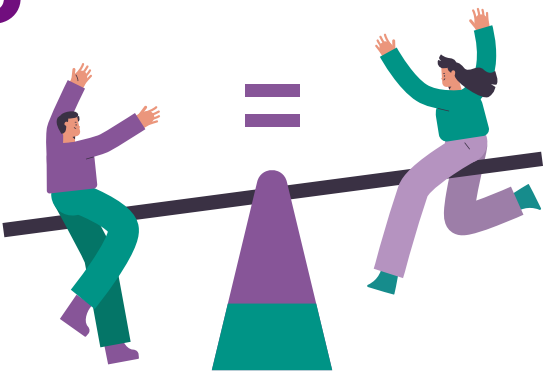


BRECHA DE GÉNERO EN ARGENTINA:

Conflicto entre vida laboral/personal y su impacto en la salud mental de mujeres y varones



La **fricción entre el rol laboral y los demás roles personales** (maternidad, paternidad, pareja, ocio, cuidado del cuerpo) tensionan la salud mental, con impacto cotidiano.

Esta interferencia de roles puede ser **dispar entre distintos sexos**, evidenciando aspectos de la brecha de género.

Según un estudio del Observatorio de Tendencias Sociales y Empresariales de la Universidad Siglo 21

Impacto del conflicto entre la vida laboral y personal para las mujeres

• • • •

29,3% perciben que **no les queda tiempo para sus hobbies** (hombres 23.4%).

25,6% les falta energía para realizar actividades de ocio con su pareja o familia (hombres 21,4%).

16,5% ven su rendimiento laboral afectado por los problemas con su pareja (hombres 13,6%).

Actualmente, las mujeres están evidenciando niveles más altos de agotamiento mental y emocional que los varones, relacionado a tensiones y niveles de estrés cotidianos.

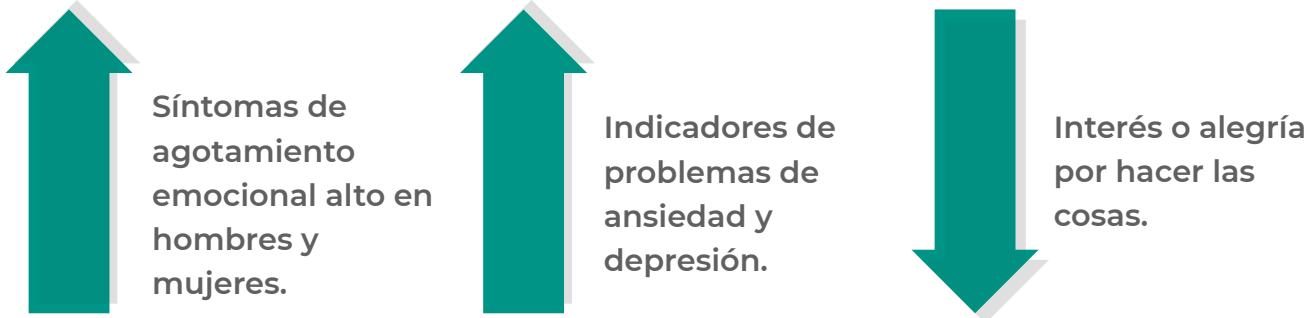
La evolución del agotamiento emocional



Entre 2018 y 2021 se evidencia un aumento sostenido de estas problemáticas:

	2018	2021
Dificultad para relajarse después de un día de trabajo	23,5% 16,9%	28,6% 26,5%
Dificultad para comenzar una nueva jornada laboral	21,7% 17,8%	25,6% 21,4%
No poder dedicarse a otras cosas después del trabajo	18,6% 17,4%	27,7% 20,0%
Agotamiento al final de la jornada laboral	27,5% 25,5%	33,0% 26,6%

Femenino Masculino



Así como la vida laboral puede interferir en la vida personal, también puede ocurrir a la inversa.

El home-working facilita el trabajo y el bienestar siempre y cuando esté **planificado, consensuado y quien trabaje no tenga interrupciones extra** que impidan una adecuada productividad.