

Cuento de la Rana Hervida

Si ponemos a una rana en una olla hirviendo, inmediatamente intenta salir y huir.

Pero si ponemos a la rana en el agua a temperatura ambiente y no la asustamos, se queda tranquila.

Cuando la temperatura se eleva de 21 a 26 grados, la rana no hace nada, incluso parece estar más a gusto.

A medida que la temperatura aumenta, la rana está cada vez **más aturdida** y finalmente no está en condiciones para escapar de la olla.



Por todo esto, debemos Defender y Reclamar:

- Fomentar un **modelo educativo igualitario**.
- Fomentar el **Acceso** a la Formación, Educación y Cultura de las mujeres.
- Aumentar la **Participación** de las Mujeres en todos los ámbitos de decisión.
- **Prevenir** y eliminar las situaciones de violencia contra las mujeres, desde la infancia.

Cita Anónima

El **Área de Familia, Asuntos Sociales y Zonas de Especial Actuación** del Excelentísimo Ayuntamiento de Sevilla, a través de su **Servicio de la Mujer**, quiere realizar su colaboración a las asociaciones de mujeres de la ciudad, sensibilizando a la ciudadanía acerca de la necesidad de alcanzar una igualdad real y efectiva.

MUJERES

y SALUD I



¿Cómo Repartimos los Tiempos los Hombres y las Mujeres?

En España, las **desigualdades entre hombres y mujeres** también se manifiestan, al igual que en otras áreas, en el ámbito de la salud.

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), define el concepto «**desigualdad**» como a las diferencias en materia de salud que son **innecesarias, evitables e injustas**.

Aunque la **esperanza de vida** al nacer de las mujeres españolas es mayor que la de los hombres, también es cierto que las mujeres viven **más años con discapacidad** que los varones.

¿Qué es el "Malestar de las Mujeres"?

A menudo no existen **diagnósticos serios** de las quejas de las mujeres. Y a estas quejas se les llama el *Malestar de las Mujeres*.

Esto tiene la injusticia como causa principal.

La mayoría de las enfermedades son sociales y pueden evitarse.

Trabajo Fuera y Trabajo Dentro de Casa

A partir de los años 80, debido a la **mayor incorporación de las mujeres al mercado laboral**, se decidió llamar **Trabajo** a todas las actividades que se realizan con el fin de dar calidad y bienestar a los seres humanos.

El término Trabajo incluye, por tanto, dos tipos:

- el *trabajo remunerado*, que debería llamarse empleo, y
- el *trabajo no remunerado*, que en su mayoría se realiza dentro del hogar (tareas domésticas, cuidado de menores y mayores, ...).

No obstante, nuestra sociedad viene mostrando una **falta de valor social** al trabajo que, tradicionalmente, han venido realizando las mujeres, tanto en el plano de lo material y

productivo como en el plano de lo simbólico, a pesar de la alta especialización de muchas mujeres en habilidades y capacidades desarrolladas en ámbitos socialmente tan importantes como el de la **salud, la educación, la economía doméstica, etc.**

Esta falta de reconocimiento del trabajo (mal llamado) «de las mujeres», a diferencia de lo que ha sucedido con los varones, ha generado durante años un sentimiento colectivo de falta de **valoración personal** que ha supuesto un importante coste para la salud de las mujeres, traducándose en un estado depresivo que conduce al aislamiento y a la soledad en muchos casos.

La Doble Jornada

Entendemos por **Doble Presencia, o Doble Jornada**, el trabajo realizado tanto como empleadas del trabajo remunerado como el realizado en los trabajos familiares y domésticos, generalmente de cuidados.

¿Qué es la Conciliación?

Conciliar tu **vida personal, familiar y laboral** significa encontrar la mejor fórmula para **compaginar** las diferentes facetas de tu vida; por ejemplo, tu horario de trabajo con los requerimientos de tu faceta personal (formación, tiempo libre, deporte,...), o tus responsabilidades familiares con tu jornada laboral.

*No olvides: **LA SALUD NO SE PIERDE.**
O la abandonas o te la roban.*

Este material ha sido elaborado, con el apoyo del Ayuntamiento de Sevilla, por las siguientes Asociaciones de Mujeres que participan activamente en la Comisión de Salud: Carmen Vendrell, Pilar Miró, Mujeres y Teología, AMAMA, Sordas «Sin Barreras», Viudas Cristinas de Sevilla, Rosa Chacel, Ocio y Salud y Federación Cerro - Amate.

Gracias a todas por construir una sociedad más justa.