

## Mujeres, bienestar y desarrollo: la infraestructura invisible que sostiene el sur

**C**ada 8 de marzo volvemos a hablar de brechas, derechos y participación femenina, y es necesario. Pero este año quiero poner el foco en algo menos visible y profundamente estructural: el bienestar.

Durante años trabajé en consultoría acompañando empresasyequipos directivos; luego emprendí en el sur y fundé Casa La Floresta. También trabajamos tres años consecutivos junto a la Municipalidad de Puerto Varas en el programa Mujeres Jefas de Hogar, acompañando a mujeres de distintas edades y realidades. Si algo he visto con claridad es esto: el desarrollo económico y el bienestar no son opuestos, son interdependientes.

En el sur tenemos una de las tasas más altas de emprendimiento femenino. Muchas veces celebramos ese dato como autonomía, pero detrás de ese número hay historias complejas: maternidades sin red más allá de la pareja, estructuras laborales rígidas, dificultad para escalar o la necesidad de crear oportunidades donde no existen. Emprendemos por vocación, sí, pero muchas veces también por adaptación.

Las mujeres no sololideramos negocios, sostenemos emocionalmente a nuestras familias, organizamos la logística invisible del hogar, cuidamos y contenemos,

y al mismo tiempo buscamos desarrollarnos profesionalmente. Esa doble —y muchas veces triple— jornada no es anecdótica, es estructural.

La Organización Mundial de la Salud ha reconocido el burnout como un fenómeno vinculado al contexto organizacional. Estudios de Gallup muestran que equipos con mayor bienestar presentan hasta un 21% más de productividad y 41% menos ausentismo. No se trata de una tendencia blanda, se trata de sostenibilidad.

En Casa La Floresta hemos intentado hacernos cargo, desde lo local, de algunas de estas brechas: crear un espacio donde una mujer pueda asistir a una clase con su bebé, trabajar mientras su hijo está en un entorno seguro, emprender en red y formarse en herramientas concretas desde la práctica. En el programa Mujeres Jefas de Hogar vimos cómo el acceso a herramientas reales fortalecía no solo ingresos, sino autovalía; cuando una mujer reconoce su valor, el impacto se expande a su familia y comunidad.

Eso es bienestar estructural, no como lujo, sino como infraestructura invisible.

También lo viví en lo personal. El año en que planifiqué mi postnatal comprendí que el bienestar no es solo autocuidado individual, es diseño organizacional:

crear estructuras que no dependan exclusivamente de una persona y aceptar que los sistemas vivos requieren ajustes.

Si queremos una región verdaderamente próspera, no basta con incentivar el emprendimiento femenino, necesitamos ecosistemas que lo sostengan: políticas públicas con enfoque humano, empresas que comprendan que el compromiso nace del cuidado y redes comunitarias activas.

El desarrollo regional no puede construirse sobre el agotamiento femenino ni sobre la épica de “poder con todo”. Puede —y debe— construirse sobre sistemas más conscientes y sostenibles.

Este 8 de marzo, más que reconocer la resiliencia de las mujeres, la invitación es preguntarnos qué estructuras estamos dispuestos a transformar para que el bienestar deje de ser discurso y se convierta en eje central del desarrollo social, porque cuando el bienestar es parte del diseño, el progreso deja de depender del esfuerzo heroico y se convierte en responsabilidad compartida, y ahí recién, hablamos de igualdad real.

**María Victoria Espinosa Contreras**  
**Fundadora Casa La Floresta**