

# Usos del tiempo, salud y bienestar de mujeres y hombres de la población general española

M<sup>a</sup> Pilar S. Matud Aznar.

Grupo de investigación *Género y salud*. Universidad de La Laguna

[pmatud@ull.es](mailto:pmatud@ull.es)

**I JORNADAS NACIONALES DE SALUD, EMOCIÓN Y GÉNERO**

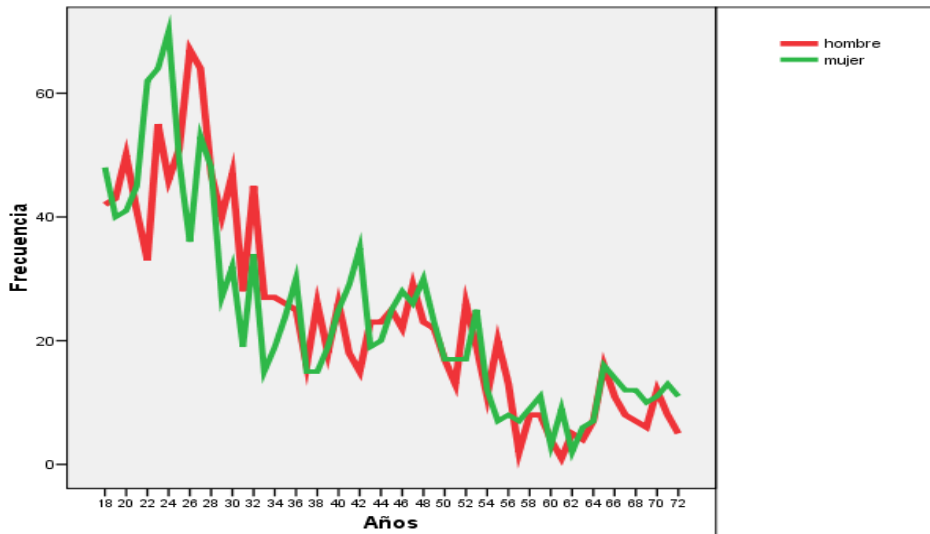
Universitat Jaume I de Castellón, 27 y 28 de octubre de 2014

Trabajo financiado por el Ministerio de Economía y Competitividad. Subdirección General de Proyectos de Investigación, Referencia: FEM2012-34632

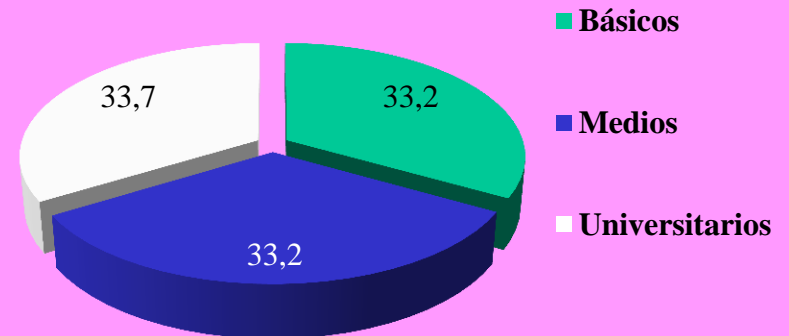
# Muestra

N= 1321 mujeres y 1321 hombres; edad: 18-72 años; Media M: 36,5; H: 35,6 (n.s.)

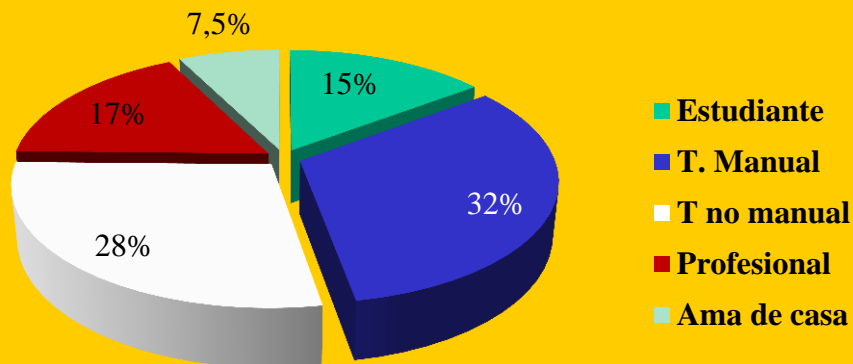
Edad de las mujeres y hombres de la muestra



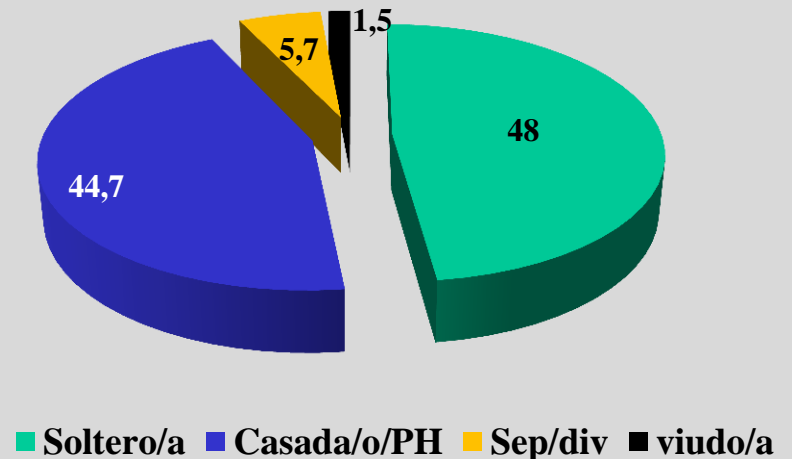
Nivel de estudios



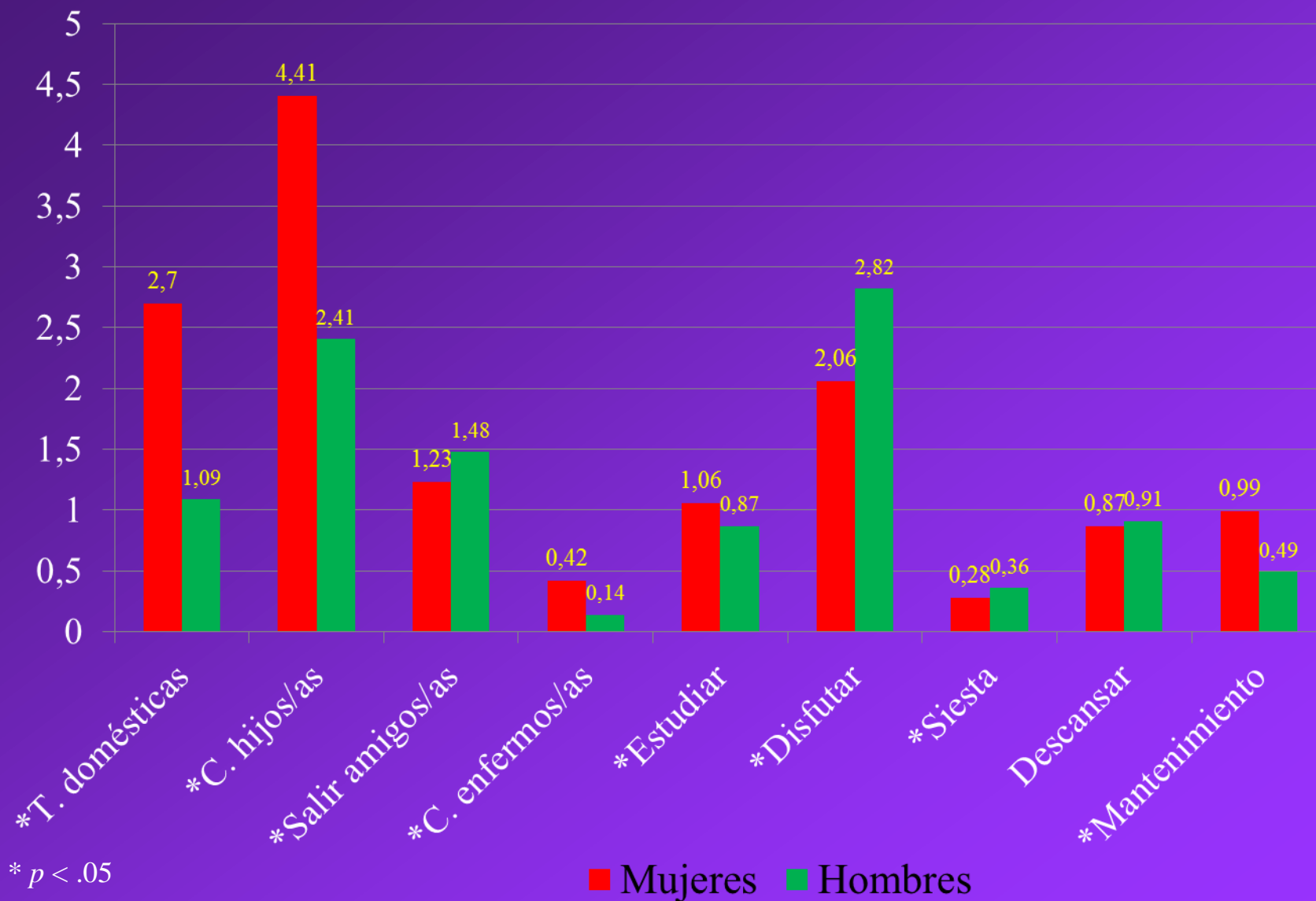
Profesión



Estado civil



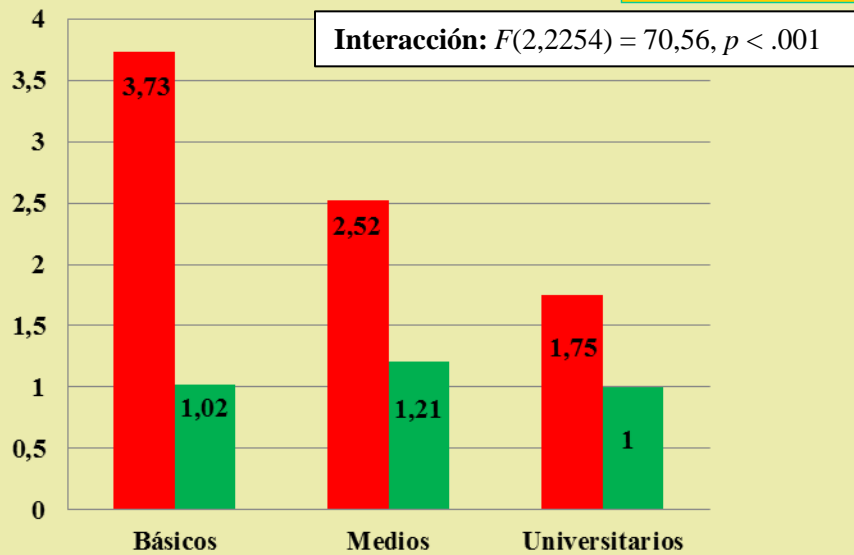
# Género y usos del tiempo en la muestra total (horas)



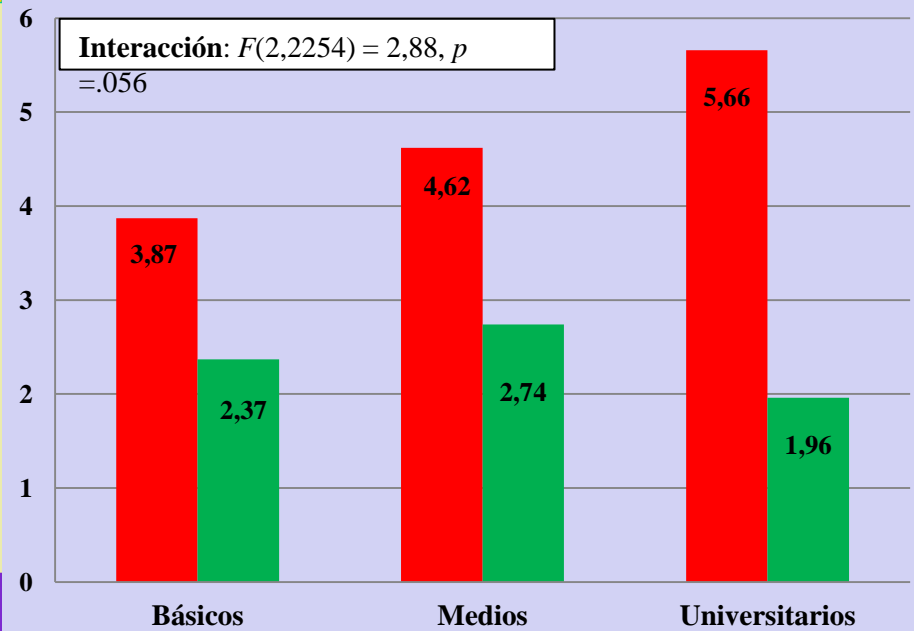
# Género, estudios y usos del tiempo (Interacción: $F(16,4494) = 9,68, p < .001$ )

### Tareas domésticas

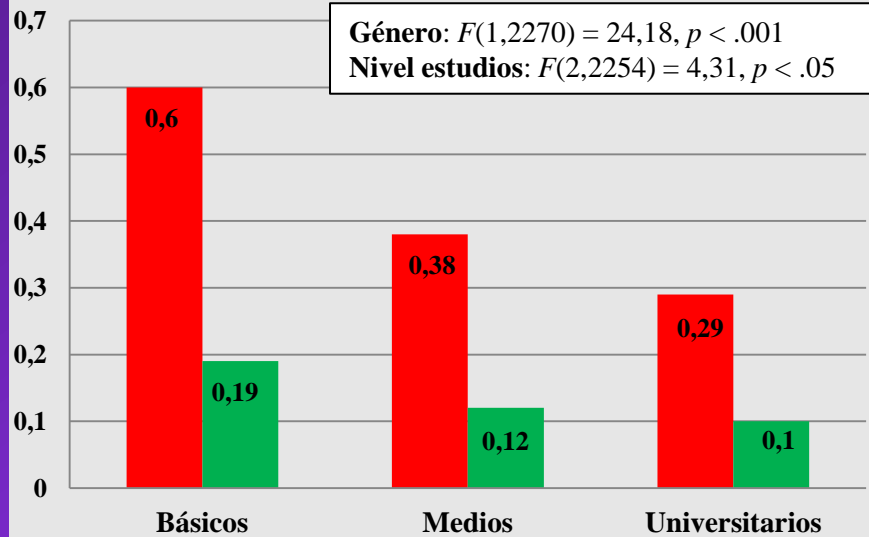
■ Mujeres ■ Hombres



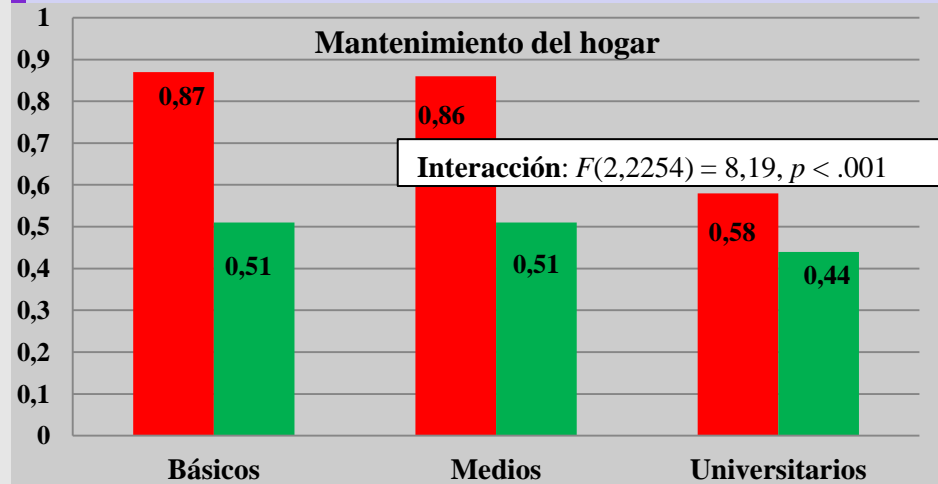
### Cuidado de hijos/as



### Cuidado familiares enfermos/as

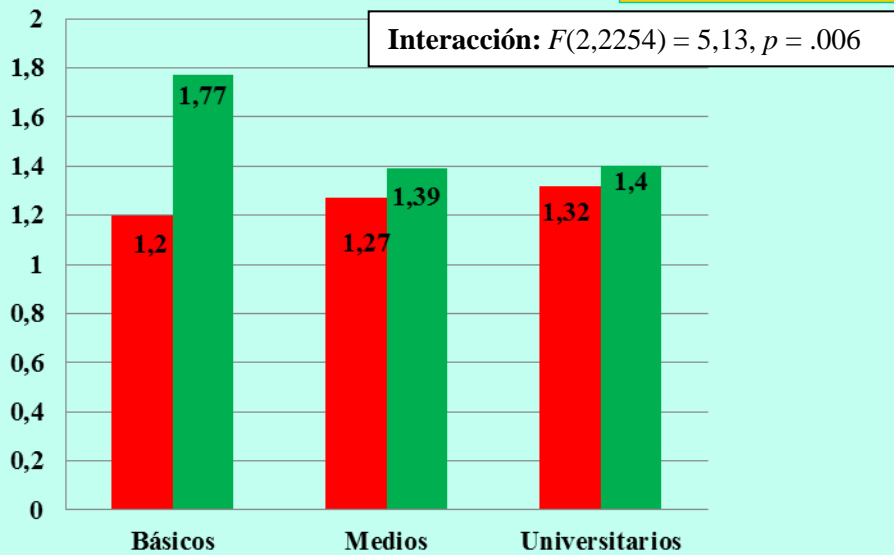


### Mantenimiento del hogar

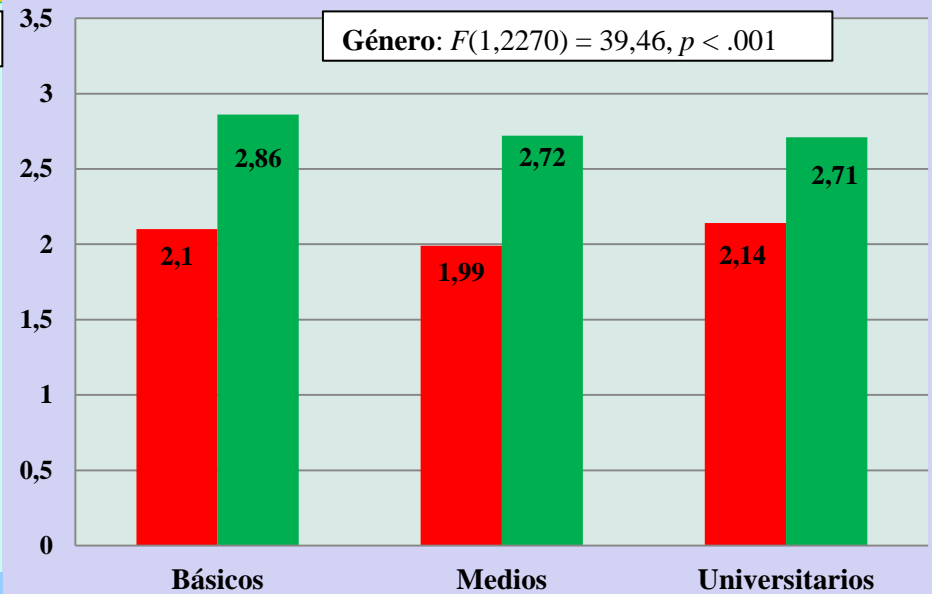


# Género, estudios y usos del tiempo (Interacción: $F(16,4494) = 9,68, p < .001$ )

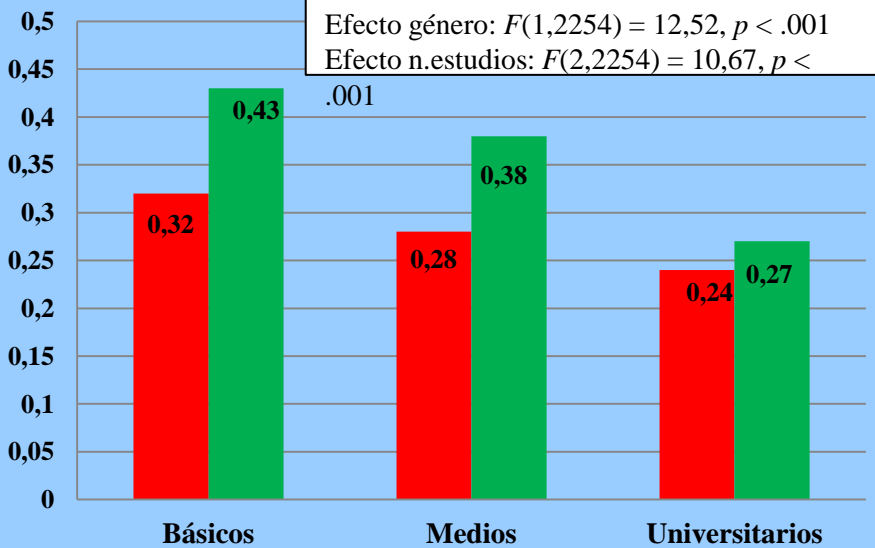
T. salir con amigos/as



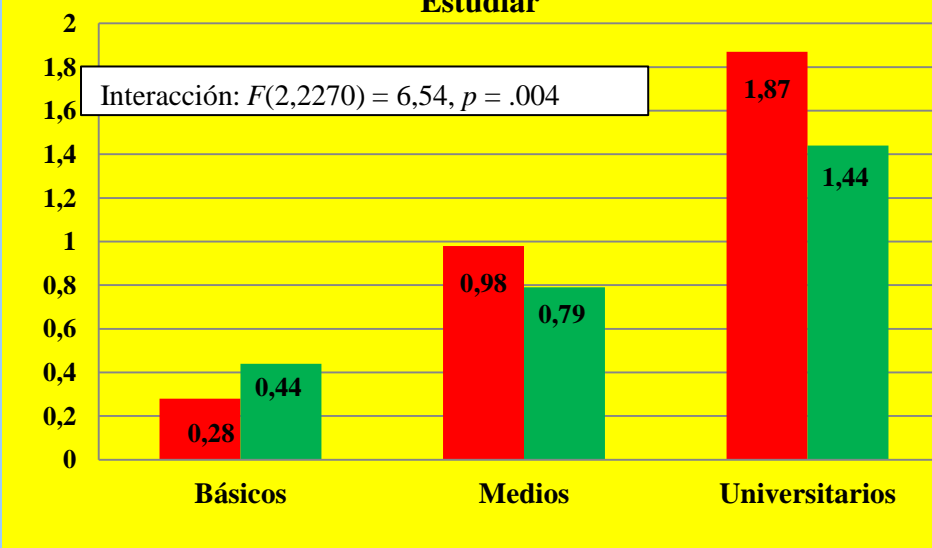
T. hacer lo que desea



Siesta



Estudiar



# Variables sociodemográficas y usos del tiempo en mujeres y hombres ( $p < .005$ )

	T. domésticas		Cuidado hijos/as*		Cuidado familia enferma		Dormir por la noche		Siesta		Descansar	
	Mujer	Hombre	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H
Edad	.46		-.52	-.39	.13		-.23	-.12	.06		.08	

	Salir con amigos/a		Actividades deseadas		Estudiar	
	M	H	M	H	M	H
Edad	-.31	-.33	-.12	-.10	-.37	-.27

	Tareas domésticas		Cuidado de hijos/as*		Cuidado familia enferma		Siesta	
	M	H	M	H	M	H	M	H
Nivel estudios ( <i>r</i> Pearson)	-.38	.06	.25	.12	-.09	-.06	-.06	-.10

	Salir con amigos/as		Actividades deseadas		Estudiar	
	M	H	M	H	M	H
Nivel estudios ( <i>r</i> Pearson)	.12		.08		.44	.34

\* Solo personas con hijos/as

# Salud y usos del tiempo en mujeres y hombres ( $p < .005$ )

Tiempo diario	T. domésticas		Cuidado* hijos/as		Cuidado familiares enfermos/as		Dormir por la noche		Siesta		Descansar	
	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H
Nº enfermedades actuales	.21		-.15	-.16	.11		-.06	-.12	.09		.12	.10
Nº de medicamentos	.17		-.11	-.09	.14				.15		.12	.10
Salud autoinformada	-.21		.09	.13	-.17		.20	.07				

Tiempo diario	Salir con amigos/as		Actividades deseadas		Estudiar	
	M	H	M	H	M	H
Nº enfermedades actuales	-.07	-.09			-.13	-.08
Nº de medicamentos					-.12	-.08
Salud autoinformada	.16	.14	.10	.09	.14	.20

\* Solo personas con hijos/as

# Usos del tiempo y bienestar personal y social en mujeres y hombres (p <.05)

Dimensión	Tareas domésticas		Cuidado hijos/as*		Salir amistades		Actividades deseadas		Estudiar		Dormir noche		Siesta		Descansar	
	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H
Autoaceptación	-.14						.07		.06		.08	.08	-.09		-.06	
Relaciones positivas	-.18			.13	.15	.15	.11	.06	.10		.07					
Autonomía						-.08										
Dominio del entorno	-.06					-.13							-.07		-.06	
Crecimiento personal	-.19		.15	.20			.09		.19				-.14	-.09	-.10	
Propósito en la vida	-.09					-.07	.07		.08		.06		-.08	-.06	-.09	
AS emocional	-.12				.10	.07	.11		.10		.09					
AS instrumental	-.19				.13	.11	.12	.07	.13		.10	.09				

\* Solo personas con hijos/as



# Conclusiones

- Hay diferencias de género en los usos del tiempo, si bien las variables sociodemográficas son relevantes en cómo ocupan su tiempo las personas.
- En general, las mujeres dedican más tiempo diario a realizar tareas domésticas, cuidado de sus hijos/as y de familiares enfermos/as, al mantenimiento de casa, coche y/o jardín, y a estudiar y los hombres a salir con amigos/as y a hacer aquello que desean hacer y disfrutan haciendo.
- Lo más común en los hombres es que, además de al empleo y a dormir por la noche, dediquen su tiempo a hacer lo que desean (2,82 h), cuidado de hijos/as si son padres (2,4), salir con amigos/as (1,48), tareas domésticas (1,08), y a estudiar (0,87). En las mujeres lo más común es que dediquen tal tiempo al cuidado de hijos/as (4,4), tareas domésticas (2,7), hacer lo que desean (2,06), salir con amigos/as (1,23), a estudiar (1,06) y al mantenimiento del hogar (0,99).
- Algunas diferencias de género en los usos del tiempo están influidas por la edad y el nivel de estudios. En las mujeres (pero no en los hombres) la edad y el menor nivel de estudios se asocia con mayor tiempo dedicado a tareas domésticas y al cuidado de familiares enfermos/as.

# Conclusiones

- Aunque la magnitud de las correlaciones es baja, algunos usos del tiempo se asocian con problemas de salud y con bienestar, siendo su efecto mayor en las mujeres que en los hombres.
- En las mujeres, pero no en los hombres, el tiempo dedicado a las tareas domésticas se asocia con peor salud y menor bienestar psicológico y social. Las mujeres que dedican más tiempo al cuidado de familiares enfermos/as también tienen peor salud, mientras que las que dedicaban más tiempo a estudiar y a dormir por la noche tienen mejor salud y mayor bienestar. Además, dedicar el tiempo a lo que se desea es más relevante en el bienestar de las mujeres que en el de los hombres.
- El tiempo dedicado al cuidado de hijos/as es más relevante en el bienestar de los hombres que en el de las mujeres. Por el contrario, el tiempo dedicado a salir con amigos se asocia con más dimensiones de bienestar psicológico en los hombres que en las mujeres, si bien en estos la mayoría de las asociaciones son negativas.
- Se concluye la necesidad de instaurar políticas y programas que lleven a una distribución más igualitaria de los usos del tiempo, de modo que toda la población pueda lograr un nivel óptimo de salud y bienestar psicológico y social.