

Publicidad

Opinión**Cinco preocupaciones que impactan las carreras de las mujeres en 2024**

[**Aerolíneas europeas piden certificación de la pista de Liberia; autoridades no la entregan**](#)

Opinión de Carla Coghi | “El papel de los empleadores es clave para retener talento y valorar cuidadosamente los cambios que podrían solicitar a sus colaboradoras”

Por Carla Coghi

03 de agosto 2024, 03:16 p. m.

En la actualidad, las mujeres profesionales se enfrentan a una serie de desafíos que impactan su vida laboral y personal, y las cifras son más que contundentes. Durante 2024, 50% de ellas afirma estar más estresada que hace un año y continuar sin recibir un apoyo adecuado para su salud mental por parte de sus empleadores, según revela la cuarta edición del estudio de Deloitte “Mujeres en el Trabajo 2024: Una Perspectiva Global”.



[**TRIBU-CR está a la vuelta de la esquina: las 6 acciones clave que debe realizar antes del apagón de plataformas de Hacienda**](#)

El estrés no solo se limita al ámbito profesional, pues la cantidad desproporcionada de responsabilidades domésticas que recaen sobre ellas, y que según este informe ahora incluyen un fuerte aumento en el cuidado de otro adulto mayor, también impactan sus carreras y salud mental.

Al respecto, el papel de los empleadores es clave para retener talento y valorar cuidadosamente los cambios que podrían solicitar a sus colaboradoras. Aunque actualmente las mujeres que trabajan en un modelo híbrido dijeron tener mejores experiencias este año que en el 2023, a muchas se les ha solicitado que regresen a la oficina, situación que genera efectos adversos en su salud mental y productividad.



Autoridades se pronuncian sobre aerolínea que dejará de volar directo a Costa Rica

LEA MÁS: ¿Cuáles son las cláusulas abusivas que los gimnasios tienen en sus contratos? El MEIC las reveló en un estudio

PUBLICIDAD

La seguridad y los desafíos en la salud física no se pueden dejar de lado y también son temas que impactan a las profesionales, de acuerdo con nuestro informe, basado en una encuesta realizada a 5.000 mujeres en sus lugares de trabajo en alrededor de 10 países.

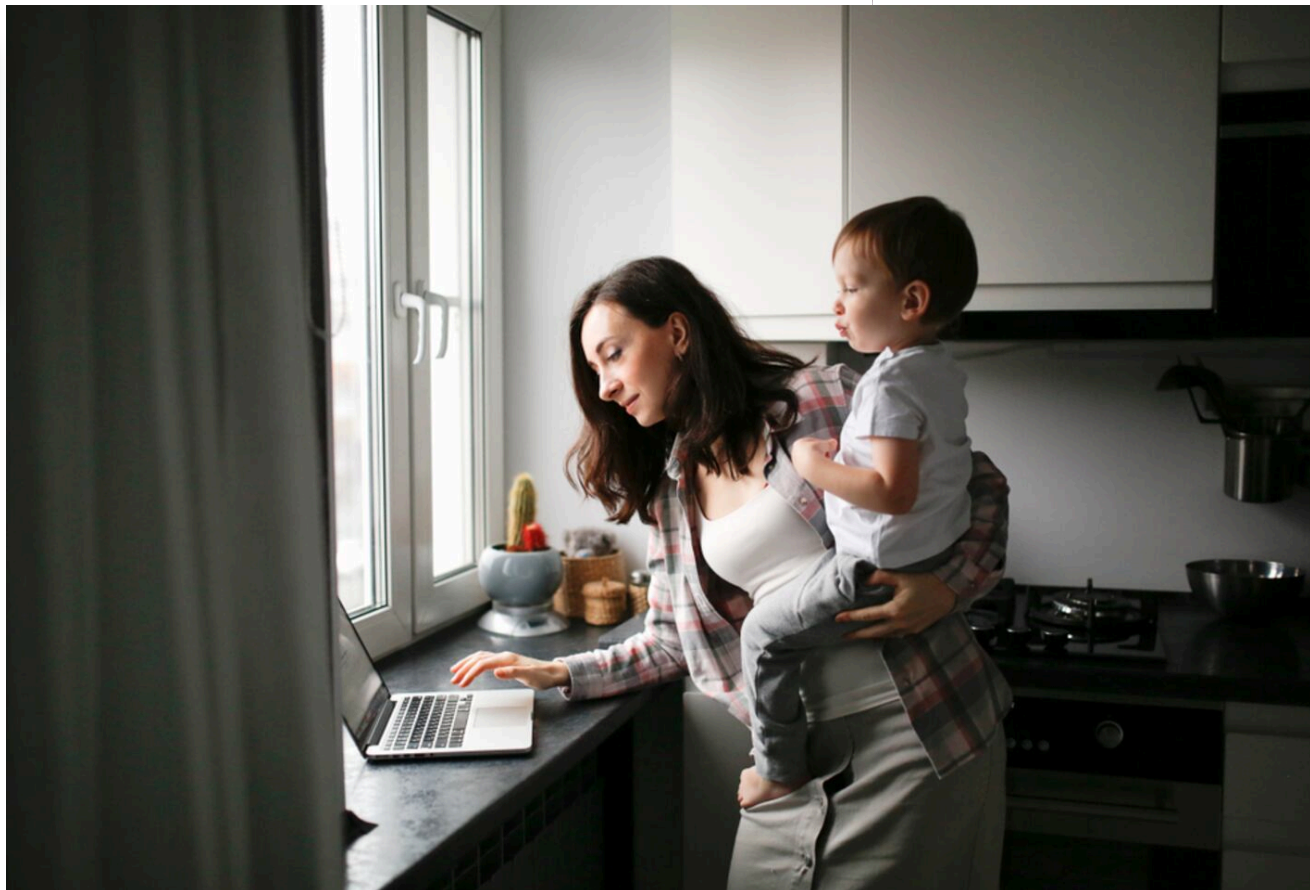
Estrés y largas jornadas

Para este 2024 no solo el 50% de las mujeres afirmó que están más estresadas que hace un año, sino que el 48% dijo estar muy preocupada por su salud mental. Los resultados del estudio muestran una relación entre las horas de trabajo y la salud emocional de las mujeres, pues el 50% que trabajan las horas contratadas comentaron que su salud mental es buena, pero esta cifra se reduce al 23% para quienes trabajan horas extra de manera regular.

La desconexión es un tema relevante y no aplicarla pasa una factura a las profesionales, al realizar la encuesta solo el 37% dijeron sentirse capaces de desconectarse del trabajo. Los temas de salud mental no suelen ser abordados por las profesionales, ya que dos tercios de las encuestadas indicaron que no se sienten cómodas al hablar sobre salud mental o decir que esta es una razón por la que necesitan tomar tiempo libre.

Publicidad

En este caso, la cultura laboral podría contribuir a esa reticencia, sin embargo, lo cierto es que muchas profesionales se preocupan por ser discriminadas o incluso despedidas, ya que una de cada 10 mujeres ha tenido esta experiencia.



La difícil relación entre trabajo y labores domésticas es un factor que los empleadores deben tener en cuenta a la hora de retener a su personal. (Shutterstock)

Más responsabilidades domésticas

Para este 2024 las mujeres revelaron que sienten un desequilibrio en las responsabilidades domésticas, pues el 50% de las encuestadas que viven con su pareja y tienen hijos afirmaron que asumen la responsabilidad del cuidado del hogar; esto representó un aumento de cuatro puntos porcentuales respecto al 2023, cuando la cifra fue del 46%. Mientras que solo el 12% dijo que las tareas del hogar recaen sobre su pareja.



[¿Por qué vendieron la mayoría de marcas de Fifco a Heineken? CEO de la cervecería responde](#)

Uno de los hallazgos relevantes de este estudio es el fuerte aumento en el cuidado de otro adulto mayor, pues casi el 60% de las mujeres que participan en este tipo de tareas dicen que asumen la mayor responsabilidad, lo que representa un aumento significativo del 44% respecto al 2023.

El recargo en las labores domésticas genera presión e impacta directamente en el bienestar, pues las mujeres que asumen la mayor parte de las responsabilidades del hogar tienen menor probabilidad de gozar de una buena salud mental que aquellas que no lo hacen. En consecuencia, el desequilibrio en las asignaciones domésticas repercute en el ámbito profesional, pues solo el 27% de las mujeres con responsabilidades en el hogar afirman que pueden desconectarse de su vida personal y concentrarse en sus carreras.

Regreso a las oficinas

El regreso a las oficinas es una realidad para este 2024 y el cambio conlleva desafíos para las profesionales, pues el 40% de las mujeres encuestadas en el estudio informaron que su superior implementó, recientemente, un regreso obligatorio a las oficinas. De ese porcentaje, una cuarta parte afirmó que debe trabajar presencialmente a tiempo completo.

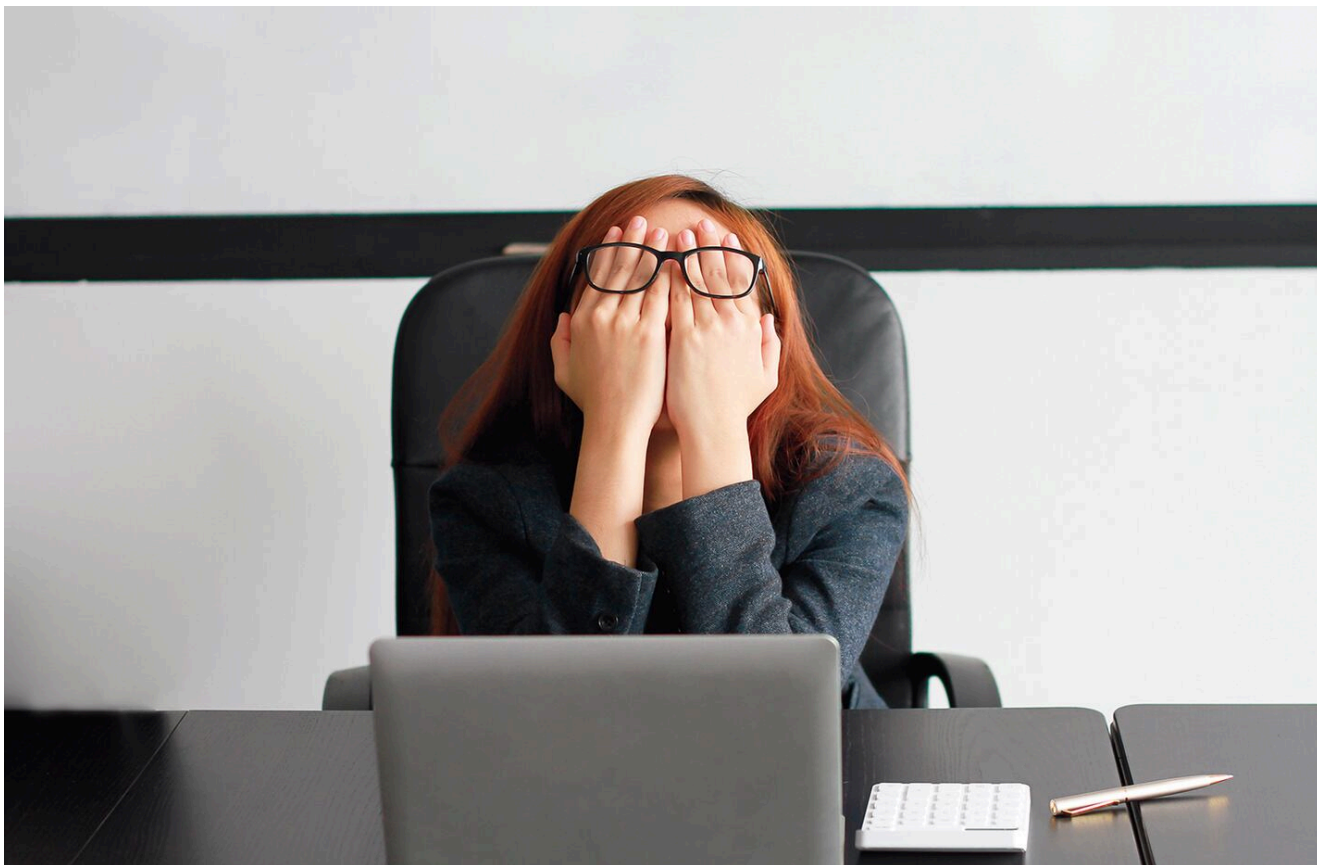
Esta modificación implicó ajustes en la vida laboral y personal de las profesionales, además, las encuestadas señalaron un impacto en su salud mental y productividad. El 30% afirmó que tuvo que mudarse, el 26% indicó que su salud mental se vio afectada negativamente y para el 30% su productividad disminuyó.



Autoridades se pronuncian sobre aerolínea que dejará de volar directo a Costa Rica

En ese sentido, es importante que los empleadores consideren los horarios de trabajos flexibles como una herramienta para retener talento, pues la falta de estos es una de las principales razones por las cuales el 15% de las mujeres cambió de trabajo en el último año.

A pesar del impacto que tuvo el cambio en el esquema de trabajo, las mujeres no sienten confianza de solicitarle horarios flexibles a sus empleadores, ya que el 95% creen que hacerlo afectará negativamente sus posibilidades de ascenso y el 93% no espera que su carga de trabajo se ajuste si llega a un acuerdo de trabajo flexible.



Inseguridad y desafíos

La inseguridad que experimentan las mujeres en su vida profesional también quedó plasmada en el estudio, ya que casi la mitad de las encuestadas manifestaron preocupación por su seguridad cuando están en el trabajo o viajando hacia sus oficinas. Además, una de cada 10 de estas mujeres ha sido acosada mientras va de camino a su trabajo, el 16% ha tratado con clientes que las han acosado o se han comportado de una manera que las ha hecho sentir incómodas y casi una de cada 10 ha sido hostigada por una colega.

Ahora bien, la preocupación por la seguridad personal ya sea de camino al trabajo o en el desempeño profesional, se incrementa en los grupos subrepresentados, pues existe mayor nivel de intranquilidad para las mujeres con una discapacidad visible (66%) y las mujeres transgénero (64%).



Aerolínea cancela sus vuelos directos a Costa Rica: su último viaje será en noviembre

Aunadas a estas preocupaciones, muchas mujeres trabajan a pesar del malestar físico y más del 40% experimentan altos niveles de dolor debido a la menstruación y continúan con sus labores sin tomar tiempo libre del trabajo. En tanto, 39% de las que experimentan malestar debido a la menopausia también continúa trabajando a pesar de esta circunstancia, una cifra que representa casi el doble del porcentaje registrado en 2023.

La confianza que tienen las profesionales para discutir estos desafíos de salud con sus superiores, surge como un aspecto clave, pues el estudio reveló que las mujeres no se sienten cómodas hablando sobre estos temas, mientras que otras afirman que su carrera se ha visto afectada negativamente por discutir estas temáticas en el pasado.

LEA MÁS: Estas son las pistas sobre si el dólar seguirá subiendo o si disminuirá en los próximos meses

Cultura empresarial, un desafío

Otro de los hallazgos del estudio es que la cultura empresarial, al parecer, podría obstaculizar el avance profesional de las mujeres. En este año, una cuarta parte de las encuestadas afirmaron no querer ascender a un puesto de liderazgo senior a interior de su organización porque se encuentran desanimadas por la cultura de la empresa.



¿Qué frena a las aerolíneas para volar directo de Europa a Guanacaste?

Sin embargo, el panorama es diferente en aquellas organizaciones que son conocidas como “Líderes de igualdad de género”, en donde 92% de las mujeres tiene el deseo de avanzar a un puesto de liderazgo superior. Estas organizaciones



Únase al canal de El Financiero en WhatsApp

Reciba el boletín: Edición Vespertina

Vaya un paso adelante informándose sobre lo último en economía y finanzas.

documentacion@inamu.go.cr

Suscribirme

Deseo recibir comunicaciones

Carla Coghi

Empleo

Cultura empresarial

LE RECOMENDAMOS

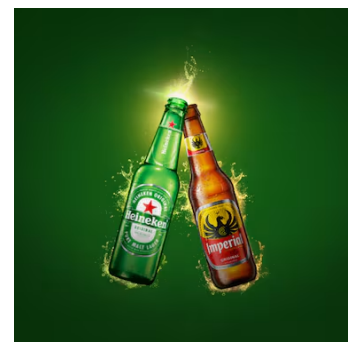
Colegios privados en Costa Rica 2025: ¿cuáles son los más grandes y dónde se ubican?

★ Exclusivo para suscriptores

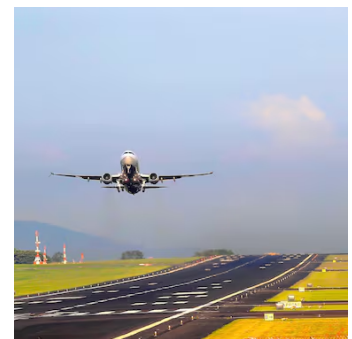


Tengo 1.000 acciones de Fifco: ¿cuánto valían hace un año y cuánto valen hoy?

★ Exclusivo para suscriptores



Aerolínea cancela sus vuelos directos a Costa Rica: su último viaje será en noviembre



En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.

Publicidad

Publicidad

Publicidad

Lo más leído

1. Aerolínea cancela sus vuelos directos a Costa

2. Subasta del ICE: remate de 125 vehículos con precios base desde los ₡89.000; vea la lista y cómo participar

3. MEP anuncia nuevas plazas para 2026: lea aquí qué perfiles están buscando

4. Volaris anuncia nueva ruta desde Costa Rica

5. Autoridades se pronuncian sobre aerolínea que dejará de volar directo a Costa Rica



© 2025 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

Sobre Nosotros

Grupo Nación
La Teja
El Financiero
Revista Perfil
Sabores
Aplicaciones
Boletines
Versión impresa

Negocios

Todo Busco
Parque Viva
Paute con nosotros
Printea

Términos y condiciones

Políticas de privacidad
Condiciones de uso
Estados financieros
Reglamentos

Servicio al cliente

Contáctenos
Centro de ayuda
Planes de suscripción

