

8M II

Señor director:

Frente a una nueva conmemoración del Día Internacional de la Mujer, es necesario detenerse a reflexionar sobre cómo las desigualdades de género impactan en el bienestar psicológico y la salud mental de mujeres que son madres, trabajadoras, cuidadoras y jefas de hogar, entre otros roles. La Encuesta Casen (2022) muestra que la jefatura femenina ha crecido de manera sostenida, superando el 40% del total de los hogares. Este dato no es solo una cifra; detrás de ese porcentaje hay historias de vida que se cruzan y evidencian la nece-

sidad de visibilizar las dificultades de salud mental que enfrentan quienes lideran un hogar.

No es sencillo avanzar en medio de las exigencias cotidianas, sobre todo considerando la precariedad económica, el cuidado de hijos y el cumplimiento de un trabajo remunerado. Son múltiples las variables que configuran un escenario complejo y que afectan directamente el bienestar psicológico de las mujeres, donde el cansancio suele vivirse con culpa y la queja parece no estar permitida.

Ivonne Maldonado
 directora carrera de Psicología, UDLA