



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

**MALESTAR EN LA EMANCIPACIÓN: MALESTARES Y TIEMPO
LIBRE EN ACADÉMICAS DE LA FES IZTACALA**

**ACTIVIDAD DE INVESTIGACION-REPORTE
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A (N)**

Carmen María Rodríguez Estrada

Directora: Dra. **Olivia Tena Guerrero**

Dictaminadores: Dra. **Alejandra Salguero Velázquez**

Mtra. **Patricia Suárez Castillo**



Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2009



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

1. Introducción	4
1.1 Tiempo libre	5
1.1.1 Emancipación en el tiempo libre.....	6
1.1.2 El malestar en la emancipación.....	7
1.1.3 Tiempo masculino y femenino	8
1.2 Malestares	10
1.2.1 Salud y distribución del tiempo.....	11
2. Objetivo general	13
2.1 <i>Objetivos particulares</i>	14
3. Metodología	15
3.1 Participantes	15
3.1.1 <i>Requisitos de inclusión</i>	15
3.1.2 <i>Datos demográficos</i>	15
3.2 Instrumentos	17
3.3 Procedimiento	18
3.4 Análisis de datos	20
4. Resultados	21
4.1 Análisis cuantitativo	21
4.1.1 <i>Malestares</i>	21
4.1.2 <i>Distribución total del tiempo</i>	23
4.1.3 <i>Tiempo de ocio</i>	25
4.1.4 <i>Tiempo de trabajo</i>	27
4.1.4.1 <i>Trabajo académico</i>	27
4.1.4.2 <i>Trabajo doméstico</i>	29
4.1.4.3 <i>Trabajo en la academia y en casa</i>	30
4.1.4.4 <i>Trabajo total</i>	32
4.1.4.5 <i>Tiempo de investigación</i>	34
4.1.5 <i>Reposición física</i>	34
4.1.6 <i>Análisis de correlación</i>	36
4.1.6.1 <i>Horas de ocio y malestares</i>	37
4.1.6.2 <i>Tiempo libre total y malestares</i>	41
4.2 Análisis cualitativo	49
4.2.1 <i>Malestares</i>	51
4.2.1.1 <i>Malestares desvinculados de la vida académica</i>	52
4.2.1.2 <i>Malestares directos</i>	55
4.2.1.3 <i>Complicaciones mayores</i>	60
4.2.1.4 <i>Reflexión y resignificación del trabajo</i>	62
4.2.1.5 <i>Reconocimiento y productividad</i>	66
4.2.2 <i>Tiempo libre</i>	71
4.2.2.1 <i>Distribución, actividad en solitario o acompañado</i>	72
4.2.2.2 <i>Significado y procuración</i>	77
4.2.2.3 <i>Reposición física</i>	82

<u>5. Discusión y conclusión</u>	85
<u>6. Referencias</u>	93
<u>7. Anexos</u>	95
ANEXO 1	95
ANEXO 2	105

Malestar en la emancipación: malestares y tiempo libre en académicas de la FES Iztacala

Resumen

*La presente investigación tuvo como objetivo indagar la posible correlación entre los malestares y las horas de ocio de los académicos y las académicas de la FES Iztacala, que reportaron en el **Cuestionario sobre logros, distribución del tiempo y satisfacción laboral en investigadores e investigadoras del área de la educación y la salud**. El análisis de los resultados se llevó a cabo en dos fases: 1) fase cuantitativa, en donde los datos fueron analizados estadísticamente; y 2) fase cualitativa, que consistió en una serie de entrevistas realizadas a los y a las participantes. Los resultados mostraron que las mujeres reportan una mayor cantidad de malestares, con un promedio de 5, en comparación con los varones, con 3. En cuanto al tiempo libre, encontramos que en un día laboral, el 14% las mujeres cuenta con 3 a 5 horas de ocio, en comparación con el 31% de la población masculina que se ubicó en este rango. En un fin de semana, el 34% de las académicas, reportó de 6 a 10 horas de ocio, en contraste con el 62% de los varones. Se encontró una correlación negativa débil, pero significativa entre el número de malestares y el tiempo libre. Sin embargo, en las entrevistas encontramos que los y las participantes logran reconocer que el tiempo libre, independientemente de la actividad de ocio que se realice, produce una reducción en sus malestares, como el estrés y el cansancio; y que relacionan ya sea de manera directa o indirecta, sus padecimientos con la dinámica de su rutina de trabajo, y la falta de tiempo para sí mismos, sus amigos o familias. Se discuten las posibles razones de la diferencias del número de malestares reportados así como aquella entre la distribución del tiempo libre entre mujeres y varones, dentro de un supuesto contexto de equidad universitario.*

1. Introducción

El presente trabajo, se deriva del protocolo de investigación “*Condiciones de inequidad laboral y malestares subjetivos en académicas universitarias*”, coordinado por la Dra. Oliva Tena Guerrero (CONACYT S52757-R), aplicado en la Unidad de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias de la Salud y la Educación (UIICSE), de la FES Iztacala. A su vez, dicho protocolo se origina del proyecto titulado “*Las investigadoras de la UNAM en el contexto institucional: tensión de logros y calidad de vida laboral*” (Ordorika y Castañeda, 2006). El objetivo fundamental de este estudio fue “conocer la forma en la cual la condición de género determina la calidad de vida laboral de las investigadoras de la UNAM”. La Dra. Tena, retoma el interés de obtener indicadores de inequidad de género en el ámbito académico y a la vez pretende explorar malestares en las académicas, producto de un conflicto de deberes, así como niveles de bienestar como estados saludables y de calidad de vida, vinculados con niveles de inequidad laboral (Tena, 2006).

Se elaboró un cuestionario dirigido a los académicos y académicas que realizaban trabajo de investigación como actividad primordial dentro de la UIICSE. El cuestionario de autoaplicación, que fue enviado por correo electrónico o entregado personalmente, exploró algunos elementos relacionados con las condiciones de trabajo y malestares de los y las participantes.

Del protocolo de investigación “*Condiciones de inequidad laboral y malestares subjetivos en académicas universitarias*”, se derivaron dos líneas más de investigación llamadas *Malestares subjetivos y producción en académicos y académicas dedicados a la investigación*, cuyo objetivo fue analizar la relación entre la productividad académica y los malestares en las y los académicos de la FES Iztacala; y *Conflictos en la vida laboral y la maternidad de las académicas de la FES Iztacala*, que tuvo como objeto conocer los conflictos existentes en la vida

laboral y la maternidad, en académicas de la FES Iztacala, adscritas a la Unidad de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias de la Salud y la Educación.

Los datos fueron analizados con ayuda de los programas Excel y SPSS, y los resultados obtenidos de los académicos fueron contrastados con los de las académicas.

Este trabajo pretendió, con base en dicho contraste de resultados, correlacionar el tipo y frecuencia de malestares subjetivos reportados por las mujeres, con el tiempo libre que empleaban para el ocio y la recreación.

La importancia de esta correlación radica en lo que puede significar el tiempo libre en la calidad de vida que tiene la mujer que labora, quien debe ser capaz de utilizar su tiempo en algo que le es agradable, que le gratifica y que puede escoger libremente. De lo contrario se produce en ella un malestar, que además es posible que resulte en un “malestar en la emancipación” (McPhail, 2000), y por lo tanto verse reflejado en malestares de tipo físico o psicológico.

1.1 Tiempo libre

McPhail (2000), señala que el tiempo libre se define en principio como un tiempo elegido libremente, sin coerción en donde se hace lo que a uno le es grato, le reconforta, le recrea y que no está necesariamente sujeto a leyes del mercado. Puede ser un espacio solitario o un territorio comunicativo. También puede convertirse en espacio de emancipación y de libertad en donde se ejerce la democracia en la familia, en la pareja, en el trabajo y en la vida cotidiana.

Actualmente el tiempo libre se ha reducido al ámbito de la mercantilización y el consumismo, mismos que orientan la interacción humana hacia la satisfacción del interés propio en situaciones predefinidas más que un acuerdo en torno a intereses comunes y espontáneos.

De acuerdo con McPhail (op. cit), durante las últimas décadas el tiempo libre se desarrolló con el uso cada vez más generalizado de medios masivos de

comunicación con la promesa de democratizar a las personas. Los modos de entretenimiento cultural se basaron en serialidad, aislamiento, experiencia individual y/o espectáculos masivos con una mínima interacción.

En un espectro más amplio el tiempo libre se instrumentalizó en dos maneras que se fortalecían mutuamente:

- a. La manipulación cada vez más creciente del mercado del tiempo libre, con la certeza de que era un mercado desaprovechado.
- b. El uso del tiempo libre como control social.

1.1.1 Emancipación en el tiempo libre

Mc Phail (op. cit.), señala que el tiempo libre desempeña un doble papel:

1. Como espacio necesario para el desarrollo de capacidades que supone la provisión de las condiciones materiales que posibilitan el uso del tiempo libre. El tiempo libre está inmerso en una red de relaciones sociales cuya justificación es su contribución al desarrollo de capacidades humanas.
2. Como ocasión para participar en actividades comunes. La disponibilidad del tiempo libre junto con las condiciones necesarias para su existencia y exploración en un rasgo para la expansión de capacidades humanas que están en el centro de la emancipación. El "tiempo libre emancipatorio" es un proceso por medio del cual se expanden las capacidades en su aplicación práctica y en el cual las decisiones individuales y actos son caminos para un mayor desarrollo.

La cultura del tiempo libre se genera una vez haciendo conscientes a los hombres y mujeres de que tienen tiempo libre que pueden escoger cómo ellos y ellas lo deseen.

De esta manera, el desarrollo personal está en el corazón de la libertad y propone un principio de libertad positiva igualitaria, definida como el mismo derecho frente a condiciones de desarrollo incluyendo condiciones materiales y sociales agregadas a las libertades civiles y derechos políticos.

1.1.2 El malestar en la emancipación.

McPhail (op. cit.) retoma la consigna del Partido Democrático de Izquierda Italiano conocida como "Le Donne cambiano i tempi" y que en 1994 llegó a discutir el Parlamento Italiano como iniciativa legislativa que gira en torno a diferencias genéricas en cuanto a la apreciación y ejercicio de la organización temporal. Dicha consigna (Roma, 1989, s/(p, citado en McPhail op. cit.), señala que "la razón que nos lleva a hacer de la cuestión del tiempo uno de los grandes problemas políticos y culturales de nuestros días es sencillo, en tanto que las mujeres tenemos una experiencia del tiempo distinta de la de los hombres, pero el modo de pensar y la manera en la que se organiza la sociedad, gira en torno a esta última experiencia, a la de los hombres"

Las italianas afirman que se produce "el malestar en la emancipación", la no coincidencia entre el tiempo interior de las mujeres y el dominante, el sentir que deseos y capacidades quedan confinados en el marco de formas de pensar, acciones y relaciones que no forman parte de una proyección autónoma.

McPhail argumenta que el tiempo después del trabajo y la jubilación, están organizados en función del trabajador en el Estado de bienestar que prácticamente ya no existe, pero además, el regirse en el tiempo productivo discrimina a las mujeres, niños, jóvenes y ancianos. No queda lugar para el ocio y la diversión, para la cultura y para la vida en sí. El tiempo ciudadano está pensado en función del horario laboral masculino.

La autora señala que en México es necesario crear las condiciones necesarias para que a mujeres y hombres se les facilite la vida cotidiana y como resultado

tengan más tiempo libre. El tiempo libre como fenómeno colectivo debe permitir a hombres y mujeres participar como sujetos sociales, satisfaciendo las necesidades privadas y las públicas. En pocas palabras el tiempo libre se relaciona con mayores niveles de bienestar.

1.1.3 Tiempo masculino y femenino

Cazés (2001 s/p), argumenta que la asignación de género, y por lo tanto, la designación de tiempos masculinos y femeninos, es el comienzo de un proceso siempre inconcluso de especialización. “En él cada individuo limita sus posibilidades de vida a la realización exclusiva de ciertas actividades, míticamente agrupadas en productivas y reproductivas, a la percepción de la realidad desde perspectivas excluyentes, a las formas de ser, sentir y de pensar restringidas por sistemas intelectuales y afectivos segregados, a la integración diferencial en mundos propios, en círculos obligatorios o vedados, para incidir en ellos.”

Según Cazés, en cada marco sociocultural, la especialización no es simple distribución de tareas y roles, sino clasificación valorativa de los sujetos, sus tiempos, y de su actuar social y cultural. Por ende, podemos ver cómo el tiempo libre masculino corresponde a un horario masculino, y determina a su vez el tiempo libre de la mujer que no corresponde con su tiempo femenino. Debemos cuestionarnos entonces si la mujer cuenta con un tiempo libre real, y de no ser así, las repercusiones que conlleva en su salud mental y física.

1.1.4 Tiempo masculino y exigencia laboral como factores del “techo de cristal”

Mabel Burín, en el 2006, denomina techo de cristal a una superficie superior invisible en la carrera laboral de las mujeres, difícil de traspasar, que les impide seguir avanzando. Su carácter de invisibilidad está dado por el hecho de que no existen leyes ni dispositivos sociales establecidos ni códigos visibles que impongan a las mujeres semejante limitación, sino que está construido sobre la

base de otros rasgos que, por su invisibilidad, son difíciles de detectar. Como lo mencionan Cazés (2001) y McPHail (2000), Burín (2006) afirma que la dedicación horaria de los puestos más altos en la mayoría de los espacios laborales están diseñados por lo general dentro de un universo de trabajo masculino, e incluye horarios que habitualmente no están disponibles para las mujeres -por ejemplo, horarios vespertinos o nocturnos- ya que por lo general, este grupo de mujeres también desempeñan roles domésticos como madres, esposas y amas de casa.

Por otra parte, Burín (2006) hace una clasificación de grupos de mujeres, entre las que encontramos aquellas que define como Transicionales. En su desempeño laboral, estas mujeres han aceptado los límites del "techo de cristal" y han realizado enormes esfuerzos tratando de superar tales limitaciones, utilizando recursos muy diversos; en su mayoría, uno de los efectos de tal esfuerzo consiste en padecer de estrés laboral.

Este grupo generacional ha encontrado que en sus carreras laborales se les exige el doble que a sus pares masculinos para demostrar su valía. En su mayoría, perciben que en tanto a ellas se les exige un nivel de excelencia en sus desempeños, a sus pares varones se les acepta un nivel mediano o bueno cuando se les evalúa. En estos casos, en los criterios de evaluación utilizados, se califica por igual el nivel de excelencia obtenido como cualificación por las mujeres, con el nivel de bueno obtenido por los varones. Esto constituiría un ejercicio de discriminación laboral en perjuicio de las mujeres. La exigencia de igualdad e incluso las garantías formales de tratamiento igualitario para todos, por una parte, y por otra, las renegociaciones individuales de las relaciones privadas, la distribución de tareas y responsabilidades domésticas, la elaboración de normas aceptables para convivir con alguien, sólo constituyen condiciones límites de la necesaria reestructuración de las instituciones laborales y de las relaciones de poder entre los géneros femenino y masculino.

1.2 Malestares

Según Tena (2006), se dice que quien padece un malestar manifiesta una sensación de incomodidad o molestia, ya sea en su modo de ser, su espacio, situación o condición social, pero esta sensación es indefinible, es decir, es poco clara en cuanto a su magnitud y determinaciones. En este sentido quizás un malestar no llegue a considerarse dolor o disgusto ante una condición claramente identificada en el espacio y en el tiempo e indica incluso la posibilidad de que a quien padece dicho malestar le sea difícil ponerlo en palabras, pero aun así manifieste cierto grado de incomodidad o sufrimiento ante ciertos hechos. El reconocimiento subjetivo de un malestar requiere en la mayoría de los casos la identificación de un *conflicto* entre el *deber ser* social y el *querer ser* individual.

Con base en lo anterior, Tena delimita de manera general los diferentes tipos de malestares de las mujeres que son viables de identificarse:

1) Aquéllos que son producto de una desigualdad de género en la que ellas resultan desfavorecidas en el ejercicio de sus derechos; este tipo de malestar contempla a las mujeres cuyas expectativas no se corresponden con los esquemas tradicionales de género y que se sienten violentadas en su identidad y subjetividad por los códigos culturales y los estereotipos de género existentes.

2) Malestares que, incluyendo los anteriores, se derivan de una transformación de las condiciones económico-sociales y de la extensión de los papeles tradicionales de las mujeres hacia nuevos ámbitos de la vida social, como es el trabajo remunerado.

Lo anterior pudiera agudizarse ante las políticas universitarias ajustadas a criterios de "calidad y productividad" que sitúan a las mujeres en posiciones de competencia por la obtención de mayores ingresos, facilidades laborales y de privilegios a través de programas de estímulos, obtención de recursos externos,

incorporación al Sistema Nacional de Investigadores (SNI), etc., que se agregan a los tradicionales métodos de promoción laboral y extensión de informes de actividades.

Las exigencias laborales y las normas morales respecto a la familia llevan a algunas mujeres a percibirse en constante falta frente a ambos espacios y por tanto a vivir en constante *conflicto* o *crisis*, en riesgo o deterioro de su salud mental (Tena, 2006). Así el “deber ser” de los malestares tiene que ver con los ámbitos doméstico, económico y sexual; éstos se relacionan con conflictos entre el deber y el querer ser. Entonces, los malestares se pueden entender como conflictos ente deseos incompatibles.

1.2.1 Salud y distribución del tiempo

En el artículo publicado por Cruz, Noriega y Garduño en el 2003, se planteó la relación entre trabajo remunerado, trabajo doméstico y salud, desde la perspectiva de género. De acuerdo con los autores la relación entre ambos tipos de trabajo determina las características y el significado de la vida cotidiana. Además, el desigual peso de las tareas en el hogar impacta el tiempo libre con el que cuentan mujeres y varones. Esta situación desigual y compleja se relaciona de manera muy clara con sus problemas de salud.

Los investigadores encontraron que mientras que ellas padecen dos enfermedades en promedio, los varones presentan una y media. Los padecimientos como las várices, la gastritis y colitis, la cefalea tensional y la cistitis fueron predominantes en las mujeres. En todas estas enfermedades, las diferencias en relación con los hombres fueron estadísticamente significativas. Los investigadores suponen que estos trastornos se relacionan con las tareas domésticas: cuidado de los hijos, sacudir, barrer y trapear, preparar la comida, lavar y planchar, dado que la cefalea tensional y las várices se presentaron 2 y 5

veces más, respectivamente, cuando se compararon las trabajadoras que realizan estas actividades con las que no lo hacen. Entre las mujeres no se encontraron diferencias estadísticamente significativas, aunque el riesgo relativo es un poco mayor. Las explicaciones que los autores generan en torno a estos resultados son dos: primero que las mujeres estudiadas son homogéneas en cuanto a su trabajo asalariado; y segundo, que las diferencias en el trabajo doméstico no son muy marcadas porque en su condición de asalariadas delegan muchas actividades domésticas en otras personas, es decir, tejen una red de apoyo para compartir las exigencias de este trabajo. En cambio entre los hombres las diferencias son más contrastadas entre los que participan en las labores domésticas y los que no lo hacen. Por esto, los investigadores afirman que las diferencias en cuanto a los problemas de salud asociados son más evidentes, pues entre ellos es claramente heterogénea la realización de estas tareas, ya que las asumen sólo si es indispensable, pero no las consideran propias. De acuerdo con los investigadores, los determinantes sociales que han cobijado esta desigual situación son resultado de la complejidad de las relaciones de género y dan lugar a diferentes perfiles patológicos y concepciones sobre la salud.

En este sentido los autores preguntaron a los y a las participantes lo que para ellos y ellas era la salud y la enfermedad. Tanto mujeres como hombres, interpretaron la primera como "sentirse bien", "armonía entre mente y cuerpo" pero sobretodo como la posibilidad de desarrollar actividades "normales". Sobre la enfermedad, la asumieron como limitación para cumplir ese objetivo. Se puede decir que su visión de la salud como necesidad respondía a las estrategias de sobrevivencia y sostenimiento de la calidad de vida. Las mujeres expresaron que además de lo físico y lo mental, existe lo espiritual.

Entre los hallazgos principales de Cruz et al. (2003), dirigidos al objetivo de esta investigación podemos rescatar:

- 1) Cuando la estrategia para enfrentar el empobrecimiento es la integración de las mujeres al mercado de trabajo se hacen arreglos en la composición familiar que modifican la distribución de las tareas en el hogar
- 2) La composición familiar y los arreglos sobre el trabajo remunerado y el doméstico condicionan la utilización del tiempo libre, generando con ello un modelo de actividades recreativas. Los varones disponen de mayor tiempo libre que las mujeres. Éstas emplean generalmente su tiempo, fuera del trabajo asalariado, en quehaceres domésticos y en el cuidado de los hijos, en un tiempo que debería ser para el esparcimiento y el descanso
- 3) La situación desigual y compleja entre mujeres y varones se relaciona de manera muy clara con sus problemas de salud. Se encontró mayor morbilidad en las mujeres, con predominio de trastornos psicosomáticos.

Con base en lo anterior, para la elaboración de este reporte de investigación nos preguntamos sobre el tiempo libre de las académicas universitarias, particularmente de aquéllas que se dedican en mayor medida a la investigación, lo que implica un nivel académico y productivo mayor que el de otras académicas.

Al preguntarnos sobre su tiempo libre, también nos preguntamos sobre sus posibles carencias de tiempo vinculadas con posibles malestares como los reportados por Cruz et al. (2003). Finalmente, nos preguntamos si estos elementos se vinculan de igual manera en el caso de los varones o si la relación tiene una especificidad de género.

2. Objetivo general

Conocer los malestares reportados por las académicas y académicos, y la posible relación con la distribución y frecuencia de su tiempo libre.

2.1 Objetivos particulares

- Identificar el número y tipo de malestares psicológicos de mayor frecuencia en los últimos doce meses.
- Identificar la frecuencia del tiempo de ocio y reposición física en los últimos doce meses
- Identificar la distribución del tiempo libre real para el académico y académica.

3. Metodología

3.1 Participantes

3.1.1 Requisitos de inclusión

Académicos y académicas de la UIICSE de la FES Iztacala:

- Que la investigación fuera su actividad más relevante y que fueran Profesores Asociados Titulares o de Carrera.
- Que estuviesen adscritos a la UIICSE o que tuvieran un espacio asignado en dicha Unidad o que tuvieran en ésta un proyecto de investigación registrado.

El número total de participantes fue de 42 individuos, donde las mujeres representaron un 69% de la población, con 29 académicas; mientras que los hombres, el 31% restante, con 13 varones.

3.1.2 Datos demográficos

La mayoría de las y los participantes tenían entre 40 y 59 años de edad. Sólo el 7% de las académicas era menor de 40 años, y 8% para el caso de los académicos. El 17% de los hombres reportaron ser mayores de 59 años, mientras que sólo el 7% de las académicas se coló en este rango.

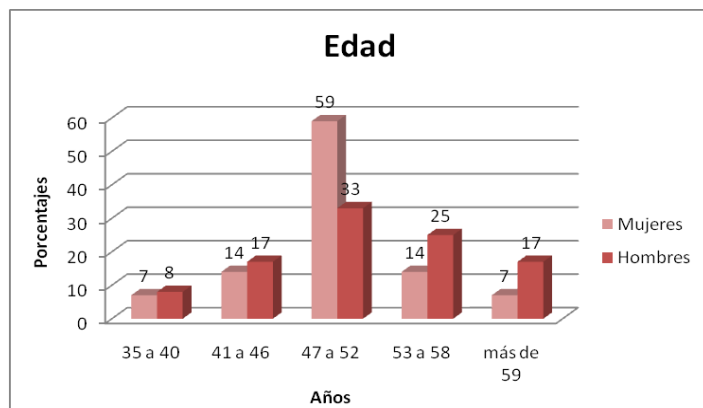


Fig. 1. Rangos de edad de los académicos y académicas.

En cuanto al grado académico, todos y todas contaban con maestría. La mayoría de la población, es decir más del 65%, en el caso de las mujeres y los varones, reportó tener doctorado.

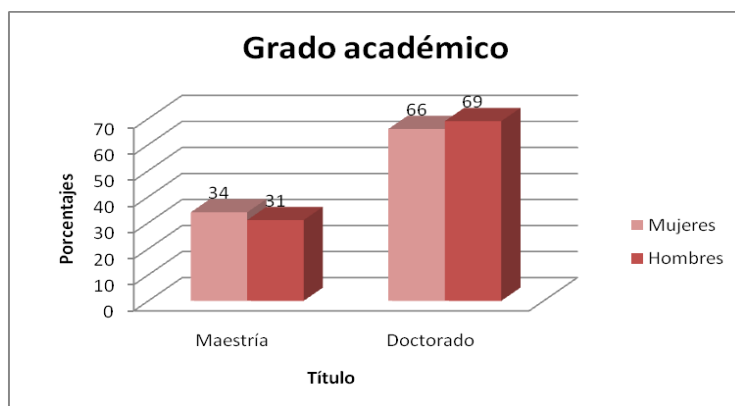


Fig. 2. Porcentaje de académicos y académicas de acuerdo a su grado académico.

En el caso de las edades de los hijos, el 46% de los académicos reportó tener hijos con edades de entre 19 y 25 años. Por su parte, el 48% las académicas, reportó tener hijos en un rango menor de edad, de entre 13 y 18 años. La siguiente gráfica permite observar que la mayoría de las mujeres tenían hijos de menor edad (6 a 18 años), mientras que la mayoría de los hombres tenían hijos mayores de 18 años.

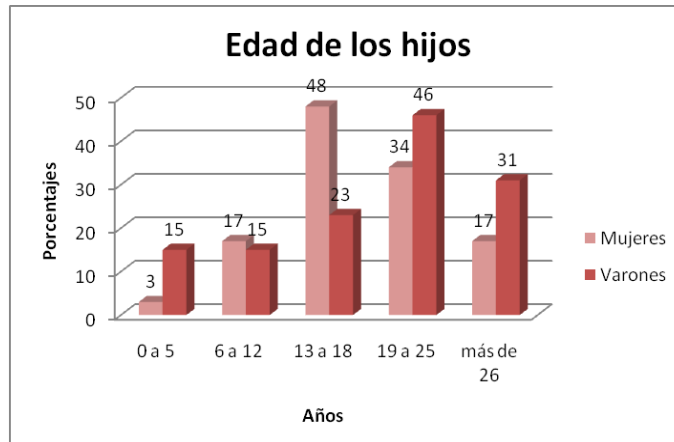


Fig. 3. Porcentaje de mujeres y varones cuyos hijos se encuentran en los diferentes rangos establecidos.

3.2 Instrumentos

Se empleó el *Cuestionario sobre logros, distribución del tiempo y satisfacción laboral en investigadores e investigadoras del área de la educación y la salud* (anexo 1), que se derivó del protocolo de investigación “*Condiciones de inequidad laboral y malestares subjetivos en académicas universitarias y universitarios dedicados a la salud*”. Dicho cuestionario, aplicado por primera vez, exploró principalmente los siguientes aspectos: la formación académica, para conocer algunos antecedentes de las académicas y académicos; la trayectoria académica en la UNAM, para conocer información acerca del nivel, categoría y tipo de contratación; la productividad académica para conocer el tipo de logros obtenidos y el tiempo en que se han llevado a cabo; la distribución y el uso del tiempo para conocer la manera en que las académicas y los académicos organizan sus actividades cotidianas; los malestares asociados a la carga de trabajo para conocer las repercusiones que tiene el campo laboral en su salud; la distribución ideal del tiempo para poder conocer el tiempo que las académicas y académicos desearían tener; los compromisos o responsabilidades que obstaculizan la productividad; y la percepción de las académicas y académicos sobre la carga de

trabajo y la calidad de vida para conocer la opinión que tienen acerca de las condiciones bajo las que laboran.

Posteriormente se realizaron entrevistas a profundidad con el fin de conocer el significado del tiempo libre para las académicas y académicos, así como la concepción que tienen sobre sus malestares particulares, las posibles atribuciones que les dan y si relacionan sus malestares con las horas de ocio con las que cuentan.

3.3 Procedimiento

Fase 1

1. Información sobre el proyecto y solicitud de apoyo al jefe de la UIICSE.
2. Invitación del jefe de la UIICSE a los académicos y académicas para participar en el proyecto, vía correo electrónico.
3. Obtención de la lista de correos electrónicos de académicos y académicas que cumplieran con los requisitos antes señalados.
4. Envío de cuestionario a académicas y académicos vía correo electrónico.
5. Entrega de cuestionario impreso a académicos o académicas que no lo recibieron en línea.

Fase 2

En esta etapa se realizó una entrevista dirigida (anexo 2) que tuvo como base los resultados cuantitativos obtenidos del cuestionario, así como los siguientes ejes de análisis:

- 1) Malestares, tipo de malestares, frecuencia atribuciones, vinculación con el trabajo

- 2) Productividad, significado de contar con el reconocimiento del Programa de Primas al Desempeño del Personal Académico de Carrera (PRIDE) y formar parte del SNI, significado de los requisitos de evaluación, proceso de evaluación como posible fuente de malestar
- 3) Maternidad/paternidad, responsabilidades familiares y domésticas, pausas académicas, costos y beneficios de la vida laboral en la maternidad/paternidad
- 4) Tiempo libre, significado, distribución, actividades de ocio, posible relación entre la falta de tiempo libre con malestares
- 5) Género y vida laboral.

Los criterios que se consideraron para entrevistar a los académicos y a las académicas fueron los siguientes:

- Que el número de malestares fuera igual o mayor a 7 y que las horas de ocio reportadas fueran igual o menor a 5; o
- Que el número de malestares fuera igual o menor a 7, y que las horas de ocio reportadas fueran mayor o igual a 5; o
- Que el número de malestares fuera igual o mayor a 7, y que las horas de ocio reportadas fueran mayor o igual a 5; o
- Que el número de malestares fuera igual o menor a 7, y que las horas de ocio reportadas fueran menor o igual a 5.

También se consideraron los siguientes criterios basados en las otras líneas de investigación ya mencionadas:

- Que hubiera coincidencia entre la pausa académica y el nacimiento de cualquiera de los hijos; o
- que tuvieran PRIDE C y que fueran integrantes del SNI, y que reportaran 7 o más malestares; o
- que tuvieran PRIDE C y SNI, y que reportaran 3 o menos malestares.

3.4 Análisis de datos

Se realizó un análisis de tipo mixto (cuantitativo y cualitativo).

El análisis cuantitativo se realizó utilizando los programas Excel y SPSS. En el primero, los datos fueron vaciados para poder obtener los porcentajes de los malestares reportados por los académicos y las académicas, así como el promedio de malestares para cada caso; y el número de horas de trabajo académico, doméstico, de ocio y de reposición física. Con el segundo programa, se analizaron las correlaciones entre el número de malestares reportado y las horas de ocio invertidas en la semana.

En el análisis cualitativo, los discursos obtenidos de las entrevistas fueron interpretados y analizados bajo la perspectiva de género con el fin de darle mayor profundidad y contexto a los datos obtenidos en la primera etapa.

Aquí radica la importancia de realizar los dos tipos de análisis. Ambos se complementan. El primero proporciona una perspectiva general y una base objetiva de los datos analizados; el segundo, nos permite acercarnos a la experiencia personal de ser investigador e investigadora dentro de la FES Iztacala.

4. Resultados

4.1 Análisis cuantitativo

4.1.1 Malestares

A continuación se presenta la gráfica con los promedios que se obtuvieron del número de malestares reportados. Como puede observarse, las académicas tuvieron en promedio 5.21 malestares, mientras que los académicos 3.54.

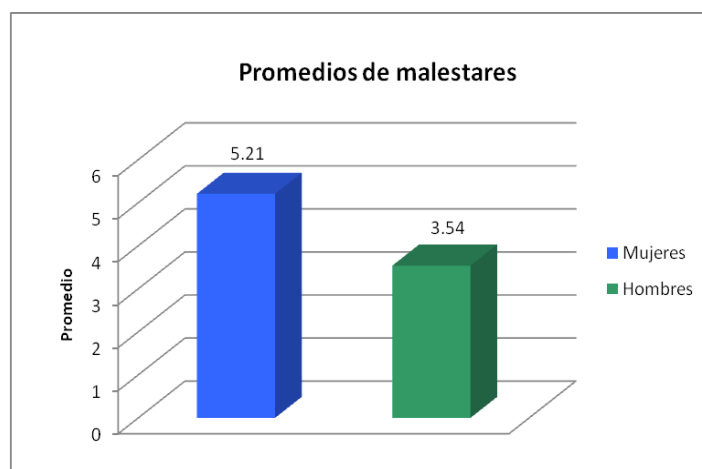


Fig. 4. Promedio de malestares que reportaron los académicos y las académicas.

En la Figura 5 se pueden apreciar los porcentajes de mujeres y varones que se dividieron en 4 rangos de acuerdo al número de malestares que reportaron. El 54% de los académicos señalaron padecer de 1 a 3 malestares, el 38% de 4 a 6, y el 8% restante, reportó tener más de 10. En el caso de las académicas, el 46% reportó de 4 a 6 malestares; el 31%, de 7 a 9; el 24%, de 1 a 3; y sólo el 3% señaló padecer más de 10 malestares. Podemos observar nuevamente que son las mujeres quienes reportan mayor número de malestares.

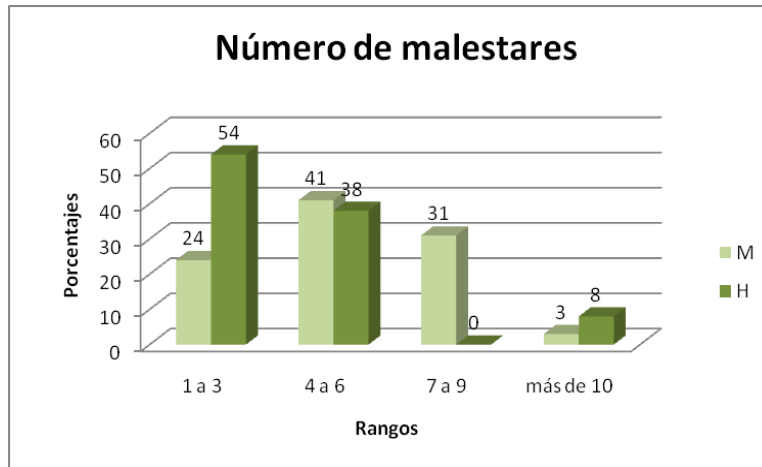


Fig. 5. Número de malestares por rango reportados por las académicos y académicas.

A continuación se muestran los porcentajes de mujeres y varones que afirmaron padecer los distintos malestares presentados en el cuestionario.

Tabla 1. Porcentaje de académicos y académicas en relación a los malestares reportados

MALESTAR	Varones	Mujeres
Gastritis, Ulcera, Estreñimiento o Colitis nerviosa	46%	46%
Trastornos músculo esquelético: Dolores musculares, de articulaciones, óseos o Tendinitis	61%	53%
Trastornos cardiovasculares	0%	20%
Trastornos del sistema nervioso (ciática, parálisis facial, alteración del trigémino Dolor de cabeza)	7%	36%
Trastornos alimenticios (bulimia, anorexia, comer compulsivamente Aumento o disminución de peso)	7%	21%
Adicciones (al alcohol, tabaco, drogas, trabajo, café)	31%	36%
Problemas dentales	38%	36%
Estrés, Irritabilidad, Trastornos del sueño	23%	64%
Tristeza, Ansiedad	38%	41%
Fatiga / Cansancio	69%	89%
Depresión	0%	21%
Pesimismo Sensación de fracaso	15%	25%
Dermatitis, Vitiligo	15%	17%
Alopecia (caída anormal del cabello)	0%	21%

Como podemos ver, prácticamente en cada uno de los casos el porcentaje total de la población femenina supera a la masculina, a excepción de: problemas del aparato digestivo, adicciones, problemas dentales y tristeza/ansiedad. En el caso de trastornos musculo esqueléticos se observó la diferencia más importante: 61% de los varones y 53% de las mujeres. En esta tabla se han resaltado aquellos porcentajes con una diferencia de más de 10 puntos porcentuales, en aquellos casos donde el porcentaje de académicas es mayor al de los académicos: trastornos cardiovasculares; trastornos del sistema nervioso; trastornos alimenticios; estrés, irritabilidad, trastornos del sueño; fatiga/cansancio; depresión; pesimismo, sensación de fracaso; y alopecia. No sólo son las mujeres quienes reportan una mayor cantidad de malestares, sino también una mayor variedad de ellos, es decir, pueden padecer de dolor de cabeza, hipertensión, sobre peso, gastritis y cansancio, todo al mismo tiempo.

4.1.2 Distribución total del tiempo

En las siguientes gráficas (Fig. 6) se analiza la forma en la que los académicos y las académicas distribuyen sus actividades en un día laboral y en un fin de semana.

En un día laboral encontramos que no hay grandes diferencias entre los tiempos de los varones y de las mujeres. Los porcentajes de cada actividad no varían por más de 3 puntos porcentuales entre ambos.

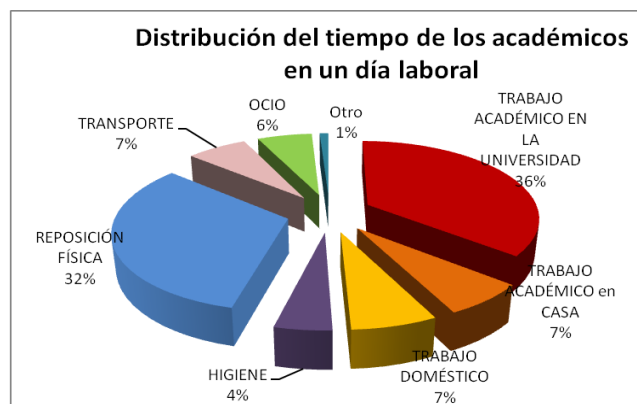
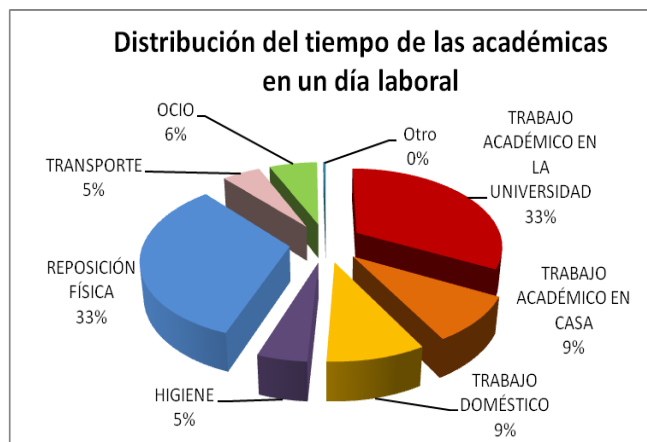


Fig. 6. Distribución del tiempo por actividades que los académicos y las académicas realizan en un día laboral.

En un fin de semana (Fig. 7), encontramos las diferencias más importantes en el tiempo de ocio y en el de reposición física. Para las académicas, el tiempo de ocio ocupa el 20% de su día (gráfica superior), mientras que para los varones, el 26% (gráfica inferior). En cuanto al tiempo de reposición física, para ellas es del 47%, a diferencia del 42% para ellos.

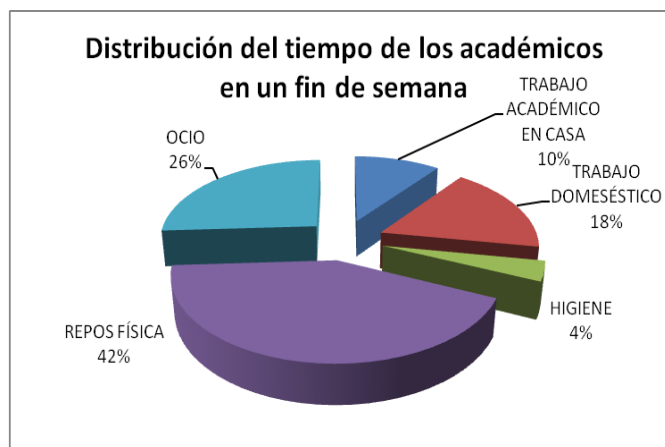
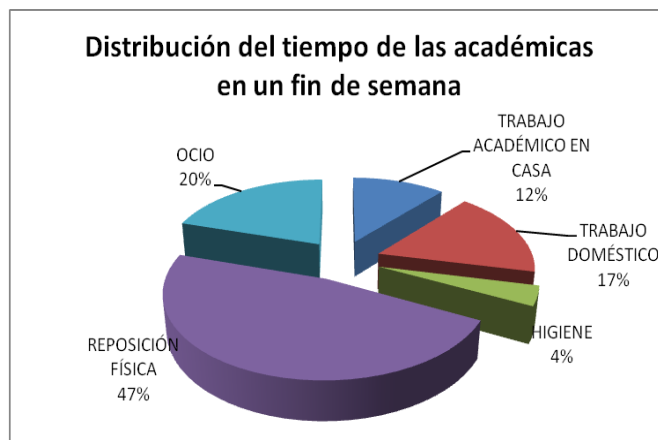


Fig. 7. Distribución del tiempo por actividades que los académicos y las académicas realizan en un fin de semana.

Como lo muestran las gráficas, pareciera que las diferencias entre los tiempos para varones y mujeres son muy sutiles, sin embargo es precisamente por ello que nos damos a la tarea de analizar con mayor detenimiento estos datos. Se comparó cada tiempo dedicado al ocio, al trabajo (académico y doméstico), y a la reposición física, por separado.

4.1.3 *Tiempo de ocio*

En cuanto al tiempo de ocio, la Figura 8 muestra gráficas comparativas respecto al porcentaje de hombres y mujeres que dedican diferentes rangos de tiempo a las actividades de ocio en un fin de semana (gráfica izquierda) y en un día laboral

(gráfica derecha). El número de horas ha sido dividido en rangos: de 0 a 5 horas y de 6 a 10 para el fin de semana; y de 0 a 2, y de 3 a 5 para un día laboral.

Para el 66% de las mujeres, el tiempo ocio en un fin de semana se ubica en el primer rango (0 a 5), mientras que el 62 % de los varones dedican de 6 a 10 horas de ocio (gráfica izquierda).

En cuanto al día laboral, el 86% de las mujeres, y el 69% de los hombres se colocan en el primer rango, es decir, la mayoría de la población no invierte más de 2 horas de ocio en un día laborable. Sin embargo, es mayor la cantidad de varones que se ubica en el segundo rango. El 31% de los académicos emplean de 3 a 5 horas de ocio, mientras que sólo el 14% de las académicas cuenta con este tiempo.

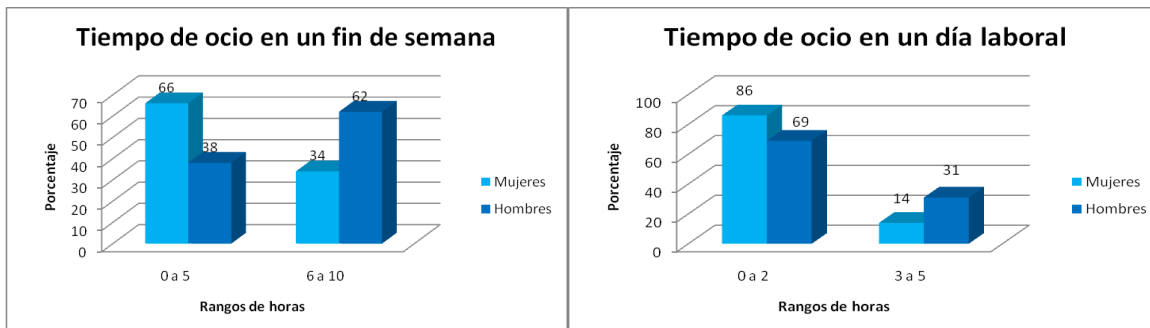


Fig. 8. Número de horas de ocio que los académicos y las académicas emplean en un fin de semana y en un día laboral.

En general el tiempo de ocio es mayor en un fin de semana, que puede ser hasta de 10 horas para algunas personas de nuestro universo, mientras que en un día laboral, lo máximo que se reportó fueron 5 horas.

4.1.4 Tiempo de trabajo

A continuación se realiza una revisión del tiempo de trabajo doméstico y académico en mujeres y varones.

4.1.4.1 Trabajo académico

En la Figura 9 podemos observar el número de horas dedicadas al trabajo académico dentro de las instalaciones universitarias (gráfica izquierda), y en casa en un día laboral habitual (gráfica derecha). También se muestra el trabajo académico que se realiza en casa en un fin de semana (gráfica inferior).

Las horas de tiempo académico en el espacio universitario han sido dividido en tres rangos: de 4 a 6, de 7 a 9 y de 10 a 12 horas. Los datos muestran que el 48% de las mujeres se ubican en el segundo rango, así como el 62% de los varones. En el primer rango, es mayor la cantidad de mujeres que dedica tiempo académico en la universidad, es decir, el 31% de las académicas emplea de 4 a 6 horas de trabajo, a diferencia del 8% de los académicos. En el último rango se ubica el 31% de los varones, superando por 10 puntos porcentuales a las mujeres. Podemos decir entonces que los académicos dedican mayor número de horas de trabajo académico que las mujeres, dentro de la universidad, ya que el 93% de esta población dedica más de 7 horas de trabajo académico en el espacio universitario, contra sólo el 63% de las académicas (gráfica superior izquierda).

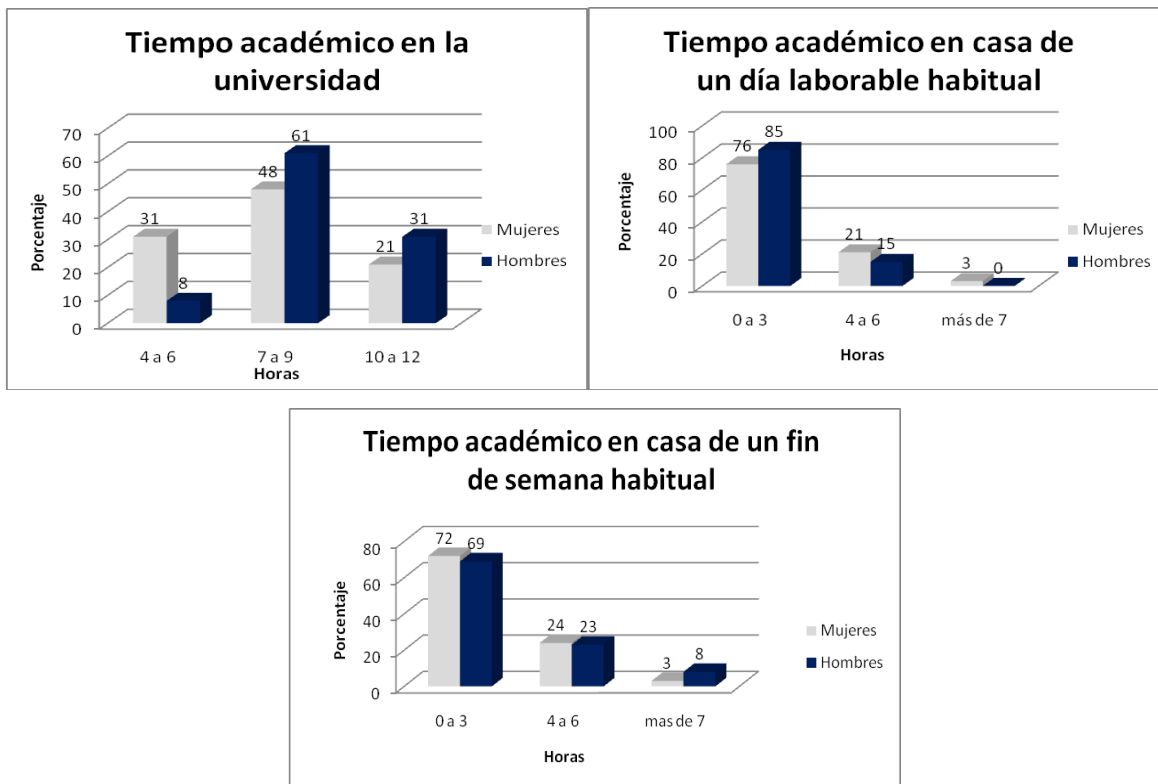


Fig. 9. Número de horas que los académicos y académicas realizan dentro de la universidad y en casa en un día laboral, así como en un fin de semana.

En el caso del trabajo académico que se realiza en casa en un día laborable habitual (gráfica superior derecha), hallamos que el 85% de los varones trabajan de 0 a 3 horas, mientras que el 15%, restante, invierte de 4 a 6 horas en este trabajo. Para el caso de las mujeres, el 76% se ubicó en el primer rango, colocándose 9 puntos porcentuales debajo de los varones. Sin embargo en el rango de 4 a 6 horas, esta situación se invierte, pues es el 21% de las académicas reportó trabajar en casa este número de horas. Estos datos nos indican que en casa, son ellas las que invierten mayor número de horas realizando trabajo académico, pues un 23% invierte más de 4 horas, en comparación con el 15% de los varones.

En general, tiempo de trabajo académico que se emplea dentro de la universidad es mayor hasta por 5 horas, en comparación con el que se realiza en casa.

En un fin de semana habitual (gráfica inferior), son las mujeres nuevamente quienes invierten un mayor número de horas que los hombres en trabajo académico. El 72% de ellas reportó trabajar de 1 a 3 horas, a diferencia del 69% de los varones. En el rango de 4 a 6 horas, no hallamos grandes diferencias ya que el 23% de las académicas y el 24% de los académicos reportaron dicho número de horas. El porcentaje restante para ambos, indica que sólo un varón y una mujer invierten más de 7 horas en este trabajo.

4.1.4.2 Trabajo doméstico

En el caso del trabajo doméstico (Fig. 10), hallamos que en un día laboral habitual (gráfica izquierda), el 77% de los varones invierte no más de 2 horas, mientras que el 23% restante emplea de 3 a 5 horas. En el caso de las mujeres, el 38% se ubicó en este rango de horas (3 a 5), mientras que la mayoría, es decir, el 62% se encontró en el primero (0 a 2). Contrastando estos datos, podemos observar que con una diferencia del 15%, es mayor el número de académicas que realiza más de 3 horas de trabajo doméstico en comparación con los académicos.

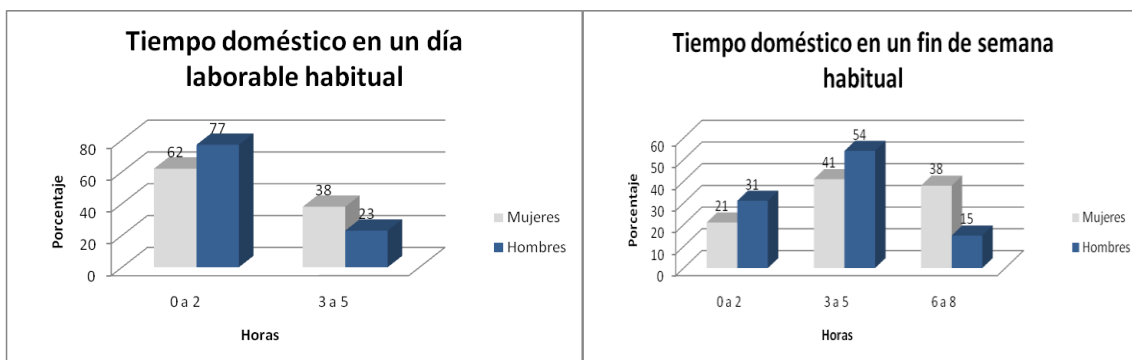


Fig. 10. Número de horas que académicas y académicos invierten en el trabajo doméstico en un día laborable y en un fin de semana.

En un fin de semana habitual (gráfica derecha), nuestra población puede invertir hasta 8 horas en el trabajo doméstico. Encontramos que el 38% de las mujeres reportó trabajar más de 6 horas, mientras que sólo el 15% de los varones se ubicó en este rango. Sin embargo, en el rango de 3 a 5 horas, se colocó el 54% de los académicos, superando por más de 10 puntos a las académicas con el 41%. El 21% restante de las mujeres reportó trabajar no más de dos horas, siendo superadas por 10 puntos porcentuales de los varones. Nuevamente, es mayor el porcentaje de mujeres que invierte más de 3 horas en el trabajo doméstico: 79% de ellas, en comparación del 69% de ellos.

4.1.4.3 Trabajo en la academia y en casa

Las siguientes figuras muestran el rango de horas de trabajo académico total en un día laborable, que resulta de sumar el trabajo académico realizado tanto en casa como en la universidad (Fig. 11); el trabajo total en casa, es decir, la suma del trabajo doméstico más el académico (Fig. 12, gráfica izquierda); y el trabajo total en un fin de semana, es decir, la suma del trabajo académico más el doméstico (Fig. 12, gráfica derecha). Ninguno de los participantes reportó trabajar en las instalaciones de la universidad en un fin de semana.

En el caso del trabajo académico total (Fig. 11), los rangos se dividieron cada 2 horas, desde 6 hasta más de 15. Los datos muestran que la mayor parte de las mujeres, es decir, el 59%, se coloca en un rango de 9 a 11 horas. En el caso de los varones, también la mayoría se ubica en este rango, con un 54%. Sólo una de las académicas trabaja más de 15 horas. En el rango de 12 a 14 horas los varones superan a las mujeres con una diferencia del 6%, es decir, el 23% de los académicos se colocan en este rango, contra el 17% de las académicas. En el rango de 6 a 8 horas, esto sucede de nuevo, pero con una pequeña diferencia del 2%, 23% para los varones y 21% para las mujeres. Podemos decir que tanto las académicas como los académicos emplean el mismo número de horas en trabajo

académico, ya que en ninguno de los rangos se observó una diferencia de más de 10 puntos porcentuales entre unos y otras. Esto llama la atención, ya que podría ser un indicador positivo en cuanto a la distribución del tiempo de trabajo, en términos de oportunidad de crecimiento y desarrollo profesional.

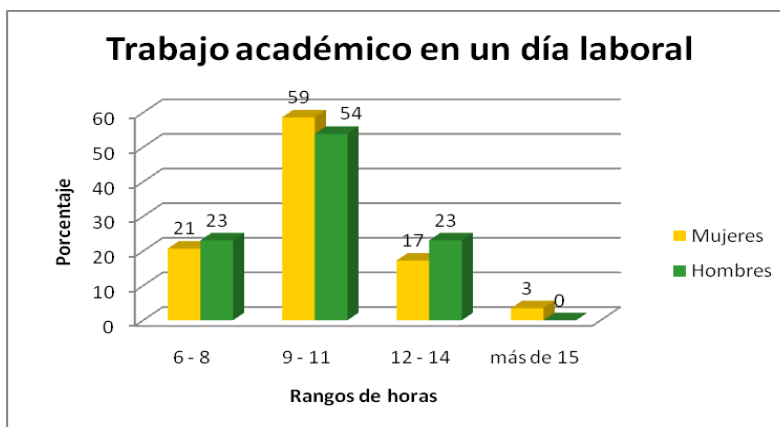


Fig. 11. Tiempo de trabajo académico total en un día laboralable, de académicos y académicas, que resulta de sumar el trabajo académico en la universidad y en casa.

En la Figura 12 se muestra el trabajo en casa en un día laboral (gráfica izquierda). En este caso los rangos se dividieron nuevamente cada dos horas, desde 0 hasta 9. Podemos observar diferencias importantes en el rango de 3 a 5 horas. Son los varones con el 61%, los que superan a las mujeres por 16 puntos, con el 45%. En el rango de 6 a 8 horas, esta situación se invierte cuando el 28% de las académicas superan por 20 puntos a los académicos, con el 8%. El 31% restante de ellos se ubica en el primer rango, de 0 a 2 horas superando por 9 puntos, a ellas con el 24%. Sólo una académica invierte 9 horas de trabajo en casa. El 76% de ellas invierte más de 3 horas en el trabajo en casa, contra el 69% de los académicos.

Para el trabajo en casa que se realiza durante un fin de semana (gráfica derecha), los rangos se dividieron cada 3 horas. Podemos observar en general, que tanto varones como mujeres, realizan mayor cantidad de trabajo en casa, académico y doméstico. La diferencia más importante se encontró en el rango de 5 a 8 horas, donde se colocan el 62% de los académicos y el 41% de las mujeres.

El 72% de ellas ahora se coloca por debajo de los varones con el 85%, quienes emplean más de 5 horas de trabajo en casa en un fin de semana.

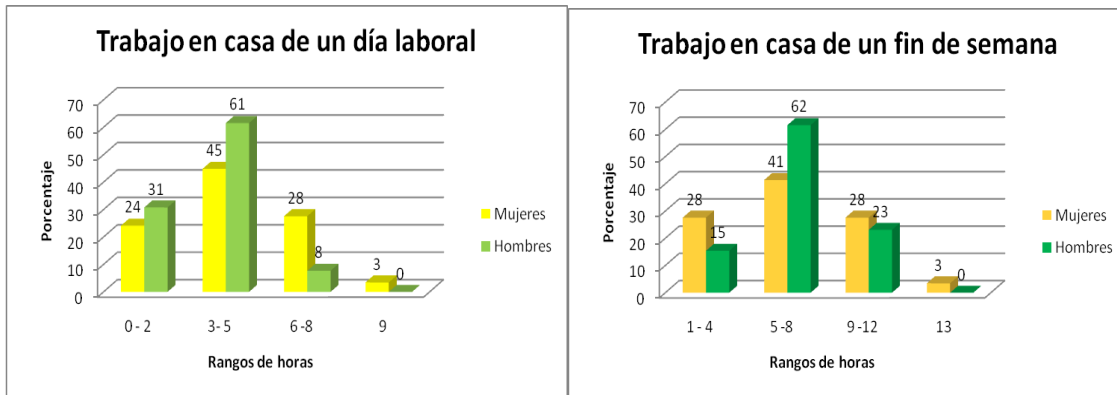


Fig. 12. Tiempo de trabajo total en casa en un día laboral y en un fin de semana, que resulta de sumar los tiempos de trabajo académico y doméstico.

Las mujeres realizan mayor cantidad trabajo en casa un día laboral que los varones, y esto se invierte en un fin de semana, cuando son los varones quienes trabajan mayor tiempo que las mujeres. Estas diferencias pueden deberse a la distribución de los tiempos para el trabajo doméstico (Fig. 10). Es con este dato donde se compensa la diferencia entre mujeres y varones.

4.1.4.4 Trabajo total

En la Figura 13 se pueden apreciar los rangos de tiempo total de trabajo en un día laborable (gráfica izquierda) y en un fin de semana habituales (gráfica derecha), es decir, la suma de las horas invertidas en el trabajo académico en casa y en la universidad, más las horas de trabajo doméstico.

Los datos indican que la mayoría de los académicos se ubicó en el rango de 10 a 13 horas con el 54%, mientras que la mayoría de las académicas también reportó trabajar este número de horas, con el 69%. Fue en el rango de 6 a 9 horas, donde el 7% de las mujeres se colocó por debajo del 23% de los varones.

En el rango de 14 a 17 sólo se obtuvo una diferencia de un punto porcentual, con el 23% para ellos y 24% para ellas. Con esto podemos decir que es mayor el tiempo de trabajo total para las mujeres en un día laboral, pues un 93% reportó trabajar más de 10 horas, en comparación con el 77% de los varones.

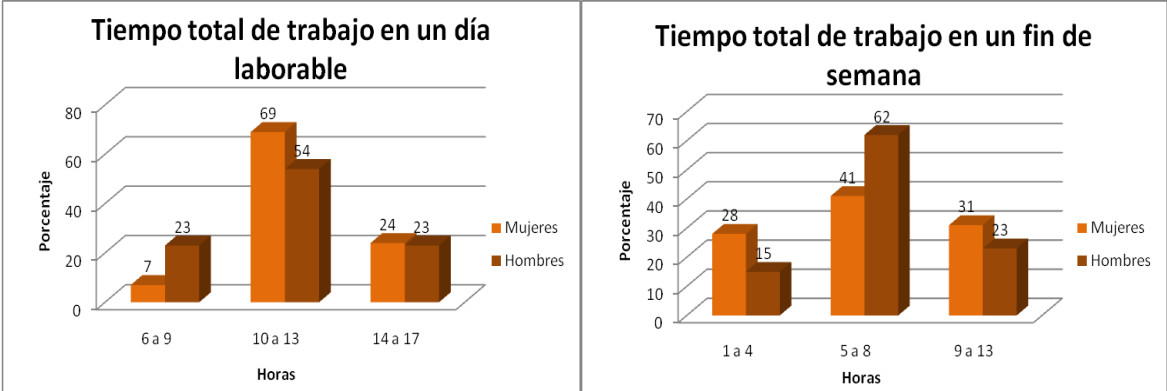


Fig. 13. Número de horas de trabajo total en un día laborable y en un fin de semana.

Para un fin de semana habitual (gráfica derecha), encontramos que en general nuestra población realiza menos trabajo ya que, mientras que en un día laboral pueden trabajar hasta 17 horas - según se observó en la gráfica anterior - en un fin de semana trabajan hasta 13. Se observa que el 62% de los académicos se ubicó en el rango de 5 a 8 horas, a diferencia de las académicas, con sólo el 41%. Sin embargo, en el rango de más de 9 horas, las académicas superaron con 8 puntos porcentuales a los académicos con el 31% y el 23% respectivamente. En el rango de 1 a 4 horas, el 28% de las mujeres reportó trabajar este número de horas, así como el 15% de los varones. Son ellos los que en mayor medida reportaron trabajar mayor número de horas, puesto que el 93% reportó trabajar más de 5 horas, a diferencia del 72% de aquéllas.

En contraste con la Figura 12, el trabajo total de las mujeres es menor en un día laboral, en comparación con los varones. En un fin de semana, esto se invierte, cuando son ellos los que trabajan por menor tiempo.

4.1.4.5 Tiempo de investigación

Con respecto a las horas de investigación que los y las participantes invierten a la semana, el número de horas ha sido dividido en 3 rangos de 10 horas cada uno (dando 3 opciones de respuesta en el cuestionario).

Los resultados muestran (Fig. 14) que en el rango de menor número de horas (10 a 20), se ubica el 14% de las mujeres y el 20% de los varones. La mayoría de la población se ubica en el rango de 21 a 30 horas, el 54% de ellos y el 48% de ellas. En el último rango (31 a 40), se colocó el 38% de las mujeres y el 31% restante de los varones. Esto nos indica que las horas de investigación en una semana habitual, no varían en gran medida, entre ambos.

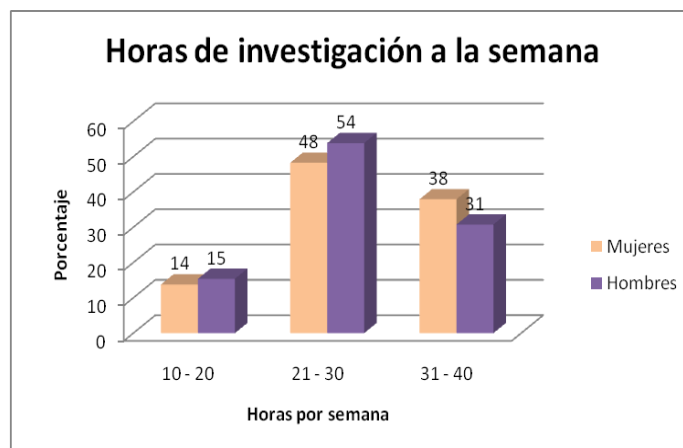


Fig. 14. Tiempo dedicado a la investigación de las académicas y los académicos en una semana habitual.

4.1.5 Reposición física

Con el fin de conocer de manera más minuciosa la distribución del tiempo libre de nuestros participantes, se analizaron las horas de reposición física reportados. Se considera que este análisis es importante, ya que a pesar de que algunos de los participantes reportaron pocas horas de ocio, el tiempo de reposición física fue considerado un espacio para realizar actividades que implican, no sólo el

descanso del cuerpo (como la siesta), sino también para ocupar este tiempo en actividades como la meditación, ver la televisión o una película en casa, leer, etc. Esto lo veremos con más detalle en el análisis de la segunda fase de esta investigación.

Los datos reportados para un día laboral (Fig. 15, gráfica izquierda), muestran que la mayor parte de la población masculina, es decir, el 76%, cuenta con 7 a 9 horas de reposición física. Sólo el 10% de ellos se ubicó en el último rango (10 en adelante), mientras que el 14% restante, en el rango de 4 a 6. En el caso de la población femenina, también la mayoría se colocó en el segundo rango (7 a 9), aunque por debajo del 54% de los varones. Un 23% de las mujeres se ubicó en el primer rango (4 a 6), y el porcentaje restante, también de 23%, en el último (10 en adelante). Con esto, podemos ver que los académicos cuentan con mayor número de horas de reposición física en un día laboral que las académicas, pues el 86% de ellos reportaron tener más de 7 horas, contra el 74% de aquéllas.

En un fin de semana (Fig. 15, gráfica derecha), nuestra población en general reportó contar con mayor número de horas de reposición física, con más de 16 horas, en comparación con hasta 11, en el día laboral. En el caso de los varones, el mayor porcentaje reportó contar con 8 a 10 horas, es decir, el 54%. Un 38%, reportó de 11 a 13, y el 8% restante se ubicó en el rango de 14 a 16 horas. Por su parte, el 41% de las mujeres reportó contar con 8 a 10 horas de reposición; el 34%, de 11 a 13; el 17%, de 14 a 16; y el 3, hasta 18 horas. Los datos nos indican que ahora son ellas, quienes cuentan con un mayor número de horas de reposición con el 54% que reporta tener más de 11, en comparación con el 46% de los varones.

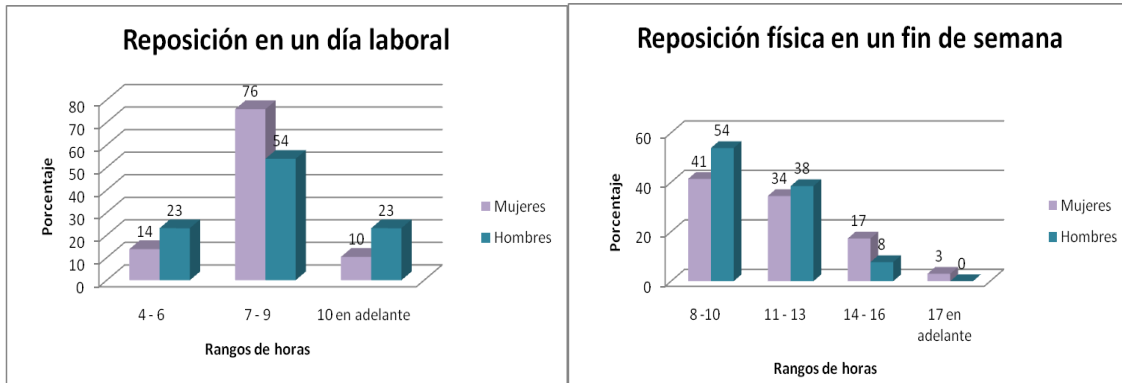


Fig. 15. Tiempo de reposición en un día laboral y en un fin de semana habituales.

Como se pudo observar, al analizar los datos de manera independiente, las diferencias que antes parecían sutiles en las gráficas de distribución total del tiempo (figuras 6 y 7), ahora se muestran más marcadas, sobre todo las que arrojan las gráficas de tiempo de ocio en fin de semana y tiempo de trabajo doméstico, también en fin de semana.

4.1.6 Análisis de correlación

Las siguientes tablas y diagramas muestran el análisis de correlación que se realizó entre las horas de ocio y los malestares reportados en un día laboral y en un fin de semana, respectivamente. De igual manera se analizó la correlación entre el tiempo libre total, que resultó de sumar las horas de ocio con las de reposición física con respecto a los malestares. En todos los casos (excepto en 2 análisis en particular), se obtuvieron coeficientes negativos, es decir, índices de correlaciones inversas donde una variable disminuye mientras la otra aumenta. La tendencia general fue obtenida como se esperaba, y nos habla de una disminución del número de malestares en relación al aumento de número de horas de ocio.

4.1.6.1 Horas de ocio y malestares

En la Tabla 2 se puede observar el análisis de correlación entre las horas de ocio en un día laboral y los malestares, reportados por las mujeres. El coeficiente obtenido fue de -0.096, que nos indica una correlación prácticamente nula.

Tabla 2. Correlación entre los malestares y las horas de ocio en un día laboral de las académicas

Correlación de Pearson	-0.096
Sig. (unilateral)	0.621
N	29

La Figura 16 muestra el diagrama de dispersión correspondiente donde se pueden observar los puntos muy dispersos.

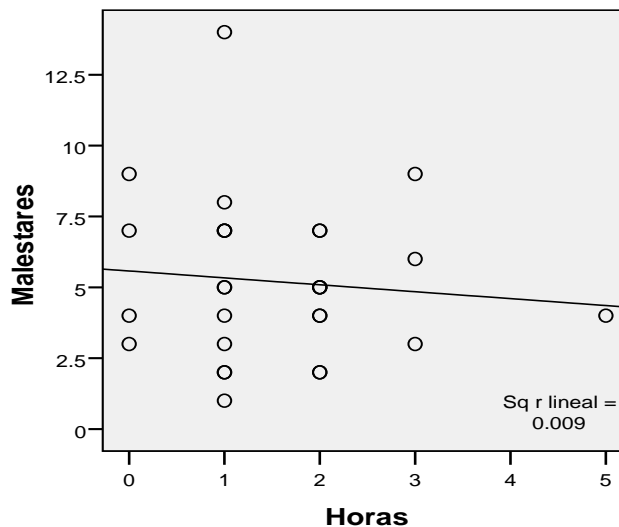


Fig. 16. Diagrama de dispersión de malestares y horas de ocio en un día laboral de las académicas.

La Tabla 3 muestra un coeficiente de -0.293 que resulta de analizar los malestares de las académicas y las horas de ocio con las que cuentan en un fin de semana habitual. En este caso el índice de correlación es un poco mayor, de -0.293. Nos encontramos ante una correlación débil.

Tabla 3. Correlación entre los malestares y las horas de ocio en un fin de semana de las mujeres

Correlación de Pearson	-0.293
Sig. (unilateral)	0.123
N	29

En la Figura 17 se aprecian los puntos un poco más concentrados, en comparación con el diagrama anterior.

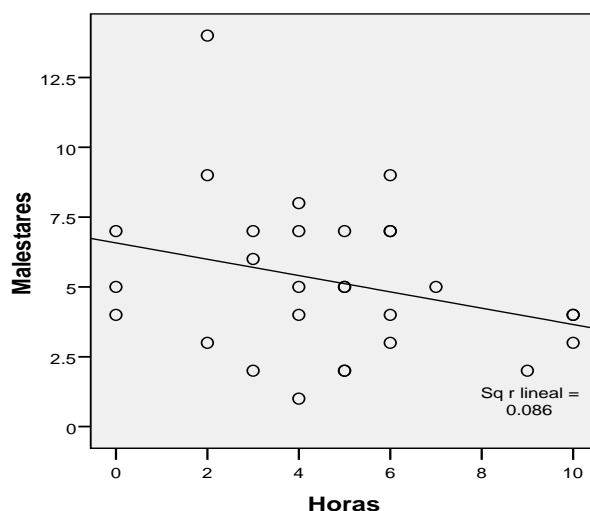


Fig. 17. Diagrama de dispersión de malestares y horas de un fin de semana de las académicas

En la Tabla 4 se muestra un coeficiente de -0.474 , que nos habla de un índice de correlación negativo entre las horas de ocio en un día laboral de los varones, y sus malestares. Este coeficiente indica una correlación media.

Tabla 4. Correlación entre los malestares y las horas de ocio en un día laboral de los varones

Correlación de Pearson	-0.474
Sig. (unilateral)	0.102
N	13

En la Figura 18 se observa una línea más inclinada que indica una tendencia mayor de la correlación negativa obtenida entre estos datos. Se puede deducir que estos resultados se obtuvieron debido a que los malestares de los varones eran similares entre unos y otros, y sus horas de ocio eran mayores. En cambio para las mujeres el número de malestares fue mayor, y las horas de ocio fueron menos. Además, se dio una mayor diversidad en el tipo de malestares que ellas reportaron.

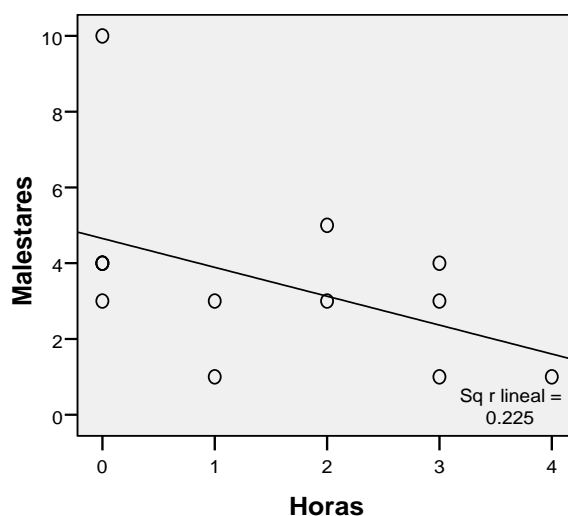


Fig. 18 Diagrama de dispersión de los malestares y las horas de ocio en un día laboral de los académicos.

En la Tabla 5, se obtuvo una correlación positiva, entre los malestares y las horas de ocio en un fin de semana de los varones, y no inversa como se esperaba, con un coeficiente de 0.267.

Tabla 5. Correlación entre los malestares y las horas de ocio de los varones en un fin de semana

Correlación de Pearson	0.267
Sig. (unilateral)	0.189
N	13

En la Figura 19, la línea de ajuste total, muestra una relación positiva débil entre estos datos, que nos habla de la posibilidad de que el tiempo de ocio no es necesariamente fuente de bienestar. Para los varones es posible que durante el tiempo libre, malestares como el estrés y la ansiedad se expresen con mayor frecuencia debido a que este tiempo puede ser utilizado para realizar otras actividades académicas, en lugar de actividades recreativas o de ocio.

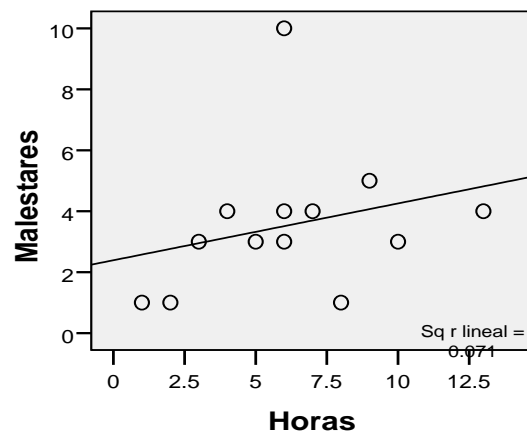


Fig. 19 Diagrama de dispersión de los malestares y las horas de ocio en un fin de semana de los académicos.

Para el análisis entre los malestares y el número total de horas de ocio de mujeres y varones, el coeficiente fue de -0.007. Este índice muestra que no hay correlación entre estas variables, aunque se sigue presentando una tendencia negativa.

Tabla 6. Correlación entre los malestares y el total de número de horas de ocio de mujeres y varones.

Correlación de Pearson	-0.007
Sig. (unilateral)	0.482
N	42

El siguiente diagrama (Fig. 20), muestra una línea de ajuste total, casi horizontal lo que muestra con mayor claridad que la correlación para estos datos es nula.

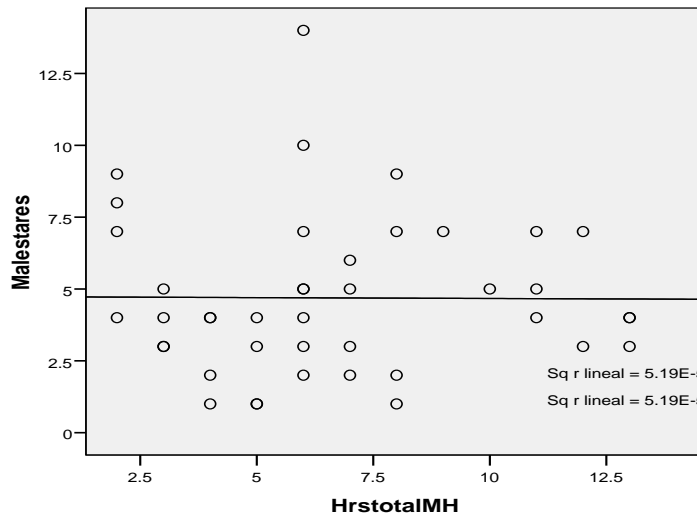


Fig. 20. Diagrama de dispersión de malestares y horas de ocio de mujeres y varones

Resulta interesante que la correlación que se mostró un poco más fuerte fue la obtenida entre los malestares y las horas de ocio en un día laboral de los varones. Sin embargo, debemos subrayar que en ninguno de los análisis anteriores se obtuvieron niveles de significancia, lo que indica una baja probabilidad de encontrarnos ante correlaciones significativas o verdaderas. Los coeficientes negativos obtenidos responden más bien a cuestiones de azar.

4.1.6.2 Tiempo libre total y malestares

Debido a que las horas de reposición física también fueron consideradas dentro del tiempo libre, se analizaron estas horas, sumadas con las horas de ocio, obteniendo el tiempo libre total.

En la Tabla 8 podemos apreciar el análisis de correlación entre el tiempo libre total en un día laboral habitual, tanto de académicos como académicas, y sus malestares. El coeficiente obtenido fue de -0.327, cuya correlación fue significativa al nivel 0.05. A diferencia de los análisis anteriores, en este caso podemos decir con alta probabilidad, que esta correlación es verdadera, y que no se debe al azar aunque es débil.

Tabla 7. Correlaciones entre tiempo libre en un día laboral y malestares de académicas y académicos

Correlación de Pearson	-0.327(*)
Sig. (unilateral)	0.017
N	42

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (unilateral).

En la Figura 21 observamos una línea de ajuste total más inclinada, lo que nos muestra, como mencionamos anteriormente, que esta relación se debe a factores de tipo causal y no solamente al azar.

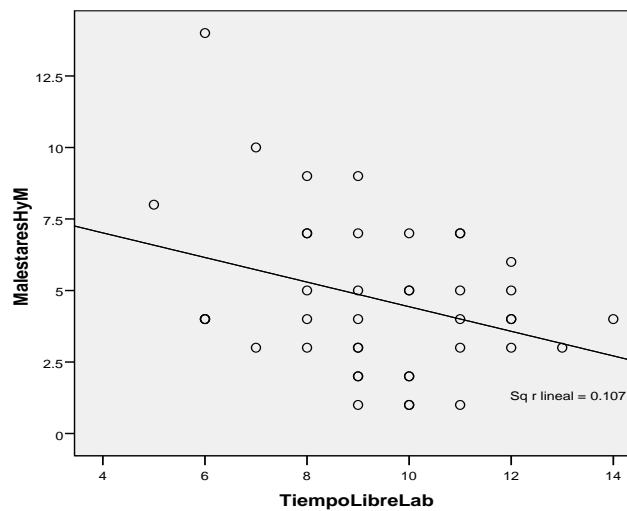


Fig. 21. Diagrama de dispersión de los malestares y el tiempo libre en un día laboral de los varones y las mujeres

En la Tabla podemos observar un coeficiente de -0.180 , para el análisis entre los malestares y el tiempo libre total de los y las académicas en un fin de semana habitual. Aquí no se obtuvo un nivel de significancia.

Tabla 8. Correlación entre los malestares de mujeres y varones, y su tiempo libre total en un fin de semana

Correlación de Pearson	-0.180
Sig. (unilateral)	0.127
N	42

En el siguiente diagrama (Fig. 22), la línea de ajuste muestra una correlación negativa muy débil.

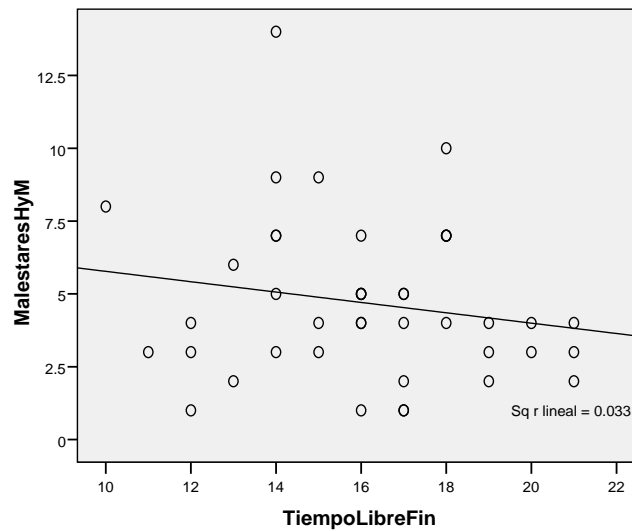


Fig. 22. Diagrama de dispersión de los malestares y el tiempo libre total de varones y mujeres en un fin de semana

Las diferencias encontradas entre los diagramas de día laboral y de fin de semana de la población total, pueden deberse a que a través del cuestionario, en el día laboral la cotidianidad se representa con mayor fuerza que en un fin de semana. Los datos se concentran en mayor medida, permitiendo así observar una correlación un poco más fuerte y significativa.

En el análisis del número de malestares y el tiempo libre total en un día laboral de las académicas, se obtuvo un coeficiente de -0.393 , con un nivel de significancia de 0.05 (Tabla 9). Por lo tanto, es altamente probable que esta correlación sea verdadera.

Tabla 9. Correlación del tiempo libre total en un día laboral y malestares de mujeres

Correlación de Pearson	$-0.393(*)$
Sig. (unilateral)	0.018
N	29

* La correlación es significativa al nivel $0,05$ (unilateral)

En la Figura 23, se observa la línea de ajuste negativa, donde los puntos de dispersión tienden a concentrarse hacia ésta. La correlación, aunque significativa, es débil.

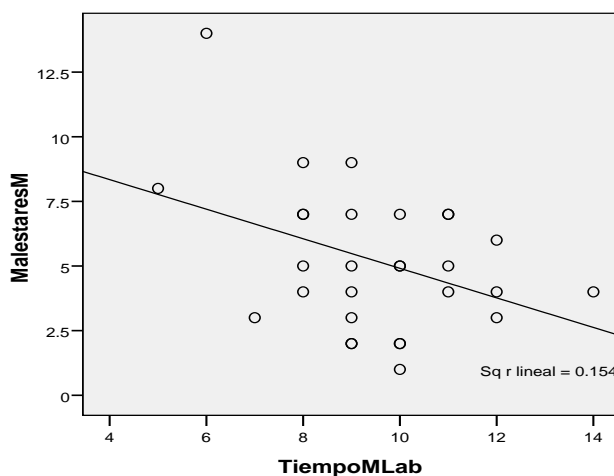


Fig. 23 Diagrama de dispersión de malestares y tiempo libre total en un día laboral de las mujeres

En la Tabla 10 vemos una correlación negativa con coeficiente de -0.364 y nivel de significancia de 0.05 , para el análisis entre el tiempo libre total en un fin de semana de las académicas y sus malestares.

Tabla 10. Correlación entre tiempo libre total en un fin de semana y malestares de mujeres

Correlación de Pearson	-0.364(*)
Sig. (unilateral)	0.026
N	29

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (unilateral).

En la Figura 24, se observa una correlación negativa significativa, pero también débil.

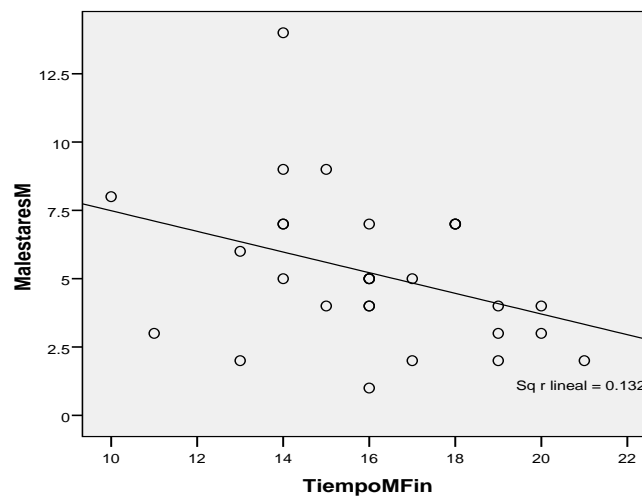


Fig. 24 Diagrama de dispersión de los malestares y el tiempo de ocio en un fin de semana de las mujeres

Al analizar los datos de los académicos, no se obtuvieron niveles de significancia, en comparación con los obtenidos a partir del análisis con los datos de las mujeres. Esto pudo deberse a que la muestra es más pequeña. Para obtener coeficientes significativos, es necesario contar con un mayor número de participantes.

La siguiente tabla muestra el coeficiente de correlación de -0.310 que se obtuvo para el tiempo libre en un día laboral de los varones y sus malestares (Tabla 11).

Tabla 11. Correlación entre el tiempo libre total de los varones en un día laboral y sus malestares

Correlación de Pearson	-0.310
Sig. (unilateral)	0.151
N	13

En el siguiente diagrama (Fig. 25) aunque la línea se observa inclinada, indicando una correlación negativa, los puntos se encuentran muy dispersos, la correlación como ya lo mencionamos, es débil.

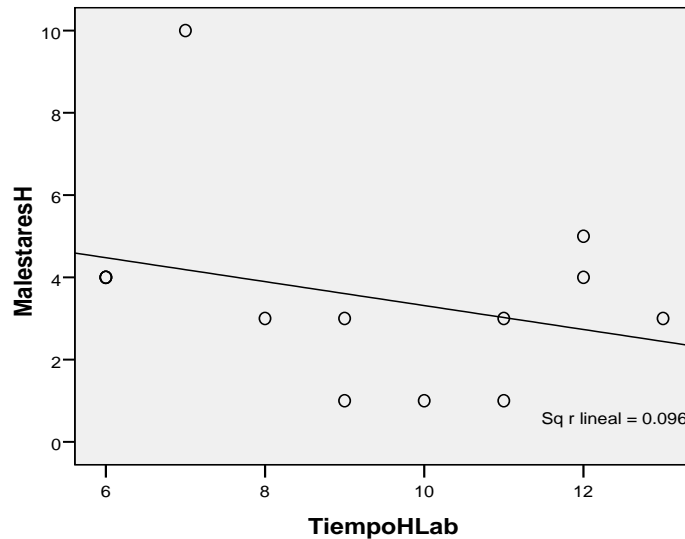


Fig. 25 Diagrama de dispersión de puntos del tiempo libre total en un día laboral y los malestares de los varones

En la Tabla 12, el coeficiente obtenido fue de 0.259, con el tiempo libre total en un fin de semana y los malestares de los varones. Es decir, hay un índice de correlación positivo en este caso.

Tabla 12.Correlación entre el tiempo libre total de los varones en un fin de semana y sus malestares

Correlación de Pearson	0.259
Sig. (unilateral)	0.196
N	13

En la Figura 26 se observa claramente una tendencia inversa a la esperada, pero que coincide con el coeficiente positivo obtenido en la correlación de la Tabla 6 y Figura 19, que también corresponden al tiempo de ocio en fin de semana de los varones.

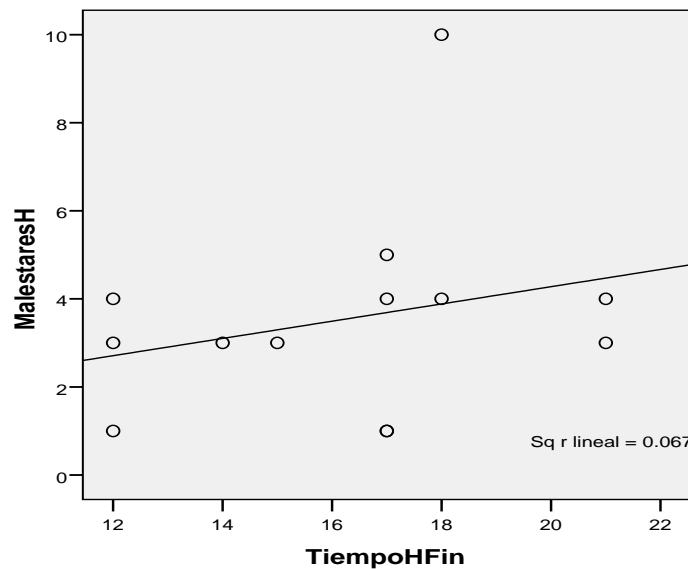


Fig. 26 Diagrama de dispersión de puntos de tiempo libre total en un fin de semana y los malestares de varones

Vemos de nuevo que tal vez el tiempo de ocio en fin de semana para los varones no signifique necesariamente bienestar. Como se revisó en las gráficas anteriores, ellos pueden invertir hasta 8 horas de trabajo académico en un fin de semana, por lo que malestares relacionados a este trabajo se pueden presentar con mayor frecuencia. Por otra parte, como ya señalamos anteriormente, también es posible que se hayan obtenido estos datos debido a la poca consistencia de

cotidianeidad obtenida en un fin de semana, en comparación con un día laboral, así como por el reducido número de la muestra.

Analizando estos resultados, podemos decir que existe una correlación negativa débil, aunque con poca probabilidad de ser verdadera, entre los malestares reportados por los y las participantes, y las horas de ocio en fin de semana y en un día laboral, ya que el coeficiente de correlación no fue mayor a -0.5 y sin niveles de significancia. El dato que más se acercó en este caso fue -0.474 , obtenido al analizar los malestares y las horas de ocio en un día laboral de los varones.

Sin embargo, al analizar los malestares con el tiempo libre total, se obtuvieron 3 coeficientes de correlación importantes. El primero de ellos se obtuvo del análisis entre el tiempo libre total en un día laboral habitual y los malestares de la población total. El coeficiente fue de -0.327 . El segundo coeficiente fue de -0.393 , resultante del análisis entre el número de malestares y el tiempo libre en un día laboral de las académicas. El tercero también se obtuvo de analizar el tiempo libre de las académicas, sólo que en un fin de semana, y sus malestares, con coeficiente de -0.364 . Todos los coeficientes resultaron con significancia al nivel 0.05 .

Podemos decir que existe una correlación significativa, estadísticamente hablando, entre el tiempo libre total y el número de malestares de la población total, con un nivel de significancia de 0.05 , aunque se muestra débil. De igual manera, existe una correlación significativa entre estos datos en el caso de las académicas.

En los discursos recopilados durante las entrevistas realizadas, estos resultados son reforzados por los académicos y las académicas, ya que relacionan de manera directa o indirecta sus padecimientos con la dinámica de su rutina de trabajo y la falta de tiempo para sí mismos, sus amigos o sus familias.

Así mismo, como vimos en las gráficas anteriores (Figura 10), las mujeres nos cuentan que invierten muchas horas de su tiempo en los quehaceres domésticos, en comparación con los varones, quienes hablaron de invertir la mayor parte del suyo, en actividades académicas. Esto lo corroboramos con las gráficas de tiempo académico en casa y en la universidad (Figura 9). De igual forma, en cuanto al tiempo de ocio en los discursos de los académicos encontramos que cuentan con varias horas a la semana, en las que realizan diversas actividades recreativas, solos o acompañados. Sin embargo, para las académicas, este tiempo se ve reducido pues las horas libres son dedicadas al hogar y a la familia. (Figura 8).

A continuación se presenta el análisis de la segunda fase de esta investigación.

4.2 Análisis cualitativo

En la Tabla 8 se concentran los datos generales de los y las participantes entrevistados en esta fase. Por respeto a las condiciones de confidencialidad bajo las que se llevaron a cabo las entrevistas a cada uno se le asignó una clave, con la cual se protege su identidad.

Tabla 13. Datos generales

Participante	1M	15M	26M	51M	72M	103M	7H	24H	79H	102H	111H	128H	146H
Edad	54	49	50	47	65	45	57	44	50	50	55	52	57
Grado académico	Mtra.	Dra.	Mtra.	Dra.	Dra.	Mtra.	Dr.	Dr.	Dr.	Dr.	Mtro.	Mtro.	Mtro.
Núm. hijos	1	0	3	1	2	1	2	2	2	4	1	3	2
Malestares	7	9	7	14	6	7	1	4	1	3	1	3	10
SNI	No	No	No	No	I	No	I	II	I	No	No	No	No
PRIDE	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	No

En general, los testimonios proporcionados por los entrevistados y las entrevistadas dan cuenta de las implicaciones de la vida laboral del académico o académica en Iztacala. Hemos encontrado que la estructura de la institución, su dinámica de productividad y su sistema de evaluación, impactan a los y las académicas en diversos aspectos: emocionales y físicos, así como en sus espacios y tiempos personales. A veces este impacto es tan fuerte que algunos de

nuestros participantes se han visto obligados a realizar modificaciones en su rutina laboral, reduciendo sus horarios de trabajo y por lo tanto la misma productividad, a cambio de recuperar aquello que alguna vez se sacrificó. En otras palabras, la resignificación consiste en una reducción sobre el peso que se le daba al reconocimiento institucional, en términos de nombramiento y economía, para dar lugar al tiempo libre o al tiempo con la familia y amigos. Recordemos que la productividad fue considerada de siguiente manera: nivel de PRIDE que tuviera el o la académica, es decir el nivel A se tomó como un nivel bajo de productividad, el B como un nivel medio y así consecutivamente hasta el nivel D, considerado como el más alto. De igual manera ocurrió con el SNI, se consideró si tenía o no dicho estímulo económico, así como el nivel obtenido.

Es de llamar la atención la impresión que algunos de los entrevistados y entrevistadas nos dieron acerca del cuestionario. En ellos se generó un proceso interesante de reflexión, sobre todo acerca de la distribución de sus tiempos de trabajo académico y de ocio. Algunos mencionaron que no se habían percatado de sus largas jornadas de trabajo, hasta el momento de contabilizar las horas. También cabe destacar que en la mayoría de los casos la asignación de tiempos y los malestares reportados en el cuestionario, cambiaron cuando se realizaron las entrevistas, debido a que éste se aplicó varios meses antes.

De acuerdo con los objetivos que plantea esta investigación, nos enfocamos en analizar los siguientes aspectos: malestares y tiempo libre, así como sus implicaciones en otras esferas de la vida como son: trabajo, familia, productividad. También se analizaron las diferencias percibidas de género en el ámbito laboral universitario.

4.2.1 Malestares

Entre los malestares físicos más frecuentes reportados por las y los participantes encontramos el estrés y el cansancio, y en algunos casos dolor de espalda y hombros y gastritis; y entre los malestares psicológicos, el estrés y la ansiedad; todos ellos fuertemente ligados con la carga de trabajo.

Es importante resaltar que al igual que en los resultados cuantitativos, fueron las mujeres quienes reportaron un mayor número de malestares tanto psicológicos como físicos durante las entrevistas. Esto puede deberse a las diferencias en el significado que construyen tanto de su trabajo académico como de sus malestares, y la manera en la que distribuyen sus labores académicas y domésticas. Sin embargo, como lo menciona Murillo (2000) estos malestares, que pudieran pensarse como vinculados a la percepción personal, en realidad responden a diferentes demandas sociales. Y de acuerdo con la autora, son diferentes porque las responsabilidades no son las mismas para hombres y para mujeres. Además, no cuentan con el mismo reconocimiento social. Murillo señala que mientras que los varones tienen que ganar protagonismo en el espacio público-productivo, las mujeres aún con un trabajo retribuido, deben cumplir con la responsabilidad del ámbito familiar, sin que ésta se estime como una actividad, dado que no se define como trabajo lo que se realiza en el hogar. A lo largo de este análisis veremos cómo los malestares de las académicas se producen en gran parte, precisamente porque responden a estas demandas sociales a las que hace referencia Murillo (2000).

4.2.1.1 Malestares desvinculados de la vida académica

Algunos de los académicos y académicas, en su discurso, asociaron claramente sus malestares con su rutina laboral. Sin embargo, también hubo quien reportó malestares desvinculados con su actividad académica.

Presentamos el ejemplo del participante 79H, quien dijo:

“Cuando uno tiene un posible problema de columna es... con esto uno debe vivir. Esto no tiene nada que ver con lo académico. Es por un movimiento inesperado, cuando uno no tiene el músculo preparado para este movimiento...”

Aquí vemos la manera en la que se ha interpretado el malestar, como algo con lo que debe de vivir, que es producido por movimientos bruscos y no se relaciona en lo absoluto con la vida académica. Otro ejemplo es el del académico 24H, cuyo malestar es la gastritis, que señala como el más importante y que atribuye a sus malos hábitos alimenticios, pero no la vincula directamente con su vida académica:

“Me encanta la comida picante, me encanta la comida grasosa, me encanta el café...”

El significado de este malestar para 24H, se puede contrastar con el de la académica 26M quien menciona:

“Entonces toda esa presión me generó problemas como gastritis por el estrés porque además se consume mucho café, porque generalmente uno duerme poco...”

“... la gastritis tiene como ocho años que empecé con estos malestares, ardor, dolor y la gastritis que se me agudiza en los periodos de estrés, cuando tenemos que entregar reportes finales...”

Resulta interesante la forma en la que cada uno explica la fuente del mismo malestar de manera distinta. Mientras que para 24H, se debe a malos hábitos de alimentación, para 26M, existe una relación directa con el estrés que le genera su trabajo. Además, para ella es necesario tomar café para mantenerse despierta, agudizando aún más el padecimiento. En el caso de 24H este hábito no se produce de la misma manera:

“No porque cuando no tomo estoy igual. Sí, a veces estoy en lugares donde no tomo café que no se puede, o no hay, y no merma mi atención, no merma mi concentración, no merma mi capacidad de trabajo (24H)”.

El académico 24H también reportó el cansancio como malestar, pero de nuevo para el participante no está vinculado con su trabajo, aunque sí se relaciona de manera indirecta debido a que es en el trayecto casa-trabajo, y trabajo-casa, durante el cual se genera dicho malestar:

“Cuando hay mucho tráfico hago hora y media, y en estos últimos casos llega uno cansado”.

A pesar de esto, para 24H su trabajo le resulta muy satisfactorio y placentero. Es posible que por ello no represente una fuente directa e importante de cansancio:

“...mi trabajo a mí me encanta, me encanta, me encanta, como no tienes idea.(...) Me llevo maravillosamente bien con mis compañeros. Somos compañeros de trabajo pero también somos amigos...”

En esta misma línea, nos encontramos con la experiencia de otro participante, el 7H, quien mencionó no padecer malestares. Esto puede deberse al significado que construye de su salud, la cual es colocada como prioridad en su vida. Además, para él, al igual que para 24H su rutina laboral no es fuente de estrés.

“...la verdad ahorita no reporto nada, si recuerdo el listado de malestares pero la verdad no reporto ninguno de ellos, porque bueno cuando tengo algún malestar inmediatamente lo atiendo, o sea, no lo dejo, algo que tengo como un hábito es que mi salud es primero y aparte mi ritmo de vida no es tan estresante...”

Es interesante el significado de malestar que se puede deducir a partir de lo reportado por los varones y las mujeres antes citados. Mientras que para ellos los padecimientos son desvinculados de su vida laboral, ellas hablan más de la presión que ésta les significa. Esto puede deberse, por un lado, a que las mujeres viven sus malestares de forma distinta porque según los esquemas tradicionales ellas suelen ser más sensibles en sus emociones y pueden hablar abiertamente de sus afecciones, tanto emocionales como físicas. En cambio, el perfil de los varones no les permite expresar de forma abierta sus emociones. Ellos deben mostrarse fuertes y “aguantadores”. Por otro lado, las académicas también deben cumplir con una doble jornada de trabajo. Sus actividades se dividen en lo que Lagarde (2003) define como doble jornada, que consiste en el trabajo productivo y el trabajo reproductivo, es decir, la jornada pública de trabajo productivo asalariado, bajo contrato; y la jornada privada del trabajo reproductivo. Lagarde señala que ambos conjuntos de trabajos forman una unidad entre el mundo de la reproducción y el de la producción. La vida de las mujeres que viven sólo un régimen se organiza y define por esa impronta: unas son madresposas, otras son trabajadoras. En el caso de aquéllas que se encuentran bajo estas dos categorías, no sólo tienen que cumplir una doble jornada, un sobre-trabajo, sino que deben vivir una doble-vida y una doble represión: son madresposas campesinas, madresposas obreras, madresposas empleadas, etcétera.

Por otra parte nos encontramos con el caso de aquellos académicos y académicas que hablan de padecer malestares cuyo origen no es relacionado directamente al trabajo académico, sin embargo éste sí repercute en los mismos. Este es el caso del académico 102H.

“...o sea de repente empecé a sentir mucho dolor, después de varios estudios me dijeron que era una hernia de disco y la única alternativa era una cirugía.”

“...tuve diversos problemas asociados con eso, principalmente dolores en las articulaciones, entonces digamos que en algún sentido no era relacionado con el trabajo pero que si me daba cuenta que en periodos en los que tenía una carga fuerte del trabajo, en periodos de más estrés ahí luego, luego... Lo resentía...”

Aunque el origen de este malestar no fue identificado de manera clara, el participante mencionó que la rutina de trabajo agudizaba los dolores de articulaciones y espalda, situación que asociaba de inmediato.

4.2.1.2 Malestares directos

Analicemos ahora las experiencias de aquellos y aquellas participantes, en las que determinado malestar es relacionado directamente con la actividad académica. Este es el caso de la académica 103M, cuyo malestar fue muy específico y se padecía de manera importante después de cierto número de horas trabajando con el teclado de la computadora.

“...codo de tenista..., ...resultó tan grave que no podía ni mover el brazo.”

“...fui con el ortopedista, me dijo que era eso. Lo que hizo fue inyectar algo en el músculo, y lo que me recomendó fue que no trabajara, que era un problema del trabajo...”

“...Mucho, qué será, como unas 4 ó 5 horas frente a la computadora, al día siguiente, entonces sí siento... en la medida que yo supongo que siga, se puede agudizar.”

Debemos subrayar la manera en la que la académica 103M enfrenta los padecimientos de los que nos habla, ya que al contrario de 7H quien considera su salud como un asunto primordial, como vimos en el punto anterior, ella los atiende hasta que la situación de salud se complica o hasta que se ve inhabilitada:

“...y lo fui dejando hasta que verdaderamente resultó tan grave que no podía ni mover el brazo. O sea, estaba trabajando, movía así y ay, dolía. Dormida ya me dolía, me despertaba el dolor. Entonces como después de cómo 6 meses que fue aguantando el dolor...”

“...tenía una tos de perro que igual que el brazo, me la dejé y me la dejé hasta... Porque era la pura tos, y no me sentía nada mal. Fue tanto que fui con una... es alergóloga, ...”

Cuando le preguntamos la razón para dejar pasar el tiempo y no acudir con algún especialista y atender sus padecimientos, sino hasta después de un largo plazo de tiempo, nos explicó:

“...Pues yo creo que es entre falta de tiempo, entre que hay otras prioridades, que normalmente es el trabajo, los hijos y la casa, y a veces sí es la falta de accesibilidad. Si yo tuviera aquí al médico, pues igual hubiera ido más rápido...”

Podemos ver que aunque el malestar tenga repercusiones importantes para nuestra académica, no puede dejar en segundo plano sus obligaciones de académica, de madre y de ama de casa. Es decir, su escala de prioridades no le permite poner en primer lugar su atención personal. No así para el académico, quien atiende sus malestares de manera inmediata. Este fenómeno, puede ser explicado desde Bonino quien, en el 2004, también habla de la doble jornada laboral, pero que a diferencia de Lagarde (2003), la define más precisamente como una doble presencia, tanto en la casa, como fuera de ella.

Bonino (2004) subraya en particular las relaciones de desigualdad en lo doméstico. Señala que las mujeres, especialmente las que tienen hijos o hijas, se abocan a asumir múltiples funciones en dos ámbitos simultáneamente, con conflicto de prioridades, falta de tiempo propio, que en este caso es imprescindible para atender un problema severo de salud, procurando tiempo a los demás familiares, con dificultades para compatibilizar demandas, con sensaciones de ir como loca o estar todo el día corriendo. Bonino señala que ésta es una situación de atrapamiento que muchas perciben como inmodificable, que las limita en su

desarrollo y crecimiento personal y laboral, que a veces les obliga a optar – libremente dicen algunas - entre la vida familiar y laboral.

Continuando con el caso de 103M, encontramos que el cansancio y la fatiga son los malestares más importantes para ella, y que los vincula con el tiempo de trabajo que invierte:

“...en las noches me siento muy cansada, como que me hace falta ejercicio, yo sé que necesito hacer ejercicio, y que es una forma de solucionar muchos de los problemas que pudiera tener de salud, y de prevenir otros. Sin embargo, sí dejo en segundo o en último término esta parte y no me he dado el tiempo que necesito para hacer ejercicio...”

Aquí podemos identificar cómo el tiempo libre es importante para 103M, quien reconoce el ejercicio como una actividad que podría solucionar sus malestares e incluso prevenirlos. También señala una posible explicación de un malestar producido por otro, y menciona que tal vez se trate de fatiga crónica:

“...Lo que sí me afecta es que siempre me siento cansada. A lo mejor es producto del estrés, que yo digo que lo manejo, pero a lo mejor fisiológicamente no es cierto, ¿no? Eso se está manifestando en que o me sienta cansada, inclusive ya por ahí comentando con personas dicen que a lo mejor tengo el síndrome de fatiga crónica...”

“...Si yo ahorita me acuesto me duermo...”

Otro malestar que identifica, tiene que ver con problemas musculoesqueléticos, cuyo origen relaciona con la postura que adopta en su espacio de trabajo:

“...y por ejemplo ahí yo lo sentía en la espalda y en el cuello y en los hombros. Ahí es donde se marcaba, yo suponía que sí, por estar sentada, y la posición, y estaba muy tensa...”

En cuanto a malestares relacionados de manera muy directa con la carga de trabajo, la misma 103M dice:

“...se acumula el trabajo, estoy más ansiosa, y pues más irritable.”

Al igual que la académica 103M, 1M señaló padecer de fatiga crónica, así como de trastornos del sueño:

“Sí, insomnio y bueno, fundamentalmente insomnio, y desorden. Soy desordenada para dormir...”

“...fatiga crónica.”

Además de estos padecimientos mencionó uno más, pero en los tres casos, los vinculó con su rutina laboral:

“...Digamos me deprimó... No es algo constante, es algo más bien muy asociado al exceso de trabajo....”

Otras participantes que mencionaron padecer desórdenes de sueño fueron la 15M y 72M, quien dijo:

“...insomnio..., o me dormía muy tarde o me despertaba muy temprano y ya no me podía volver a dormir...” (72M)

De fatiga también habla 15M, sin embargo, menciona que la padeció mucho tiempo, debido a que adoptaba muchos compromisos, como proyectos de investigación:

“...estaba en un estrés extremo, exagerado porque yo tenía unas investigaciones...”

“...tenía dos tres años con una fatiga extrema...”

Vemos, como en los resultados cuantitativos, que dos malestares físicos comunes entre las académicas son el cansancio o fatiga y trastornos de sueño. En el último caso, identificamos que a pesar de los malestares que le genera la carga de trabajo, la académica se reconoce a sí misma como investigadora que acepta múltiples proyectos y compromisos, lo que en consecuencia, también recorta el tiempo que podría pasar con la familia o amigos.

Otros malestares que logramos identificar como comunes entre los y las participantes, y que ejemplificábamos con 103M, se relacionan con dolores de espalda debido a la posición que se adopta frente a la computadora, herramienta indispensable de trabajo en la investigación hoy día. De esto nos habla 24H:

“He hecho muchas cosas, he trabajado mucho, he estado en la computadora mucho tiempo, y por ejemplo ahí yo lo sentía en la espalda, y en el cuello y en los hombros. Ahí es donde se marcaba...”

El académico 24H menciona la vista cansada como un malestar que no se produce por la postura directamente, pero que sí es inherente a su trabajo debido a que le exige leer por largas horas frente al monitor de la computadora.

Con respecto a los dolores antes señalados, el académico 111H menciona lo siguiente:

“...Estamos hablando de dolor aquí (señala su cuello) dolor de cuello-hombro...”

“...Sí, sí tiene tres o cuatro años de que aparece, sube y baja de intensidad dependiendo de las actividades, de las inactividades más bien, ...tiene que ver con el uso de la computadora...”

Como mencionamos anteriormente, en el análisis de correlación, pareciera que para las académicas los malestares se padecen con mayor intensidad y con mayor diversidad. La mayoría de las académicas citadas, mencionaron tanto malestares físicos como psicológicos, que van de la mano unos con los otros, muy

vinculados con la carga de trabajo. Para los académicos, en cambio, los malestares son menos y en mayor parte físicos, relacionados con la postura.

4.2.1.3 Complicaciones mayores

Entre los malestares reportados, también encontramos aquéllos que no se originan directamente en el ámbito laboral sin embargo, debido a su intensidad y/o frecuencia, derivan en complicaciones ya sea a nivel personal, profesional o con social, con los compañeros de trabajo. También pueden derivar a nivel físico, generando nuevos padecimientos. Como ejemplo de ello, la académica 51M nos cuenta:

“...me tuvieron que hacer electrocardiogramas, ya no cabía el bebé o sea me fue afectando todo y de repente me estaban dando hormonas para que se fijara la placenta en ese tiempo, hormonas que me afectaron y me crearon un tumor que extra-vaginé...”

“...también se me derivaron pólipos múltiples en los ovarios que me hacían sangrar muchísimo pero después hubo una complicación que no me permitía que me operaran porque empecé a tener unos problemas muy fuertes de hipotiroidismo severo. Cuando ya se me manifiesta completamente fue hace dos años, se me empezó a caer el cabello, caí en depresión, depresiones muy fuertes, empecé a bajar de peso muchísimo...”

Estos problemas de salud, provocaron en 51M, más adelante, problemas en su ritmo de trabajo disminuyéndolo, a tal grado que no pudo cubrir los requerimientos en la evaluación del PRIDE. A nivel emocional, esto repercutió en una serie de depresiones que persisten hasta hoy.

Otro ejemplo de complicaciones mayores lo tomamos del académico 146H. En su caso identificamos implicaciones severas de salud cuando se encuentra fuera del país estudiando un posgrado y comienza a padecer molestias.

“...un quiste que me salió en la vejiga, empecé a orinar sangre y me espanté...”

El académico tuvo que ser operado de emergencia en el país donde se encontraba:

“...yo me la pase mal, por la comida, por vivir solo, yo ya había vivido solo pero no me había pesado tanto...”

Para 146H, el no poder contar con su familia en una situación severa de salud, por encontrarse estudiando en el extranjero, significa un malestar emocional general.

En el caso de la académica 51M, podemos identificar un problema cuyo origen tiene implicaciones de género severas, ya que es desde el embarazo que comienzan los conflictos a nivel laboral. Es desde el ser madre, que la académica se enfrenta a una serie de obstáculos que poco a poco van mermando su carrera y su salud mental y física. En este sentido, la vida académica de la mujer se ve impactada negativamente casi de forma segura durante la maternidad, donde la institución o empresa que le contrate, le otorga tiempo de incapacidad y de crianza, reduciendo inevitablemente su productividad. Además se tienen que considerar posibles complicaciones como las que experimentó 51M. En cambio, la paternidad en los varones, no sufre necesariamente esta serie de conflictos.

Estos ejemplos nos muestran que la dinámica del trabajo académico es tan exigente que puede complicar aquellos malestares que se originan por factores ajenos al mismo. Esto se deriva en un círculo vicioso en el que el académico o la académica deber estar siempre sanos para poder trabajar, de lo contrario la enfermedad los lleva a sacrificar tiempo y calidad de trabajo, que a su vez repercute a nivel económico y emocional, que termina por complicar aún más su salud física y psicológica.

4.2.1.4 Reflexión y resignificación del trabajo

Como podemos observar, la manera en la que los y las participantes vinculan sus malestares con su vida académica, puede ser tan fuerte que algunos de ellos al encontrarse en una situación límite en su estado de salud, físico y psicológico, se ven orillados a realizar cambios, tanto en la vida académica como en la personal. Pero a veces estos cambios, requieren de romper esquemas y demandas sociales, por lo que el proceso se vuelve muy complicado.

El académico 102H nos platica cómo es que identificó el ejercicio, actividad que para él era importante, como una fuente de cansancio:

“Desde la mañana porque salgo a correr en la mañana, luego trabajar, luego la tarde trabajar un poco en la casa, hacer cosas de la casa, con los hijos etc., entonces como que no estaba... como que tenía que bajar el ritmo del ejercicio para no estarme desgastando tanto ¿no? y sí me di cuenta que haciendo eso ya no me sentía tan cansado“.

En comparación con la académica 103M, 102H integra el ejercicio en su rutina cotidiana, mientras que para ella resulta complicado encontrar un momento para hacer esta actividad. Ella quisiera hacer ejercicio, sin embargo, lo deja de lado pues antes está su trabajo, su familia y su casa. Después de esto, ya no tiene tiempo, a pesar de que identifica esta actividad como importante para mantenerse saludable.

Siguiendo con el caso del participante 102H, vemos que también reconoce su edad como un posible factor en la disminución de su rendimiento:

“No, como que es más reciente, yo creo que es parte de también los cambios relacionados con la edad, la andropausia que parte de eso tiene que ver con la fatiga, no rinde uno igual y sin embargo yo quería seguir haciendo todo igual, seguir manteniendo la misma rutina de

trabajo, entonces de repente tuve que aceptar que tenía que bajarle, que no podía continuar así porque tenía estas consecuencias.”

El académico 102H se enfrenta a una situación en la que debe de aceptarse a sí mismo como un hombre cuyas capacidades y fuerzas ya no son las mismas que cuando era joven. Entonces, como lo mencionamos anteriormente, en 102H se genera un proceso de rompimiento con un perfil tradicional que le exige precisamente fuerzas y rendimiento.

Por su parte, 1M menciona que intenta cambiar la manera de trabajar, sin embargo habla de que todavía le es difícil lograrlo pues el no trabajar como antes, aceptando compromisos y por un mayor periodo de tiempo, le genera culpa:

“Sí empiezo. Sí por supuesto, por supuesto. Estoy trabajando mucho menos de noche, por ejemplo. Hay días que ni siquiera prendo la computadora en la noche, todavía me cuesta mucho trabajo y además me da sentimiento de culpa. ‘Ay debería haber aprovechado para hacer, y quién sabe qué’. Es importante que me dedique a otras cosas. Entonces si le he ido bajando pero ha sido más un asunto de cansancio más que de conciencia de salud.”

Al igual que 103 H, vemos cómo en el caso de 1M la edad es un factor que se relaciona de manera directa sobre el cansancio. La académica y el académico se enfrentan con un cuerpo ya no responde como antes y entonces se produce una reflexión sobre lo que se puede o no hacer. Sin embargo como lo señala la participante 1M, tiene que ver, en mayor medida, con el mismo cansancio y no necesariamente con una conciencia de salud.

En este proceso de resignificación del trabajo académico, la familia cobra mayor importancia en la vida de las académicas. Cuando 1M dice “otras cosas”, se refiere a lo siguiente:

“Bueno en primera me tengo que dedicar a mí, segundo, tengo que cumplir con estas responsabilidades que tengo, y como ya dije, bueno ya me cansé de andar en todo, entonces tengo que aprender a centrarme en algo importante y también ese algo importante tiene que

ver mucho con mi familia. Le dedico muchas horas a mi familia, en general, fundamentalmente a mi mamá, a mi esposo, y a mi hija.”

Debemos subrayar que 1M, en primer lugar, se coloca a sí misma, en cuanto a aquello a lo que le debe tiempo. En segundo lugar coloca a su familia, sin embargo, ésta cobra un gran peso, en términos del número de horas que pasa con ella.

El caso de 15M, es muy claro en el sentido de encontrarse en una situación límite que la lleva a realizar cambios, disminuir el ritmo de trabajo y realizar otras actividades, distintas al ámbito laboral:

“...y con lo de mi mamá también empecé con problemas de salud, triglicéridos, anemia, gastritis por supuesto una serie de cosas pero como que me hicieron crisis hace un año...”

“...dije no ya no puedo más, tengo que pararle, ...pues sí, a raíz de ahí empecé a hacer algunos cambios, ...entonces ahí voy poco a poco.”

“...estuve yo anémica como seis años y me hicieron análisis y de hecho nunca supimos por qué fue, pero entonces me mandaron medicamento inyectado, entonces también la anemia desde hace como medio año digamos que ya no tengo anemia...”

“...el estrés bajo muchísimo, porque te digo a partir de ese tiempo yo dije, 'Ya necesito un cambio en todos los sentidos'...”

La participante 15M señala que se produce un gran cambio en su salud, a partir de las medidas que toma a consecuencia de la crisis que padeció hace tiempo. El cambio se enfatiza en resignificar su trabajo y en realizar mayor número de actividades de ocio. Ella afirma:

“...y pues todavía me falta por dejar de hacer unas cosas, pero sí puedo decir que he dejado algunas cosas, pero infeliz no esto. En eso estoy, estoy en ese proceso, ese es mi propósito en los próximos años, seguir trabajando porque por supuesto sí me gusta, pero un poco menos hasta que me sienta tranquila y que me pueda ir libremente y ahí nos vemos. Igual este año me robé algunos días, salió una oportunidad de salir con mi familia y antes ni pensar que podía irme por el trabajo y ahora, con la pena,, me apuro a mis cosas que tengo que hacer y me voy. Sí me pesa un poquito todavía, pero te digo esas pequeñas acciones como que me

han dado satisfacción, pues el pensar que me estoy retomando a mí misma, me falta, me falta un chorro pero bueno; y sí cuesta porque son patrones que tienes de toda la vida en la casa y aquí y pues ni modo, si pierdo PRIDE ya no me importa tanto.”

Al igual que 1M, este proceso de cambio ha sido difícil de llevar a cabo, y además, acompañado de un sentimiento culposo, que es común que se presente en las mujeres debido al conflicto entre el “querer ser” y el “deber ser” (Tena, 2006). Esto lo podemos identificar en 1M cuando dice que quisiera irse “libremente” a donde quisiera; o cuando señala que se “robó” algunos días para pasarla con su familia. Como lo afirma Molina (2006), nos encontramos con mujeres confusas frente a los múltiples roles que deben desempeñar (profesional, laboral, familiar, de pareja, social). Cuando llegan a “fallar” en alguno de ellos entonces suceden los problemas de identidad, porque por un lado en el ámbito familiar son reconocidas como madres abnegadas. Por el otro, en el ámbito profesional, adquieren una identidad propia a través de su trabajo acompañado con sentido de realización. La académica 1M es un claro ejemplo de ello, cuando dice que se enfrenta con patrones muy arraigados, dejarlos de lado, le significa un gran esfuerzo, que posiblemente implique a su vez algún malestar.

En el caso de 26M, encontramos un cambio importante en los malestares que padecía. Ella habla de que esto lo ha logrado en gran parte porque se encuentra en año sabático, por lo que la carga de trabajo es menor. Sin embargo, pretende continuar con estas mejoras más adelante:

“...ahorita el estrés ya bajó, el insomnio también, ya duermo más, la gastritis casi está controlada...”

Es sólo a partir de que la carga de trabajo disminuye, y por lo tanto el tiempo libre es mayor, que la académica logra diversas mejoras en su salud física y mental.

Los académicos y las académicas resignificaron su trabajo al percibir la manera en la que impactaba las diversas esferas de su vida. Sin embargo podemos decir que la esfera más afectada fue la salud. A partir del deterioro severo de la misma, decidieron hacer las modificaciones que creyeron pertinentes, y éstas consistieron básicamente en dedicar más tiempo a sí mismos. Sin embargo, las académicas siempre dejaron entre ver un sentimiento de culpa, en comparación con los varones.

4.2.1.5 Reconocimiento y productividad

Algunos malestares psicológicos ligados con el ámbito laboral son el sentimiento de fracaso, la depresión, como ya se mencionó en ejemplos anteriores, y la frustración. Éstos se caracterizan porque se generan a partir de falta de reconocimiento al trabajo que realizan los investigadores y las investigadoras, ya sea por parte de familiares o de las autoridades universitarias.

La académica 15M nos habla del significado que construyó de su trabajo y de las metas que logró a lo largo de su carrera académica. Ella menciona:

“...yo creo que si porque bueno es como parte de mi historia desde siempre, lo que pasa es que yo crecí en un ambiente muy humilde y el entorno era igual, además las chamaquitas se casaban súper niñas y yo me dije yo no quiero esto, yo lo que quiero hacer es hacer cosas, salir, trabajar entonces ésa fue mi meta, tengo que estudiar, tengo que salir, trabajar y me dediqué a eso, por eso te digo que como que es producto de mucho tiempo atrás...”

Una vez que el trabajo de 15M es remunerado lo suficiente como para cubrir sus necesidades básicas, el sueldo cobra un significado distinto. Deja de ser un estímulo económico y se convierte en un indicador de status.

“...ya cuando tuve un sueldo base pues ya cubría lo mínimo indispensable en una casa y el incentivo económico no es prioridad, te digo más bien era el nombramiento o el reconocimiento por toda la historia como es mi caso...”

Es a partir del significado que 15M construye de su trabajo, que los logros académicos se traducen en éxito, por lo tanto si no alcanza sus metas, surge un sentimiento de fracaso. Sin embargo, como vimos anteriormente, debido a los malestares que padeció, resignificó su trabajo, y ahora el peso que le deposita es menor:

“...fue de buscar más logros y más logros y me metí en ese rollo...”

“...pero sentimiento de fracaso como que de repente chin digo si no hago esto no voy a lograr aquello...”

“...estoy trabajando en eso, de que ya no me pese tanto...”

En el caso de 146H vemos un cuestionamiento sobre el significado de su trabajo, al encontrarse con el rechazo de sus proyectos:

“...proyectos de investigación que te rechazan, a mi me rechazaron en dos ocasiones un proyecto y la verdad no entendíamos ni porque y que además eso es terrible porque cuando te dicen estas mal pero no te dicen por qué... el malestar se vuelve tuyo porque no te dan posibilidades de reivindicarte, no te dan posibilidades de corregir, no te dan posibilidades de nada...”

Este rechazo le genera:

“...frustración, desesperación, enojo, ...porque tú dices bueno y para que hago todo esto...”

Vemos cómo el reconocimiento y la aceptación le dan sentido al trabajo de este académico, y al no contar con ellos, las consecuencias se traducen en malestares psicológicos. Es necesario que exista una retribución al esfuerzo en el trabajo, que no siempre es económica, pero de no existir, puede producir el llamado “burn-out”,

que se caracteriza por malestares como el cansancio y la disminución del interés laboral (Tena, 2009).

La participante 26M es otro ejemplo claro de que el reconocimiento le da un significado importante al trabajo de los y las académicos, y que puede repercutir de manera importante en su bienestar físico y psicológico de no darse:

“...tendría como unos cinco años, básicamente porque a pesar de que se trabaja muchísimo y uno está aquí todo el día, el dinero no es suficiente, la falta del reconocimiento por parte de la familia...”

“...es un problema que se fue presentando poco a poco al ver que no reconocían mis labores ni la familia, ni las autoridades, el trabajo que uno hace aquí nadie lo reconoce...”

En estos ejemplos, debemos resaltar que para el académico el reconocimiento cobra mayor peso desde el ámbito laboral. En cambio la académica le da mayor peso al reconocimiento familiar. Vemos cómo están intrincados los significados de trabajo y familia, que son diferentes para hombres y mujeres.

En el caso de 51M, encontramos una necesidad de demostrar a los otros su capacidad en el trabajo:

“...principalmente mis depresiones son emocionales, si tiene que ver con la presión que hay, y también tiene que ver, ahora que lo mencionas que a lo mejor nunca me lo había preguntado yo de tener que demostrarles que realmente podía salir adelante yo sola sin necesidad de ellas...”

“...he guardado ese tipo de cosas y en realidad yo nunca he ido al psicólogo y he querido hacerlo aunque no he podido para sanar ese tipo de cosas. Porque tal vez tenga muchas cosas guardadas que me afectan físicamente mi peso, de mi autoestima, yo trato de no darme cuenta de los problemas que traigo pero yo tengo un sobrepeso de veintitantos kilos...”

Esta falta de reconocimiento aunado con la competitividad laboral, no sólo le produce a esta académica problemas emocionales, sino también graves consecuencias a nivel físico.

Otra fuente de estrés y angustia que pudimos identificar y que va de la mano con el reconocimiento, se relaciona con el cumplimiento de los requisitos de evaluación de la productividad. Al respecto 26M dice:

“...se acerca el tercer año de evaluación bueno el estrés es mucho mayor...”

La participante 15M comenta al respecto:

“...sí claro, el PRIDE, es que es la mitad del salario, si en esta carrera de mucha competencia eso cuesta mucho, y pues te pesa aunque no lo reconozcas, hubo un tiempo que estuve en el SNI pero ya no, igual nada más veía un oficio del SNI y decía ay no, ya no, físicamente me dolía el estómago; el SNI lo tuve como diez años, un poquito más como doce años y lo perdí, es que igual por atender todo la tesis la fui dejando la fui dejando y pues ese fue la razón por la que me dijeron que si quería el SNI tenía que titularme y pues ya no pude, y claro que sí me pesó pero en lo económico no tanto sino en el nombramiento pero igual dije, no ya estuvo, yo dije, no, ya no me importa, era un estrés fuertísimo...”

Es claro que tanto el PRIDE como el SNI, significan un estímulo económico importante, aunque pareciera que para los y las entrevistadas pesan más porque son símbolos de prestigio. Sin embargo, pareciera que cubrir los requisitos de ambos sistemas, genera severos padecimientos, sobre todo estrés y angustia. Al respecto 72M menciona:

“...porque sí, me preocupa la productividad, es más me hace más sufrir mi exigencia intelectual que la propia productividad...”

La vida de los académicos ha sufrido cambios a partir del sistema de evaluación impuesto hace algunos años y con esto se originó una nueva fuente de malestar, como comenta el académico128H:

“...algo de frustración probablemente, sí estoy completamente en desacuerdo de que mi vida académica se esté volviendo tan absorbente y tan demandante y tan angustiada, porque sí hay angustia, sí vivimos angustia...”

Algunos de los académicos, además nos hablan de que el formato de evaluación no está claramente definido. Esto, aunado con los compromisos que deben ser cumplidos cada tiempo determinado, genera en los y las participantes tensión y ansiedad. El académico 102H nos platica:

“...entonces eso es un elemento muy desgastante de la evaluación en donde uno está con la incertidumbre...”

Podemos ver que no existen grandes diferencias en cuanto al significado de la productividad y el reconocimiento del trabajo que construyen los y las participantes. Éstos tienen un peso económico, pero también un peso sobre el status, la reputación y el prestigio. Los malestares vinculados con la exigencia de productividad, tampoco son diferentes entre los y las participantes. Sin embargo, debemos considerar que las mujeres pueden experimentar una importante desventaja ante los varones, con respecto a los requisitos de evaluación que deben cubrir, ya que las demandas familiares y laborales, son incompatibles entre sí (Papí, 2005). En este sentido, no es posible exigir a las académicas de la misma forma como a los académicos, hasta que estas esferas alcancen un equilibrio entre sí.

4.2.2 *Tiempo libre*

En cuanto al tiempo libre de los y las participantes, encontramos que los varones invierten algunas horas en actividades para sí mismos. En cambio, la mayoría de las mujeres entrevistadas, lo invierte en su familia. Ellas se caracterizan por cuidar de sus esposos e hijos, durante el escaso tiempo libre con el que cuentan. Sólo algunas de ellas pueden pasar tiempo con amigas.

En contraste, pareciera que para los hombres no es tan complicado encontrar un mayor número de actividades para sí mismos. Esto puede deberse al significado que las mujeres construyen de su deber ser como madres, jefas de familia, esposas, profesionistas, etc. Su tiempo se ve repartido en los otros, y queda muy poco o casi nada para sí mismas.

Al respecto, Murillo (2000) menciona que al revisar estudios sobre la distribución del tiempo, los resultados muestran que es común asociar tiempo libre al tiempo excedente de la actividad laboral (única actividad considerada "trabajo", por ser remunerada). Lo doméstico pasa a considerarse "tiempo no ocupado" (es decir, tiempo privado). Sin embargo, de acuerdo con la autora, lo que subyace en este planteamiento es la figura de un trabajador masculino que, sin responsabilidades domésticas, cuenta con tiempo libre.

En las mujeres este tiempo libre se logra difícilmente cuando se tiene una doble jornada. Murillo (op. cit) señala que este tiempo "libre" no puede definirse como "privado", dado que las actividades que se registran en él no cuentan con los parámetros tipo del uso de un tiempo privado, es decir, elegir y disponer cómo se ocupa, teniendo sólo en cuenta la propia administración del mismo.

Como ya se dijo anteriormente, según la construcción social de roles tradicionales, la familia debe ser el centro de interés de las mujeres, por lo que ocuparse "de otros espacios" implica dar la espalda a parte de su identidad; de la

misma manera, la identidad masculina descansa en el ámbito profesional, y en caso de que no se cumpla con este espacio será un “déficit imputable” al varón, en mayor medida que a la mujer trabajadora (Murillo, 2000).

4.2.2.1 Distribución, actividad en solitario o acompañado

A continuación podemos ver cómo para las académicas resulta más complicado encontrar actividades de ocio dedicadas a sí mismas. La académica 26M nos comenta que su trabajo limita el tiempo libre con el que cuenta:

“Sí, básicamente, y entre semana el tiempo libre se limita a los días que no vengo a dar clases; esos días como que puedo dedicarme a otra cosas, a leer, si acaso acompañar a una de mis hijas al cine, pero solamente esos días que no vengo a clases, porque los días que vengo a clases, como son clases de cuatro horas, estoy casi toda la mañana aquí.”

Cabe señalar el reconocimiento que 26M hace de su tiempo libre como una posibilidad para reducir su estrés, sin embargo su tiempo libre sigue consistiendo en actividades domésticas:

“...aparte de eso me gustan otras labores que según yo me desestreso como cocer, cuidar el jardín, las pocas plantas que tengo ver que estén bien. Otro tiempo libre entre comillas, visitar a mi mamá, ya tiene 95 años, sí busco un lugar en la semana, convivir con ella, que es difícil por su edad, por su situación mental.”

Para 72M la lectura es su principal actividad de ocio, como para otros académicos que señalaremos más adelante:

“...el único momento que me permito leer literatura es en la noche, son dos cuartillas en la noche.”

Otras actividades de ocio las invierte con su familia. :

“El concierto o el cine del sábado en la noche, este, la comida del domingo a medio día con mi hijos, en general con mis hijos, no tengo, es decir soy permanentemente activa y bueno los ejercicios que hago porque tengo un problema de osteoporosis...”

“Hago deportes porque lo tengo que hacer, por ejemplo antes tenía dos horas de yoga a la semana y ahora solo tengo una porque ya no me da tiempo, corro, trato de caminar, pero ahí también ha bajado un poco. Me encantan los conciertos, el cine es sagradísimo, este... y bueno actividades sociales ya casi no tengo, de invitar gente ya es ¡uf! La última vez que invité a alguien fue en un cumpleaños hace nueve meses, menos el domingo con los chicos, eso sí, siempre que nos podemos ver el domingo nos vemos, eso es lo que creo que fundamentalmente hago y leer...(72M)”

Para esta académica, el tiempo libre se distribuye mínimamente en actividades para sí misma, y en gran parte para cumplir su rol como madre.

En el caso de 102H, la mayor parte de su tiempo libre la dedica a su hijo menor, pero logra realizar otras actividades de ocio en solitario y descansar:

“En mi tiempo libre juego con mi hijo, con mis hijos, bueno con el más chico porque el más grande anda en su rollo. Tengo un hijo adolescente y un hijo que va a cumplir cuatro años, entonces paso mucho tiempo con el más pequeño haciendo diferentes tipos de actividades, veo películas en mi casa, me metí a clases de guitarra (ríe) para tratar de tener algo que no tenga nada que ver con la escuela, pero que implique una cierta disciplina...”

“...entonces está eso, leo libros de literatura que es algo que me di cuenta que había dejado durante un buen tiempo, varios años leí muy poco, que no fueran artículos o materiales académicos, dije: ‘no, tengo que retomar eso, porque es algo que me gusta siento que es importante darle su tiempo’, me doy tiempo de escuchar música, trato de darme un tiempo para escuchar música, no poner la música que esté tocando mientras hago otra cosa, aunque sea un rato poner un disco, tumbarme ahí estar escuchando.”

En comparación con las académicas antes citadas, 102H cuenta con una mayor cantidad de tiempo libre que le permite dar un seguimiento a su actividad preferida

y descansar, ver películas o escuchas música. Para ellas, en cambio, es difícil encontrar un tiempo aunque sea para leer.

Al igual que 72H y 102H, para 111H hacer ejercicio es una actividad importante:

“Ya tengo unos meses que no (todos ríen) soy un flojo, pero ya les prometo que el próximo lunes regreso (al gimnasio), es que ya bajó el trabajo, pero habitualmente sí.”

Como veíamos en el caso de 102H, 128H también cuenta con tiempo libre para dedicarlo a la música, inclusive para formar parte de un grupo. Él dice:

“...la parte lúdica, ahora toco más la guitarra, yo tengo formación de músico y me estoy arreglando en la medida de lo posible ejercer la música, no solamente como terapia, sino ir a tocar a algún lugar con algún grupo, eso me gusta mucho, es una sensación muy diferente.”

Entre otras actividades, el ejercicio para 51M es importante, sin embargo observamos que puede sentirse culpable al realizar compras o invertir tiempo en el gimnasio, en comparación con 111H, que al contrario, se siente culpable por no hacer ejercicio. La participante 51M nos cuenta:

“...¿saben que hago para poder lograr a veces este como que este minideal, cómo que para romper mi rutina, y no explotar o de veras así?, me escapo, me voy de compras, digo ahorita vengo y me voy sola; he tenido que mentir, soy compradora compulsiva.”

“...un tiempesito en el que hice algo muy malo, ...¿saben que me paso en un periodo?, como un año, un poquito antes, me fui a un gimnasio y me volví compulsiva del gimnasio...”

“...cuatro horas de hacer ejercicio fuerte y terminé pesando como 60 kilos.”

“...lo disfrutaba tanto, me hacía sentir tan bien y luego mí físico...”

“...me encantaba, en mí día ideal me encantaría estar ahí disfrutándolo al máximo.”

A pesar de que estas actividades aumentaban el bienestar de 51M, las realizaba con culpa, y señala que quisiera hacer ejercicio como antes. Era una actividad que la reconfortaba y por ello la anhela.

Otro ejemplo de la distribución del tiempo libre depositado en la familia, es el de la académica 15M, quien invierte su tiempo libre principalmente en la lectura y en la convivencia con su padre:

“...me gusta leer pero no me da tanto tiempo desgraciadamente porque en la casa es estar con mi papá, la tele me pongo a verla un rato con mi papá pero más que ver la tele pues es como para convivir con él...”

“...de la tele algunas series me gustan, me gustan muchas las películas.”

Para 15M es necesario salir de casa para entonces realizar actividades de ocio dedicadas a sí misma. Sin embargo como revisamos anteriormente, también las realiza todavía con dificultad pues siente culpa al no invertir este tiempo en trabajo académico.

En el caso de 146H, el tiempo libre se ha reducido debido a la carga de trabajo que implica su doctorado. Esto lo resiente porque no puede pasar tiempo con sus amigos o su familia:

“Sí he tenido que dejar cosas por lo del doctorado, porque como decías pensé que el doctorado me iba a dejar más cosas y la verdad es que me trae más ocupado y entonces yo digo no pues tiene mucho tiempo que no veo a mi compadre fulano, o no le he hablado a sutano y luego yo me desentiendo muy fácilmente de mi familia y mi esposa me decía no quieres hablarle a tu hermano y yo no para qué ella ya no me pregunta, sólo habla y me dice haber ahorita te lo paso, antes eso me molestaba pero ahora digo no porque de otra manera no lo haría, si mi tiempo de ocio se podría decir que es muy simple y me gusta el teatro, la música, pero también yo digo ir a pagar mucho dinero pues no puedo.”

Las amistades y las actividades sociales son aspectos de la vida personal que han sido desplazados conforme se han adquirido nuevos compromisos académicos, pero que son importantes en la medida en la que permiten realizar

actividades distintas al trabajo, además de que cultivan y recrean. Sin embargo, las participantes han priorizado el tiempo libre con la familia, que al final sigue siendo parte del rol que se debe cumplir como esposas y madres o hijas.

La lectura entre otras actividades, es como 1M invierte su tiempo de ocio, ella nos cuenta:

“...No puedo pasar el día sin leer, no cosas de Psicología, no cosas del trabajo, literatura exclusivamente. Es como de mis actividades más relajantes, salir de viaje. Procuró salir, ya desde hace mucho tiempo, procuró salir al menos dos veces al año de vacaciones...”

“...nos salimos, o nos quedamos a ver la tele, a hacer no cosas de la casa, sino cosas en la casa, a ver películas o algo. Luego el domingo normalmente lo dedicamos, bueno yo me voy a casa de mi mamá y él se va a casa de su hermana, o de sus papás. O a veces vamos los dos a los dos lugares”.

Aquí vemos de nuevo el peso de la familia en el tiempo libre de la académica.

En el caso de 79H el tiempo libre lo dedica a actividades culturales, a editar videos entre otras cosas:

“Trabajo con fotos, a veces, ahora ya me pidieron más veces pláticas que son de cultura...”

“Para mí descanso es trabajar pero en otra cosa. Esto es descanso, leo un libro de historia de arte...”

“...sábado por la mañana todavía desayunamos, almorzamos..., se extiende hasta las 11 de la mañana, dos horas de desayuno de sábado, esto sí lo acostumbramos en la casa. Aunque somos dos, platicamos y fácilmente dos horas.”

El académico 79H, al igual que los participantes 102H y 128H, cuenta con un tiempo libre considerable que le permite realizar actividades que tienen que ver con la fotografía y el video, éstas implican mayor tiempo dedicación.

En comparación con otros académicos, el caso de 24H es de llamar la atención debido a que lo dedica en mayor parte a sus hijas y a su esposa:

“Mira, por ejemplo, ayer es: Levántate, vamos a desayunar, fuimos a caminar un ratito al bosque... Nos fuimos a Coyoacán, caminar ahí todos los puestecitos estos, a comprar chacharita y media.”

“...caminar, caminar, caminar, caminar, pero casi a todo le encontramos motivo o de risa, o de plática...”

Además de esto, comenta que realiza otras actividades:

“...me gusta mucho escribir poesía, leo y escribo poesía.”

“ Yo diría que ese es mi hobby, leer poesía, escribir poesía y ver revistas de decoración”.

Es claro que para las académicas el tiempo libre llega a ser insuficiente, por lo que las actividades de ocio que realizan son muy puntuales o no necesitan de mucho tiempo. En cambio, para los académicos las actividades que realizan requieren de mayor práctica, disciplina y seguimiento, que sólo podrían ser logradas con el tiempo libre suficiente.

4.2.2.2 Significado y procuración

A pesar de que los académicos y las académicas pueden tener actividades de ocio en común, como la lectura, encontramos que el significado que le depositan al tiempo libre varía según el caso, por lo tanto la procuración del mismo también cambia. Pero también como vimos anteriormente, esta procuración está en función de otras actividades, como el trabajo académico y doméstico. Esto a su vez, puede ser una fuente importante de malestares.

Para 26M, aunque su tiempo libre es satisfactorio, reconoce que no es el mismo que el de su pareja, debido a que las actividades domésticas dependen de ella en mayor medida.

“No, pues es menor, comparativamente, yo no siento que mis tiempos libres son muy reducidos en comparación con los de él, él dedica más tiempo a ver la televisión por ejemplo, o que le fascina jugar con nintendos o esas cosas, pues como que él se dedica más tiempo a no hacer nada, al ocio a cuidar su tiempo libre, él tiene más porque no me ayuda en la casa prácticamente.”

Este es un claro ejemplo de una diferencia de sexual del trabajo doméstico. En relación a este tipo de trabajo, Bonino (2004) lo relaciona al cuidado del hogar como al de las personas que allí viven. Este ámbito, según el autor, no ha sido muy explorado, aunque hay quien afirma que este es el núcleo duro de la desigualdad. Le llama núcleo duro, debido a que ahí no tienen demasiada fuerza disciplinaria y estimuladora las leyes que en lo público fomentan la igualdad. Por lo tanto se conservan las leyes informales de lo tradicional desigualitario. Se genera por inercia un no cambio, pese al cambio individual de las mujeres, que viven en lo doméstico. Esto, de acuerdo con Bonino, está inexorablemente imbricado con el malestar actual de muchas mujeres que viven una relación heterosexual o monoparental con hijos o hijas adolescentes, una de cuyas facetas proviene del fenómeno de la ya mencionada doble jornada.

Algunas académicas mencionan que su tiempo libre puede aumentar, pero sólo si su trabajo académico se ve reducido, y aún así es insuficiente en comparación con los varones. La académica 26M nos cuenta:

“...si me siento satisfecha, porque a comparación con el tiempo que estuve en la jefatura de sección, ahora tengo más y lo disfruto lo más que se puede, considero que podría tener más pero con lo que tengo ahorita me conformo.”

En el caso de 72M, vemos que no se encuentra satisfecha con su tiempo libre, ya que menciona que quisiera tener más espacios vacíos que le permitan entre

otras cosas, procurar sus amistades. Sin embargo, también vemos que a pesar de contar con ellos, como pueden ser las vacaciones, adquiere compromisos laborales que finalmente reducen estos tiempos.

“...Falta de margen no hay tiempo muertos, no hay tiempos vacíos, a uno le gustaría tener estos tiempo vacíos...”

“...bueno y las vacaciones, mira este semestre fue mi sabático y no me vas a creer no tomé vacaciones, digo es el colmo que en sabático no tomes tus vacaciones por esta cosa del CONACYT que me metí otra vez...”

“...una vez fuimos a tomar un café, no se hace cinco años y a mí me gustaría hablar con ella cuando regresó de un viaje pero ya ni por teléfono nos hablamos, pero bueno cada quien sigue su vida, pero esa parte se va perdiendo...”

Para 15M vemos que el tiempo libre es invertido con la familia, sin embargo, posterior a la crisis que padeció y a la resignificación de su trabajo, también procuró un cambio en sus actividades de ocio, dedicadas a sí misma, aunque con dificultad por el sentimiento de culpa que revisamos en los puntos anteriores:

“...justamente falleció mi mamá en diciembre, ...ella tenía diabetes entonces en los últimos tres años se le agudizó...”

“... mi tiempo era dedicado a ella y al trabajo entonces pues por eso y el trabajo pues no tenía pues como tiempo libre...”

“... fíjate que eso no tanto, pero mi intención sí es bajarle, pero bueno sí lo he hecho un poco, o sea ya con más frecuencia me escapo, me voy al cine y eso, como vieron no soy casada entonces no tengo ese compromiso de irme corriendo y sí frecuentemente una o varias veces a la semana trato de escaparme a hacer algo que a mí me gusta y que disfruto que no tenga que ver con nada del trabajo como para descansar y tener más tiempo para hacer cosas que me gustan.”

En el caso de 103M, vemos que su tiempo libre es casi nulo, sólo habla de un tiempo libre ideal, ya que éste no es su prioridad, como su hijo o las actividades en casa. Sin embargo, reconoce que esto es importante para su bienestar.

“...estaría haciendo algo de ejercicio, que yo sé que es importante, y a lo mejor a actividades más culturales. Me gusta ir a museos, este... todos los eventos culturales, el teatro, exposiciones, que a veces sí por falta de tiempo no lo hago, porque algunas cosas de la misma casa se quedan para el fin de semana y eso te consume el tiempo, y de repente ya es muy tarde para ir a la exposición, y me las pierdo, y me las pierdo, porque hay otras cosas antes.”

A pesar de que el tiempo libre es importante para las académicas, debido a que les produce mayores niveles de bienestar, no les es posible acceder a él sin sobrepasar sus roles como madres, profesionistas y amas de casa.

El siguiente caso 24H resulta interesante pues el tiempo libre se deposita en gran medida, en su familia, por ello dice contar con varias horas de ocio:

“Yo diría que todo el día, todo el día.... claro. Esto es para mí. Estar con mi mujer es para mí, estar con las chamacas es para mí, mentarle la madre al policía es un disfrute mío, todo el día es para mí”.

Para los y las participantes, su tiempo libre es aquél que invierten prácticamente en cualquier otra cosa que no tenga que ver con su vida laboral. Por ejemplo, 7H nos comenta:

“...el tiempo libre será para mí el tiempo que le dedico a hacer otras cosas que no son del trabajo, en esta parte del tiempo lo que yo hago es pues ejercicio, leo, veo la televisión y paseo por las tiendas para comprar cosas...”

En cuanto a la resignificación del espacio laboral y personal de la que hablábamos anteriormente, encontramos que el tiempo libre se vincula con estos

cambios. Al encontrarse en un estado crítico de salud debido a una fuerte carga de trabajo, los y las participantes identificaron que además de reducir sus tiempos laborales era importante rescatar los espacios y los tiempos de ocio antes desplazados.

Al igual que 15M, 1M fue una académica que enfatizó este proceso de cambio, en el que los malestares se vieron reducidos y aumentó la procuración de las actividades de ocio con su esposo. Ella mencionó:

“...Estamos empezando a ir al cine, o recuperando pues, al teatro, a espectáculos que normalmente no iríamos en otras condiciones”.

“...como que tenemos más libertad, no tenemos que decidir en función de la hija, sino en función de nosotros.”

“...Es más en función de mí, de lo que yo tenga que hacer, mucho más. Yo soy la que decide...”

En este caso cabe subrayar el hecho de que el tiempo libre de 1M y sus actividades de ocio, son decididos por ella, cuando antes giraban en torno a su hija. En este sentido, para la mayoría de las académicas, este tiempo está en función de los otros, ya sean los hijos, el mismo trabajo o la familia. Podemos decir entonces que 1M es una mujer que a pesar de dedicar gran parte de su tiempo libre a la familia, decide cómo distribuirlo y a qué actividades dedicarlo, ejemplificando claramente un “tiempo libre emancipatorio” (McPhail, 2006). Del Bravo (2000), también hace referencia a esta categoría. Según, Del Bravo la mujer que sale de su casa para trabajar y aportar ingresos, tiene mejor y mayor información y por tanto mayor poder de negociación. Tiene proyectos propios y no está obligada a vivir en función de los demás. Como consecuencia inmediata, en muchos casos la relación entre hombre y mujer ya no se caracteriza por la total dominación de aquél ni la total sumisión de ésta. El autor afirma que existe interdependencia, la que ha existido siempre, pero avalada por un reconocimiento más sincero entre ambas partes.

El académico 102H también nos habla de cambios en su tiempo libre, que ahora procura como parte de un nuevo significado de su trabajo:

“Sí, es algo de lo que les comentaba hace rato en el sentido de que traté de aprovechar este año sabático para tratar como de reacomodar eso y o sea como de tratar de construir una rutina diferente para que ahora que empiece a dar clase, digamos tratar de continuarlo y que no me coma nuevamente las cuestiones académicas, esa parte del tiempo por las tardes, que es la que, que le invertía mucho en revisar, revisar trabajos, preparar clases y poder leer o escribir cosas, que mientras estaba aquí en la escuela no podía ¿no?”

“...también lo he cambiado, digamos pensé que este semestre era una oportunidad de reacomodar muchas cosas ¿no? y bueno una parte importante tenía que ver con las actividades de ocio, claro la prueba de fuego es cuando empiece el semestre.”

Los y las participantes denotaron un significado de gran importancia al tiempo libre, en el sentido de las implicaciones que tiene sobre su salud física y mental. Sin embargo, de nuevo vemos que para las mujeres es más difícil procurarlo, en comparación con los varones, pues se ve acompañado por un sentimiento de culpa.

4.2.2.3 Reposición física

Como parte del tiempo libre, hemos considerado la reposición física, ya que para algunos académicos y académicas, no sólo lo invierten en actividades de ocio sino también en actividades de descanso. Por ejemplo, 111H comenta:

“...De no hacer nada, de ponerme a ver la tele, de salirme a caminar.”

“...reponerte, de volver a agarrar cuerda ¿no?”

“Reponerse pues duermo eso, hay veces por lo regular los domingos que de las cuatro en adelante no existo, estoy literalmente echado viendo tele y pues ahí estamos reponiendo la

pila ¿no?, de todos modos a las 10 y algo ya estoy dormido ¿no? eso es seguro, para que el día siguiente pueda estar con la cuerda suficiente.”

Para 111H el descanso significa una oportunidad para recuperar sus fuerzas y poder trabajar al día siguiente.

En el caso de 146H, el descanso es más bien una necesidad debido al gran cansancio que le genera su trabajo:

“...del fin de semana yo a veces me la paso durmiendo todo el día, otras veces sí me gusta salir que a visitar amigo o familia, el cine, pues llego, mas tardan en apagar la luz cuando ya me dormí...”

Para 102H, el descanso es fundamental dentro de su rutina, ahora que se encuentra en año sabático, al igual que las actividades de ocio, que recobran importancia a partir del cambio que realiza después de la cirugía, la recuperación física y las consecuencias que tuvo a nivel laboral:

“...se supone que el sabático es para recuperarme, entonces me he tratado de imponer una disciplina y dedicarme a más cosas de ocio por las tardes y bajarle al trabajo un poco en la casa...”

Es de llamar la atención que las académicas no reportaron actividades de reposo en específico, como lo hicieron los académicos que acabamos de citar. Ellas no mencionaron algún tiempo de recuperación o descanso, lo cual puede indicar que solamente descansan en sus horas de sueño. Esto nos da una pauta importante con respecto a la diferencia no sólo en los tiempos de trabajo doméstico, sino en la cantidad de malestares reportados y descritos a lo largo de este reporte.

En general los y las académicas logran reconocer que el tiempo libre, independientemente de la actividad de ocio que se realice, produce una reducción en sus malestares, como el estrés y el cansancio. Además, es una oportunidad

para convivir con sus seres más allegados como la familia y los amigos, con los que a veces no pueden realizar actividades recreativas, generando culpa o extrañamiento. He aquí la importancia de los discursos recopilados en esta fase, pues nos dan cuenta del impacto que el tiempo libre y las actividades de ocio tienen sobre el bienestar general de las personas.

5. Discusión y conclusión

La presente investigación tuvo como objetivo indagar la posible relación entre los malestares y el tiempo libre de los académicos y las académicas. Los resultados mostraron que las mujeres padecían una mayor cantidad de malestares, con un promedio de 5, en comparación con los varones, con 3. La mayoría de los académicos, es decir, el 56%, reportó de 1 a 3 malestares, en comparación con las académicas, quienes en un 46%, reportó de 4 a 6. Los malestares característicos reportados en las entrevistas, fueron estrés, cansancio, angustia, gastritis, dolores de cuello y espalda, y trastornos del sueño. En las mujeres, predominó la fatiga crónica y la depresión.

En cuanto al tiempo se refiere, encontramos que la distribución total en un día laboral y en un fin de semana, era más o menos igual entre varones y mujeres. De acuerdo con los porcentajes obtenidos para cada actividad (ocio, reposición física, trabajo académico en casa, trabajo académico en la universidad y trabajo doméstico, entre las más importantes), la diferencia entre varones y mujeres no fue importante. Sin embargo, en una aproximación más profunda, las diferencias fueron más claras.

En cuanto al tiempo libre, en un día laboral, el 14% las mujeres reportó de 3 a 5 horas de ocio, en comparación con el 31% de la población masculina que se ubicó en este rango. Los porcentajes variaron en mayor medida en un fin de semana, donde el 34% de las académicas, reportó de 6 a 10 horas de ocio, en contraste con el 62% de los varones. Es decir, los varones cuentan con mayor número de horas de ocio que las mujeres en un fin de semana habitual. Debido a esta diferencia importante, fue que nos dimos a la tarea de revisar con mayor detenimiento los tiempos de trabajo de los y las participantes, con el fin de conocer cómo distribuían su tiempo en las actividades ya señaladas, y entonces acercarnos al por qué de esta desigualdad.

Con respecto al tiempo de trabajo, pudimos observar que tanto académicos como académicas, invertían un su mayoría (más del 60%), 3 horas de trabajo académico en casa, tanto en un día laboral normal, como en un fin de semana. El dato se comportó de manera muy distinta, cuando se realizaba el trabajo en el espacio universitario. Encontramos que el 93% de los varones podían invertir de 7 hasta 11 horas de trabajo en la universidad, en contraste con el 59% de las mujeres.

Esta diferencia del trabajo académico en casa, pudo deberse a que las mujeres realizaban mayor número de horas de trabajo doméstico, sobre todo actividades dirigidas a la crianza, en comparación con los varones. Por otra parte, debemos recordar que la edad de los hijos de las académicas fue menor al de los hijos de los académicos, lo que implicaría una mayor demanda en términos de tiempo de presencia en casa durante el proceso de crianza en los primeros años de vida. Esto debe entenderse desde una sociedad en la que las madres deben ser las encargadas de los cuidados infantiles, y el tiempo que dediquen a ellos debe ser de calidad. Encontramos que el 41% de las mujeres, invertía de 3 a 5 horas en las labores domésticas en un fin de semana, en comparación con el 54% de los varones. Pero la diferencia más importante se halló en el rango de 6 a 8 horas, donde se ubicó el 38% de las académicas, y sólo el 15% de los varones.

Estadísticamente se encontró una correlación negativa débil entre el número de malestares y las horas de ocio, para académicas y académicos, tanto en un día laboral como en un fin de semana. Sin embargo, se obtuvieron niveles de correlación significativos para los coeficientes obtenidos al analizar el tiempo libre total, en día laboral habitual, de los y las académicas. De igual manera, se obtuvieron niveles de correlación significativos entre el tiempo libre en un día laboral y en un fin de semana, y los malestares de las académicas, a diferencia de los resultados obtenidos al analizar los datos de los varones. Estos coeficientes puede ser considerados como indicadores de la importancia del tiempo libre en las

académicas, quienes cumplen con una doble jornada de trabajo, que a su vez se puede relacionar con un alto nivel de malestar.

Lo anterior se vincula con los resultados obtenidos en la segunda fase de esta investigación donde se observó a lo largo de los discursos de los y las participantes una relación importante entre su tiempo libre, la forma en la que lo distribuyen, y el significado que le dan, con la manera en la que perciben sus malestares, tanto físicos como psicológicos.

Las entrevistas también nos permitieron corroborar las diferencias entre académicos y académicas, en cuanto a la distribución del tiempo de trabajo, tanto académico como doméstico. Encontramos que efectivamente, son las mujeres quienes realizan el mayor número de actividades domésticas, como cocinar, barrer, hacer las compras, cuidar a los hijos y lavar la ropa, aunque a veces contaban con servicio doméstico en casa. Según las académicas, sus parejas también participaban de estas labores aunque en menor medida, lo que les posibilitaba contar con mayor tiempo libre en comparación con ellas. También resultó interesante, que la mayoría de las entrevistadas mencionó que sus parejas “*ayudaban*” en el trabajo doméstico, sólo una de ellas mencionó que la pareja realmente *cooperaba* en las responsabilidades del hogar. De acuerdo con lo hallado en las entrevistas, el término “ayuda” significó que para ellas el trabajo doméstico era su responsabilidad, y por tanto ellos decidían cuando podían o no “ayudar”.

En cuanto al trabajo académico, hallamos diferentes exigencias percibidas de productividad. Las mujeres establecían un vínculo más evidente entre sus malestares, la carga académica y el trabajo doméstico que “debían” cumplir, debido al tiempo insuficiente para cubrir sus actividades en ambas áreas, originando así estrés y angustia. Para los hombres, los malestares fueron específicamente vinculados al trabajo en cuanto a la falta de reconocimiento por parte de la institución, sin mencionar a la familia en comparación con las mujeres,

quienes además, en todo momento hablaron de los hijos o de sus padres como responsabilidades prioritarias (Macotela, 2009, en proceso).

Entonces, no podríamos hablar de que nuestras académicas cuentan con un tiempo libre emancipatorio ya que éste es muy escaso, no pueden elegirlo libremente y no es un espacio igualitario donde se tengan las mismas condiciones de desarrollo, tanto sociales como materiales (McPhail, op. cit). El tiempo libre y los deseos de las mujeres de nuestro universo han quedado confinados al tiempo de los otros, al tiempo masculino. Las actividades de ocio de las que nos hablan las académicas resultan hasta cierto punto placenteras para ellas, pero no del todo. Algunas de ellas nos hablan de que su tiempo libre es insuficiente, que podrían invertir mayor número de horas en otras actividades, como en ejercicio; sin embargo, lo invierten en cuidar de sus familias y pocas veces en ellas mismas. En este sentido, es un tiempo que ocupan para cumplir con sus obligaciones como amas de casa, esposas, madres, hijas, pero no como mujeres libres.

En cambio, pareciera que esto no es así para los académicos, quienes tienen oportunidad de desarrollar capacidades tanto sociales, artísticas y musicales. Como lo afirma Cazés (2001) el desarrollo de las actividades se da dentro de una organización que únicamente responde a las necesidades de los varones. Vemos entonces que las académicas trabajan más tiempo en casa que los varones, mientras los varones pueden permanecer más tiempo en la universidad sin remordimientos por no hacerse responsables de los hijos o de los deberes del hogar.

En contraste con ellos, las mujeres llegan a sentir culpa, como lo mencionó una de las participantes, cuando realizan actividades que les son placenteras; tal vez porque no se perciben como merecedoras de tiempo libre, o porque como madres su tiempo pertenece a los otros. Como lo menciona Tena (2006) las mujeres pueden sentirse culpables por el incumplimiento, o por faltarles a los demás,

porque se genera el conflicto de deberes entre lo que deben ser, y lo que realmente desean ser.

De acuerdo con Mabel Burín (2006), nuestras académicas corresponden a la generación de las mujeres “transicionales”, ya que los puestos que ocupan actualmente están diseñados dentro de un universo de trabajo masculino. Esto resulta de interés si hablamos de un campo de trabajo universitario, donde las oportunidades de desarrollo deberían ser iguales para varones y mujeres. Aunque los horarios de la universidad son más flexibles que los de otras instituciones o empresas, y permiten a las académicas compatibilizar hasta cierto punto su mundo privado con el laboral, y por lo tanto contar con mayores oportunidades de crecimiento, las exigencias de competitividad y la manera en la que se evalúa la productividad, sigue siendo la misma para ellas y para los académicos.

En este sentido, como mujeres transicionales, las académicas realizan un esfuerzo extra para tratar de superar el “techo de cristal” (Burín, 2006) que como consecuencia las lleva a padecer de estrés laboral, cansancio, depresión, entre otros. Así vemos, cómo es que las mujeres reportan mayor número de malestares que los varones.

En consonancia con los resultados encontrados por Cruz, Noriega y Garduño en el 2003, la diferencia en el peso de las tareas domésticas incide sobre el tiempo libre con el que cuentan mujeres y varones. Esta situación desigual se relaciona de manera muy clara con sus problemas de salud, por lo que mencionamos anteriormente con respecto al “techo de cristal”. Los investigadores también encontraron que las mujeres padecen mayor número de enfermedades que los varones, dos enfermedades y una y media, respectivamente. Las diferencias en cuanto a los problemas de salud asociados son más evidentes, pues entre ellos es claramente heterogénea la realización de estas tareas, ya que las asumen sólo si es indispensable, pero no las consideran propias. En el caso de nuestra investigación, encontramos que los varones “ayudan” y no “cooperan”, o no se responsabilizan, precisamente porque de acuerdo con los esquemas

tradicionales de los roles femeninos y masculinos, estas labores no son *naturales* en ellos; para las mujeres es prácticamente un deber.

Vemos entonces que al igual que Cruz et al (2003) la manera en la que se constituye la familia y la dinámica del trabajo remunerado y el doméstico condicionan la distribución del tiempo libre. Los varones disponen de mayor tiempo libre que las mujeres. Como refirieron las académicas, ellas generalmente emplean su tiempo fuera del trabajo asalariado en quehaceres domésticos y en el cuidado de los hijos, en un tiempo que debería ser para el esparcimiento y el descanso. Lo más grave, es que en ocasiones, ni siquiera queda tiempo para atender ciertos problemas de salud.

Resulta interesante, que a pesar de lo hallado en esta investigación, los y las participantes, no perciben una diferencia importante de género al interior de la vida universitaria. Al preguntarles si se habían encontrado en alguna situación que les hiciera ver condiciones desiguales de desarrollo académico para mujeres y varones, la mayoría mencionó que en realidad la Universidad en general, era un espacio en el que el único obstáculo podían ser ellos mismos y en el que las oportunidades de crecimiento eran iguales tanto para hombres como para mujeres. Las diferencias percibidas, más bien fueron identificadas dentro de un contexto desigualitario mexicano, donde los roles que se deben cumplir no son los mismos para todos. Es en este sentido que las académicas pudieran verse limitadas. Por otra parte, los discursos también se caracterizaron por referirse a la FES Iztacala, en particular, como un espacio laboral con una exigencia de productividad importante, sobre todo a partir de la implementación del PRIDE.

Es necesario entonces, prestar mayor atención a las condiciones laborales de los académicos y académicas de la FES Iztacala, pero sobre todo en ellas por el alto número de malestares que reportan en relación con el reducido tiempo libre con el que cuentan; deben considerarse tanto sus horarios como los criterios de evaluación. Aunque los y las participantes mencionaron que la Universidad es un

espacio que les ha dotado de trabajo, viajes, aprendizaje y otras oportunidades, se percibe a partir de las entrevistas, una gran necesidad de expresar los costos que la vida académica les está cobrando, así como del gran esfuerzo que realizan día a día para mantener su puesto, sus ingresos y su prestigio, al mismo tiempo que su relación y afecto con sus hijos y familiares. Es a través de investigaciones como ésta, que podemos ser portavoces de ellos y de ellas para dar a conocer lo que sucede al interior de Iztacala, que en realidad es un mero reflejo de lo que pasa en la UNAM, y en otras instituciones; y aunque en la universidad estos costos pueden presentarse en menor medida, también es un reflejo de lo que acontece en otros centros de trabajo. Es realmente necesario voltear la mirada a nuestros académicas y académicos, para entonces dar seguimiento al cambio en el sistema laboral, y que entonces se pueda hablar de una académica y un académico realizados y emancipados, tanto en su trabajo como en su tiempo libre.

Es cierto que para poder hablar de una universidad donde realmente exista la equidad, es necesario también realizar cambios en la cultura en la que estamos insertos. Existen muchos paradigmas y condiciones sociales y económicas que traspasan la Universidad, desde la cultura machista, el sistema educativo nacional, hasta los recursos destinados a la investigación. Sin embargo, investigaciones como ésta, son pasos importantes para que se sigan dando cambios bien dirigidos, no sólo en el lugar de trabajo sino también en los hogares y después en toda la sociedad.

Para futuras investigaciones, se sugiere realizar una comparación inter-institucional, con universidades y centros de investigación interdisciplinarios o especializados en otras áreas, con el objeto de identificar posibles condiciones de inequidad en estos espacios y otros, en pro de la salud mental de las académicas, para poder disminuir la incidencia de sus malestares y para lograr una mayor equidad, que es necesaria y urgente en otros ámbitos de nuestro país.

Como experiencia personal, esta investigación deja en mi formación como Psicóloga Universitaria una huella ya que me ha permitido no sólo adentrarme en la vida académica de la Universidad, y realizar un análisis más concreto sobre ciertos aspectos de la misma, sino también, conocer a las que podrían ser algún día mis colegas. He podido acercarme al lugar que un día podría ocupar y los obstáculos a los que me podría enfrentar. Y a pesar de que ellas se han enfrentado a diferentes vicisitudes, en esta lucha han dejado tras de sí muchas puertas abiertas para las nuevas generaciones. En las académicas entrevistadas, he encontrado experiencias y ejemplos a seguir, tanto en el aspecto personal como en el profesional, que al final nunca se separan. Es aquí, donde estas esferas se encuentran, donde habremos de poner atención, si queremos superar el techo de cristal y lograr la emancipación.

Gracias a los y a las participantes. Son fuente de inspiración.

6. Referencias

- Bonino, L. (2004) *Varones, conciliación en lo doméstico y caminos hacia el cambio*, en Convención Catalana sobre Masculinidades, Diversidad y Diferencia. Barcelona: Ay. de Barcelona.
- Burín, M. (2006) *Cuando la diferencia es desigualdad: el techo de cristal (glass ceiling) para el género femenino en las instituciones psicoanalíticas*. [en línea] www.psychoanalise.research.org
- Cazés, D. (2001) *El tiempo masculino*. VII Congreso de Sociología, Universidad de Salamanca. CEIICH, UNAM: México.
- Cruz, A., Noriega, M. y Garduño, M. A. (2003), *Trabajo remunerado, trabajo doméstico, y salud. Las diferencias, cualitativas y cuantitativas entre mujeres y varones*, *Cadernos de saúde pública*, (10), 4, Rio de Janeiro.
- Del Bravo, M. (2000), *La familia en la historia*, Ediciones Encuentro, Pp. 249.
- Lagarde, M. (2003), *Los cautiverios de la mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. UNAM: México
- Macotela, M. (2009) *Malestares subjetivos y producción en académicos y académicas dedicados a la investigación*. Reporte de investigación para la obtención de licenciatura en Psicología de la FES Iztacala, UNAM, en proceso.
- McPhail, E. (2000) *Comunicación y democracia: El tiempo libre como práctica colectiva* [en línea]. Estado de México: México. Recuperado de <http://www.razonypalabra.org.mx/antecedentes/n17/17ephail.html>

Molina, M. (2006) *Transformaciones histórico culturales del concepto maternidad y sus repercusiones en la identidad de la mujer*. [en línea] PSYKHE: Santiago. Recuperado de www.scielo.cl

Murillo, S. (2000), *El Tiempo de Trabajo y el Tiempo Personal: un Conflicto de Intereses*. Emakunde. Vitoria-Gasteiz, Universidad de Salamanca: España.

Ordorika, T. y Castañeda, M. et al (coord., 2006). *Las investigadoras de la UNAM en el contexto institucional: Tensión de logros y calidad de vida laboral. Avances de investigación*. Ponencia colectiva del Programa de Investigación Feminista, 3as jornadas de Investigación, CEIICH, UNAM.

Papí, N. (2005) *Conciliación de la vida familiar y laboral como proyecto de calidad de vida laboral desde la igualdad*. Revista Española de Sociología, no. 5, pp. 91-119. Universidad de Alicante, España.

Tena, O. (2006). *Los malestares subjetivos de las mujeres académicas como un conflicto de deberes*. En: Margarita Favela Gavia y Julio Muñoz Rubio (coord.), Jornadas Anuales de Investigación, 2005. CEIICH, UNAM, pp. 227-239.

Tena, O. (2006) *Condiciones de inequidad laboral y malestares subjetivos en académicas universitarias dedicadas a la investigación en el área de la salud*. Protocolo de investigación CONACYT.

Tena, O. (2009) *Malestares laborales y condición masculina: reflexiones en torno a la "flexibilidad laboral*. México; CEIICH, UNAM. Manuscrito todavía no publicado.

7. Anexos

ANEXO 1 *Cuestionario*

PRESENTACIÓN.

Este cuestionario se deriva del protocolo de investigación titulado “Condiciones de inequidad laboral y malestares subjetivos en académicas” coordinado por la Dra. Olivia Tena *Guerrero* (CONACyT S52757-R).

El objetivo es explorar algunos elementos relacionados con las condiciones de trabajo y malestares de académicas y académicos que realizan investigación como actividad primordial. Este protocolo se deriva de un proyecto colectivo interdisciplinario que se desarrolla en el Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades.

Le pedimos que responda a este cuestionario de manera precisa con la seguridad de que los datos que usted nos proporcione serán totalmente confidenciales y se usarán solo para fines de investigación de manera agrupada.

Con el interés de conocer los logros que usted ha acumulado a lo largo de su trayectoria académica y profesional, le pedimos también nos envíe por este medio **la última versión disponible de su Curriculum Vitae**. Si usted prefiere entregar impreso su currículum o responder al cuestionario en su versión impresa, háganoslo saber a través de este mismo medio (equidad_laboral@hotmail.com) y nosotros acudiremos al lugar que nos indique.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

POR FAVOR ESCRIBA DENTRO DEL PARÉNTESIS EL NÚMERO CORRESPONDIENTE, O DENTRO DEL CUADRO LA INFORMACIÓN QUE SE SOLICITA.

1. Sexo ()

1. Hombre
2. Mujer

2. Edad:

3. Estado Civil ()

1. Soltera/soltero
2. Casada/casado
3. Divorciada/divorciado
4. Unión libre
5. Viuda/viudo

4. Grado académico ()

1. Licenciatura
2. Maestría
3. Doctorado

5. Nombramiento: ()

1. Ayudante A
2. Ayudante B
3. Asignatura A
4. Asignatura B
5. Asociado A
6. Asociado B
7. Asociado C
8. Titular A
9. Titular B
10. Titular C

6. PRIDE ()

1. Sí
2. No

6. Nivel()

1. A
2. B
3. C
4. D

7. SNI ()

1. Si
2. No

7. Nivel()

1. Candidatura
2. I
3. II
4. III
5. Emérito

8. Usted vive: ()

1. Sola /solo
2. En pareja
3. Con su familia de origen
4. Con otras /otros. Especifique:

9. En caso de vivir en pareja, indique si su pareja trabaja: ()

1. Si
2. No

10. ¿Tiene hijas /hijos? ()

1. Si
2. No

<u>Edades</u>	<u>Número de hijas /hijos</u>
0a 5 años	
De 6 a 12 años	
De 13 a 18 años	
19 a 25 años	
Mayor de 26 años	

11. Cuántos de sus hijas /hijos viven con

	No. de hijas /hijos	Edad
Usted		
Usted y su pareja actual		
El padre o la madre de sus hijas / hijos		
Su abuela o abuelo		
Solas / solos		
Otros (Especifique)		

12. Conteste el siguiente cuadro según haya sido la formación académica de usted:

12. Grado	Año de ingreso	Año de egreso	Año de obtención del grado
1ª Licenciatura			
2ª Licenciatura			

1ª Maestría			
2ª Maestría			
1 ^{er} Doctorado			
2º Doctorado			
Post-Doctorado			
Especialización			

13. En los ÚLTIMOS DOCE MESES, ¿en cuántos proyectos de investigación ha participado? ()

1. 1 – 2
2. 3 - 4
3. Más de 5

14. Ha participado como (Marque con una X todas las modalidades en que participe):

1. Responsable ()
2. Corresponsable ()
3. Colaborador ()

15. ¿En qué área se inserta el proyecto? ()

1. Área de la salud
2. Área de la educación
3. Ambas áreas
4. Otras áreas. Especifique:

16. ¿Es un proyecto financiado? ()

1. Si
2. No

17. ¿Qué obstáculos ha enfrentado para el financiamiento? (Marque con una X todas las opciones que considere necesarias):

1. Tiempo para elaborar el proyecto ()
2. Falta de un equipo de colaboradores ()
3. Favoritismos ()
4. Discriminación por género ()
5. Otros. Especifique:

18. ¿Cuántas horas a la semana dedica a labores vinculadas con la investigación? ()

1. Entre 10 y 20 hrs.
2. Entre 21 y 30 hrs.
3. Entre 31 y 40 hrs.

19. ¿Qué obstáculos ha enfrentado para publicar? (Marque con una X todas las opciones que considere necesarias):

1. Falta de tiempo ()

- 2. Falta de experiencia ()
- 3. Falta de relaciones ()
- 4. Discriminación por género ()
- 5. Otros. Especifique:

20. Sus colaboradores son regularmente ()

- 1. Mujeres
- 2. Varones

21. ¿Cuáles de las siguientes actividades considera favorecen su productividad académica y en qué grado de importancia? **(Escriba el número en la tabla según el grado de importancia)**

- 1. Muy importante
- 2. Importante
- 3. Regular
- 4. Sin importancia

Contar con una buena infraestructura de trabajo	
Tener buena relación con sus colegas	
Participar en investigaciones colectivas	
Participar en eventos académicos	
Convivir con su pareja	
Convivir con hijas /hijos	
Asistir a terapia personal	
Realizar actividades deportivas	
Descansar	
Realizar actividades recreativas (leer libros no académicos, cine, música, baile, etcétera)	

Otras. Especifique:

22. Indique en qué grado obstaculizan las siguientes situaciones su productividad académica, **(escriba el número en la tabla según el grado de obstaculización):**

- 1. **Obstaculiza mucho**
- 2. **Obstaculiza**
- 3. **Obstaculiza poco**
- 4. **No obstaculiza**

Su condición de género	
Conflictos en el trabajo	
Actividades con hijas /hijos	
Actividades con la pareja	
Actividades con otras personas	
Actividades de ocio	
Problemas de salud	
Problemas emocionales	
Trabajo directivo o administrativo	

Otros. Especifique:

23. Si tiene hijas /hijos, las relación con ellas /ellos: ()

1. Estimula su productividad
2. Dificulta su productividad
3. No repercute en su productividad

24. A continuación le presentamos una tabla en la que le pedimos indique las actividades que realiza durante UN DÍA NORMAL DE TRABAJO. Le pedimos que marque con el número correspondiente la actividad que realiza en cada intervalo de tiempo. Los números son:

- (1) Actividades académicas que **realiza en las instalaciones de la Universidad** (investigación, docencia, actividades administrativas, formación, etcétera).
- (2) Actividades académicas que **realiza en su casa** (investigación, docencia, actividades administrativas, formación, etcétera.)
- (3) Actividades **domésticas** (limpieza y administración del hogar, cuidado de los hijos y de otros dependientes, transportación de los familiares, compras del supermercado, cuidado de animales, etcétera).
- (4) Actividades de **ocio** (deportes, recreación, entretenimiento, ver televisión, etc.).
- (5) Actividades de **higiene** (baño, etcétera)
- (6) Actividades de **reposición física**: dormir, comer, descansar, etcétera.
- (7) Para el tiempo que usa en **transportarse**

6:00 AM	
7:00 AM	
8:00 AM	
9:00 AM	
10:00 AM	
11:00 AM	
12:00 AM	
13:00 PM	
14:00 PM	
15:00 PM	
16:00 PM	
17:00 PM	
18:00 PM	
19:00 PM	
20:00 PM	
21:00 PM	
22:00 PM	
23:00 PM	
24:00 PM	
1:00 AM	
2:00 AM	
3:00 AM	
4:00 AM	
5:00 AM	

25. Le presentamos una tala similar y le pedimos ahora que indique, con los mismos números, las actividades que realiza durante un FIN DE SEMANA HABITUAL

6:00 AM	
---------	--

7:00 AM	
8:00 AM	
9:00 AM	
10:00 AM	
11:00 AM	
12:00 AM	
13:00 PM	
14:00 PM	
15:00 PM	
16:00 PM	
17:00 PM	
18:00 PM	
19:00 PM	
20:00 PM	
21:00 PM	
22:00 PM	
23:00 PM	
24:00 PM	
1:00 AM	
2:00 AM	
3:00 AM	
4:00 AM	
5:00 AM	

26. Tomando en cuenta las situaciones anteriores, le pedimos ahora que indique, con los mismos números empleados en las tablas anteriores, las actividades que realizaría en un día laborable IDEAL y en un DÍA DE FIN DE SEMANA IDEAL, es decir, la forma como sería deseable distribuir las actividades en el tiempo.

Actividades a desarrollar en un DÍA LABORABLE IDEAL:

6:00 AM	
7:00 AM	
8:00 AM	
9:00 AM	
10:00 AM	
11:00 AM	
12:00 AM	
13:00 PM	
14:00 PM	
15:00 PM	
16:00 PM	
17:00 PM	
18:00 PM	
19:00 PM	
20:00 PM	
21:00 PM	
22:00 PM	
23:00 PM	
24:00 PM	

1:00 AM	
2:00 AM	
3:00 AM	
4:00 AM	
5:00 AM	

Actividades a desarrollar en un FIN DE SEMANA IDEAL:

6:00 AM	
7:00 AM	
8:00 AM	
9:00 AM	
10:00 AM	
11:00 AM	
12:00 AM	
13:00 PM	
14:00 PM	
15:00 PM	
16:00 PM	
17:00 PM	
18:00 PM	
19:00 PM	
20:00 PM	
21:00 PM	
22:00 PM	
23:00 PM	
24:00 PM	
1:00 AM	
2:00 AM	
3:00 AM	
4:00 AM	
5:00 AM	

27. De la lista siguiente, le pedimos que marque las opciones que son importantes para su nivel de bienestar actual, y el grado de importancia (Escriba el número en todas las opciones que considere necesarias):

1. Muy importante
2. Importante
3. Regular
4. Sin importancia

1) Tener logros académicos.	
2) Tener logros económicos	
3) Gozar de buena salud	
4) Ejercer la maternidad/paternidad	
5) La relación con mis hijas e hijos	
6) La relación con mi pareja	
7) La relación con mis padres o hermanos.	
8) La relación con mis amigas/amigos	
9) Mis actividades sexuales.	
10) Mis actividades recreativas	
11) Mis actividades artísticas	
12) Viajes	
13) Posicionamiento político	

14) Otras. Especifique:

28. En los últimos doce meses ha presentado algunos de los siguientes padecimientos o malestares? (Marque con una x sí o no para cada una de las opciones)

<u>Malestar</u>	<u>Si</u>	<u>No</u>
Gastritis, Ulcera, Estreñimiento o Colitis nerviosa		
Trastornos músculo esquelético: Dolores musculares, de articulaciones, óseos o Tendinitis		
Trastornos cardiovasculares		
Trastornos del sistema nervioso (ciática, parálisis facial, alteración del trigémino Dolor de cabeza)		
Trastornos alimenticios (bulimia, anorexia, comer compulsivamente Aumento o disminución de peso)		
Adicciones (al alcohol, tabaco, drogas, trabajo, café)		
Problemas dentales		
Estrés, Irritabilidad ,Trastornos del sueño		
Tristeza, Ansiedad,		
Fatiga / Cansancio		
Depresión		
Pesimismo Sensación de fracaso		
Dermatitis, Vitiligo		
Alopecia (caída anormal del cabello)		

29. Con respecto a su salud, usted piensa que el trabajo: ()

1. Mejora su salud
2. Afecta negativamente su salud
3. No repercute en su salud

30. Usted piensa que el tiempo que trabaja es: ()

1. Razonable
2. Excesivo

31. ¿Por qué?

32. ¿Qué actividades combina con el trabajo para mejorar su nivel de bienestar? (Marque con una X todas las opciones que considere necesarias)

1. Pasatiempos ()
2. Terapia ()
3. Ejercicio ()
4. Meditación ()
5. Viajar ()
6. Otros. Especifique:

33. En relación con su desempeño profesional y la distribución de su tiempo, usted considera que su calidad de vida, en este momento, es: ()

1. Óptima

2. Buena
3. Deficiente
4. Pésima

34. En los últimos 12 meses, usted considera que su calidad de vida, en relación con su trabajo:
()

1. Ha mejorado
2. Sigue igual
3. Ha empeorado

35. En relación con su trabajo, usted se siente, (marque con una X todas las opciones que considere necesarias):

1. Satisfecha /satisfecho ()
2. Feliz ()
3. Frustrada /frustrado ()
4. Insatisfecha /insatisfecho ()

36. ¿Ha experimentado alguna de las siguientes situaciones que repercutan en su desempeño laboral dada su condición de género? (marque todas las opciones que considere necesarias):

1. Decisiones tomadas en contextos extra-académicos a los que no tenga acceso ()
2. Desvalorización de sus opiniones ()
3. Desigualdades en la disposición de tiempo para el trabajo por exigencias domésticas ()
4. Acoso sexual ()
5. Otros (Especifique):

37. ¿Ha tenido que renunciar a alguna de las siguientes situaciones por obtener logros académicos? (marque todas las opciones que considere necesarias):

1. Maternidad / paternidad ()
2. Estabilidad familiar ()
3. Pareja ()
4. Saludos cordiales ()
5. Cuidado personal ()
6. Amistades ()
7. Tiempo libre ()
8. Otros (especifique) ()

ANEXO 2

Guía de entrevista

1. ¿Qué malestares presenta?
2. ¿Qué entiende por malestar, por qué los llama de esa manera?
3. ¿Cuáles serían las causas de dichos malestares?
4. De estos, ¿cuáles cree que se vinculan con su trabajo?, ¿en qué sentido?
5. ¿Cuál de ellos considera que es el más grave o el más molesto, por qué?
6. ¿Cuándo y cómo inició dicho malestar?
7. ¿Cómo lo interpretó?
8. ¿Qué ha hecho para disminuir el malestar?
9. ¿Cree que alguno de sus malestares se vincula con su situación familiar? ¿Por qué?
10. ¿Cree que alguno de sus malestares está vinculado con su trabajo?

11. ¿De los rubros o requisitos que se tienen que cubrir para su evaluación de SNI y de PRIDE, cuáles considera como los 3 más importantes y más difíciles?
12. ¿Qué significan para usted el SIN y el PRIDE? ¿Qué significaría perderlos?
13. ¿Cuál es más probable que le genere algún malestar? ¿De qué manera? Ejemplo
14. ¿Cuál es la percepción que usted tiene sobre su productividad?
15. Para usted, ¿cuál sería la forma adecuada de medir la productividad?
16. ¿Considera que su nivel de productividad se relaciona con su situación familiar, por qué?
17. ¿Cómo toma la decisión de ser madre o padre?
18. ¿Cuáles son sus deberes como madre (padre) y como académico?
19. ¿Cómo compagina estos dos roles?
20. ¿Tiene pareja? ¿Su pareja trabaja? (indagar si es académico)
21. ¿Cómo le hacen o hacían para distribuir las labores domésticas?
22. ¿Quién le dedica o le dedicaba más tiempo al trabajo?
23. ¿Cómo percibe sus logros académicos y sus logros en la vida personal?
24. Usted identifica que hay pausas en su historia académica
25. ¿Por qué surgen esas pausas?
26. ¿Por qué tuvo que hacer esas pausas?
27. ¿Se generó algún conflicto personal por esta pausa?
28. ¿Qué pensó al dejar tu vida académica?
29. ¿Cómo fue la vida laboral de su pareja cuando usted hizo esta pausa?
30. ¿Cuáles son los costos y los beneficios de la maternidad (paternidad) en la vida laboral?
31. ¿Cuáles son los costos y los beneficios de la vida laboral en la maternidad (paternidad)?
32. ¿Cómo define el tiempo libre?

33. ¿Cómo es la distribución de su tiempo libre?, ¿en función de qué o de quién lo distribuye? (días laborables y fines de semana)
34. ¿Cuánto de su tiempo libre, dedica a actividades de ocio? ¿cuáles son?
35. De estas actividades, ¿cuáles dedica a sí mism@?, ¿cuáles considera como las más importantes? ¿Por qué?
36. El tiempo de ocio con el que cuenta, ¿es igual al de su pareja? ¿Por qué?
37. ¿Cómo repercute el trabajo y/o la maternidad (paternidad) en su tiempo de ocio?
38. ¿Se encuentra satisfecho con las horas de ocio con las que cuenta? ¿Por qué?
39. Si pudiera cambiar la distribución de este tiempo, ¿cómo lo haría?
40. ¿Cuáles son las condiciones necesarias para que pueda contar con este tiempo y qué hace para establecerlas?
41. ¿Cree que las actividades de ocio son importantes para su salud física y mental? ¿En qué sentido?
42. ¿Considera que algunos de los malestares que padece se relacionan con la falta de actividades de ocio? ¿Por qué?
43. ¿Es feliz con su ritmo de trabajo? ¿Por qué? ¿Qué encuentra como satisfactorio o placentero de su trabajo?