

---

---

# El uso del tiempo y la pobreza de las mujeres

Carolina Sánchez Hernández / Socióloga Universidad Nacional



23/07/2025 - 00:30

*Opinión*

“El tiempo es oro” versa un viejo refrán. Quizás habría que preguntarse ¿el tiempo de quién? Nuestra sociedad considera sumamente valioso el tiempo de algunas personas, según sus condiciones de vida y, de la manera más violenta, ese sistema decide cuáles tareas y actividades son “menos valiosas” y pueden delegarse en trabajo no pagado a otros grupos de personas. En las estadísticas sobre las labores que se centran en el cuidado, la limpieza y la reproducción de la vida, sobresale el tiempo de las mujeres.

Cuando en un hogar son las mujeres quienes mayoritariamente dedican sus energías vitales al cuidado y al trabajo doméstico, habiendo presencia de hombres adultos que podrían estar asumiendo equitativamente su parte en dichas tareas, estamos frente a un desequilibrio de poder que se traduce en pobreza. Lo anterior debido a que la atención de esas tareas, pudiendo estar igualmente repartida entre los miembros del hogar, sacrifica las energías vitales de las mujeres que podrían estar destinadas a estudiar, trabajar o tener espacios de ocio en igualdad con los hombres. Esto, a largo plazo, se traduce en limitaciones para encontrar empleo de calidad, genera relaciones de dependencia económica, obstaculiza las posibilidades de autorrealización personal e impide que las mujeres tengan acceso a pensión, lo que inevitablemente generará una vejez en situaciones de exclusión.

---

PUBLICIDAD

---

Lo cierto es que los cuidados son la base de la vida. No podría existir el mundo económico, el mercado o el empleo sin ropa limpia, sin alimentos preparados, sin cuidados ante la enfermedad, sin protección y crianza de la niñez, sin la atención a las personas con

discapacidad y las personas adultas mayores. Es decir, son los cuidados los que hacen posible la vida económica de un país y no al revés. Un empleo le puede permitir a una persona comprar una bolsa de arroz, pero ese arroz requiere un tiempo para ser cocinado, preparado, servido, sobre unos utensilios que deben estar limpios y posteriormente deben ser lavados. Eso es lo que sostiene la vida.

Tener cubierto el trabajo de cuidados y las labores domésticas es lo que hace posible generar riqueza, pero el costo de tener esto resuelto lo pagan mayoritariamente las mujeres, pues cuando esa riqueza se genera no se reconoce a quienes cuidan y entregan su tiempo a sostener la vida de las demás personas, tiempo que también vale oro. Este sistema capitalista y patriarcal, nos hace creer que las mujeres que cuidan no aportan, y, por lo tanto, no tienen derecho a estos recursos, ni siquiera al reconocimiento de que el cuidado es un trabajo. Lo anterior, aun cuando a las mujeres les pasa por el cuerpo la vida misma, a través del parto, la lactancia, la carga mental y la extracción profunda de tiempo y energías en el cuidado hacia otros. Como si esto fuera poco, además, enfrentan formas de vigilancia social que constantemente les hacen sentir culpables e insuficientes y les castiga económicamente con menos salario y menor acceso a pensión.

---

La última encuesta sobre uso del tiempo realizada por el Instituto Nacional de Estadística y Censo (INEC) en 2022, señala que más del 70% del tiempo efectivo semanal dedicado a la limpieza de ropa y calzado, el cuidado de personas dependientes y menores de 12 años y la preparación de alimentos, está sobre los hombros de las mujeres. Mientras se sostenga esta desproporción no es posible avanzar. Visibilizar este problema pasa por las políticas públicas, por las campañas de concientización, pero también por un trabajo personal de revisión sobre cómo está distribuido el poder en la casa: ¿quién tiene tiempo remunerado y quién no?, ¿cómo procurar formas más equitativas de trabajo y de descanso? Son preguntas incómodas, pero necesarias, porque el costo humano de no hacerlas es mucho más alto y porque el tiempo de todas las personas es igualmente valioso y limitado. No es justo que unas personas sean remuneradas por su trabajo fuera de casa y no sea igualmente reconocido a quien se le fue el día lavando, cocinando y barriendo para que sea posible la vida.

---

PUBLICIDAD

---

---

Síguenos en:



Google News



Canal de Whatsapp

## RELACIONADOS

---

**Horóscopo de hoy: Martes 5 de Agosto de 2025**

**Estrellas del rock se re  
Rica**



## MÁS DE OPINIÓN

---

### **Horóscopo de hoy: Martes 5 de Agosto de 2025**

Hace 9 Horas

### **Estrellas del rock se reunirán en Costa Rica**

Hace 9 Horas

### **Coopebrujas del Mar: Reinventando vidas desde...**

Hace 9 Horas

### **Testigo denuncia presiones: "Nombre de Araya no debía..."**

Hace 9 Horas

### **Costa Rica incumpliría meta de bilingüismo para 2040**

Hace 9 Horas

### **Principal cárcel de mujeres entra en hacinamiento**

Hace 9 Horas

