

UN TERMÓMETRO MIDIÓN A 10.000 PAREJAS *de 41 países y concluyó que la equidad está en rojo. Enfocamos el amor siguiendo no las flechas de Cupido, las de los expertos. «La losa en casa influye en la felicidad de las parejas», afirman*

Menos flores por San Valentín: “Los hombres solo se ocupan más en ser taxistas de los hijos”

TEXTO: ANA ABELENDÁ

Bienvenidas flores e ilusiones, bombones y golosinas, joyas, postales pop-up y cartas que los amantes tienen el detalle de regalarse el 14 de febrero. Aunque la vida es efímera y todo pasajero, el amor y la felicidad de la pareja no es cosa de un día, sino un trabajo diario con peso y coste, a la vista de estudios, investigaciones y experiencia. Nada en contra de los concursos de cartas de amor del Ayuntamiento de Valdepeñas, pero con la iniciativa festiva no basta. El amor tiene edades y circunstancias. Y no es eso lo que muestran la mayoría de las películas, ni el grueso de la agenda en casa. El Día de san Valentín es perfecto para hablar de que, «cuando hay amor, la losa se comparte», señala Laura Sagnier, la economista experta en márketing que, tras estar seis años al frente de una consultoría bajo el efecto del mito de la *superwoman*, se vio a los 47 con un diagnóstico de *burn out* por estrés laboral.

» Una losa de hormigón

¿Qué es la losa de hormigón? Un concepto creado con relación al reparto de los cuidados y las tareas domésticas por esta activista catalana volcada en el estudio de la igualdad de oportunidades para las mujeres. Hasta 6.000.000 de españolas viven agotadas mientras su pareja se mueve con más libertad, apunta. En el 2015, la experta llevó a cabo una investigación en la que de-

tectó «brechas y brechitas, pero la más contundente fue “la losa de hormigón”». En ese momento observó que el 70 % de las mujeres que vivían con un hombre hacían «el doble o el triple de tareas que ellos» en casa. Roto, o casi, el techo de cristal en el trabajo, había que doblarse bajo esa piedra de organizar comidas, criar a los niños, fregar los baños y estar en el multitarea del cuidado en casa.

La propia Laura Sagnier tuvo que parar dos años por prescripción médica, se aplicó en investigar las razones de ese *burn out* que afecta a más del 30 % de los españoles, y decidió trasladar el mundo de la empresa —con las metodologías que usaba como consultora— al de la pareja y la familia.

«La losa es algo que no vemos en las películas de Disney, ni siquiera en las más modernas, que hablan mucho de *superwomen*, de mujeres que salvan el mundo. ¡Cuando no se trata de salvar el mundo, sino de hacer lo que hay que hacer a diario en casa repartiendo la carga! En las películas ponen, por ejemplo, a la presidenta de un país que sale todos los días de su casa con su traje de chaqueta perfectamente planchado, con sus camisas de tintorería (¡porque eso que vemos no se lava en casa!)... Pero lo que está claro, y nunca nos enseñan, es que esa mujer tiene una ayuda de cámara. Me parece muy *fake* lo poco que se habla de todo lo que no se ve de esos temas de casa que afectan a todas las familias», sostiene.

Este ovillo de las tareas «invisibles» nos ayuda a deshacer, y entender, el experto en género Ramón Torrente, investigador de la Universidade de Santiago, que advierte que hace falta despojar del romanticismo la maternidad y dar voz «a pérdida de libertad

e á carga que supón». Cambiar los referentes de ficción es importante también para hacer posible otro escenario. Pocos pasan el filtro de los estereotipos más confortables: «Vemos o príncipe que chega e namora, pero no se nos conta que pasa despois co príncipe, chegamos al “fueron felices y comieron felices”, pero cómo eran esas perdices e que pasou despois non se conta». Contar quién hizo las lentejas y los filetes de pollo que vinieron después, un día tras otro, no entra en los códigos del cuento feliz.

«La losa de hormigón es sinónimo de violencia en la pareja. Puede sonar agresivo, por eso mismo hay que darle la vuelta, y ver cómo repercute en la felicidad de las parejas», señala Laura Sagnier sobre una desigualdad que viene de la educación en la infancia. «A unha nena ensínaselle a ser mamá desde que nace, está esa presión de hacerles chichos, ponerles pendientes... Aos nenos nin se lles pide nin se lles brinda esa posibilidad», afirma Ramón Torrente. ¿El fruto de esa diferencia en educación? «Que homes e mulleres cheguen á idade adulta tendo claro que é o que se espera de cada un», responde.

» Hijos, la brecha

«La losa no nace sola, pero sí crece con la edad. Cuando somos jóvenes, pedimos pizza para cenar (bueno, ahora piden un Glovo) y nunca hay problema, pero con la maternidad esa losa se convierte en un peso insoportable», ilustra Sagnier, que advierte que un dato crucial es la mirada dispar de hombres y mujeres sobre ese reparto de esa carga doméstica y del cuidado. «Lo que yo creo que hace él en casa y lo que él cree que hace es distinto», señala Laura apoyándose en un estu-

dio con datos del 2023 que puede tener una vigencia, según la experta, de diez años. ¿Cuál es el promedio de veces que el hombre y la mujer se encargan del cuidado de los hijos? Según el estudio, si preguntamos a los hombres ellos se ocupan un 45 % y ellas un 48 %; si responden las mujeres, los resultados cambian al 24 % ellos y 69 ellas. No solo a ausencia de instinto se debe la decisión de cada vez más mujeres de no ser madres. Si ocho de cada diez se ven abocadas a renuncias laborales, encaja como anillo que vaya en aumento ese 10 % que no quieren ser madres. ¿No quieren o no desean la carga que la maternidad supone? «Muchas han visto a sus madres hechas polvo y se niegan a vivir eso», dice Sagnier. «Las reducciones de jornada en España tienen nombre de mujer —sentencia la experta—, y eso tiene implicaciones directas sobre tu independencia económica» y, en consecuencia, sobre toda independencia».

» Termómetro en rojo

Con el Termómetro de la Equidad, Laura Sagnier midió hasta diciembre el reparto de la carga doméstica y de la crianza en 10.000 parejas de 41 países como España, Alemania, Honduras o Guinea Bisáu. «Es un termómetro que están recomendando muchos terapeutas de pareja», afirma la economista. «La principal diferencia entre parejas equitativas y no equitativas son los hijos. Entre las parejas sin hijos son equitativas el 66 %, y entre las que tienen hijos, baja al 50 %. Con hijos, la carga de falta de equidad se multiplica por dos», expone Laura Sagnier, que matiza que las que responden al Termómetro de la Equidad son parejas que lo conocen, conscientes de la impor-

tancia del reparto de la carga en el hogar. «Cuando hablamos de educar a los hijos, en el Termómetro en España, la mujer lo hace en un 60 % de las veces, y el hombre, un 40. Nosotras seguimos educando. Y hacerlo menos depende de nosotras. “Deja de quejarte. O te quedas con él o te vas, ¡pero si te quedas, edúcalo! Delega”», manifiesta quien añade que las mujeres deben aprender «a rebajar las expectativas y ser menos *torracollons*».

Por partes. Primero, la casa. ¿Cuánto limpias?, ¿cuántas veces cocinas?, ¿cuánto lavas los platos?, ¿cuánto te ocupas de las finanzas? A la vista de las respuestas de las parejas españolas, solo hay equidad a la hora de lavar la vajilla. Ahora, los hijos. ¿Cuánto dedicas a organizar la vida de los niños?, ¿a jugar con ellos?, ¿a acompañarlos al médico? En estas ocupaciones, ellos solo hacen más (60 % de los hombres frente a 40 % de las mujeres) en cuanto ser «taxistas de sus hijos».

» Los años claves

Días y períodos festivos no suelen vivirse igual por hombres y mujeres. Una diferencia que se ve clara en tiempos de convivencia y dispara los divorcios en enero. Lo argumentó Laura Baena, fundadora del Club de Malasmadres en el artículo «Ni elfo ni elfa, más carga mental para las madres», haciendo visibles al 86% de las que se declaran

saturadas de soportar todas las tareas del hogar y del cuidado de sus hijos e hijas, en el estudio *El peso invisible de la maternidad*. Laura Sagnier receta: “Tenemos que delegar cerrando los ojos”, y hacerlo ya con las tareas de la casa antes de tener hijos». Esos «primeros años sin hijos son claves para formar a la pareja», dice Sagnier, que prefiere hablar «de equidad que de corresponsabilidad, porque la equidad, además de la corresponsabilidad, mide el trabajo remunerado y la carga mental». En cuanto a establecer esas prioridades del amor y la pareja también Ramón Torrente ve fundamental hacerlo los primeros años. «Que espero desta pareja?, cal é o noso proxecto? Son cuestións que o amor romántico omite».

» Un tiempo propio

Del «cuarto propio» de Virginia Woolf, las mujeres están ante el reto de defender un tiempo propio, insta Ramón Torrente, que invita a romper «a comodidade de homes e mulleres no sistema». «Se vives no inferno durante moito tempo, acabas normalizando o inferno, non te cuestionas nada. Hai que dar un paso ao lado para ver a nosa realidade e ver se nós estamos a cometer micromachismos. Iso, se non damos un paso ao lado, non o vemos. No cotián non es capaz de velo. Ti elixes se non queres saír de Narnia, desa realidade paralela establecida, ou se cuestionas as cousas en-

MARA Y JORDI PAREJA-EQUIPO

“Con los hijos explotó todo, se disparó ‘el drama de los calcetines’... Nos organizamos con Excel, y funciona...”

tre adolescencia e os vinte e pico anos. Un non nace igualitario», previene Torrente. Ahí entra el «no» de las mujeres, su soltar y delegar que decía Sagnier.

» El reparto de los «working parents»

No es una esperanza vacua la que tienen los expertos en equidad respecto a un futuro mejor. Jordi y Mara, pareja y equipo profesional y en casa, conductores del proyecto de mentoría Working Parents en la Cocina, son la prueba de que repartir la carga es posible. Funciona. «Y rebaja el nivel de la infelicidad de las parejas, según

datos de Laura Sagnier.

«El drama de los calcetines» es una de las primeras crisis que reseñan Mara y Jordi, que acusaron la diferencia del pringar en casa hace seis años, cuando nació la primera de sus dos hijos. «Con la maternidad y la paternidad —dice Mara— se hizo todo más evidente e inmanejable». Los dos, que hoy suman nueve años de relación, tenían a esa altura carreras exigentes en puestos directivos en recursos humanos. Con los niños «el drama de los calcetines» cobró fuerza. «Con los hijos explota todo», comenta Mara, y añade Jordi: «El tiempo se vuelve mucho más limitado. Y los pequeños conflictos de pareja se hicieron grandes».

Él asume que el hombre parte en casa de una situación «cómoda». Pero admite que le costó despertar a la realidad de esa sobrecarga de Mara. «Yo al principio me enfadaba un montón y le decía las cosas a gritos», revela ella. La clave: «buena comunicación». «Y en el 95 % de los casos es la mujer la que inicia la conversación, porque es ella la que está en la posición jodida», señala Jordi.

De la explosión Mara pasó a la asertividad y de ahí los dos a la corresponsabilidad. ¿Receta? Comunicación, subrayan. Y registrar cada viernes todas las tareas domésticas en un Excel «de 61 líneas» les ayuda a compartir la carga con mutua felicidad. A que la losa no acabe a los 45 con una de los dos.



FOTO: AGM PHOTOGRAPHY