos o las de la generación de nuestras hijas —y es muy posible que también la de sus hijas, si es que deciden procrear y tienen féminas— continuarán viajando por carreteras secundarias y polvorientos caminos de tierra. Y para ello, creo que las mujeres vamos a necesitar movilizar todos los recursos que tengamos a nuestro alcance: los sociales, los económicos, los culturales y por supuesto los políticos.

¿Qué te parece todo lo que ha tenido tiempo de pensar tu amiga desde la última vez que nos vimos? Pues eso, que he llegado a un punto del camino en el que soy consciente de que ya no tengo ni la fuerza ni la energía que se requieren para dirigir PRM. Voy a optar por una vía laboral menos abrupta, sobre todo menos exigente, que me permita seguir siendo económicamente independiente, pero con muchas menos responsabilidades. Así podré liberar el tiempo y la energía que necesito para los que a día de hoy considero que son mis trabajos principales: el de novia de Enrique y el de madre de Carlota y de Claudia. Y podré ocuparme también, sin tener la sensación de estar en una *gymkhana* permanente, de mis otros trabajos: el de hija de mis padres; el de hermana de mis hermanas; el de medio madre de Gonzalo y de Irene; el de tía de mis sobrinas; el de sobrina de mis tíos, el de amiga de mis amigas y de mis amigos... y por supuesto, sin volver a dejar de lado mi salud. Tranquila que, en este terreno, lección aprendida, te lo aseguro.

Así que, Teresinha, con la investigación concluida, con Carlota y Claudia de vuelta a las aulas y habiendo decidido que mi reincorporación al mercado laboral será gradual y en versión reducida, ya puedes ir preparando mi



habitación. Y también los *pasteis de natas* y el *vinho de Oporto*. Esta vez iré a verte yo sola. ¿Cuándo te va bien que me instale en tu soleado apartamento? Me muero de ganas de que pasemos unos días juntas.

¡Me encanta que seas mi amiga!

*Beijinhos,*

JULIA

No importan las diferencias que pueda haber entre nosotras... lo que de verdad importa es todo lo que como mujeres nos une.

## Agradecimientos

Ante todo, mi más sincero y emotivo agradecimiento a mi compañero de viaje y padre de mis dos hijas. Gracias, Ramón, por todo lo que hemos compartido en los más de veinticinco años que llevamos juntos. Sabes bien que sin ti este libro no hubiera sido posible. Gracias por estar siempre a mi lado.

Muchas gracias a todo el equipo de PRM, la consultora especializada en market intelligence que ha accedido a ser mi *partner pro bono*\* en la investigación que ha servido de base para este libro. Gracias por vuestra paciencia y entusiasta involucración. Contar con vosotros ha sido, como siempre, un verdadero placer. Y un agradecimiento muy especial a Álex (el actual socio director de PRM), Gloria (nuestra jefa del departamento de producción y traducción) y Marta e Ivette (las consultoras con más años en el equipo de PRM).

Muchas gracias, Pau, por haber aceptado corregir el texto de una de tus alumnas y por el esfuerzo, que me consta que has hecho, de ponerte en el lugar de una mujer con la que no siempre estás de acuerdo. Me siento muy honrada de haber contado con los consejos y la experiencia del director de la Escola d'Espectura de l'Ateneu Barcelonès.

Muchas gracias a mis amigas (seáis o no destinatarias de alguna de las 66 misivas que configuran este texto), a mis amigos, a Borja, a mis tías y tíos, a mis primas y primos y a mis sobrinas, por vuestros constantes ánimos y por vuestras siempre útiles y valiosas sugerencias.

Gracias, Ichi, por tu entusiasmo y profesionalidad en el diseño de las imágenes que ilustran cada una de las nueve situaciones de vida que hemos identificado entre las mujeres.

Gracias, Mónica y Markus, por ponerme en contacto con una especialista en cuestiones de género de Estados Unidos.

Gracias, Johnny, por haber sido el primero de mis amigos varones en ver la utilidad social de la investigación que ha servido de base para este libro.

Gracias, Joaquín, por haberme abierto la primera puerta al mundo empresarial, en la difusión de los resultados de la investigación que ha servido de base para este libro.

Gracias Ramonet, por abrirme las puertas del mundo editorial y por tu constante interés por difundir lo que hemos aprendido sobre las mujeres de España.

Gracias, Antonio, por haber llevado la investigación sobre las mujeres en España más allá de nuestras fronteras. En breve, las mujeres de Portugal te estarán también muy agradecidas.

Gracias, Christian, por tu proactividad en involucrar a todas las mujeres de tu entorno.

Gracias, Ana y David, por las generosas contribuciones que tanto CHR Legal como Jordà Assessors hicieron revisando los textos en los que aparecen cuestiones legales relacionadas con los ámbitos matrimonial y laboral respectivamente.

Y por último, muchas gracias a todo el equipo de Planeta que ha contribuido en el proceso de edición y publicación tanto de este libro como de la investigación en la que se basa, en especial, gracias a Jesús Badenes, Joaquín Álvarez de Toledo, Eugenia Malavez, Marcela Serras, Luis Ortiz, Gemma Arbusà, Mercè Carregal, Miguel Ángel Palleiro, Elisabet Navarro, Eugenia Soria, Sergi Soliva, Carola Kunkel y Mireia Escolà.

# Notas

\* Con los pies en la tierra.

\* PRM ha trabajado en la investigación *Las mujeres hoy. Cómo son, qué piensan y cómo se sienten*, sin haber recibido a cambio ninguna retribución monetaria.

*Más cansadas que infelices*

Laura Sagnier

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.

Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© del diseño de la portada, Planeta Arte & Diseño

© de la ilustración de la portada, Nadezda Grapes – Shutterstock

© Laura Sagnier Delgado, 2018

© de las ilustraciones, Itziar Ripoll, 2018

© de todas las ediciones en castellano,

Espasa Libros, S. L. U., 2018

Paidós es un sello editorial de Espasa Libros, S. L. U.

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

Primera edición en libro electrónico (epub): julio de 2018

ISBN: 978-84-493-3489-4 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.

[www.newcomlab.com](http://www.newcomlab.com)

¡Encuentra aquí tu próxima  
lectura!

**BIENESTAR**

---



¡Síguenos en redes sociales!





LAURA  
SAGNIER

# Más cansadas que infelices

SOBRE EL RETO  
DE SER MUJER  
HOY

