

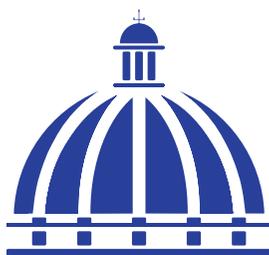


GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER

CORRESPONSABILIDAD EN LOS CUIDADOS

**Material educativo para la prevención
de la violencia de género**



GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER



GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER

CORRESPONSABILIDAD EN LOS CUIDADOS

**Material educativo para la prevención
de la violencia de género**

Dirección**Mayra Jiménez**

Ministra de la Mujer

Coordinación**Jesica Croce**

Directora de Prevención y Atención a la Violencia

Edición al cuidado**Carolina Acuña**

Directora de Comunicaciones

Asistencia Técnica**Ana Valverde****Rosibel Gómez**

Programa de Coordinación en la Prevención de la Violencia de Género en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible en República Dominicana, Unión Europea.

Diseño y Diagramación**IMPREDOM SRL.****Ministerio de la Mujer, 2024****Av. México Esq. 30 de Marzo, Bloque D, segundo piso,****Santo Domingo, D.N., República Dominicana****Teléfono: (809)-685-3755****E-mail: info@mujer.gob.do****www.mujer.gob.do****X @mmujerrd****f  Ministerio de la Mujer RD****ISBN: 978-9945-9474-7-2**

Santo Domingo,
República Dominicana
Junio 2024

Las opiniones, puntos de vista y contenido de esta publicación son responsabilidad exclusiva del Ministerio de la Mujer.

TABLA DE CONTENIDO

Presentación	6
Introducción: Desmontando creencias sobre la corresponsabilidad en los cuidados	9
¿Qué es el trabajo de cuidado?	11
Valorización y distribución igualitaria del cuidado	15
¿Qué es la corresponsabilidad en los cuidados?	17
Mitos y realidades sobre la corresponsabilidad	19
La corresponsabilidad de los cuidados en la vida cotidiana	23
Promoviendo masculinidades positivas	29
Servicios de prevención y atención a la violencia del Ministerio de la Mujer	35
Ejercicio práctico: El uso del tiempo	39

PRESENTACIÓN

El presente material educativo **“Corresponsabilidad en los cuidados”**, forma parte de una serie de cuadernillos del Ministerio de la Mujer, cuyo propósito es seguir impulsando cambios de ideas, normas y prácticas sociales y culturales, para avanzar hacia una sociedad corresponsable y donde los cuidados formen parte del piso de protección social del país, lo cual contribuye significativamente a la erradicación de la desigualdad y la violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas en la República Dominicana.

Estos materiales educativos se enmarcan también en las líneas de acción establecidas en el Plan Estratégico Por una Vida Libre de Violencia para las Mujeres 2020-2024, principal política pública del Estado dominicano, dirigida a la erradicación de la violencia contra las mujeres, desarrollada como parte de la respuesta firme y contundente de la presente gestión de gobierno ante este flagelo, desde un abordaje integral, interinstitucional y sectorial.

Dentro del Plan Nacional para la Igualdad y la Equidad de Género (PLANEG), bajo el eje de “Autonomía Económica para las Mujeres”, el Ministerio de la Mujer está comprometido con el desarrollo de estrategias de información y educación masiva para la población en general, que sirvan para orientar y sensibilizar sobre la necesidad de una sociedad del cuidado. Para el logro de este propósito se requiere de una articulación efectiva entre el Estado y el sector privado.

La elaboración de esta serie de materiales educativos representa una contribución significativa para el abordaje integral de la igualdad y la no violencia, dado que ofrece contenidos educativos fundamentales para fortalecer la prevención de la violencia de género en la sociedad, principalmente en espacios sociales y comunitarios, así como también para la promoción de una sociedad del cuidado, una cultura de paz y respeto a los derechos humanos de las mujeres.

De igual manera, esta serie de materiales han sido diseñados considerando temas priorizados para la promoción de los cuidados, y la prevención de la violencia de género e intrafamiliar, desde una perspectiva comunicacional de fácil comprensión. Asimismo, se procura robustecer el trabajo de personas educadoras y facilitadoras, integrantes de las **Redes Locales Por una Vida Libre de Violencia**, y otras personas que requieran una guía práctica y didáctica para informarse y fortalecer sus conocimientos y capacidades sobre estos temas.

La elaboración de estos materiales ha contado con el apoyo y la asistencia técnica de la Unión Europea, a través del Programa de Coordinación en la Prevención de la Violencia de Género en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible en República Dominicana (C-PREV) ejecutado por el Ministerio de la Mujer.

Desde su rol rector para el logro de la igualdad, la equidad y el pleno ejercicio de la ciudadanía de las mujeres, el Ministerio de la Mujer pone a disposición el presente material educativo, para continuar impulsando y fortaleciendo la comprensión, sensibilización y formación de la sociedad sobre los cuidados y el flagelo de la violencia de género e intrafamiliar. Fundamentalmente, para seguir avanzando hacia la eliminación de todas las formas de violencia contra las mujeres, adolescentes y niñas, asegurando que, en todas las comunidades de la República Dominicana, las personas podamos vivir en igualdad, en corresponsabilidad y desde el respeto a los derechos.

Mayra Jiménez
Ministra de la Mujer

INTRODUCCIÓN

DESMONTANDO CREENCIAS SOBRE LA CORRESPONSABILIDAD EN LOS CUIDADOS

El Ministerio de la Mujer, a través de este material educativo, procura identificar conocimientos acerca de la corresponsabilidad en los cuidados, ofreciendo herramientas para fortalecer la comprensión sobre este tema. De igual manera, este material procura impulsar el aprendizaje sobre aspectos de nuestra organización social que favorecen a una cultura de paz e igualdad, así como también, a la prevención de la discriminación y violencia de género, generando un compromiso permanente con su erradicación, desde toda la sociedad.

En esta sección, se pretende revisar algunas ideas previas sobre la corresponsabilidad en los cuidados, y su relación con la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia de género e intrafamiliar. A través de un breve cuestionario de cinco preguntas y varias opciones de respuesta, las personas podrán evaluar cuánto conocen sobre este tema y descubrir áreas en las que pueden profundizar más al respecto. **Asimismo, este material provee información útil sobre los servicios de prevención y atención a la violencia de género e intrafamiliar, ofrecidos por el Ministerio de la Mujer en todo el territorio nacional.**

Si eres formadora o formador y vas a realizar una actividad o taller sobre la corresponsabilidad en los cuidados, puedes imprimir esta autoevaluación y entregarla al inicio del encuentro para que las personas participantes lo completen. No compartas las respuestas¹ hasta el final de la actividad, para evaluar cuanto han aprendido o desaprendido.

¹Respuestas: 1. b; 2. b; 3.c; 4.b; 5.c

AUTOEVALUACIÓN

Pregunta 1: ¿Qué significa la corresponsabilidad en los cuidados?

- a. Que solo las mujeres son responsables de cuidar a la familia.
- b. Que los cuidados son responsabilidad compartida entre hombres y mujeres.
- c. Que los cuidados son responsabilidad exclusiva de los hombres.

Pregunta 2: ¿Por qué es importante promover la corresponsabilidad en los cuidados?

- a. Porque libera a los hombres de cualquier responsabilidad en el hogar.
- b. Porque contribuye a la igualdad de género y al empoderamiento de las mujeres.
- c. Porque aumenta la carga de trabajo de las mujeres.

Pregunta 3: ¿Cuál es uno de los beneficios de la corresponsabilidad en los cuidados?

- a. Mayor desigualdad de género.
- b. Mayor estrés para los hombres.
- c. Una distribución justa de las responsabilidades en el hogar.

Pregunta 4: ¿Qué puede hacer la familia para promover la corresponsabilidad en los cuidados?

- a. Delegar todas las tareas de cuidado en la mujer.
- b. Compartir equitativamente las tareas de cuidado.
- c. Pagar siempre por el servicio de cuidado en el hogar.

Pregunta 5: ¿Quiénes pueden contribuir a promover la corresponsabilidad en los cuidados?

- a. Solo las mujeres.
- b. Solo los hombres.
- c. Todas las personas del hogar, independientemente de su sexo.

The background features abstract geometric shapes in shades of blue and red. At the top left, there are overlapping triangles in light blue and dark blue. In the middle left, there is a dark blue square with a white notch on its top edge, and a dark blue triangle to its right. At the bottom, there are large, overlapping triangles in red and blue, creating a dynamic, layered effect.

¿QUÉ ES EL TRABAJO DE CUIDADO?

El trabajo de cuidado comprende una serie de actividades esenciales destinadas al bienestar cotidiano de las personas en diversos aspectos, que incluyen lo material, económico, social, moral y emocional. Estas actividades abarcan la provisión de bienes y servicios esenciales para la vida, como la alimentación, el abrigo, la limpieza, la higiene, la atención a la salud y el apoyo psicoemocional. También engloba la asistencia directa a personas para realizar actividades de la vida diaria, así como la transmisión de conocimientos, valores sociales y prácticas a través de procesos relacionados con la crianza y la educación.

Los cuidados representan, en última instancia, un conjunto de actividades que contribuyen a mantener y regenerar, tanto de forma diaria como generacional, el bienestar físico y emocional de las personas.

Sin embargo, es crucial reconocer que la distribución de estas responsabilidades ha sido históricamente desigual y que, en muchas sociedades, como la dominicana, las mujeres han asumido una carga desproporcionada en este sentido.

RECUERDA

- En República Dominicana se estima que **961,975 personas requieren servicio de cuidado¹**.
- Las mujeres dedican, en promedio, **tres veces más de tiempo que los hombres**, al trabajo de cuidado.
- Una efectiva política de cuidado, permitirían que más mujeres que se han dedicado a esta labor, se puedan incorporar al mercado de cuidados mejorando significativamente su autonomía económica.

¹Ministerio de Economía, Planificación y Desarrollo (2024): "Invertir en Cuidados: Empleos que garantizan derechos". Disponible en: <https://mepyd.gob.do/publicaciones/estudio-invertir-en-cuidados-empleos-que-garantizan-derechos>

Dentro del contexto de los trabajos de cuidado, encontramos **las responsabilidades familiares**. Estas responsabilidades derivan de la atención y el cuidado de personas dependientes, ya sean menores, o personas que, debido a una pérdida de autonomía, temporal o permanente, precisan de la atención de otras personas para realizar actividades de la vida diaria.

Estos cuidados a personas dependientes pueden deberse a razones derivadas del envejecimiento, la enfermedad o la discapacidad, o incluso por degeneración cognitiva o enfermedades psiquiátricas. Es importante destacar que estas responsabilidades involucran a hombres y mujeres.

La crisis derivada de la **pandemia de COVID-19**, no solo tuvo un impacto significativo en la salud y la economía, sino que también generó una crisis en el ámbito de los cuidados. Durante este período de emergencia sanitaria, la sobrecarga desequilibrada de cuidado que recayó en general sobre las mujeres se agravó debido a las medidas preventivas de confinamiento y la permanencia en los hogares. Esta situación destacó la urgente necesidad de redistribuir equitativamente las responsabilidades de cuidado en la sociedad, promoviendo la corresponsabilidad entre el Estado, el sector privado, la sociedad y los hombres y las mujeres.

RECUERDA

Los cuidados constituyen un conjunto de actividades que **garantizan, mantienen y regeneran el bienestar físico y emocional de las personas**.

Históricamente, los trabajos de cuidados han sido asumidos por las mujeres, y esto debe cambiar.

La pandemia de COVID-19 provocó una crisis de cuidados, debido a las medidas preventivas de confinamiento y la permanencia en los hogares, lo cual resultó en una sobrecarga para las mujeres.

Es por ello, que resulta urgente **redistribuir equitativamente los cuidados, que son tareas de toda la familia**.



**VALORIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN
IGUALITARIA DEL CUIDADO**

Como hemos mencionado, **históricamente el trabajo de cuidado ha sido realizado predominantemente por las mujeres.** Las tareas asociadas han recibido -y siguen recibiendo- escasa valorización económica, no pudiendo generar ningún tipo de remuneración, o una remuneración precaria, además de escaso reconocimiento social. Por todos estos factores, la distribución desigual de las tareas de cuidado constituye una causa estructural de pobreza y desigualdad para las mujeres.

En este sentido, es de considerar que la no valorización y el reparto desigual de las tareas de cuidado:

- Limitan el tiempo de las mujeres para acceder a oportunidades educativas, de acceso a la seguridad social, de inserción en el mercado laboral y la participación social y política.
- Aumenta la pobreza femenina.
- Reduce la autonomía económica de las mujeres.
- Limita el desarrollo del capital humano que representan las mujeres.

RECUERDA

- Para las mujeres entre 15 y 64 años convivir con personas que demandan cuidados, aumenta su probabilidad de estar en situación “NiNi²” en un 52%. En el mismo rango etario, para los hombres, esta probabilidad es de un 19%³.
- En 2023, según la Encuesta Nacional Continua de Fuerza de Trabajo (ENCFT) existían en la República Dominicana 851,890 personas que declaraban no participar del mercado laboral remunerado, por responsabilidades familiares o quehaceres del hogar, es decir, por realizar trabajo no remunerado de cuidados. **El 98% de estas personas, eran mujeres (831,856).**

²Personas que no estudian, ni trabajan, de manera remunerada.

³Ministerio de Economía, Planificación y Desarrollo (2024): “Invertir en Cuidados: Empleos que garantizan derechos”. Disponible en:

<https://mepyd.gob.do/publicaciones/estudio-invertir-en-cuidados-empleos-que-garantizan-derechos>



¿QUÉ ES LA CORRESPONSABILIDAD EN LOS CUIDADOS?

La corresponsabilidad, o el reparto de responsabilidades familiares, **es la distribución equilibrada de las tareas domésticas, de la organización del hogar y del cuidado de sus integrantes**, por ejemplo, la educación y la atención de personas dependientes, con el fin de distribuir justamente los tiempos dedicados a estas tareas, entre los integrantes del hogar.

Por tanto, la corresponsabilidad en los cuidados:

- Tiene como premisa que el cuidado es un derecho, que comprende el derecho a recibir cuidados, el derecho a cuidar y el derecho al autocuidado;
- Busca transformar las dinámicas tradicionales de género en lo que respecta a las tareas de cuidado en el hogar y en la comunidad;
- Se refiere a la idea de que tanto mujeres como hombres comparten de manera equitativa la responsabilidad de cuidar y atender las necesidades de las personas dependientes, ya sean niñas, niños, personas mayores, personas enfermas o personas con discapacidad que requieren cuidados;
- Promueve la idea de que todos los miembros de la familia y la sociedad tienen la obligación y el derecho de participar activamente en las tareas de cuidado, garantizando que éstas se distribuyan de manera justa y equitativa;
- Reconoce el rol del Estado y del sector privado, en la promoción y garantía del derecho al cuidado.

RECUERDA

Al involucrar al Estado, el sector privado, la sociedad y los hombres en la redistribución de las tareas de cuidado, se reduce la carga sobre las mujeres y se fomenta un ambiente de mayor bienestar, en el que todas las personas puedan avanzar hacia el alcance de su máximo potencial.

A continuación, exploraremos en detalle cómo la corresponsabilidad en los cuidados puede ser implementada en la vida cotidiana y cómo contribuye al bienestar de las personas y al desarrollo de sociedades más justas.

A large, stylized number '4' is positioned on the left side of the page. It is white with a blue outline and is set against a dark blue background that forms part of a larger geometric design. The design consists of various triangular and polygonal shapes in shades of blue and red, creating a dynamic, abstract background.

MITOS Y REALIDADES SOBRE LA CORRESPONSABILIDAD

Existen diversas creencias sobre la corresponsabilidad en los cuidados. A menudo, por ejemplo, escuchamos frases como: *"Por supuesto que ayudo a mi mujer en casa, yo no soy de esos"*, o *"Es que ellas lo hacen mejor, yo todavía no entiendo lo de separar la ropa por colores"*, o incluso: *"Mi esposo lo intenta, pero al final, tengo que ser yo la que ponga orden en todo"*.

Estas expresiones reflejan **una serie de mitos y dudas que rodean la idea de la corresponsabilidad** en los cuidados y las tareas domésticas. A continuación, exploraremos estos mitos y, lo que es aún más importante, los desmontaremos.

1 Mito: **"Ayudar en casa es suficiente"**.

Realidad: La corresponsabilidad no se trata de ayudar, sino de compartir responsabilidades de manera equitativa. En una relación corresponsable, cada integrante del hogar asume tareas y compromisos de manera equilibrada, sin que uno tenga que "ayudar" al otro.

2 Mito: **"Las tareas domésticas son responsabilidad exclusiva de las mujeres"**.

Realidad: las tareas domésticas y los cuidados deben ser responsabilidad compartida de todos los integrantes de la familia, independientemente de que sean hombres o mujeres. Todas las personas somos capaces de realizar estas tareas de manera equitativa.

3 Mito: **"Los hombres no pueden cuidar tan bien como las mujeres"**.

Realidad: la habilidad para cuidar no está determinada por el sexo. Los hombres son igualmente capaces de cuidar de manera efectiva y cariñosa. La crianza y los cuidados no tienen sexo.

4 Mito: "Los hombres no tienen tiempo para las tareas domésticas".

Realidad: la gestión del tiempo es clave en la corresponsabilidad. Planificar y distribuir las tareas de manera equitativa permite que todas las personas en el hogar tengan tiempo para cumplir con sus responsabilidades, incluidas las tareas domésticas.

5 Mito: "Los hombres que participan en las tareas del hogar son menos masculinos".

Realidad: la masculinidad no está vinculada a la evasión de las responsabilidades del hogar. Ser un hombre corresponsable demuestra respeto, igualdad y madurez.

6 Mito: "Las mujeres prefieren hacer las tareas domésticas".

Realidad: no se trata de preferencias, sino de elección y equidad. Muchas mujeres han asumido estas tareas, debido a roles tradicionales de género, pero eso no significa que prefieran hacerlo solas.

7 Mito: "La corresponsabilidad es solo en el hogar".

Realidad: la corresponsabilidad va más allá del hogar. Implica compartir responsabilidades en todas las áreas de la vida, incluido el trabajo, las decisiones financieras y la crianza de hijas e hijos.

8 Mito: "No es necesario hablar de corresponsabilidad, simplemente se debe hacer".

Realidad: la buena comunicación y la planificación son esenciales para establecer un ambiente corresponsable. Hablar sobre roles y responsabilidades ayuda a evitar malentendidos y conflictos.

9

Mito: "La corresponsabilidad es solo un problema de las parejas casadas".

Realidad: la corresponsabilidad es relevante para todas las relaciones, independientemente de su estado civil, o de que tengan o no, hijas e hijos. Se trata de promover la igualdad de género en todas las interacciones.

RECUERDA

- En la República Dominicana se está implementando una Política Nacional de Cuidados. Esta política apunta a encontrar soluciones integrales a las necesidades de cuidado de los hogares vulnerables, a promover la autonomía económica de las mujeres y el derecho al cuidado de la niñez, las personas con discapacidad, las personas en situación de dependencia, y las personas adultas mayores.
- Uno de los pilares de esta política son las comunidades de cuidado, un compromiso público del gobierno dominicano frente a la erradicación de las desigualdades de género y la feminización de la pobreza vinculada al cuidado, desde una perspectiva de corresponsabilidad social.

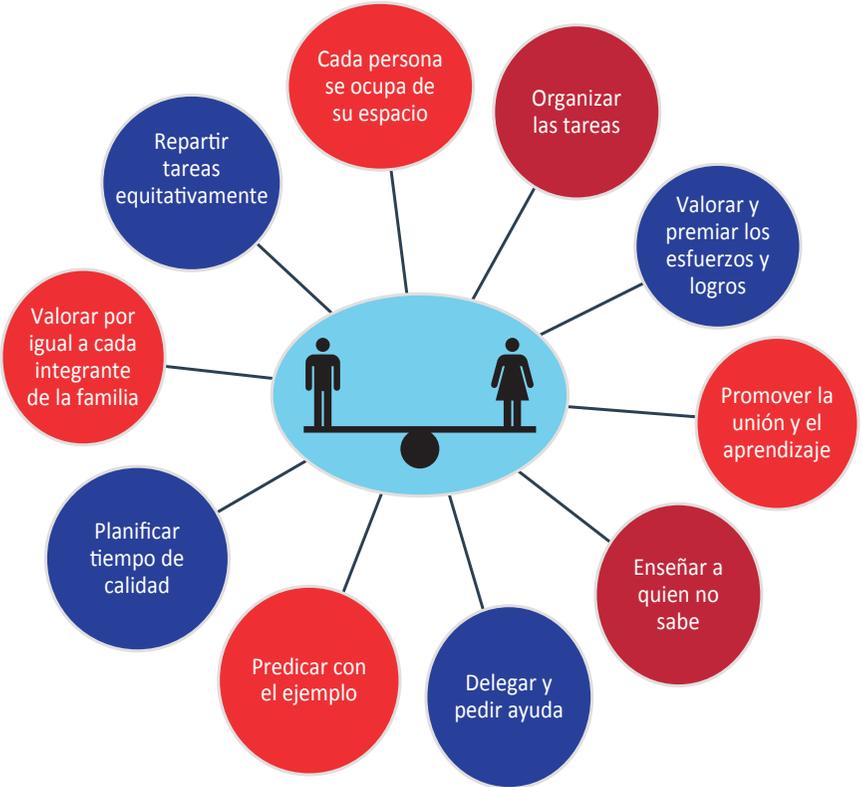




**LA CORRESPONSABILIDAD
DE LOS CUIDADOS EN LA
VIDA COTIDIANA**

Ahora que hemos definido la corresponsabilidad en los cuidados y comprendemos su importancia, es esencial explorar cómo podemos llevar este concepto a la práctica en nuestras vidas diarias. La corresponsabilidad no es solo una idea abstracta, sino un enfoque concreto que puede marcar una diferencia real en el bienestar de las personas, las familias y las comunidades.

Aquí revisaremos **10 ideas concretas para llevar a la práctica la corresponsabilidad** en la familia:



1 VALORAR POR IGUAL A CADA INTEGRANTE DE LA FAMILIA

En el camino hacia la corresponsabilidad en los cuidados, es fundamental valorar a cada integrante de la familia por igual. El primer paso es reconocer que cada persona, independientemente de que sea hombre o mujer, y de su edad, puede contribuir en las tareas del hogar, según sus posibilidades. **Todas las personas son capaces de desempeñar actividades domésticas en mayor o menor medida**, de acuerdo con sus capacidades y habilidades.

2 REPARTIR LAS TAREAS EQUITATIVAMENTE

La equidad en la distribución de las tareas de cuidado es esencial. Esto significa **asignar las responsabilidades de manera justa, teniendo en cuenta las capacidades y limitaciones individuales**. Por ejemplo, las niñas y niños no deben usar estufas, pero seguro que pueden colaborar poniendo la mesa o recogiendo sus juguetes. La clave está en adaptar las tareas a las habilidades de cada integrante en el hogar, sin importar su sexo. No hay tareas que sean más adecuadas para varones que para mujeres.

3 CADA PERSONA SE OCUPA DE SU ESPACIO

Fomentar la corresponsabilidad también implica que **cada persona sea responsable de su propio espacio y pertenencias**. De esta manera, la limpieza o el mantenimiento del orden de las áreas, tanto comunes como privadas, serán más llevaderas.

4 ORGANIZAR LAS TAREAS

Una organización eficiente de las tareas puede contribuir a un reparto equitativo. Establecer un **horario flexible para las labores domésticas** puede ser una excelente estrategia. Por

ejemplo, designar un día específico para lavar, y que cada persona en el hogar sea responsable de identificar las prendas que necesitan lavado, secar o tender la ropa, y recogerla. Esto libera tiempo para actividades de ocio y descanso.

5 VALORAR Y PREMIAR LOS ESFUERZOS Y LOGROS

Reforzar positivamente es clave, especialmente cuando se trata de las personas más pequeñas. **Valorar y premiar los esfuerzos y logros**, incluso los más pequeños, refuerza la idea de que todas las personas contribuyen al bienestar en el hogar.

6 PROMOVER LA UNIÓN Y EL APRENDIZAJE

Las tareas de la casa pueden ser **una oportunidad para fortalecer los lazos familiares** y aprender conjuntamente. Convertir estas actividades en momentos agradables en casa es beneficioso para todos sus integrantes.

7 ENSEÑAR A LA PERSONA QUE NO SABE

Cuando alguien no sabe realizar una tarea en particular, en lugar de hacerla por él o ella, **es importante ofrecer ayuda y enseñar**. Este enfoque promueve el aprendizaje y la adquisición de habilidades.

8 DELEGAR Y PEDIR AYUDA

Si las responsabilidades laborales y personales de quienes comparten un hogar se vuelven abrumadoras, se debe considerar la posibilidad de **pedir ayuda profesional o delegar ciertas tareas**. El objetivo es mantener un equilibrio saludable entre las obligaciones y el tiempo libre.

9 ENSEÑAR CON EL EJEMPLO

Es fundamental que las personas adultas enseñen con el ejemplo. Si las personas más jóvenes observan a las adultas **realizando las tareas del hogar de manera equitativa, sin protestas y con una actitud positiva**, es más probable que sigan este modelo y contribuyan de manera activa a la corresponsabilidad en los cuidados en sus vidas.

10 PLANIFICAR TAMBIÉN TIEMPO DE CALIDAD

Es importante recordar que las tareas de la casa no deben ocupar todo el tiempo libre de las personas integrantes del hogar. La redistribución de tareas tiene como objetivo liberar tiempo para actividades recreativas y momentos de calidad individuales y compartidos. **Un equilibrio entre responsabilidades y tiempo de ocio es esencial** para el bienestar de todas las personas que comparten un hogar.





**PROMOVIENDO MASCULINIDADES
POSITIVAS**

En la búsqueda de una sociedad más equitativa y justa, **el papel de los hombres** en la corresponsabilidad de los cuidados y las tareas del hogar **es fundamental**. La promoción de **masculinidades positivas** y la práctica de la **paternidad responsable** son elementos esenciales para avanzar hacia la igualdad de género en todos los ámbitos de la vida.

¿Cómo hacerlo? Aquí algunas sugerencias concretas:

● Rompe con los roles de género tradicionales

Un primer paso es romper con los roles tradicionales de género. Esto significa **dejar atrás la idea de que las tareas del hogar y el cuidado de las hijas e hijos son responsabilidad exclusiva de las mujeres**. Los hombres también tienen un papel importante en estas áreas.

PASA A LA ACCIÓN... ¡HOY COCINAS TÚ!

Si tú cocinas mientras tu pareja se encarga de las niñas y niños, reducirás la carga de trabajo de ella, y probablemente tendrán más tiempo de calidad juntos ¡Aprovéchalo!

● Ser un modelo a seguir

Todas las acciones tienen un impacto significativo en la familia y en la sociedad. Involucrarse **activamente en las tareas de cuidado** y demostrar un interés genuino en el bienestar de la familia, convierte a las personas en un modelo a seguir para hijas e hijos. Con ellos, se les enseña que la igualdad de género es fundamental y que todas las personas del hogar deben contribuir de manera equitativa.

PASA A LA ACCIÓN... ¡QUE TU HIJO TE VEA CUIDAR DE SU HERMANITA!

Si eres hombre, cuando tu hijo te ve cuidar de su hermanita, se da cuenta de que es algo natural para los hombres. Estás fomentando su comprensión de que todas las personas son responsables de cuidar de la familia. ¡Bien hecho!

● **Participa activamente en el hogar**

La paternidad responsable significa estar presente en la vida de las hijas e hijos. Esto no solo implica proveer económicamente, sino **también involucrarse en las rutinas diarias**, participar de las tareas del hogar y activamente en la crianza. Cambiar pañales, preparar alimentos o apoyarles en sus tareas escolares, son acciones que fortalecen el vínculo familiar.

PASA A LA ACCIÓN ... ¡APOYA CON LAS TAREAS ESCOLARES!

Como padre, puedes asegurarte de ayudar a tus hijas e hijos con sus tareas escolares. Esto no solo aliviará la carga de trabajo de tu pareja, sino que también te permitirá estar más conectado y entender sus necesidades académicas. ¡Arriba esos lápices!

● **Apoyo emocional y escucha activa**

Parte del papel en la corresponsabilidad, es brindar apoyo emocional a la pareja, y a las hijas e hijos. Escuchar activamente sus preocupaciones, celebrar sus logros y mostrar empatía. Esto **crea un ambiente de comprensión y cuidado** en el hogar.

PASA A LA ACCIÓN... ¡PREPÁRALE UN RICO CAFÉ!

Cuando tu pareja tiene un día difícil, puedes prepararle un rico café si le apetece e invitarla a que te cuente cómo se siente. Escúchala atentamente y que sienta todo tu apoyo emocional. Esto la hará sentir valorada y comprendida.

● **Comunicación y colaboración**

La comunicación abierta y la colaboración son clave. Hablar con la pareja sobre cómo pueden distribuir equitativamente las responsabilidades del hogar, y el cuidado de hijas e hijos. Juntos, pueden crear un **plan que funcione para ambos** y para la familia en general.

PASA A LA ACCIÓN... ¡A PLANIFICAR CON TU PAREJA!

Promueve una conversación abierta con tu pareja sobre cómo compartir las responsabilidades en el hogar. Pueden dividir las en función de las fortalezas y horarios de cada uno/a. Ahora, ya pueden trabajar juntos para mantener el hogar y criar a las hijas e hijos con una mejor organización. ¡Ya nada les detiene!

● **Aprende de tus errores**

Nadie es perfecto, y es normal cometer errores en alguna tarea o en la crianza de las hijas e hijos. Lo importante es aprender cada día de estos. Frente a **equivocaciones, lo importante es reconocer el error, y trabajar para cambiar y corregir la situación.** La disposición para aprender y crecer es fundamental.

PASA A LA ACCIÓN... ¡ES HORA DE APRENDER Y MEJORAR!

Olvidaste comprar víveres que acordaron con tu pareja para la semana. En lugar de excusas, coméntalo si es necesario, admite el error y encárgate de la compra de lo que olvidaste. Para la próxima vez puedes anotarlo en un lugar visible, en el celular o en una libreta. Es importante la organización para una mayor efectividad.

● **Apoya la corresponsabilidad en tu comunidad**

Buscar apoyo en la comunidad y en grupos decididos a caminar hacia la igualdad de género es muy importante. **Compartir las experiencias y aprendizajes con otras personas, inspira el cambio.**

PASA A LA ACCIÓN... ¡ÚNETE AL CAMBIO!

Si conociste un hombre que sabe cambiar pañales y está comprometido con la corresponsabilidad, pueden organizar juntos un encuentro, e invitar a otras personas amigas a compartir experiencias y aprendizajes sobre masculinidades positivas. **¡Con ello se promueve la igualdad!**

RECUERDA

La corresponsabilidad en los cuidados y el hogar beneficia a todos los integrantes del hogar. Nos permite:

1. Forjar relaciones familiares y comunitarias más sólidas, basadas en la igualdad y el respeto mutuo;
2. Ser un modelo a seguir para las hijas e hijos;
3. Contribuir a la construcción de una sociedad más justa y equitativa.



The background features abstract geometric shapes in shades of blue and red. At the top, there are blue triangles and polygons. In the middle-left, there are more blue shapes, including a prominent triangle. At the bottom, there are red and blue shapes, including a large red triangle on the right and a blue triangle on the left. The text is centered in the white space between the middle and bottom sections.

**SERVICIOS DE PREVENCIÓN
Y ATENCIÓN A LA VIOLENCIA
DEL MINISTERIO DE LA MUJER**

El Ministerio de la Mujer ofrece servicios para la prevención y atención a la violencia de género e intrafamiliar, con el objetivo de promover y garantizar un abordaje integral en la protección a las víctimas, con enfoque de derechos humanos.

- El Ministerio de la Mujer ejecuta **acciones de prevención, sensibilización y promoción de derechos**, sobre diversas temáticas vinculadas a la violencia contra las mujeres. Este servicio es gratuito y puede ser solicitado de manera presencial, en su sede central, y en todas las oficinas provinciales y municipales.
- Ante situaciones de violencia de género e intrafamiliar, el Ministerio de la Mujer cuenta con **abogadas y psicólogas** que ofrecen orientación, acompañamiento y representación legal, así como asistencia psicológica, incluyendo la atención especializada a víctimas de trata.
- La **Línea de Emergencia *212** es un servicio de atención telefónica confidencial, disponible las 24 horas, todos los días del año. Ofrece orientación y rescate en caso de cualquier situación de emergencia, vinculada a la violencia contra las mujeres. Puede llamar toda persona que quiera reportar una situación de violencia, o quien se encuentre en una situación de riesgo. Es un servicio sin costo, y es posible acceder desde cualquier lugar del país.

El exponencial incremento de la Línea de Emergencia *212, durante la presente gestión de gobierno, la cual ha pasado de estar presente en 7 provincias a estar presente en todo el territorio nacional, ha permitido que, desde agosto del año 2020 hasta el 1er. semestre del año 2024, la Línea de Emergencia *212 ofreciera 29,976 atenciones y realizara 873 rescates de mujeres y sus dependientes, en alto riesgo y vulnerabilidad.

- El Ministerio de la Mujer ofrece protección a través de las **Casas de Acogida o refugios**, incluyendo una casa especializada para víctimas de trata, y un centro con capacidad nacional. En estos espacios, se brinda acompañamiento, protección y cuidado a las mujeres en situación de violencia y sus dependientes, a través de un equipo multidisciplinario, que incluye la atención en salud, psicológica y legal, así como educación para niñas, niños y adolescentes que acompañan a sus madres o tutoras.

También el servicio de Casas de Acogida o Refugios ha tenido un crecimiento exponencial durante la presente gestión de gobierno, pasando de tener solo 3 casas -en 17 años que tenía la Ley que instituyó estos refugios- a 18 Casas en la actualidad. Este servicio ha permitido que, desde agosto del año 2020 hasta el 1er. semestre del año 2024, el Ministerio de la Mujer ofreciera protección y cuidado a 6,428 mujeres y sus dependientes cuyas vidas estaban en riesgo y vulnerabilidad. Como resultado de la atención integral, oportuna, y en articulación con el Sistema de Protección a las Víctimas, la vida y la integridad de todas estas mujeres fue garantizada, y ninguna de ellas se ha convertido en víctima de un lamentable feminicidio. **Las Casas de Acogida salvan vidas.**

- Como parte de sus herramientas tecnológicas, el Ministerio de la Mujer cuenta con el **Sistema de Atención y Respuesta Automatizada (SARA)**, diseñada a través de inteligencia artificial para ofrecer información y orientación que sirva para identificar, prevenir y responder ante situaciones o riesgo de violencia de género e intrafamiliar. SARA es accesible desde cualquier dispositivo con conexión a internet. Ante una situación de riesgo, SARA conecta con el servicio de Whatsapp de la Línea de Emergencia *212. Puedes acceder a SARA a través de la página web del Ministerio de la Mujer: www.mujer.gob.do

- También se cuenta con el **Mapa de Servicios del Ministerio de la Mujer**, una herramienta para la búsqueda de información georreferenciada, sobre más de 500 espacios de atención y acompañamiento para mujeres, especialmente en situación de violencia. Esta herramienta provee información sobre la ubicación, horarios de atención y tipo de servicios que brindan instituciones del Estado y organizaciones de la sociedad civil. Puede ser consultado a través de la página web del Ministerio de la Mujer: www.mujer.gob.do



GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER



Línea de Emergencia
24 horas, todos los días, sin costo.

8

EJERCICIO PRÁCTICO: EL USO DEL TIEMPO

Objetivos:

- Fomentar la visibilización del trabajo de cuidado.
- Promover la participación y el compromiso de todos los miembros de la familia en la distribución equitativa de las responsabilidades en el hogar.

Tiempo:

- 1 hora aproximadamente.

Materiales necesarios:

- Hojas de papel y bolígrafos.
- Papel mural o pizarra.

PASOS DE LA DINÁMICA:

1

PREPARACIÓN

Comienza la actividad explicando a las personas participantes que se realizará un ejercicio para medir el trabajo no remunerado, ya sea trabajo doméstico o de cuidados.

Anima a las personas participantes a sentarse organizadas en un círculo, para involucrarse y compartir.

2

DESARROLLO DEL EJERCICIO

Invita a las personas participantes a que completen las plantillas sobre uso del tiempo.

Explica que, en estas plantillas, deberán identificar las tareas que se realizan en la casa, quién las hace, y cuánto tiempo dedican a cada una de ella.

Indica que pueden apuntar también el trabajo que se realiza para otros hogares o para la comunidad, así como el trabajo voluntario. Es muy importante, que también apunten el tiempo libre, de recreación, y de descanso.

Al final de cada grupo de tareas, es fundamental sumar el total de tiempo destinado a ellas.

Guía a las personas que tengan preguntas y dudas para que puedan realizar el ejercicio con facilidad. Apoya a las personas que puedan tener dificultad con la lectura, la escritura o la suma de tiempo dedicado a las tareas identificadas.

PLANTILLA DE USO DEL TIEMPO

TAREAS DIARIAS Y SEMANALES	Mujer 1		Hombre 1	
	Tarea	Tiempo	Tarea	Tiempo
	<i>Total del tiempo:</i>		<i>Total del tiempo:</i>	

TAREAS DIARIAS Y SEMANALES	Mujer 2		Hombre 2	
	Tarea	Tiempo	Tarea	Tiempo
	<i>Total del tiempo:</i>		<i>Total del tiempo:</i>	

TAREAS DIARIAS Y SEMANALES	Mujer 3		Hombre 3	
	Tarea	Tiempo	Tarea	Tiempo
	<i>Total del tiempo:</i>		<i>Total del tiempo:</i>	

TAREAS DIARIAS Y SEMANALES	Niñas o adolescentes		Niños o adolescentes	
	Tarea	Tiempo	Tarea	Tiempo
	<i>Total del tiempo:</i>		<i>Total del tiempo:</i>	

TAREAS DIARIAS Y SEMANALES	Niñas o adolescentes		Niños o adolescentes	
	Tarea	Tiempo	Tarea	Tiempo
<i>Total del tiempo:</i>		<i>Total del tiempo:</i>		

3 REFLEXIÓN DE GRUPO

Una vez que todas las personas participantes han completado las plantillas, considerando a todos los integrantes del hogar, invita a que revisen los totales calculados para el tiempo destinado a las tareas de cuidado.

Algunas preguntas orientadoras para iniciar la reflexión grupal:

- ¿Hay diferencias en el reparto de las tareas y los tiempos?
- ¿Cómo podemos organizar una distribución de tareas más equitativa?

Anima a las personas a compartir sus ideas, dudas y consultas.

4 IDENTIFICACIÓN DE COMPROMISOS

Recuerda que ahora que se han identificado las tareas y actividades realizadas, las personas participantes tienen más herramientas para conversar con el resto de los miembros del hogar, sobre como llevar a cabo una mejor distribución de las tareas de cuidado.

Indica que se pueden utilizar estas mismas plantillas para planificar una nueva distribución que permita a toda la familia disfrutar de forma equitativa, de actividades de recreación y descanso.

Invita a que cada persona participante, escriba en un trozo de papel, alguna tarea o actividad que se compromete a asumir en adelante, para garantizar la corresponsabilidad en los cuidados, lo que incluye también el autocuidado.

5

CONCLUSIÓN

Finaliza el ejercicio recordando la necesidad de redistribuir de forma equitativa las tareas de cuidado en el hogar, puntualizando algunas ideas importantes revisadas en este material.

Ofrece a las personas participantes la oportunidad de volver sobre la autoevaluación inicial, y reflexionar sobre lo que han aprendido y cómo pueden aplicarlo en sus vidas. **Recuerda a las personas participantes los servicios disponibles en este material.**

Menciona algunas de las soluciones para promover la búsqueda pacífica de una mejor distribución de las tareas. Recuerda los beneficios de la corresponsabilidad en los cuidados, para la paz, la armonía y el bienestar en la pareja, en la familia y en el hogar.

Invita a las personas participantes a que te entreguen los compromisos que han escrito, y mézclalos para alterar el orden de entrega. Luego, ve leyendo cada uno de esos compromisos. La idea es que no puedan ser identificadas las personas que los han escrito. Puedes pegarlos en la pizarra, papel mural, o recoger estos compromisos en una nube de palabras colaborativa.

RECUERDA

Quando lledes a la práctica estos ejercicios, recuerda que:

- Los trabajos domésticos y el cuidado de las personas es una responsabilidad de todas las personas del hogar;
- Cada una debe contribuir desde sus posibilidades;
- Un reparto equitativo de las tareas aporta más felicidad y menos conflictos en la familia.
- No se trata de ayudar, si no de ser corresponsables;
- El tiempo de recreación y descanso debe ser el mismo para todos los integrantes del hogar.
- Niñas, niños y adolescentes pueden realizar tareas como, hacer su cama, barrer, recoger sus juguetes, regar plantas, poner la mesa, doblar ropa, cuidar de las mascotas, entra otras acordes a su edad.

Trabajar temas que están vinculados con la discriminación, la desigualdad o la violencia hacia las mujeres, adolescentes y niñas, puede movilizar múltiples emociones. Por esto, siempre que sea posible, es recomendable contar durante la actividad con alguna persona especialista en psicología, que pueda contener y brindar apoyo a las y los participantes, si se presentan momentos de emociones intensas o crisis. También es importante atender a los relatos, y en caso de ser necesario, realizar la debida referencia a los servicios correspondientes de atención a la violencia.

Como formadora o formador procura siempre hacer las adaptaciones de lugar para realizar la actividad propuesta en este material, considerando las características de las personas participantes, lo que incluye la accesibilidad correspondiente para personas con discapacidad.

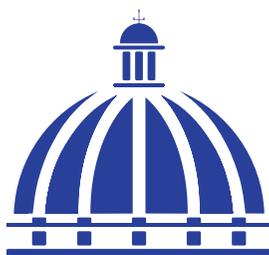


PUEDES ESCANEAR

EL SIGUIENTE **CÓDIGO QR**

Para acceder a la versión digital de este material educativo, y a toda la serie de cuadernillos para la prevención de la violencia de género e intrafamiliar, del Ministerio de la Mujer.





GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER

ISBN: 978-9945-9474-7-2



9 789945 947472



UNIÓN EUROPEA



GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER