

# Diario del uso de mi tiempo

Hora	Trabajo remunerado	Trabajo no remunerado	Recolección de leña y/o agua	Trabajo doméstico	Cuidado de niñas y niños	Cuidado de personas adultas	Aprendizaje	Actividades sociales y culturales	Uso de medios masivos	Sueño	Otros cuidados personales
Símbolo											
4 - 5 am											
5 - 6 am											
6 - 7 am											
7 - 8 am											
8 - 9 am											
9 - 10 am											
10 - 11 am											
11 - 12 pm											
12 - 1 pm											
1 - 2 pm											
2 - 3 pm											
3 - 4 pm											
4 - 5 pm											
5 - 6 pm											
6 - 7 pm											
7 - 8 pm											
8 - 9 pm											
9 - 10 pm											
10 - 11 pm											
11 - 12 pm											
12 - 1 am											
1 - 2 am											
2 - 3 am											
3 - 4 am											

**Para llenar el diario sólo tienes que marcar una X en el tipo de actividad o todas las actividades que realizaste en una hora particular desde el día anterior.**

## ¿Qué son los diarios de uso del tiempo?

Las encuestas sobre uso del tiempo se utilizan para medir la manera en que diferentes categorías de personas (mujeres y hombres, personas ricas y pobres, rurales y urbanas) usan su tiempo. Son útiles porque pueden hacer visibles ciertas actividades que suelen ser ignoradas— como el trabajo de cuidados no remunerado. También pueden usarse para medir las diferencias en el tiempo que se invierte en las actividades pagadas y las no remuneradas, además de las diferencias en el tiempo usado para ocio y actividades no productivas.

Existen distintas formas de hacer preguntas sobre el uso del tiempo, pero el método de llevar un diario generalmente funciona mejor que otros métodos porque a la persona que lo llena se le pide pensar en lo que hizo en cada periodo de un día específico. Esto la ayuda a recordar actividades que de otra manera podría olvidar mencionar o no considerarlas lo suficientemente importantes como para reportarlas.

## Origen del diario en esta presentación

Aunque de todas las mujeres— independientemente de su clase, raza, casta y etnia — se espera que brinden cuidados como parte de sus roles en calidad de madres, esposas e hijas, las que se encuentran en situación de pobreza son desproporcionadamente afectadas por esta responsabilidad. El trabajo de cuidados no remunerado es más difícil de realizarse en el contexto de la pobreza debido a insuficiencia de servicios básicos y falta de acceso a servicios públicos. Además, el ingreso necesario para comprar bienes y servicios a fin de emprender trabajo de cuidados puede no estar disponible. Entonces las mujeres deben depender de su propio trabajo para suministrar los cuidados que se requieren. Muchas mujeres en situación de pobreza tienen la responsabilidad tanto de brindar cuidados sin remuneración y ganar un ingreso como de dedicarse a la agricultura de subsistencia. La responsabilidad de ellas por los cuidados conduce a que se violen sus derechos humanos básicos a la educación, el trabajo digno, la participación política y el ocio, contribuyendo asimismo a persistentes desigualdades de género.

Ayuda en Acción (ActionAid) diseñó un programa en cuatro países— Kenia, Nepal, Nigeria y Uganda— centrado en el trabajo de cuidados no remunerado que realizan las mujeres para dar respuesta a esas violaciones de sus derechos. El propósito era hacer que este trabajo fuera más visible y valorado tanto por mujeres y hombres como por líderes/ lideresas de las comunidades y los gobiernos. El programa se inspiró en los esfuerzos de algunos gobiernos nacionales por medir el uso del tiempo y visibilizar la carga general de trabajo de las mujeres, incluyendo el que desempeñan en sus propios hogares.

Las encuestas sobre el uso del tiempo se utilizan para medir el trabajo de cuidados no remunerado actualmente no incluido en los cálculos del producto interno bruto (PIB) que subyacen en la contabilidad nacional. Ayuda en Acción se propuso transformar esa herramienta estadística en una herramienta participativa de diario de uso del tiempo que pudiera ser llenado

por mujeres y hombres participantes en el programa. La intención era que, al usar la herramienta, mujeres y hombres comenzaran a “ver” el tiempo y la energía que se necesitan para realizar trabajo de cuidados no remunerado y el efecto que esto tiene en el bienestar de las mujeres y la realización de sus derechos humanos. Los datos recolectados muestran que en áreas rurales y urbanas pobres las mujeres trabajan más horas que los hombres, invierten más tiempo tanto en trabajo de cuidados no remunerado como en agricultura de subsistencia y tienen menos tiempo para desempeñar trabajo remunerado e involucrarse en actividades sociales y culturales.

La meta del programa era cambiar las percepciones y creencias respecto a que el trabajo de cuidados es una tarea sólo para las mujeres. El programa se basó en la comprensión de que una responsabilidad más colectiva de la provisión de cuidados por parte de numerosos actores—mujeres y hombres, la comunidad y los gobiernos—ayudaría a respetar, proteger y realizar los derechos de las mujeres.

El diario que aquí se incluye fue utilizado con grupos comunitarios en los cuatro países seleccionados. A las mujeres participantes se les pidió que marcaran con una X por lo menos una actividad para cada hora, pero también podían marcar múltiples actividades para una sola hora, a modo de reflejar diferentes actividades realizadas simultáneamente o una después de la otra en esa hora. Cuando se reportaron múltiples actividades para una sola hora, los cálculos subsiguientes dividieron los 60 minutos de manera pareja entre todas esas actividades. Esto aseguró que hubiera 24 horas de actividades para cada mujer.

Las 11 categorías de actividades fueron acordadas mediante un ejercicio grupal en el primer taller que el programa de Ayuda en Acción impartió en los países. Cada grupo trabajó independientemente, pero las listas de actividades que anotaron después de hablar sobre el día típico de una mujer en situación de pobreza en esos países eran muy similares. También eran sumamente parecidas a las categorías de alto nivel de la Clasificación Internacional de Actividades para Estadísticas sobre el Uso del Tiempo (ICATUS)<sup>1</sup> desarrollada por la División de Estadística de las Naciones Unidas. Al igual la ICATUS, la lista final de actividades acordadas se categorizó a un nivel más alto en: (a) trabajo incluido en los cálculos del PIB; (b) trabajo de cuidados no remunerado; y (c) actividades no productivas (ver el cuadro más adelante).

Se acordaron los símbolos<sup>2</sup> que representan cada categoría de actividad porque a algunas participantes con un limitado nivel de alfabetización se les dificultaba llenar incluso el sencillo

---

<sup>1</sup> Ver: Gómez Luna, María Eugenia (2010), ‘Directrices y referentes conceptuales para armonizar las encuestas sobre uso del tiempo en América Latina y el Caribe’, Documento para discusión, VIII Reunión Internacional ‘Estadísticas sobre Uso del Tiempo y Políticas Públicas’, Ciudad de México, 30 de junio a 2 de julio de 2010; descargar entre los demás documentos presentados en esa reunión: [www.cepal.org/cgi-bin/getProd.asp?xml=/mujer/noticias/paginas/7/40297/P40297.xml](http://www.cepal.org/cgi-bin/getProd.asp?xml=/mujer/noticias/paginas/7/40297/P40297.xml).

<sup>2</sup> Los símbolos utilizados en esta presentación son diferentes a los originales debido a la baja resolución de las imágenes que figuran en la publicación en inglés del informe citado en la nota 3, pero se intentó

formato de cuadro pues no podían leer las palabras para las 11 categorías. Luego estos símbolos fueron incluidos en los diarios con las palabras que describen cada categoría de actividades. Se esperaba que, al ver las palabras repetidamente, las mujeres aprenderían a leerlas.

## Algunos resultados del programa

El proceso de llenar y revisar los diarios sobre el tiempo condujo a las mujeres participantes a cuestionar su responsabilidad primordial por el trabajo de cuidados no remunerado. Algunas usaron debates comunitarios para presionar a que hombres y líderes reconocieran ese trabajo realizado por ellas y exigirles a los hombres involucrarse más en tales tareas. En otras comunidades las mujeres se organizaron y actuaron para exigir que el gobierno local asignara mayores presupuestos para más servicios públicos que las apoyarían en su trabajo de cuidados no remunerado. A corto plazo hubo cambios en las actitudes de los hombres hacia el trabajo de cuidados. En comunidades de Uganda y Nigeria, las mujeres dijeron que ahora los hombres están colaborando con ellas en tareas de las cuales antes no se ocupaban.

## Créditos

Esta presentación se basa en el informe “Hacer visibles los cuidados: El trabajo de cuidados no remunerado de las mujeres en Nepal, Nigeria, Uganda y Kenia”<sup>3</sup> (disponible sólo en inglés), que fue elaborado por Deborah Budlender y Rachel Moussié para Ayuda en Acción. Dada la importancia de contabilizar el trabajo de cuidados no remunerado que realizan las mujeres, la presentación fue preparada por Laura E. Asturias luego de haber traducido al español, en marzo de 2015, el “Informe general sobre género y seguridad alimentaria —Hacia una seguridad alimentaria y nutricional con justicia de género”, de BRIDGE, que incluye un resumen del estudio de caso de Ayuda en Acción. La versión en español del informe de BRIDGE estará disponible en su sitio en mayo de este año, pero el documento en inglés puede descargarse en [www.bridge.ids.ac.uk/bridge-publications/cutting-edge-packs/gender-and-food-security](http://www.bridge.ids.ac.uk/bridge-publications/cutting-edge-packs/gender-and-food-security).



Guatemala, marzo de 2015

que transmitieran el mismo mensaje visual que los símbolos originales y fueran lo más pertinentes para distintos contextos de América Latina y el Caribe.

<sup>3</sup> Budlender, Deborah y Moussié, Rachel (2013), Making Care Visible: Women's Unpaid Care Work in Nepal, Nigeria, Uganda and Kenya [Hacer visibles los cuidados: El trabajo de cuidados no remunerado de las mujeres en Nepal, Nigeria, Uganda y Kenia], Rosebank: Ayuda en Acción Internacional, [www.actionaid.org/publications/making-care-visible](http://www.actionaid.org/publications/making-care-visible).

Código	Categoría de actividad	Ejemplos
<b>Trabajo incluido en el PIB</b>		
1	<b>Trabajo remunerado (PIB)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar por salario</li> <li>• Trabajar en un pequeño negocio propio/familiar</li> <li>• Realizar comercio a pequeña escala</li> </ul>
2	<b>Trabajo no remunerado (no PIB)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar en agricultura de subsistencia</li> <li>• Brindar cuidados en el hogar</li> </ul>
<b>Trabajo de cuidados no remunerado</b>		
3	<b>Recolección de agua y/o leña</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recolectar leña</li> <li>• Recolectar agua</li> </ul>
4	<b>Trabajo doméstico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar/cocinar alimentos</li> <li>• Limpiar la casa</li> <li>• Lavar ropa</li> <li>• Hacer las compras</li> </ul>
5	<b>Cuidado de niñas y niños</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentar a una niña o un niño</li> <li>• Bañarle y vestirle</li> <li>• Jugar con ella o él</li> <li>• Ayudarle con las tareas escolares</li> <li>• Acompañarle a la escuela o una clínica</li> <li>• Estar a cargo de ella o él</li> </ul>
6	<b>Cuidado de personas adultas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentar a una persona adulta con discapacidad, anciana o enferma</li> <li>• Bañar a esa persona</li> <li>• Acompañarla a una clínica de salud u otros servicios públicos</li> </ul>
<b>Actividades no productivas</b>		
7	<b>Aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistir a clases de educación para personas adultas</li> <li>• Hacer tareas escolares</li> </ul>
8	<b>Sociales y culturales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Socializar con amistades y familia</li> <li>• Orar</li> <li>• Asistir a ceremonias (por ejemplo, boda, funeral)</li> <li>• Asistir a una actividad deportiva</li> </ul>
9	<b>Uso de medios masivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ver televisión</li> <li>• Escuchar la radio</li> <li>• Leer periódicos</li> </ul>
10	<b>Sueño</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dormir</li> <li>• Descansar en la cama</li> </ul>
11	<b>Otros cuidados personales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comer o beber</li> <li>• Vestirme</li> <li>• Lavarme</li> <li>• Recibir cuidados de salud</li> </ul>