



Opciones Reales, Vidas Reales

Sin Mucho Tiempo: La División de los cuidados en función del género y su impacto en las niñas

Informe Técnico





Until we are all equal

Acerca de Plan International

Plan International es una organización independiente de desarrollo y humanitaria que promueve los derechos de la niñez y la igualdad para las niñas. Creemos en el poder y el potencial de cada niña y niño, pero sabemos que a menudo se ven reprimidos por la pobreza, la violencia, la exclusión y la discriminación. Y son las niñas las más afectadas.

En colaboración con niñas, niños, jóvenes, seguidores y socios, luchamos por un mundo justo, abordando las causas profundas de los problemas a los que se enfrentan las niñas y los niños en situación más vulnerable.

Apoyamos a la niñez desde su nacimiento hasta la edad adulta y los capacitamos para prepararse y responder a las crisis y a la adversidad. Impulsamos el cambio de prácticas y políticas a nivel local, nacional y global gracias a nuestro alcance, experiencia y conocimientos.

Durante más de 85 años, hemos reunido a otros optimistas determinados para transformar la vida de todas las niñas y niños en más de 80 países.

No nos detendremos, hasta lograr la igualdad.

Plan International

International Headquarters
Dukes Court, Duke Street, Woking,
Surrey GU21 5BH, United Kingdom

T +44 (0) 1483 755155

F +44 (0) 1483 756505

E info@plan-international.org

plan-international.org

[facebook.com/planinternational](https://www.facebook.com/planinternational)

twitter.com/planglobal

[instagram.com/planinternational](https://www.instagram.com/planinternational)

[linkedin.com/company/plan-international](https://www.linkedin.com/company/plan-international)

[youtube.com/user/planinternationaltv](https://www.youtube.com/user/planinternationaltv)

Agradecimientos

Presentamos nuestro más sincero agradecimiento a todas y cada una de las niñas, familiares y miembros de la comunidad que han participado en el proyecto de investigación *Real Choices, Real Lives* [*Opciones Reales, Vidas Reales*] a lo largo de su historia. Sin sus valiosas experiencias y el tiempo que dedicaron durante años, esta investigación no habría sido posible.

Opciones Reales, Vidas Reales reúne datos de nueve países: Benín, Brasil, Camboya, República Dominicana, El Salvador, Filipinas, Togo, Uganda y Vietnam. Cada año, la recopilación de datos es coordinada y gestionada por las Oficinas de país de Plan International en las respectivas oficinas, y expresamos nuestro agradecimiento a las numerosas personas que participan en este proceso, incluidos los entrevistadores, los responsables de logística, los puntos principales de salvaguardia y muchos otros. En especial, nuestro agradecimiento a los coordinadores del estudio en cada país: Roland Djagaly en Benín; Ana Lima en Brasil; SomNang Chhim, Vannara Ouk, Chanthou Sum, Heng Socheat y Buntha Sun en Camboya; Olga Figuereo en la República Dominicana; Karina Argentina Moreno y Cristina Pérez en El Salvador; Romualdo Codera Jr., Manny Madamba y Jay Rose Rodeo en Filipinas; Joseph Badabadi en Togo; David Aziku en Uganda; y Trung Truong Vu en Vietnam.

Autora e investigadora principal: Dra. Kit Catterson

Investigadores colaboradores: Belén García Gavilanes, Dra. Keya Khandaker, y Adriana Marín Peroza.

Junta editorial de Plan International: Dra. Jacqueline Gallinetti, Dra. Keya Khandaker, Jane Labous, Tendai Manyozo, Nicole Rodger, Dra. Lucía Aline Rost, Dra. Rosie Walters.

Muchas gracias a las siguientes personas por su valiosa contribución al diseño de esta investigación, y por sus comentarios y retroalimentación sobre el informe y sus recomendaciones: Paula Alegria, Dra. Paul Fean, Isobel Fergus, Anna MacSwan, Rachel Maranto, Claire Mathelie-Marcano and Yona Nestel.

Desde 2021, el estudio ha sido generosamente financiado por las Organizaciones Nacionales de Plan en Canadá, Dinamarca, Finlandia, Francia, Alemania, Irlanda, Suecia, Suiza y el Reino Unido, y dirigido por la sede internacional de Plan International. Antes de 2021, el estudio fue gestionado y financiado por Plan International Reino Unido.

Diseño de portada: Out of the Blue Creative Communication Solutions – www.outoftheblue.co.za

Índice

Agradecimientos	ii
Índice	iii
Acrónimos y abreviaturas	iv
Resumen ejecutivo	v
1. Introducción	1
1.1 Acerca de <i>Real Choices, Real Lives</i>	3
1.2 Alcance y objetivo de este informe	5
2. Revisión bibliográfica	6
2.1 El trabajo de cuidados no remunerado: principales definiciones y debates	6
2.2 Uso del tiempo por parte de las niñas: ¿cómo es?	8
2.3 ¿Qué influye en el uso del tiempo de las niñas?	9
2.4 Impacto del trabajo de cuidados no remunerado en las niñas	12
2.5 La participación de los hombres en los cuidados no remunerados	14
2.6 ¿Cómo deberíamos valorar adecuadamente el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas?	15
3. Preparar el escenario	18
3.1 África	18
3.2 América Latina y el Caribe (ALC)	19
3.3 Sudeste Asiático	19
4. Metodología	21
4.1 Diseño de la investigación	21
4.2 Métodos de investigación	22
4.3 Compromisos éticos	25
4.4 Limitaciones	26
5. Hallazgos	27
5.1 ¿Cómo emplean su tiempo las niñas de la cohorte?	27
5.1.1 Educación	27
5.2 ¿Qué motiva e influye en el uso del tiempo de las niñas?	38
5.3 ¿Cuál es el impacto del uso del tiempo de las niñas?	54
5.4 Aspiraciones de las niñas: uso del tiempo, agencia y toma de decisiones	66
6. Conclusión	73
7. Recomendaciones	75
Anexos	80
Notas finales	94

Acrónimos y abreviaturas

CADN	Carta africana sobre los derechos de los niños
PAB	Plataforma de Acción de Beijing
MUIPF	Los matrimonios y uniones infantiles prematuros y forzados
CDN	Convención sobre los Derechos del Niño
DPI	Desarrollo de la primera infancia
CDI	Campo de desplazados internos
ALC	América Latina y el Caribe
PRMB	Países de renta baja y media
OCDE	Organización para la Cooperación y el Desarrollo
ODS	Objetivos de Desarrollo Sostenible
SA	Sudeste Asiático
SDSR	Salud y Derechos Sexuales y Reproductivos
ES	Entrevista semiestructurada
SOYEE	Competencias y oportunidades para el empleo y el emprendimiento para las juventudes
EET	Encuesta sobre el empleo del tiempo

Resumen ejecutivo



La investigación realizada este año para el informe *Real Choices, Real Lives* [*Opciones Reales, Vidas Reales*] sobre el empleo del tiempo por parte de las niñas se sustenta en entrevistas con datos de un cohorte de 92 niñas y sus cuidadores en nueve países de todo el mundo, junto con un análisis histórico de los datos recopilados del mismo grupo de niñas a lo largo de los últimos 18 años. A través de las experiencias de las niñas en sus propias palabras, esta investigación ofrece una perspectiva de cómo las niñas de todo el mundo están dividiendo su tiempo entre sus diversas responsabilidades y actividades a medida que navegan por las transiciones de la escuela a la educación superior y el mundo del trabajo, y de la adolescencia a la edad adulta. También explora los factores y motivaciones que determinan el uso del tiempo de las niñas; y examina el impacto de la división de género en el cuidado de otras personas sobre la forma en que las niñas dividen su tiempo y sobre sus oportunidades, bienestar y aspiraciones.

Nuestro estudio longitudinal cualitativo, *Real Choices, Real Lives*, es único de Plan International y ha hecho un seguimiento de las vidas de 142 niñas en nueve países de todo el mundo desde su nacimiento en 2006 hasta ahora, en 2024. El estudio ha realizado entrevistas anuales en profundidad con las niñas y sus cuidadores para conocer la realidad cotidiana de las niñas, sus experiencias, actitudes, retos a los que se enfrentan y esperanzas para el futuro. **El estudio tiene como objetivo comprender las causas profundas de la desigualdad de género y cómo se socializa a las niñas de todo el mundo con normas sociales de género que determinan sus oportunidades, comportamientos y actitudes.** A través de *Real Choices, Real Lives* [*Opciones Reales, Vidas Reales*] tenemos el privilegio de escuchar a las niñas con sus propias palabras; sus voces, experiencias y recomendaciones para el cambio nos ofrecen una visión única que no suele obtenerse de los estudios cuantitativos a gran escala y que sirve de base para el trabajo de Plan International en todo el mundo.

En todo el mundo, las niñas adolescentes se enfrentan a muchas exigencias que se contraponen a su tiempo. En su transición de la adolescencia a la edad adulta, las niñas se las arreglan para dividir su tiempo entre completar su educación y desarrollar competencias de vida para el futuro, participar en un trabajo remunerado para fomentar su independencia económica, realizar tareas de cuidado no remuneradas en sus hogares y comunidades, invertir en aficiones y amistades, participar en la vida de la comunidad y desarrollar habilidades de liderazgo, y encontrar tiempo suficiente para el descanso y la relajación para apoyar su salud mental y su bienestar. En todo el mundo, muchas niñas carecen de tiempo, ya que, al tener que equilibrar tantas exigencias, no pueden dedicar tiempo suficiente a actividades importantes y se ven obligadas a hacer sacrificios y a hacer cambios difíciles. Esto puede tener profundas consecuencias en sus oportunidades educativas y profesionales, en su salud y bienestar y en sus aspiraciones para el futuro. En especial, las responsabilidades de cuidado no remuneradas de las niñas ocupan gran parte de su día y pueden impedirles participar en otras actividades.

El trabajo de cuidados no remunerado es el tiempo que las personas dedican a realizar tareas en el hogar, como cocinar, limpiar, recoger agua y combustible y cuidar de otras personas, como niños, familiares enfermos o ancianos, entre otras muchas.¹ El trabajo de cuidados, motivado por su interés en invertir en el desarrollo y el bienestar de los demás,² es esencial para el bienestar individual, comunitario y social; sostiene nuestro nivel de vida y mantiene el tejido de relaciones dentro de las familias y las comunidades.³ El trabajo de cuidado no remunerado **no es retribuido porque surge de las obligaciones sociales y relacionales; es trabajo porque requiere tiempo y energía de quienes lo realizan; y es cuidado porque está al servicio de las personas y de su bienestar.**⁴ Sin embargo, las normas de género generalizadas hacen que este trabajo sea realizado mayoritariamente por niñas y mujeres.

De las experiencias de las niñas de la serie *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* se deduce que desde muy jóvenes se les inculca en roles de género de cuidados no remunerados, y que a veces interiorizan la división desigual del trabajo en sus hogares como algo ‘natural’ o ‘tal y como son las cosas’.

“A veces hago mucho. Especialmente cuando no hay escuela. Muchas veces recibo encargos... [me piden que haga] cosas en la finca. El cultivo del arroz. Luego traigo agua de aquí y se la reparto a los que trabajan en los campos. O tal vez cocinar comida y luego llevarla a la finca. Cuando cocino, también lavo la ropa. Entonces, salgo corriendo cuando me dan órdenes en la finca.”

– Jasmine, 18 años (2024), Filipinas

El trabajo de cuidado no remunerado de las niñas también depende de la estructura del hogar y de la pobreza. Sin embargo, existe una encrucijada crítica entre las normas de género y estos factores. La estructura de un hogar puede determinar la cantidad de trabajo que debe realizarse en una casa, pero las normas de género construyen la expectativa de que este trabajo será realizado por niñas y mujeres. La pobreza puede limitar el acceso de un hogar a dispositivos, infraestructuras y servicios que ahorran tiempo y trabajo, pero las normas de género imponen que este trabajo adicional se divida en función del género.

“Mi hermano no hace las tareas del hogar porque somos muchas niñas en casa”

- Alice, 17 años (2024), Benín

Nuestra investigación indica que el problema del trabajo de cuidados no remunerado no se debe únicamente a que las niñas realicen este tipo de trabajo, sino a la gran cantidad de trabajo que deben realizar debido a la desigualdad de género en la división del trabajo de cuidados, y al impacto que esta

plan-international.org

desigualdad tiene en la capacidad de las niñas para dedicar tiempo a otras actividades.

La forma en que las niñas dividen su tiempo tiene profundas repercusiones en las oportunidades que se les ofrecen y tiene efectos de gran alcance en su salud y bienestar, su tiempo de recreación, su capacidad para participar en la comunidad y sus aspiraciones para el futuro. Muchas de las niñas de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* han sufrido **interrupciones en su educación** debido al trabajo de cuidados no remunerado: algunas afirman no haber tenido tiempo suficiente para estudiar y haber obtenido malos resultados en los exámenes, otras han faltado a clase durante días o semanas, y unas pocas han abandonado por completo sus estudios.

“Antes tenía más tiempo, pero ahora tengo más responsabilidades domésticas porque mi hermano y mi hermana no viven aquí. Siempre llego tarde a la escuela, como se ve porque tuve que repetir el curso.”

- Anti-Yara, 15 años (2021), Togo

Otras consideran que **no tienen el tiempo necesario para desarrollar las capacidades que necesitan para su futuro**, por ejemplo, haciendo prácticas; otras afirman tener muy poco tiempo porque tienen que atender a una gran cantidad de personas al mismo tiempo que estudian o trabajan. Cuando se ven sobrecargadas, nuestras investigaciones sugieren que es más probable que las niñas lo compensen dedicando menos tiempo a actividades de recreación y descanso. Esto está teniendo **un impacto negativo en su salud y bienestar**, y muchas niñas manifiestan sentirse solas, aisladas y estresadas. **La falta de capacidad para socializar y participar en pasatiempos** impide que las niñas tengan la oportunidad de crear redes sociales, participar en la vida de la comunidad y desarrollar aptitudes de liderazgo.

“Tengo tiempo suficiente para estudiar inglés y hacer más tareas domésticas [...] pero no tengo mucho tiempo para reunirme con mis amigas... Algunos de mis familiares hombres no hacen tareas domésticas y tampoco estudian mucho”

- Davy, 16 años (2023), Camboya

La manera en que las niñas pasan el tiempo también influye en sus aspiraciones. A lo largo de los años, muchas de las niñas han deseado dedicarse a profesiones relacionadas con los cuidados (como la enfermería o la docencia), basándose en los modelos femeninos que tienen a su alrededor y en las trayectorias profesionales que parecen viables y alcanzables para las mujeres, así como en las normas de género con las que han crecido y que asocian el trabajo de cuidados a las funciones de las mujeres. Algunas niñas ejercen su capacidad de elección en la búsqueda de actividades que promuevan sus aspiraciones y toman decisiones sobre el uso de su tiempo para dar prioridad a su educación o dedicar tiempo a la formación profesional. Sin embargo, nuestra investigación concluye que esto se debe reforzar mediante entornos propicios que permitan a las niñas tomar decisiones sobre cómo dividir su tiempo.

“En cuanto a mis responsabilidades, todo ha cambiado porque tengo demasiadas materias que estudiar como para poder dedicarme a las tareas del hogar. No hago tareas del hogar; estudio”

- Annabelle, 16 años (2023), Benín

A medida que las niñas de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* -que ahora tienen 17 y 18 años- navegan por la transición de la adolescencia tardía de la escuela al mundo laboral, y de la infancia a la edad adulta, se muestran optimistas sobre el futuro. A través del análisis histórico, podemos ver que, a lo largo de los años, las niñas han observado -y, en algunos casos, han empezado a cuestionar- la distribución del trabajo en función del género en sus hogares y sus consecuencias. A partir de las experiencias

compartidas por niñas de todo el mundo, aprendemos lo que necesitan para apoyarlas a ejercer su autonomía y capacidad de acción en la toma de decisiones sobre el uso de su tiempo que les permitan dar prioridad a sus intereses, educación, metas para el futuro y bienestar. Estas recomendaciones incluyen formas en que los gobiernos, las comunidades, las escuelas y otros responsables de la toma de decisiones pueden:

- **Reconocer el trabajo de cuidados que realizan las niñas y el valor de estas contribuciones** para sus hogares y comunidades;
- Adoptar medidas prácticas para **reducir la cantidad de trabajo de cuidados que deben realizar las niñas** mediante el suministro de dispositivos, tecnología y servicios que ahorren tiempo y trabajo;
- **Redistribuir el trabajo de cuidados en los hogares y las comunidades** mediante la defensa de una educación e iniciativas transformadoras que aborden las normas sociales de género y promuevan una mayor participación de los hombres y los niños en los cuidados;
- **Y representar las voces de las niñas en todos los niveles de la toma de decisiones** para garantizar que sus necesidades e intereses están representados en el diseño y la aplicación de las políticas.

“Me gustaría ser una persona fuerte y decidida, que no renuncia a sus sueños, que persiste hasta conseguir lo que quiere.”

- Bianca, 17 años (2024), Brasil

1. Introducción



En todo el mundo, las niñas adolescentes se enfrentan a muchas exigencias que se contraponen a su tiempo. En su transición de la adolescencia a la edad adulta, las niñas se las arreglan para dividir su tiempo entre completar su educación y desarrollar competencias de vida para su futuro, participar en un trabajo remunerado para fomentar su independencia económica, realizar tareas de cuidado no remuneradas en sus hogares y comunidades, mantener sus aficiones y amistades, participar en la vida de la comunidad y desarrollar habilidades de liderazgo, y encontrar tiempo suficiente para el descanso y la relajación para apoyar su salud mental y su bienestar. Muchas adolescentes de todo el mundo luchan por equilibrar las numerosas actividades y responsabilidades que tienen a su cargo, lo que las lleva a sentirse agobiadas, estresadas y a tener que hacer difíciles equilibrios y sacrificios para priorizar el uso de su tiempo.⁵ Esto puede tener profundas consecuencias en sus oportunidades educativas y profesionales, en su salud y bienestar y en sus aspiraciones para el futuro.

Este informe pretende abordar una brecha fundamental en la investigación adoptando un enfoque interseccional y aprendiendo de las adolescentes de todo el mundo para comprender las experiencias de las niñas sobre cómo dividen su tiempo entre sus diversas actividades y responsabilidades, qué motiva e impulsa su uso del tiempo -y cómo ha cambiado esto a lo largo de la infancia y la adolescencia- y cuáles son las repercusiones en sus vidas. Desde una perspectiva crítica, **este informe tiene como objetivo conocer el apoyo que necesitan las niñas en las transiciones de la adolescencia tardía: de la infancia a la edad adulta, y de la escuela al empleo; y estar bien preparadas para alcanzar sus aspiraciones y objetivos.**

La investigación del uso del tiempo se utiliza para comprender las actividades que realizan las personas durante un periodo de 24 horas, y el impacto que esto tiene en la vida cotidiana de los

individuos, la percepción de las oportunidades que tienen a su disposición, las transiciones a lo largo de la vida, sus contribuciones a la familia y a la sociedad, y cómo se desenvuelven y negocian las normas y las relaciones de poder.⁶ Si bien esta investigación explora el uso del tiempo de las adolescentes en todas sus actividades, **nos centramos especialmente en el trabajo de cuidados no remunerado, dado el impacto significativo que tiene en el panorama general del uso del tiempo de las niñas.** El trabajo de cuidados no remunerado, descrito en el Resumen ejecutivo (anteriormente), es el tiempo que las personas dedican a las tareas domésticas, al cuidado de niños/as y otras personas, y al trabajo voluntario en la comunidad para amigos, vecinos o la comunidad en general. El trabajo de cuidados es valioso y esencial para las personas, las comunidades y las sociedades, pero también está construido a nivel social y se distribuye de forma desigual. Las normas de género predominantes en muchas sociedades establecen que la mayor parte del trabajo de cuidados lo asumen las niñas y las mujeres. Esto está muy vinculado a normas sociales más amplias sobre la participación y el valor de las mujeres y los hombres en la sociedad.⁷

En todo el mundo, las niñas dedican 160 millones de horas más al día a las tareas domésticas que los niños de la misma edad,⁸ como cocinar o limpiar la casa, hacer las compras, ir a buscar agua o leña, lavar la ropa y cuidar de otros niños/as de la casa.⁹ El análisis longitudinal de los datos de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* indica que los niños y niñas son inducidos a las normas de género sobre el trabajo de cuidados no remunerado desde una edad muy temprana. En primer lugar, a través de la observación y la imitación de la dinámica de sus padres y la división del trabajo. Después, a través de la enseñanza explícita y la orientación de sus cuidadores. Las normas de género también se entrecruzan con otras circunstancias para impulsar el trabajo de cuidados no remunerado de las

niñas,¹⁰ la pobreza y el acceso a infraestructuras y servicios que ahorran tiempo y trabajo,¹¹ y el nivel de gestión y autonomía en la toma de decisiones que tienen las niñas. Nuestra investigación indica que el trabajo de cuidado de las niñas a veces pasa desapercibido en los hogares y las sociedades; se minimiza o se hace invisible al considerarlo como 'ayuda', como formación para su futuro como esposas y madres, o como el papel 'natural' de las niñas y las mujeres.

La división del trabajo de cuidados no remunerado en función del género tiene serias implicaciones para el uso del tiempo de las niñas en general: influye de forma decisiva en la cantidad de tiempo que tienen disponible para otras actividades y moldea y refuerza sus creencias sobre los papeles y las vías que tienen a su disposición. Cuando las niñas son responsables de una pesada carga de trabajo, disponen de menos tiempo para asistir a la escuela, hacer los deberes y participar en actividades de aprendizaje; para desarrollar habilidades que favorezcan su futura participación económica e independencia; y para participar en actividades cívicas que favorezcan su empoderamiento social y promuevan sus derechos e intereses.¹² El alto nivel de responsabilidades de cuidado también hace que las niñas tengan poco tiempo¹³, lo que a veces las deja con menos tiempo disponible para la recreación, el descanso, la salud y el autocuidado. Por último, las formas en que las

niñas pasan el tiempo también pueden dar forma a sus aspiraciones y a las oportunidades que sienten que tienen a su disposición para su futuro; esto repercute en su capacidad para poner en práctica su capacidad de actuar en la búsqueda de sus objetivos.

Plan International reconoce que el trabajo de cuidados no remunerado afecta de forma determinante a muchos aspectos de la vida de las niñas y las mujeres a lo largo de su vida. Creemos que el trabajo de cuidado no remunerado debe ser reconocido formalmente y valorado adecuadamente como trabajo, y que hay que invertir en infraestructuras y servicios públicos como la educación, la salud y la protección social para reducir la carga del cuidado no remunerado realizado por niñas y mujeres y promover su empoderamiento, sus derechos y su bienestar. Plan International cree que un cambio en las normas sociales que redistribuya la responsabilidad del cuidado no remunerado de las niñas y las mujeres a los niños y los hombres es esencial para lograr la igualdad de género, y que debemos centrar las voces de las niñas y las mujeres en las conversaciones sobre el trabajo de cuidados no remunerado y el uso del tiempo en función del género de forma más amplia para garantizar que sus necesidades e intereses están representados y que sus recomendaciones para el cambio se tienen en cuenta.¹⁴

Recuadro 1. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el trabajo de cuidado no remunerado

La importancia de reconocer y valorar los cuidados no remunerados está contemplada en la meta 5.4 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Esta meta, que se enmarca en el objetivo de lograr la igualdad de género y empoderar a todas las niñas y mujeres, subraya la importancia de los servicios públicos, las infraestructuras y las políticas de protección social -además del cambio de las normas sociales sobre la división del trabajo en función del género en los hogares y la sociedad- para reducir y redistribuir el trabajo de cuidados no remunerado.¹⁵ La inclusión de este objetivo en la Agenda de Desarrollo Sostenible para 2030, que se acordó en 2015, fue un paso importante para reconocer que la distribución desigual y en función del género del trabajo de cuidados no remunerado es un obstáculo importante para lograr la igualdad de género.

1.1 Acerca de *Real Choices, Real Lives*

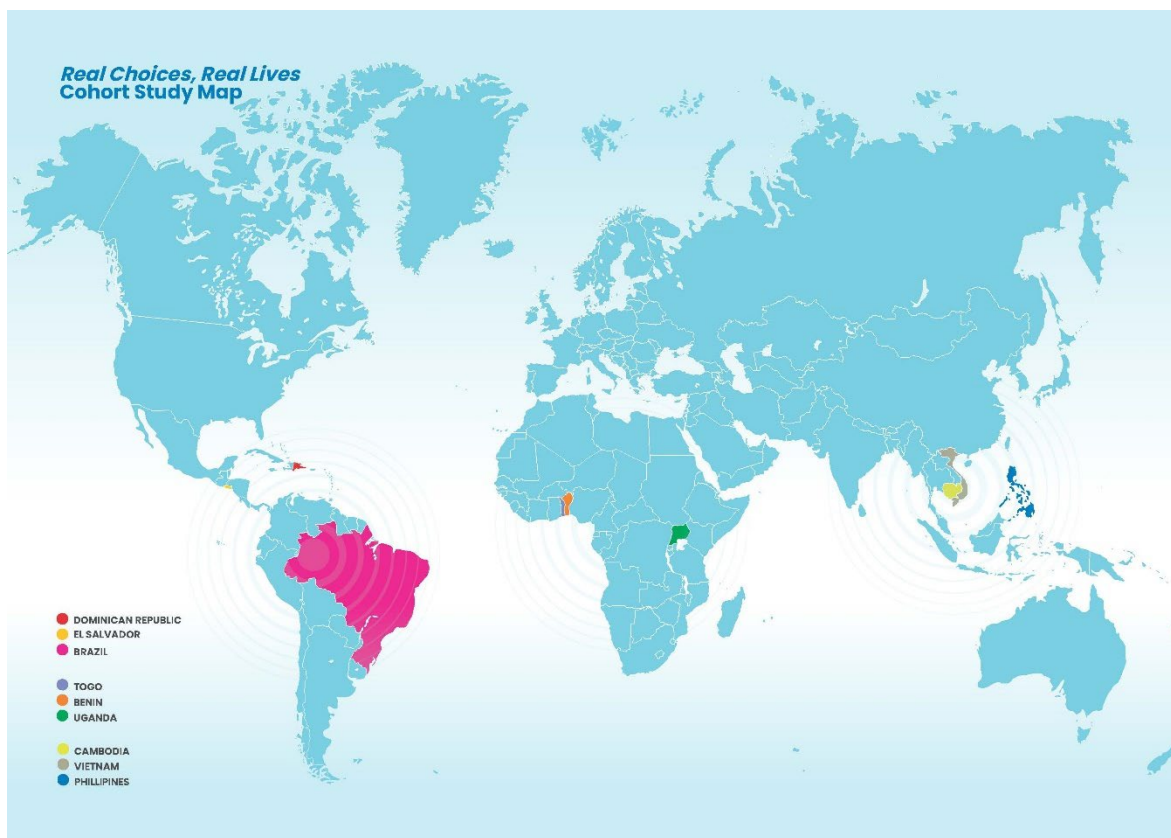
Nuestro estudio longitudinal cualitativo, *Real Choices, Real Lives*, ha hecho un seguimiento de las vidas de 100 niñas en nueve países de todo el mundo desde su nacimiento en 2006 hasta ahora, en 2024. A través de entrevistas en profundidad anuales con las niñas y sus cuidadores, el estudio explora las realidades cotidianas de las niñas, sus actitudes y sus aspiraciones para el futuro. El estudio tiene por objeto documentar los factores sociales, económicos, culturales e institucionales que influyen en la vida de las niñas y en sus oportunidades. *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* tiene un compromiso especial con la comprensión de las causas profundas de la desigualdad de género, y con la exploración de cómo las actitudes y comportamientos de las niñas se ven influidos por sus familias y comunidades en las diferentes etapas de su desarrollo. A través de preguntas sobre creencias, valores y expectativas, el estudio se propone descubrir cómo se crean y mantienen las normas y comportamientos sociales de género o cómo cambian con el tiempo.

Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales] es una metodología única y continua que puede revelar con claridad las normas sociales y de género que influyen en el uso del tiempo de las niñas desde la primera infancia hasta el final de la adolescencia. Con 18 años de datos sobre las vidas de las niñas de la cohorte, sus experiencias diarias y los retos que afrontan, *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* ofrece una

visión del ciclo vital de las niñas con un nivel de profundidad que muchos estudios cuantitativos más amplios no siempre pueden replicar; este enfoque le ha permitido a Plan International hacer un seguimiento y monitorear las diferentes experiencias de las niñas con las normas de género a lo largo de sus vidas, así como las actitudes y el comportamiento de las familias y las comunidades de las que forman parte. A lo largo de los años, *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* ha producido una documentación muy valiosa en matices sobre el cohorte de niñas en todo el mundo, que se ha utilizado aplicándola más ampliamente a las niñas de los nueve países a nivel nacional, e incluso a nivel mundial.

El cohorte de niñas de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* pertenecen a nueve países de tres regiones del mundo: Benín, Togo y Uganda en África; Camboya, Filipinas y Vietnam en el Sudeste Asiático (SEA); y Brasil, República Dominicana y El Salvador en América Latina y el Caribe (ALC). Todas las niñas de cada uno de los nueve países fueron seleccionadas por pertenecer a los hogares más pobres de cada país. A lo largo de los años, el estudio ha recopilado datos sobre una amplia variedad de temas, como la educación, la salud (incluida la salud y los derechos sexuales y reproductivos), el hambre, la protección y la violencia, el activismo de las niñas y su participación en espacios cívicos, el cambio climático, la forma en que las niñas desafían las normas de género, y muchos otros.

Figura 1: Opciones reales, vidas reales Mapa del estudio de la muestra



Este año, 92 niñas^a participaron en la recogida anual de datos sobre el tema de su empleo del tiempo y cómo equilibran sus responsabilidades, actividades, descanso y recreación. Al explorar los datos históricos recogidos a lo largo de la vida de las niñas, obtenemos una visión única de cómo ha cambiado el uso del tiempo de las niñas a lo largo del tiempo, a medida que pasaban por la infancia y la adolescencia, y cómo las normas de género han influido en la forma en que dividen su tiempo entre la educación, el trabajo remunerado y no remunerado, el descanso y la recreación, y el trabajo de cuidados no remunerado. Al analizar las vidas y experiencias individuales de las niñas a lo largo del tiempo, *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* también se encuentra en una posición única para poner de manifiesto los matices de cómo las niñas negocian

las demandas y presiones sobre su tiempo, actúan y forman aspiraciones para su futuro.

Una característica única de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* es que tenemos el privilegio de escuchar a las niñas hablar con sus propias palabras sobre sus realidades cotidianas, sus experiencias, sus opciones y oportunidades, sus aspiraciones para el futuro y cómo han sorteado las normas de género a lo largo de sus vidas. En este informe, escuchamos directamente a niñas de todo el mundo sobre cómo emplean su tiempo y qué influye en ello; las repercusiones de su empleo del tiempo en su educación, participación económica, salud y bienestar, y aspiraciones; y sus recomendaciones para el cambio.

^a Plan International reconoce que el género es un concepto multidimensional, que influye en las identidades y expresiones de las personas de muchas maneras, y que la identidad de género va más allá de un campo binario de "femenino" y "masculino". A las participantes en este estudio se les asignó sexo femenino al nacer, en función de sus características sexuales. Para los fines de este estudio, 'niñas' se utiliza como término abarcativo.

1.2 Alcance y objetivo de este informe

A lo largo de los años, la recopilación de datos de la cohorte de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* ha indicado que la mayoría de las niñas -todas ellas de 17 y 18 años- tienen muy poco tiempo. Ellas dividen su tiempo entre la asistencia a la escuela y los deberes; el trabajo remunerado para contribuir a los ingresos familiares o cubrir sus propios gastos; el trabajo no remunerado relacionado con los ingresos del hogar (por ejemplo, trabajar en la granja familiar sin remuneración); y las responsabilidades de cuidado, incluidos niveles significativos de tareas domésticas y cuidado directo de hermanos pequeños y otros miembros de la familia. Muchas de estas exigencias sobre su tiempo -en particular sus responsabilidades de cuidado no remunerado- están condicionadas por normas y expectativas de género.

La intención de este informe es aportar pruebas que sirvan de base al trabajo de Plan International sobre las normas de género, el uso del tiempo de las niñas y el impacto de las responsabilidades de cuidado no remuneradas en las trayectorias, oportunidades y aspiraciones educativas y laborales de las niñas. Nos proponemos alcanzar los siguientes objetivos:

- Establecer cómo emplean su tiempo las niñas de la cohorte, que ahora tienen 17 y 18 años, incluyendo cómo dividen su tiempo entre sus diversas responsabilidades y obligaciones. Comprender lo que las niñas y sus cuidadores piensan de su uso del tiempo, así como entender cómo ha cambiado el uso del tiempo de las niñas a lo largo de su infancia y adolescencia.
- Entender cuáles son las influencias y los factores que impulsan la forma en que las niñas

emplean su tiempo, y cómo pueden haber cambiado a lo largo de su vida.

- Explorar el impacto del uso del tiempo de las niñas - y en particular su trabajo de cuidado no remunerado - en su rendimiento y logros educativos, su capacidad para participar en el desarrollo de habilidades y el trabajo remunerado, su salud y bienestar, su capacidad para participar en la vida comunitaria y construir redes sociales, y su tiempo libre.
- Conocer las formas en que el uso del tiempo de las niñas influye en sus aspiraciones para el futuro y en su percepción de las oportunidades disponibles y alcanzables.
- Facilitar información y recomendaciones sobre el apoyo que necesitan las adolescentes en su transición a la adolescencia tardía, basándose en las experiencias y necesidades de las niñas de la cohorte.

Aunque existe una recopilación de estudios de investigación bien establecida sobre las normas de género y el trabajo de cuidados no remunerado, avanzamos en la base de pruebas explorando estos temas específicamente en relación con las adolescentes, basándonos en 18 años de datos históricos que nos permiten documentar las tendencias en las responsabilidades de cuidados de las niñas a lo largo de sus vidas, y ofreciendo la contribución única de escuchar las opiniones y experiencias de las niñas **en sus propias palabras.** Este inusual acceso a las voces de las niñas permite obtener una perspectiva mucho más detallada de las complejas formas en que negocian el uso de su tiempo, que no puede extraerse de estudios cuantitativos a gran escala. Con ejemplos de la vida real, este estudio pone en primer plano las voces de las niñas y complementa otros informes de Plan International y del movimiento más amplio por la igualdad de género y los derechos de las niñas.

2. Revisión bibliográfica

En 1995, la Plataforma de Acción de Beijing hizo un llamado para que se realizaran encuestas periódicas sobre el uso del tiempo con el fin de conocer las diferencias en el modo en que las mujeres y los hombres de todo el mundo utilizan su tiempo,¹⁶ - incluida la forma en que dividen su tiempo entre la participación económica, las actividades físicas, la salud y los hábitos alimentarios, el descanso y las actividades de recreación y el trabajo de cuidados no remunerado.¹⁷ Como resultado de la PAB, se ha producido un aumento significativo de los estudios nacionales sobre el uso del tiempo, lo que ha contribuido a nuestra comprensión del uso del tiempo en función del género y de la limitación en el uso del tiempo en todo el mundo.¹⁸

Para las niñas de todo el mundo -incluidas las de la cohorte de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* - su tiempo se divide entre una multitud de actividades y responsabilidades. Esta investigación se centra en la cuestión de la proporción de tiempo que dedican a estas diversas actividades, así como en las repercusiones de esta división del tiempo en la educación, la participación económica, la salud y el bienestar, y las aspiraciones de las niñas. Es fundamental que la cantidad de trabajo de cuidados no remunerado que realizan las niñas puede tener, y de hecho tiene, un impacto significativo en el panorama más amplio de su uso del tiempo, es decir, cuanto más tiempo dedican al trabajo de cuidados no remunerado, menos tiempo tienen disponible para otras actividades.

2.1 El trabajo de cuidados no remunerado: principales definiciones y debates

El trabajo de cuidados no remunerado^b incluye el tiempo en que las personas se dedican a las tareas domésticas, como cocinar, limpiar, recoger agua y combustible;¹⁹ al cuidado de otras personas, como niños, familiares enfermos y personas mayores;²⁰ y al trabajo comunitario voluntario para amigos, vecinos o la comunidad en general, como trabajar en una cocina comunitaria o cuidar a los niños/as de los vecinos.^{21,22} El trabajo de cuidados no remunerado incluye actividades directas e indirectas; las actividades directas son las que implican el cuidado directo de personas (como dar de comer o bañar a un niño, supervisar a otras personas), mientras que el cuidado indirecto incluye el trabajo doméstico que atiende a las necesidades de cuidados de una persona (por ejemplo, cocinar, limpiar, recoger leña/agua).

Aunque los datos varían de un país a otro, los estudios demuestran que más de las tres cuartas partes del trabajo de cuidados no remunerado lo realizan mujeres²³ - y que las mujeres asumen la mayor parte del trabajo de cuidados domésticos independientemente de que también realicen o no un trabajo remunerado fuera del hogar. Esto significa que las mujeres suelen trabajar un 'segundo turno' y tienden a hacer más horas de 'trabajo total' que los hombres.²⁴ Esto contribuye a que las mujeres padezcan altos niveles de limitación en el uso del tiempo, que se define como la incapacidad de dedicar tiempo suficiente al descanso y al recreación, lo que obliga a las personas a hacer sacrificios y compensaciones difíciles.^{25,26,c,d} Oxfam calcula que, si se tiene en

^b Los términos 'trabajo de cuidados no remunerado', 'cuidados no remunerados', 'trabajo doméstico' y 'trabajo de cuidados y doméstico no remunerado' se utilizan a veces de forma intercambiable en la bibliografía para referirse a los servicios prestados en un hogar o comunidad a sus miembros.

^c Existe mucha bibliografía sobre la limitación en el uso del tiempo y sus consecuencias. Algunos académicos se centran en las repercusiones económicas del déficit de tiempo de una persona, limitando su análisis a las consecuencias del tiempo dedicado a actividades generadoras de ingresos. Otros amplían la definición más allá de los términos monetarios e incluyen el impacto temporal de no poder dedicar tiempo al descanso y a la recreación. Estos debates se encuentran en: UN Women (2021) *Measuring Time Use: An Assessment of Issues and Challenges in Conducting Time-Use Surveys with Special Emphasis on Developing Countries*, Mexico City: The Global Centre of Excellence on Gender Statistics and UN Women, pp.34-36. Available at: <https://data.unwomen.org/sites/default/files/documents/Publications/Measuring%20time%20use.pdf>. Accessed: 25/06/2024.

^d Reconocemos que el concepto de 'tiempo suficiente' es subjetivo y se basa en comportamientos y actitudes sociales normativas que varían de un contexto a otro. También depende de las necesidades, capacidades e intereses de cada persona en materia de salud y bienestar. Lo que puede ser 'tiempo suficiente' para una persona no será necesariamente suficiente para otra.

cuenta el trabajo de cuidados remunerado y no remunerado, en todo el mundo las mujeres realizan el equivalente a seis semanas al año de trabajo a tiempo completo más que los hombres.²⁷

Existe una amplia bibliografía sobre el trabajo de cuidados no remunerado, que analiza su impacto en la participación económica y la independencia de las mujeres,²⁸ también en su salud física y mental y su bienestar.^{29,30} Además, se han realizado revisiones sistemáticas de las encuestas sobre el empleo del tiempo para comprender las tendencias del trabajo asistencial no remunerado en todo el mundo^{31,32} y cada vez son más los trabajos que analizan cómo valorar adecuadamente el trabajo asistencial.^{33,34} Mientras que gran parte de esta literatura se centra en las experiencias de las mujeres adultas, **un número creciente de publicaciones empezó a centrarse en las experiencias particulares de las niñas en el trabajo de cuidados no remunerado y en las distintas repercusiones de este trabajo en sus vidas.**

Una parte significativa de la literatura sobre el trabajo de cuidados no remunerado se centra en diferentes marcos conceptuales para comprender la naturaleza de género de este trabajo,³⁵ con académicos que argumentan que la organización del trabajo de cuidados no remunerado en los hogares y las comunidades está determinada y reforzada por normas sociales de género que asocian determinados tipos de trabajo con la 'feminidad' y la 'masculinidad'.^{36,37} La literatura feminista sobre el trabajo de cuidados no remunerado también explora los impulsores y determinantes de esta división del trabajo de cuidados en función del género. Estos factores incluyen la tecnología disponible en el hogar, la disponibilidad y el costo de los sustitutos para realizar las tareas domésticas, la composición de las familias y los hogares, las economías de escala derivadas de los diferentes acuerdos familiares y el papel de los ingresos (y el control o el poder de decisión sobre el uso de esos ingresos) en la negociación de las tareas domésticas.³⁸ Por ejemplo, los estudios han puesto de relieve que las horas de trabajo de cuidados no remunerado - especialmente el trabajo de cuidados indirectos, como la recoger agua y leña- son significativamente mayores en las zonas rurales y entre los hogares más pobres que carecen de acceso a infraestructuras básicas (como el suministro de agua corriente) y a dispositivos que ahorran trabajo

(como la electricidad para la refrigeración, que reduce la necesidad de hacer la compra diaria de alimentos).³⁹

Este conjunto de trabajos ha hecho énfasis en la 'carga' del trabajo de cuidados no remunerado que deja a las niñas y mujeres con poco tiempo, incapaces de participar plenamente en las actividades cívicas, políticas y sociales de sus comunidades e incapaces de participar en la economía remunerada en igualdad de condiciones con los hombres, contribuyendo así a la pobreza de ingresos.⁴⁰ Sin embargo, hay quien sostiene que esta concepción del trabajo de cuidados no remunerado es restrictivo, ya que se centra únicamente en los aspectos negativos de los cuidados (la 'carga') sin prestar la debida atención a la noción de cuidados como responsabilidad social,⁴¹ o a los aspectos relacionales del cuidado y a los resultados y beneficios positivos tanto para los receptores como para los proveedores de cuidados.⁴²

La literatura sobre asistencia social, en cambio, se centra en el bienestar que produce la asistencia.⁴³ Subraya que el trabajo asistencial es esencial para el bienestar individual, comunitario y social.⁴⁴ Los académicos argumentan que este trabajo sostiene nuestro nivel de vida y mantiene el tejido de relaciones dentro de las familias y las comunidades.⁴⁵ Por lo tanto, podemos entender que el trabajo de cuidados es motivacional y relacional y puede producir beneficios significativos no solo para los receptores, sino también para los que prestan los cuidados. Por lo tanto, la cuestión del trabajo de cuidados no remunerado como "carga" no se deriva tanto de la naturaleza del trabajo en sí, sino de la cantidad de este trabajo y de su desigual división por géneros, y del impacto que esta desigualdad tiene en la capacidad de las niñas y las mujeres para dedicar tiempo a otras actividades como la educación, el empoderamiento económico, la participación cívica y el liderazgo, además del descanso y la recreación.

Así llegamos a la definición de trabajo de cuidados no remunerado: **es no remunerado porque surge de estas obligaciones relacionales y sociales; es trabajo porque requiere tiempo y energía de quienes lo prestan; y es de cuidados porque está al servicio de las personas y de su bienestar.**⁴⁶

2.2 Uso del tiempo por parte de las niñas: ¿cómo es?

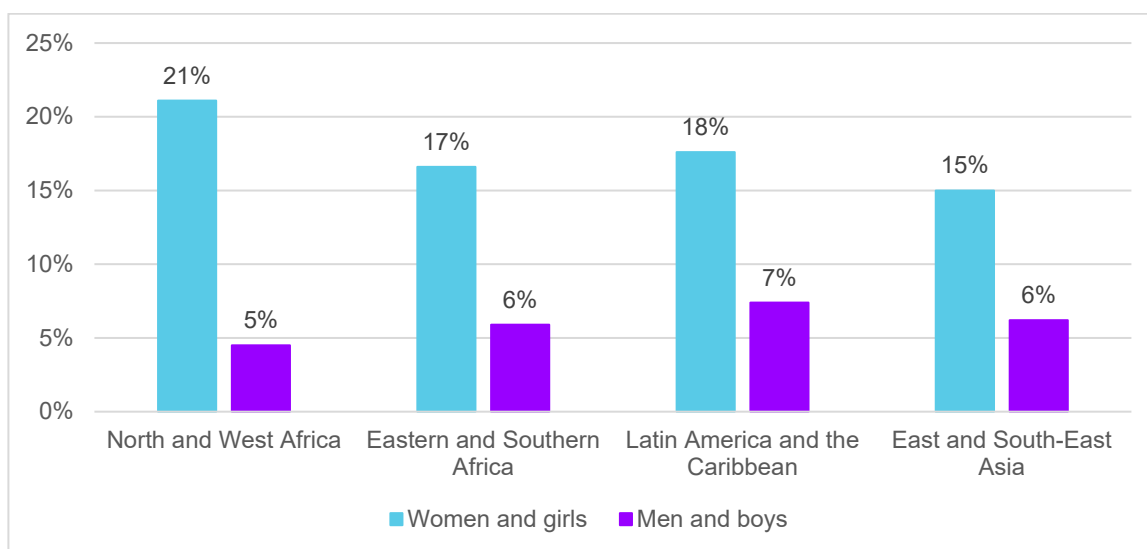
En todo el mundo, las niñas dedican su tiempo a una multitud de responsabilidades y actividades. Pueden asistir a la escuela, hacer los deberes y estudiar fuera del horario escolar; y realizar trabajos remunerados para desarrollar sus capacidades, contribuir al negocio familiar o a la explotación agrícola y desarrollar su independencia económica. Ellas duermen y realizan tareas de cuidado personal; socializan, participan en actividades de recreación y crean redes sociales; y participan en sus comunidades y desarrollan capacidades de liderazgo. Las niñas también dedican una parte importante de su tiempo al trabajo de cuidados no remunerado, lo que impacta en el tiempo que disponen para estas otras actividades esenciales.

En todo el mundo, las niñas de entre 5 y 14 años dedican 550 millones de horas diarias al trabajo doméstico, y las niñas de 14 años dedican una media de 9 horas semanales a sus responsabilidades de cuidados; sin embargo, en algunas regiones y países esta cifra se duplica.⁴⁷ A los 19 años, las adolescentes dedican entre tres y cuatro horas diarias al trabajo doméstico y de cuidados.⁴⁸ Las tareas más comunes que realizan las niñas son ayudar a cocinar o limpiar la casa,

hacer el mercado, ir a buscar agua o leña, lavar la ropa y cuidar de otros niños de la casa.⁴⁹ Los estudios localizados también destacan las responsabilidades específicas del contexto que pueden tener las niñas, como las tareas relacionadas con la agricultura.⁵⁰ Según un estudio más reciente, las niñas de las zonas rurales tienen una carga de trabajo de cuidados no remunerado significativamente mayor que las que viven en contextos urbanos, debido a la falta de acceso a infraestructuras básicas, a dispositivos que ahorran tiempo y trabajo y a alimentos no perecederos.⁵¹

La investigación destaca la desigualdad entre el trabajo de cuidados no remunerado realizado por niñas y niños. Un estudio de UNICEF de 2016 reveló que, a nivel mundial, las niñas dedican 160 millones de horas más al día a las tareas domésticas que los niños de su edad.⁵² Ese mismo año, el estudio de investigación longitudinal Young Lives descubrió que **las niñas de entre 5 y 9 años dedican un 30% más de tiempo a las tareas domésticas que los niños** de la misma edad, porcentaje que **aumenta hasta el 50% cuando las niñas alcanzan los 10-14 años**;⁵³ esto demuestra que las tendencias en torno a la división del trabajo de cuidados no remunerado en el hogar se establecen desde una edad temprana y se arraigan en la dinámica familiar.

Figura 2: Porcentaje de tiempo dedicado al trabajo de cuidados no remunerado por región y género (mayores de 15 años)



Fuente: Hanna T. et al (2023) ^e

^e El gráfico 2 se elaboró a partir de datos de Hanna, T. et al (2023) Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief, Frederick S Pardee Centre for International Futures and UN Women, p.5. Available at: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/2023-10/technical-brief-forecasting-time-spent-in-unpaid-care-and-domestic-work-en.pdf>, Accessed: 09/04/2024.

La investigación también ha explorado las formas en que las tareas domésticas se dividen entre niños y niñas. Investigaciones han explorado las formas en que las tareas domésticas se dividen entre niños y niñas,^{54,55} ya que se considera que les preparan para las responsabilidades que tendrán como adolescentes y adultas.⁵⁶ Por otra parte, es más probable que a los niños se les encomienden tareas al aire libre, como la recogida de leña o el pastoreo de animales, y es menos probable que sus responsabilidades en el hogar se consideren una formación para sus futuras funciones.⁵⁷ Los estudios también han demostrado que los niños suelen ser eximidos de las tareas domésticas a medida que crecen⁵⁸ y sobre todo una vez que ejercen un empleo remunerado-, mientras que a medida que las niñas crecen aumenta su cuota de responsabilidades domésticas, independientemente de que también tengan o no un trabajo remunerado fuera del hogar.^{59,60}

Desde un punto de vista crítico, el trabajo que realizan las niñas en el hogar a menudo no se reconoce como cuidado o trabajo, sino que tiende a describirse como 'ayuda' o parte cotidiana de la infancia, lo que debilita el valor de sus contribuciones.^{61,62} Las entrevistas cualitativas realizadas en el marco de *Young Lives* revelaron que los propios niños no consideraban 'trabajo' que realizaban en el hogar y no se consideraban a sí mismos 'cuidadores' a pesar de llevar una pesada carga de responsabilidades.⁶³ El análisis histórico del conjunto de *datos Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]*-que se estudiará en este informe- corrobora la investigación sobre este tema. *Young Lives* también observó que los padres tienden a declarar que sus hijos realizan menos tareas domésticas de las que declaran los propios niños. Los investigadores tienden a basarse en los relatos de los adultos por considerarlos "más fiables";⁶⁴ lo que puede sesgar nuestra comprensión de los niveles de trabajo no remunerado de los niños.^f

2.3 ¿Qué influye en el uso del tiempo de las niñas?

Los factores clave que influyen en el uso del tiempo de las niñas, y en particular en la cantidad de tiempo que dedican al trabajo no remunerado de cuidados, incluyen la composición y demografía del hogar; la pobreza y el acceso a infraestructuras de calidad; y -lo más importante- las normas de género. "Es lo que hay" es con frecuencia la razón que dan las niñas de la cohorte de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* y sus familias para explicar por qué las niñas cargan con una mayor cantidad de tareas domésticas y responsabilidades de cuidado.⁶⁵ En las sociedades de todo el mundo, las normas sociales patriarcales que prescriben este trabajo de cuidados como un 'dominio de la mujer' y, por tanto, el papel 'natural' de la mujer en el hogar.⁶⁶ La investigación sugiere que esta distribución desigual del trabajo de cuidados está vinculada a normas sociales más amplias sobre la participación y el valor de las mujeres y los hombres en la sociedad, y sobre cómo estos valores configuran y dan forma a las instituciones sociales.⁶⁷

El valor que la sociedad atribuye a los cuidados también influye en su distribución y reparto. Dado que el trabajo de cuidados se realiza en el ámbito privado, se considera cada vez más una actividad no económica⁶⁸ y, con el tiempo, se ve como si no fuera trabajo.⁶⁹ Esto ha llevado a una devaluación del trabajo de cuidados, lo que a su vez significa que a menudo se transfiere a personas que se encuentran en posiciones menos poderosas; en el caso de los hogares, el trabajo de cuidados se transfiere a menudo a mujeres y niños. La realización de este trabajo de cuidados puede reforzar el hecho de que las personas se encuentren en una posición de menor poder, al reducir su tiempo y sus oportunidades.

Las normas de género en torno a los roles de niñas y niños (y mujeres y hombres) se reproducen y refuerzan en los hogares, donde se enseña a las niñas desde pequeñas que las tareas domésticas son una parte inevitable de ser una niña. Estas normas dictan cómo se asignan y dividen las responsabilidades domésticas entre niños y niñas, y

^f Hay varias explicaciones posibles para las discrepancias en el uso del tiempo declarado por los niños y los padres, incluyendo la deseabilidad social o que los padres simplemente no son conscientes de la magnitud del nivel de trabajo de cuidado realizado por sus hijos, especialmente si ellos mismos son extremadamente pobres en tiempo, y si sus hijos (en particular las hijas mayores) han estado realizando este trabajo de cuidado durante tanto tiempo que se ha convertido en rutina e invisible como 'trabajo'. Consulte Rost, L. (2020) Measuring children's time use: Insights from mixed-methods research in northern Uganda, *Journal of Time Use Research*, 15(1), p.56. Available at: <https://itur.iatur.org/home/article/5479295b-8e8e-4164-be8d-ad29df107dc1>. Accessed: 10/04/2024.

la lógica que utilizan los miembros de la familia para explicar por qué ciertos papeles y tareas se ajustan más a las ideas de 'feminidad' y 'masculinidad'.⁷⁰

Recuadro 2. Normas de género, matrimonio infantil y trabajo de cuidados no remunerado

Los matrimonios y uniones infantiles prematuros y forzados (MUIPF) es un factor importante en el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas, con los estudios que indican que las niñas casadas o que viven en pareja dedican más del doble de tiempo al trabajo de cuidados no remunerado que sus compañeras solteras.⁷¹ Los MUIPF están profundamente arraigados en las desigualdades de género y en normas sociales perjudiciales que devalúan y restringen la agencia y decisión de las niñas y las mujeres y preservan las estructuras de poder patriarcales.⁷² También se ve impulsada -y exacerbada- por la pobreza, el deseo de controlar la sexualidad de niñas y mujeres, las catástrofes y crisis humanitarias, y la debilidad de los marcos legislativos. En todo el mundo, 1 de cada 5 niñas se casa antes de cumplir los 18 años,⁷³ y las tasas más altas se registran en África Occidental y Central (39%), en entornos frágiles (35%) y entre las niñas de los hogares más pobres.⁷⁴ De los nueve países de la iniciativa *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], tres tienen tasas de abandono escolar temprano superiores al 30% (Benín, República Dominicana y Uganda), otros tres tienen tasas superiores al 25% (Brasil, El Salvador y Togo), y los tres países restantes tienen tasas superiores al 15%.^{75,76}

El matrimonio o la unión informal tienen un profundo efecto en el uso del tiempo de las niñas, y señalan un momento crucial en el que las trayectorias de las niñas y los niños divergen. Las responsabilidades de cuidado de las niñas aumentan drásticamente y son cada vez más incompatibles con las oportunidades de educación y empleo.⁷⁷ Los estudios han encontrado que las niñas casadas o que viven en pareja dedican hasta 8 horas diarias a tareas de cuidado no remuneradas.⁷⁸ Sin embargo, mientras que el matrimonio se asocia a un aumento del trabajo de cuidados no remunerado de niñas y mujeres, se vincula a una disminución del trabajo de cuidados no remunerado de los hombres.

Los MUIPF también se asocian con mayores tasas de embarazo adolescente y maternidad precoz: las niñas casadas tienen más probabilidades de empezar a tener hijos antes que sus compañeras solteras, y de pasar menos tiempo entre sus embarazos.⁷⁹ Más del 40% de las niñas de Uganda declaran haber tenido su primer hijo antes de los 18 años, y más del 20% de las niñas de Togo y la República Dominicana afirman lo mismo.⁸⁰ Las niñas que son madres se convierten en responsables del cuidado directo de sus hijos -como alimentarlos y bañarlos-, así como del cuidado indirecto asociado a las tareas domésticas rutinarias. Las responsabilidades de cuidado de las niñas se refuerzan con cada hijo que tienen,⁸¹ mientras que el trabajo de cuidado indirecto de los hombres (como el tiempo dedicado a las tareas domésticas rutinarias) disminuye cuando nace un bebé, independientemente de que aumente la cantidad de tareas domésticas que hay que hacer.⁸²

Las normas de género impulsan tanto los MUIPF como las responsabilidades de cuidado. Es más probable encontrar los MUIPF y los embarazos adolescentes en sociedades con normas de género arraigadas, y en las sociedades con normas de género arraigadas es más probable observar divisiones desiguales del trabajo de cuidados no remunerado dentro de los hogares y las comunidades.

La investigación sugiere que la estructura de los hogares es un factor clave para determinar los niveles de trabajo de cuidados no remunerado de las niñas, en particular el orden de nacimiento y la composición de los hermanos (es decir, si una niña tiene hermanos y, en caso afirmativo, en qué orden de nacimiento se encuentra),⁸³ y si hay miembros de la familia que tienen más probabilidades de necesitar cuidados (por ejemplo, niños pequeños, parientes mayores o familiares enfermos o

discapacitados).⁸⁴ Otros factores demográficos también influyen a la hora de determinar la carga de trabajo de cuidado de las niñas: las niñas que crecen con padres que tienen un menor nivel educativo y cuya madre tiene un empleo remunerado a tiempo completo tienen más probabilidades de tener altos niveles de trabajo de cuidado, ya que tienden a asumir responsabilidades a una edad temprana para sustituir el trabajo de cuidado de su madre en el hogar.⁸⁵ Lo mismo ocurre con las niñas que crecen en hogares encabezados

por una mujer en los que la madre trabaja a tiempo completo y el hogar no está situado cerca de la familia extensa,⁸⁶ y para las niñas nacidas de madres que tuvieron su primer hijo a una edad temprana.⁸⁷

Las niñas y las mujeres que viven en la pobreza dedican mucho más tiempo al trabajo de cuidados no remunerado que las que viven en hogares más ricos. Tienen menos posibilidades de permitirse infraestructuras que ahorren tiempo y trabajo, como agua corriente, electricidad, electrodomésticos como cocinas de bajo consumo, lavadoras y equipos de limpieza. El tiempo y la energía invertidos en la recogida de agua y combustible es una consecuencia de la pobreza: cuando no existen infraestructuras como el agua canalizada, las niñas

y las mujeres tienen que realizar un trabajo compensatorio, como recoger agua varias veces al día, a veces de fuentes muy distantes. El acceso a servicios de cuidado infantil de calidad, asequibles y socialmente aceptables es otro factor determinante de los niveles de trabajo de cuidado. Los datos indican que la falta de acceso a servicios de guardería y a permisos parentales retribuidos son obstáculos fundamentales para que las niñas y las mujeres puedan acceder a un trabajo digno y a una educación de calidad.^{88,89} Además, en algunos contextos, las normas sociales son un obstáculo para acceder a los servicios de guardería cuando están disponibles, debido a la percepción de género de que el cuidado directo de los niños no debe subcontratarse.⁹⁰

Recuadro 3. La crisis climática y las responsabilidades de cuidado no remunerado

Uno de los principales factores que impulsan el trabajo de cuidados de las niñas son las crisis y los factores de estrés que sufren sus hogares, incluidos los efectos del cambio climático. El cambio climático puede provocar un aumento del trabajo asistencial directo (atención a las personas heridas durante fenómenos meteorológicos extremos, o a las que enferman como consecuencia de la malnutrición o de brotes de enfermedades relacionadas con el clima) e indirecto, relacionado con los daños y trastornos en la agricultura, la inseguridad alimentaria e hídrica y las pérdidas de medios de subsistencia de los hogares.⁹¹ Como ya analizamos en el informe 2023 *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] niñas, los efectos del cambio climático pueden causar la pérdida de los medios de subsistencia de las familias, especialmente entre las comunidades que dependen de la agricultura y la pesca, que son vulnerables a la destrucción o perturbación por fenómenos y patrones meteorológicos extremos o no estacionales.⁹² Sin embargo, el impacto de la crisis climática no es neutral al género.⁹³ Estos choques y factores de estrés se entrecruzan con las normas de género, lo que significa que a menudo se exige a las niñas que sustituyan a sus madres en el trabajo doméstico cuando la pérdida de medios de subsistencia obliga a la madre a buscar un trabajo remunerado alternativo (o mayor) fuera del hogar. Este riesgo es especialmente alto en países con bajos niveles de protección social y en hogares multigeneracionales donde hay niños pequeños, parientes enfermos o familiares mayores que requieren cuidados.⁹⁴

En 2023, compartimos la historia de Reyna,⁹ una niña filipina de 16 años cuyo padre, agricultor, ha tenido problemas con la cosecha debido a unos patrones climáticos cada vez más extremos e impredecibles. Como consecuencia de la pérdida de medios de subsistencia, los padres de Reyna han tenido que aceptar trabajos adicionales para compensar, dejando a Reyna -como hija mayor- la responsabilidad de cuidar de sus sobrinos pequeños y de realizar una importante cantidad de tareas domésticas. Reyna dijo que esto le dejaba poco tiempo para estudiar y relacionarse socialmente, preocupada por su rendimiento escolar y deprimida por la cantidad de responsabilidades que debe asumir.⁹⁵ El aumento del trabajo asistencial no remunerado de Reyna puede vincularse directamente a los efectos del cambio climático y a la influencia perjudicial de los roles de género.

⁹ A todas las niñas de la cohorte del estudio se les han asignado seudónimos; sus nombres reales no aparecen en este informe.

2.4 Impacto del trabajo de cuidados no remunerado en las niñas

La desigual distribución por género del trabajo de cuidados no remunerado entre los niños/as tiene repercusiones profundas y perjudiciales en la vida de las niñas. No solo perpetúa las desigualdades económicas y de género, sino que los niveles elevados y desiguales de trabajo de cuidados no remunerado tienen graves consecuencias para el uso del tiempo de las niñas en general, especialmente para su trayectoria educativa, incluida la asistencia a la escuela y su capacidad para hacer los deberes.⁹⁶ A medida que las niñas crecen, la cuestión del trabajo de cuidados no remunerado adquiere cada vez más importancia: con la cohorte de niñas que se encuentran ahora en la adolescencia tardía, y en transición de la educación secundaria al empleo remunerado y a la educación y formación posteriores, el uso de su tiempo tiene un impacto crítico en su participación social, cívica y económica.

2.4.1 Educación y desarrollo de competencias

Las niñas que realizan una gran cantidad de tareas de cuidados no remuneradas presentan tasas de escolarización inferiores a las de sus compañeras.⁹⁷ Plan International reconoce que cuando las niñas dedican una cantidad desproporcionada de tiempo al trabajo doméstico no remunerado, disponen de menos tiempo para estudiar y asistir a la escuela, lo que afecta a su rendimiento e influye en su confianza, aspiraciones y oportunidades futuras.⁹⁸ En 2017, *Real Choices, Real Lives* descubrió que el “currículo de tareas” de las niñas las hacía llegar tarde o ausentarse de la escuela, y tener dificultades para encontrar tiempo para completar sus tareas escolares.⁹⁹ Otros estudios han concluido que los retrasos, las ausencias y los deberes no realizados debido a responsabilidades de cuidado no remuneradas conducen a un bajo rendimiento académico y a la repetición de curso.^{100, h} También se observó que el cierre de escuelas durante los cierres de COVID-19 se asociaba a un aumento de las responsabilidades de

cuidado de las adolescentes, pautas que se mantuvieron cuando las escuelas volvieron a abrir.¹⁰¹

Una gran carga de trabajo también puede debilitar la confianza y las aspiraciones de aprendizaje de las niñas. Cuando el trabajo asistencial no remunerado de las niñas les obliga a faltar a clase y repetir curso, la asistencia y el rendimiento académico pueden ser aún peores. Esto, a su vez, puede conducir a la deserción escolar, ya que las niñas pierden interés por las clases o se sienten frustradas o avergonzadas por haberse quedado rezagadas con respecto a sus compañeras, y sus padres empiezan a sentir que la asistencia de sus hijas a la escuela es inútil.¹⁰² Esto obstaculiza las oportunidades y la capacidad de las niñas para adquirir nuevas destrezas, y perjudica sus posibilidades de desarrollar la confianza en sí mismas necesaria para hacer valer su propia agencia y desafiar los estereotipos de género.¹⁰³ La deserción escolar y el abandono de los estudios también repercuten en las perspectivas laborales futuras de las niñas; los niveles más bajos de estudios se asocian a una transición al trabajo vulnerable e informal.¹⁰⁴ Esto perjudica los futuros ingresos de las niñas y tiene un fuerte impacto en la pobreza de género.¹⁰⁵

2.4.2 Transición a la participación económica

La brecha de género en el trabajo de cuidados no remunerado es la principal razón que aducen las mujeres para explicar por qué no forman parte de la población activa,¹⁰⁶ y las bases para ello se sientan en la adolescencia. El trabajo de cuidados no remunerado determina si una joven puede completar su educación y si es capaz de pasar a un empleo remunerado.¹⁰⁷ Los estudios indican que, en todo el mundo, el 42% de las mujeres en edad de trabajar se encuentran fuera de la población activa remunerada debido al trabajo de cuidados no remunerado.¹⁰⁸

El trabajo de cuidados no remunerado también influye en la elección de profesiones de las jóvenes y limita el tipo de empleos que pueden aceptar. Debido a la presión que ejercen sobre su tiempo los cuidados no remunerados, las mujeres jóvenes se

^h Un estudio reveló que las niñas que dedican 28 horas o más a la semana al trabajo doméstico y de cuidados pasan un 25% menos de tiempo en la escuela que las que realizan menos de diez horas de trabajo de cuidados no remunerado a la semana. Consulte: Rose, P. (2021) *Exploring the School to Work Transition for Adolescent Girls*, REAL Centre, University of Cambridge. Available at: <https://www.educ.cam.ac.uk/centres/real/publications/School%20to%20Work%20Transition%20for%20Adolescent%20Girls%20Full%20Report.pdf>. Accessed: 20/08/2024.

ven obligadas a aceptar ofertas de empleo atípicas al margen del mercado laboral formal o en la economía informal.¹⁰⁹ Esto se debe a que la decisión de dar prioridad al trabajo de cuidados no remunerado, o la obligación de hacerlo, requiere un cierto grado de flexibilidad, lo que suele obligar a las mujeres a aceptar un empleo a tiempo parcial u ocasional que les permita compatibilizar sus otras responsabilidades. Esto tiene consecuencias significativas para el potencial de ingresos de las mujeres a lo largo de toda su carrera, y también representa una pérdida de oportunidades para el desarrollo de competencias y la formación,¹¹⁰ para desarrollar agencia y liderazgo,¹¹¹ y para acumular una pensión suficiente que les permita jubilarse.¹¹² Como resultado, las mujeres son más vulnerables a la pobreza de ingresos, tienen menos capacidad para acumular riqueza y más probabilidades de ser más pobres y vulnerables en la vejez.¹¹³

La maternidad aumenta la carga de trabajo de cuidados no remunerado de las mujeres y disminuye su potencial de ingresos. En todas las regiones del mundo, las mujeres con hijos a cargo ganan menos en promedio que las mujeres sin hijos a cargo, y menos que los hombres con hijos a cargo.¹¹⁴ Entre las mujeres con hijos, la tasa de participación económica femenina desciende al 53%, frente a alrededor del 61% entre las mujeres sin hijos.¹¹⁵ Aunque hay una serie de factores que contribuyen a estas cifras, uno importante es la desigual división de género del trabajo de cuidados, que aumenta para la mujer con cada hijo que tiene.

2.4.3 Salud y bienestar

Un alto nivel de trabajo de cuidados no remunerado deja a las niñas y mujeres con poco tiempo y sin poder satisfacer sus necesidades básicas de descanso, cuidado personal y recreación. La limitación en el uso del tiempo hace que las niñas y las mujeres sean menos propensas a buscar atención médica, fomenta malas elecciones nutricionales y hábitos de ejercicio, y puede imponer un estrés mental significativo.¹¹⁶ Por lo tanto, la limitación en el uso del tiempo tiene un impacto nocivo en la salud de las niñas y las mujeres.^{117,118} Las responsabilidades de cuidado también pueden plantear riesgos físicos: las niñas que deben recorrer largas distancias para recoger agua o leña pueden correr un mayor riesgo de violencia,¹¹⁹ especialmente en contextos humanitarios como los

campos de desplazados internos (CDI).¹²⁰ Las niñas también señalan lesiones como heridas por cortar leña o picar para preparar alimentos, inhalación de humo por cocinar con leña y quemaduras por cocinar.¹²¹

Las responsabilidades de cuidado de las niñas también les dejan menos tiempo disponible para el descanso y la recreación, incluido el juego. Consagrado en la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN),¹²² Plan International cree que el derecho al juego es esencial para el desarrollo cognitivo, la salud y el bienestar de los niños/as, para fomentar su resiliencia y sus capacidades relacionales, y para explorar el mundo que les rodea.¹²³ El tiempo libre también es importante para el bienestar y la felicidad,¹²⁴ y para avanzar en la igualdad de género. A través del juego, los niños/as pueden explorar y desafiar las normas y roles tradicionales de género y desarrollar su autoestima y confianza en sí mismos.

2.4.4 La conexión entre el uso del tiempo, las aspiraciones y la agencia

En los estudios sobre la infancia y la niñez, el concepto de 'agencia' se entiende como la capacidad de los niños de construir y determinar su propia vida social, y de ejercer sus derechos de participación y autonomía.¹²⁵ La escasez de tiempo hace que las adolescentes tengan menos posibilidades de participar plenamente en actividades sociales y políticas; puede impedirles entrar en debates sobre política social, presentarse a órganos de decisión, participar en comités de liderazgo de juventudes o ejercer su derecho al voto.¹²⁶ Esto reduce la agencia y las oportunidades de liderazgo de las niñas y las mujeres, y a menudo significa que sus prioridades y puntos de vista no están representados en las instituciones responsables de dar forma a las estructuras económicas y políticas, elaborar políticas públicas y asignar presupuestos que influyen en sus vidas.¹²⁷ Plan International cree que es vital que las niñas tengan oportunidades para reforzar su capacidad de acción, confianza y liderazgo; esto les ayudará a desarrollar todo su potencial y alcanzar niveles de toma de decisiones tanto en los negocios como en la política, contribuyendo en última instancia a crear sociedades más igualitarias entre hombres y mujeres.¹²⁸

Las aspiraciones, la agencia y el uso del tiempo por parte de las niñas están íntimamente relacionados y tienen una relación circular. La forma en que una persona emplea su tiempo puede dictar su percepción de las opciones de que dispone para su futuro. Esta determinación de lo que es factible conforma a su vez las aspiraciones de los individuos, ya que las personas tienden a aspirar únicamente a cosas que consideran alcanzables en función de sus circunstancias y recursos.¹²⁹ Esto influye en el uso del tiempo, ya que los individuos eligen las actividades que realizan para alcanzar sus objetivos.¹³⁰ Por ejemplo, si una niña dedica tiempo a la formación profesional en sastrería, entonces puede percibir que un futuro como sastre es una opción profesional factible. Como cree que esta aspiración es alcanzable, da prioridad a su tiempo para desarrollar sus capacidades de costura y dedica menos tiempo a otras actividades. Cuanto más tiempo invierte en desarrollar estas capacidades, más se refuerza la idea de que la sastrería es un objetivo alcanzable, lo que crea un bucle de retroalimentación continua. Por lo tanto, la falta de tiempo puede restringir las aspiraciones de las niñas, ya que les niega la oportunidad de invertir tiempo en la consecución de sus objetivos y limita su percepción de las opciones que tienen a su disposición.¹³¹

Un reparto desigual de las tareas entre los géneros puede reforzar las normas de género y socializar a las niñas haciéndoles creer que las tareas domésticas son las únicas funciones para las que están preparadas las niñas y las mujeres. Los estudios demuestran que estas percepciones de lo que se consideran trayectorias profesionales 'masculinas' y 'femeninas' se forman a una edad temprana¹³² - lo que significa que cuando las niñas observan un reparto desigual del trabajo en el hogar y dedican una mayor parte de su propio tiempo a responsabilidades de cuidado no remuneradas en comparación con sus hermanos, esto puede bajar su autoestima y limitar sus ambiciones.¹³³

La falta de redes de compañeros/as y de modelos de conducta puede restringir las opciones de subsistencia de las niñas y crear expectativas y normas sobre qué papeles son apropiados para las adolescentes. En todo el mundo, las mujeres representan el 67% de la mano de obra mundial del sector de los cuidados, que incluye profesiones como el cuidado de niños/as, la enfermería, la obstetricia y otros cuidados de la salud, el cuidado

de personas mayores y el trabajo doméstico de limpieza.¹³⁴ Con estos ejemplos a su alrededor en la sociedad, junto con la gran cantidad de trabajo de cuidados no remunerado que las niñas realizan en sus hogares, es posible ver cómo las niñas pueden desarrollar la percepción de que las carreras en profesiones de cuidados son más accesibles y factibles que otros caminos. Esto no solo puede limitar el conocimiento de las niñas de toda la variedad de oportunidades que se abren para ellas, sino que también puede conducir a peores oportunidades económicas - debido a que el trabajo de cuidado está devaluado en todas las sociedades y economías, muchas de estas profesiones se caracterizan por un bajo estatus y salario, malas condiciones de trabajo y altas tasas de informalidad y explotación.¹³⁵

2.5 La participación de los hombres en los cuidados no remunerados

Por último, cabe señalar que las normas de género en torno al trabajo de cuidados no remunerado perjudican tanto a los niños y los hombres como a las niñas y las mujeres. Mientras que el trabajo de cuidados se considera un 'asunto de mujeres', lo que causa y contribuye a las consecuencias para las niñas descritas anteriormente, esta norma de género también crea barreras sociales para que los hombres asuman funciones de cuidado.¹³⁶ Un estudio realizado en Uganda reveló que las normas de género en torno a la identidad masculina alentaban a los hombres a considerar que el trabajo de cuidados no remunerado entraba en conflicto con las negociaciones de masculinidad y las identidades masculinas tradicionales, lo que respalda la idea de que, a medida que los niños alcanzan la pubertad -y, por tanto, la virilidad-, las normas sociales de género dictan que deben abandonar el trabajo de cuidados.¹³⁷ Al impedir que los niños se dediquen a las tareas domésticas, no se les imparten valiosas lecciones sobre el mantenimiento y la conservación del hogar, pero, lo que es más importante, se les niega la oportunidad de participar en una actividad inherentemente relacional que favorece el bienestar tanto del que da como del que recibe los cuidados. Los hombres que participan activamente en los cuidados tienen más probabilidades de sentirse satisfechos con su vida y gozar de mejor salud física y mental.^{138, 139}

El compromiso de los hombres no solo es bueno para las mujeres y los hombres, sino también para los niños/as. Una mayor atención e implicación de los padres se asocia con resultados positivos para los niños, como una mayor disposición a cuestionar los roles tradicionales de género, mejor salud física y mental, mayor capacidad para establecer relaciones positivas con sus iguales, mayor autoestima y satisfacción vital, menos problemas de conducta y menores índices de delincuencia.¹⁴⁰ Al cuestionar y dismantelar las normas de género en torno al trabajo de cuidados no remunerado, tenemos por tanto la oportunidad de redistribuir parte de la carga de trabajo de las niñas a los niños, proporcionando así no solo a las niñas tiempo para dedicarse a otras actividades esenciales para su desarrollo y bienestar, sino también a los niños la oportunidad de asumir este importante trabajo relacional, que tendrá beneficios para ellos y sus futuros hijos/as.

2.6 ¿Cómo deberíamos valorar adecuadamente el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas?

2.6.1 Los beneficios del cuidado

El trabajo de cuidados es esencial para el bienestar individual, comunitario y social; beneficia a quien lo recibe, a quien lo presta y a la sociedad en general. El cuidado que prestan las familias es uno de los factores determinantes más importantes del desarrollo en la primera infancia, y se asocia de manera significativa con las capacidades de aprendizaje, los logros educativos y la calidad de vida de los niños hasta la edad adulta. Por lo tanto, los académicos han señalado que existe el riesgo de que si vemos el trabajo de cuidado únicamente a través de la lente de que es una 'carga', el resultado será un enfoque excesivamente proteccionista (en lugar de un enfoque equilibrado y de igualdad de género) que socava la agencia de los niños.

Los académicos señalan que la realidad es que la mayoría de los niños del mundo que crecen en países con ingresos bajos y medios son copartícipes activos en el bienestar y la construcción de la vida familiar.¹⁴¹ El artículo 31 de la Carta Africana sobre los Derechos del Niño (CADN) establece que los niños tienen responsabilidades hacia sus familias y la sociedad, y que se les debe

exigir que desempeñen un papel en ellas como parte integrante de su condición de miembros de sus comunidades y ciudadanos de sus países.¹⁴² Este instrumento destaca el componente afectivo del cuidado, así como una relación entre derechos y deberes.¹⁴³ La Carta implica que las responsabilidades domésticas son el primer pilar para que los niños se conviertan en miembros valiosos de la sociedad, contribuyendo al logro de la cohesión social y la solidaridad nacional.¹⁴⁴

Aunque la inclusión de deberes en la Carta ha suscitado críticas por parte de algunos académicos, otros opinan que la Carta contempla una forma de participación activa de los niños en la reproducción de relaciones familiares y sociales positivas y cohesivas, una forma en que los niños expresan su capacidad de acción.¹⁴⁵ Los estudios también han explorado las formas en que los niños expresan su agencia a través del trabajo de cuidados no remunerado con el fin de beneficiarse directa o indirectamente. El estudio *Young Lives* descubrió que muchos niños afirmaban beneficiarse del trabajo doméstico, ya que liberaba a sus padres o hermanos mayores para dedicarse a un trabajo remunerado (lo que beneficiaba a toda la familia),¹⁴⁶ les valía la aceptación social y el reconocimiento, y les ofrecía satisfacción psicológica: se sentían orgullosos de poder hacer una contribución útil al hogar.¹⁴⁷ Las investigaciones demuestran que algunos niños creen que sus responsabilidades de cuidados no remuneradas les ayudan a desarrollar habilidades para su futuro.^{148,149} Los resultados del estudio *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] corroboran esta afirmación: nuestra investigación de 2023, 'El cambio climático y la educación de las niñas', descubrió que muchas niñas que habían asumido un trabajo remunerado o responsabilidades domésticas adicionales consideraban que, a raíz de ello, habían aprendido valiosas técnicas de gestión del tiempo.¹⁵⁰ A través de esta lente podemos entender el trabajo de cuidados no remunerado como un lugar en el que las niñas pueden expresar su agencia para conseguir ventajas o competencias para sí mismas.

Los académicos también señalan que para muchas niñas de todo el mundo que pertenecen a culturas colectivistas que hacen hincapié en la interdependencia, los sistemas de parentesco y la responsabilidad colectiva, realizar trabajos de cuidados no remunerados es una expresión de agencia y de su deseo de contribuir a sus familias,

comunidades y sociedades.¹⁵¹ Por lo tanto, es importante que esta contribución sea reconocida y valorada, y que una comprensión contextual del

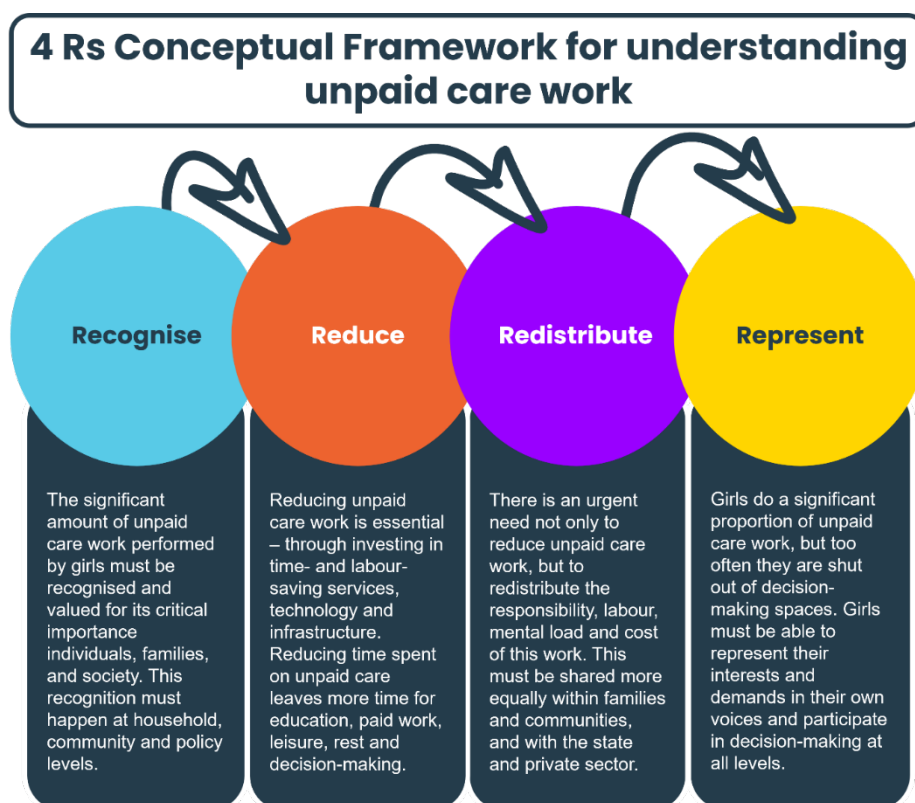
cuidado, las normas y las responsabilidades de las niñas informe las formas en que exploramos el trabajo de cuidado no remunerado de las niñas.

2.6.2 El enfoque de las 4 erres

Para abordar la división desigual por género del trabajo de cuidados no remunerado y su impacto en

las niñas, primero debemos comprender y valorar adecuadamente el trabajo de cuidados no remunerado que realizan las niñas. El 'enfoque de las 4 erres' propone un marco de cuatro elementos clave necesarios para valorar los cuidados: reconocer, reducir, redistribuir y representar.ⁱ

Figura 3: 4 erres Marco conceptual para entender el trabajo de cuidados no remunerado



Fuente: Esta figura se ha elaborado a partir de 'El marco de las 4R' desarrollado por Oxfam y ActionAid (Oxfam 2019). Se adapta aquí para centrarse en cómo podemos entender y valorar específicamente el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas.

Reconocer el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas significa comprender cómo este trabajo sustenta y hace avanzar las economías y la prosperidad de las sociedades.¹⁵² Calcular el número de horas que las niñas dedican a los cuidados no remunerados -mediante encuestas

sobre el uso del tiempo o diarios- hace visible la contribución, a menudo invisible, de las niñas a sus hogares, sociedades y economías.¹⁵³ Este es un primer paso importante para tomar en serio el trabajo de las niñas y las contribuciones que hacen, volver a priorizar lo que debe ser valorado y

ⁱ El marco de las 4R se basa en el marco de las 3R (reconocer, reducir y redistribuir) desarrollado en 2009 por la economista feminista Diane Elson. En 2019, Oxfam y ActionAid añadieron una cuarta R (representar). La OIT ha propuesto una quinta R (recompensar) para promover un trabajo más digno para las cuidadoras (2022) y todavía está siendo debatida por economistas y actividades feministas, mientras que otros han sugerido la inclusión de otros componentes diversos, como 'reclamar', 'reinventar' y 'derechos'. Consulte: Elson, D. (2017) Recognise, Reduce and Redistribute Unpaid Care Work: How to Close the Gender Gap, *New Labor Forum*, 26:2; and Oxfam (2019) *Business Briefing on Unpaid Care and Domestic Work*. Available at: <https://oxfamlibrary.openrepository.com/bitstream/handle/10546/620764/bp-unpaid-care-domestic-work-business-040619-en.pdf?sequence=3>. Accessed: 15/08/2024.

contabilizado, y permitir una comprensión de las desigualdades de género del trabajo de cuidados no remunerado.

Reducir el trabajo de cuidados no remunerado es esencial para liberar tiempo que las niñas pueden dedicar a la educación, el empleo remunerado, el descanso y la recreación. Para ello es necesario examinar la infraestructura asistencial y reconocer y abordar el hecho de que los grupos más pobres y marginados del mundo tienden a carecer de acceso a dispositivos y tecnología que ahorren tiempo y trabajo.¹⁵⁴ También pide que se examinen las políticas públicas y los servicios sociales que pueden reducir el trabajo asistencial, como los servicios de guardería.

Esto está estrechamente relacionado con la **redistribución** del trabajo de cuidados no remunerado: repartiendo el trabajo de cuidados de forma más equitativa entre mujeres y hombres, dentro de las familias, y entre las familias, el Estado y el sector privado, se puede reducir el nivel general de trabajo de cuidados que realizan las niñas y las mujeres.¹⁵⁵ Las estrategias para redistribuir el trabajo de cuidados incluyen la inversión en el sector de los cuidados -como guarderías, atención a personas mayores y servicios de la salud- y la aplicación (y financiación adecuada) de políticas redistributivas destinadas a cerrar la brecha de género en los cuidados, como el permiso parental remunerado compartido.¹⁵⁶ Redistribuir las responsabilidades de cuidado entre mujeres y hombres en los hogares exige cuestionar normas

sociales profundamente arraigadas sobre los roles de género, a menudo institucionalizadas en la política y la legislación.¹⁵⁷

La cuarta “R”, **representar**, destaca la necesidad de implicar a las niñas y las mujeres en el diseño y la aplicación de las políticas para garantizar que se tienen en cuenta y se abordan sus intereses.^{158, 159} Al garantizar que las personas que realizan la mayor parte del trabajo de cuidados estén representadas, sean escuchadas y tengan capacidad de acción política, sus voces pueden informar y dar forma a políticas públicas a todos los niveles que garanticen que el trabajo de cuidados no remunerado se reconozca, se reduzca y se redistribuya de forma más equitativa entre mujeres y hombres.

El enfoque de las 4 erres se utiliza como marco conceptual en este informe. Al compartir las historias de las niñas de la cohorte sobre el trabajo de cuidados no remunerado y el impacto en sus vidas, este informe pretende hacer visibles las importantes contribuciones que hacen a sus hogares y a los miembros de sus familias, reconociendo el valor de este trabajo. A través de las recomendaciones que ofrece este informe,^j desarrollado sobre la base de las experiencias compartidas por las niñas de la cohorte, proponemos formas de reconocer, reducir y redistribuir el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas, y formas de garantizar que las voces de las niñas estén representadas en el diseño de las políticas.

^j Consulte la sección 7: Recomendaciones

3. Preparar el escenario

Entre los países focales de *Real Choices*, *Real Lives* [*Opciones Reales, Vidas Reales*] - Benín, Togo, Uganda, Brasil, República Dominicana, El Salvador, Camboya, Filipinas y Vietnam - hay diferentes imágenes de cómo las niñas pasan su tiempo. Cuando se dispone de estos datos a nivel nacional, nos ofrecen un contexto útil para comprender las experiencias de las niñas de la cohorte.

3.1 África

Según estudios de 2023, las mujeres de **Benín**, **Togo** y **Uganda** dedican aproximadamente el 15% de su jornada (unas 3 horas y 35 minutos) al cuidado no remunerado; sin embargo, existen diferencias significativas en la cantidad de tiempo que los hombres dedican a estas actividades. Los hombres de Uganda son los que más tiempo dedican a los cuidados no remunerados: casi 2 horas,¹⁶⁰ con los hombres togoleses no muy lejos con aproximadamente 1 hora y 36 minutos al día.¹⁶¹ Los hombres de Benín son los que menos tiempo dedican al trabajo de cuidados: solo 1 hora y 28 minutos de su jornada.¹⁶²

Entre las niñas, un estudio realizado en 2015 en **Benín** reveló que el tiempo que las niñas dedican a las tareas domésticas aumenta a medida que pasan de la infancia a la adolescencia, y que las niñas y mujeres de entre 15 y 24 años dedican aproximadamente 4 horas al día a las actividades domésticas.¹⁶³ Los niños, por su parte, ven disminuir su participación doméstica a medida que crecen: los niños y hombres de 15 a 24 años dedican 52 minutos a las tareas del hogar, que disminuyen a solo 35 minutos después de los 25 años.¹⁶⁴ No es de extrañar, por tanto, que las niñas de Benín dispongan de menos tiempo para la educación: su tasa de finalización de la enseñanza secundaria es inferior a la de los niños (en 2023)¹⁶⁵ e informan de que tienen menos tiempo para hacer los deberes (2015).¹⁶⁶ Esto repercute en sus perspectivas de

empleo: en 2024, más del 23% de las jóvenes de entre 15 y 24 años no tendrán empleo, formación profesional o educación, frente a solo el 11% de los jóvenes hombres.¹⁶⁷

En **Uganda**, las niñas de 8 a 18 años dedican una media de 6 horas y 42 minutos al día al cuidado de otras personas y a las tareas domésticas,^k y otras 2 horas y media al día en labores agrícolas o generadoras de ingresos para su hogar (a partir de 2020).¹⁶⁸ Por su parte, los niños de la misma edad dedican aproximadamente 5 horas al trabajo de cuidados y 2,8 horas al trabajo agrícola/de generación de ingresos.¹⁶⁹ El mismo estudio reveló que las niñas y las mujeres de Uganda dedican mucho más tiempo a actividades simultáneas que los niños y los hombres, es decir, a realizar al menos dos actividades de cuidado al mismo tiempo¹⁷⁰ - y que había una marcada diferencia en el reparto de tareas en función del género; los niños dedican más tiempo a recoger combustible o agua, mientras que las niñas dedican más tiempo a la preparación de alimentos y al cuidado de los niños/as.¹⁷¹

Desafortunadamente, no parece haber datos recogidos sobre el trabajo no remunerado de cuidados de las niñas en Togo, pero sí información sobre sus tasas de escolarización (en 2024, más del 47% de las niñas de entre 15 y 19 años están sin escolarizar)¹⁷² y la participación económica cuentan una historia interesante. Entre los 15 y los 24 años, las niñas de Togo tienen una mayor participación en la población activa que los niños (aproximadamente el 69% frente al 52%); sin embargo, entre los 25 y los 54 años, la participación de los hombres en la población activa es mayor que la de las mujeres.¹⁷³ Esto podría indicar que los hombres dedican más tiempo a la educación antes de incorporarse a la población activa, y que cada vez más mujeres abandonan pronto los estudios para trabajar, antes de que las demandas de cuidados no remunerados del matrimonio y la maternidad les obliguen a dedicar menos tiempo al trabajo remunerado.

^k Esto supone casi el doble del tiempo que dedican las mujeres al cuidado de otras personas en Uganda, lo que sugiere que las niñas pueden ser "sustituidas" en la gestión de las responsabilidades domésticas si las mujeres mayores de sus hogares se dedican a un trabajo remunerado fuera del hogar. Sin embargo, las estadísticas sobre el tiempo que dedican las mujeres y las niñas a los cuidados no remunerados proceden de dos fuentes distintas con metodologías diferentes, realizadas con tres años de diferencia; esto podría explicar la discrepancia en las cifras.

3.2 América Latina y el Caribe (ALC)

La encuesta de 2017 reveló que las mujeres de **El Salvador** dedicaban alrededor del 20% de su jornada (casi 5 horas) al trabajo de cuidados no remunerado, una cifra notablemente superior a la de sus homólogos masculinos (7%, o 1 hora y 40 minutos al día).¹⁷⁴ Al igual que en El Salvador, las mujeres de la **República Dominicana** dedican 4 horas y 25 minutos al día al trabajo de cuidados (frente a 1 hora y 20 minutos de los hombres).¹⁷⁵ Entre los países de América Latina y el Caribe en los que se centra el estudio *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], las mujeres de **Brasil** son las que menos horas diarias dedican al trabajo de cuidados no remunerado (alrededor de 3 horas), aunque curiosamente esto no parece deberse a que los hombres realicen una mayor parte del trabajo (con una media de 1 hora y 40 minutos, igual que en El Salvador).¹⁷⁶ En cambio, el menor número de horas de trabajo de cuidados realizado por las mujeres en Brasil podría explicarse por un mayor acceso a dispositivos, servicios e infraestructuras que ahorran tiempo y trabajo, ya que el PIB per cápita de Brasil es más de 1,7 veces superior al de El Salvador.¹⁷⁷

Los datos sobre el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas en ALC son incoherentes e incompletos, lo que dificulta las comparaciones directas entre los tres países focales de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] en la región. En **El Salvador**, alrededor del 85% de las niñas de 7 a 14 años declararon realizar tareas domésticas no remuneradas,¹⁷⁸ sin embargo el trabajo de cuidado alcanza su punto máximo en niñas y jóvenes salvadoreñas de entre 15 y 24 años - según un estudio de 2019.¹⁷⁹ En la **República Dominicana**, más de la mitad de las tareas domésticas son realizadas por niñas de entre 5 y 17 años,¹⁸⁰ mientras que en Brasil más de un tercio de las niñas de entre 6 y 14 años declararon ser responsables del cuidado de sus hermanos, y el 41% dijo ser responsable de la cocina de su familia.¹⁸¹

Existe una correlación entre este pico de trabajo de cuidados no remunerado y las estadísticas sobre reproducción en El Salvador y la República Dominicana. En **El Salvador**, la tasa de natalidad entre las adolescentes¹⁸² -de 15 a 19 años es de 69,7 por cada 1.000 mujeres, una de las más altas de ALC.¹⁸³ De hecho, un estudio de 2023 reveló que

el cuidado de los niños representa la mayor parte de las actividades de cuidado realizadas por las niñas de entre 15 y 24 años.¹⁸⁴ En la **República Dominicana**, la tasa de embarazos en la adolescencia es igualmente elevada: según un estudio de 2022, más del 58% de las madres tuvieron su primer hijo antes de los 20 años;¹⁸⁵ también tiene una tasa extremadamente alta de matrimonios y uniones infantiles, precoces y forzados (MUIPF) -la prevalencia más alta de ALC, empatada con Surinam-, con el 36% de las mujeres de entre 20 y 24 años casadas o unidas antes de los 18 años (en 2020).¹⁸⁶

En estos tres países se están produciendo cambios positivos en la forma de entender y valorar el trabajo asistencial. En 2021, el Gobierno de la **República Dominicana** puso en marcha el Programa Comunidades de Cuidados, cuyo objetivo es reducir las disparidades de género en la prestación de cuidados no remunerados,¹⁸⁷ mientras que en **Brasil** un decreto presidencial de 2023 puso en marcha una investigación interministerial sobre la organización social de los cuidados en el país.¹⁸⁸ Aunque **El Salvador** no parece haber puesto en marcha ninguna iniciativa o política similar, en 2016 el gobierno inició conversaciones sobre el diseño de una política nacional de cuidados, lo que sugiere que el tema está en el radar del gobierno.¹⁸⁹

3.3 Sudeste Asiático

Entre los países focales de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], las mujeres en **Filipinas** son las segundas (después de El Salvador) que más tiempo dedican al trabajo de cuidados no remunerado (el 19% de una jornada de 24 horas, es decir, unas 4,5 horas), y presentan una de las divisiones del trabajo más desiguales en función del género, ya que los hombres dedican menos de 1 hora y 45 minutos al día al trabajo de cuidados no remunerado.¹⁹⁰ Sin embargo, los datos de Filipinas no son coherentes: una encuesta de Oxfam sobre el cuidado de los hogares realizada en 2022 reveló que las mujeres realizaban tareas de cuidado hasta 13 horas al día, de las cuales hasta 7 horas se dedicaban a realizar al menos dos actividades de cuidado simultáneamente.¹⁹¹ En particular, esta encuesta no es una EUT, por lo que su metodología y la forma en que clasifica las

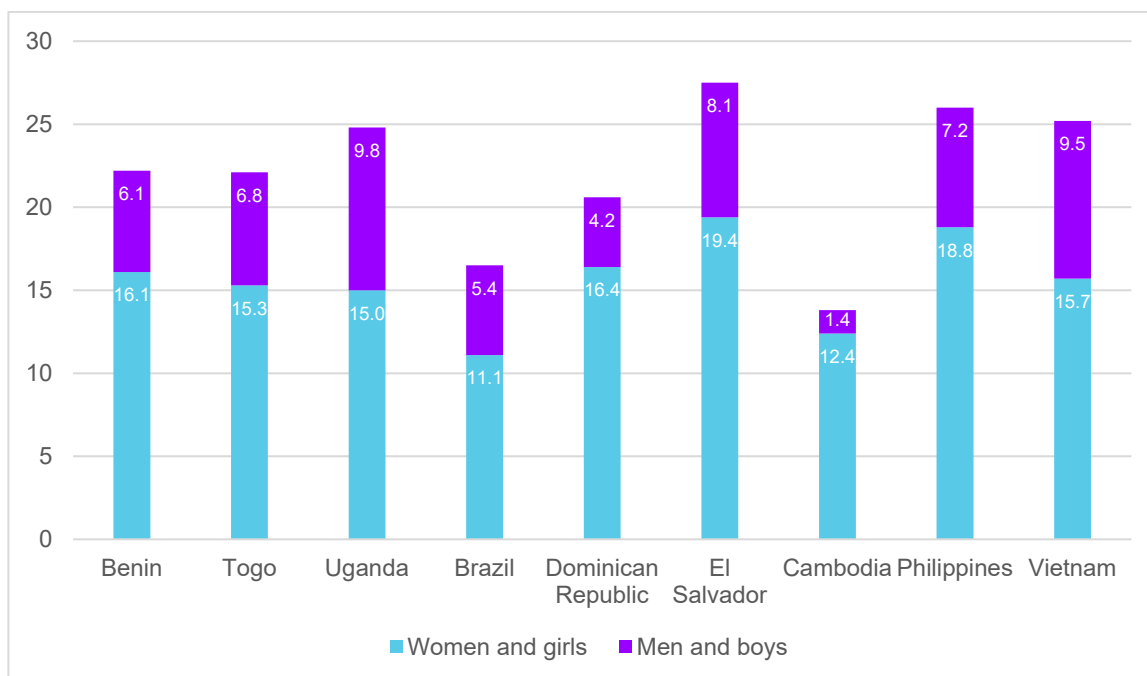
'actividades de cuidados' pueden diferir en cierta medida de las mediciones de las EUT.

También hay una diferencia significativa en la cantidad de tiempo que se dedica al trabajo de cuidados no remunerado en **Camboya**: mientras que las mujeres dedican casi tres horas al día a este trabajo, los hombres solo dedican 20 minutos. Camboya tiene una de las mayores brechas de género en el trabajo de cuidados no remunerado del mundo,¹⁹² y es la menor cantidad de tiempo que dedican los hombres a los cuidados no remunerados en los nueve países del estudio *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales].¹⁹³ Las mujeres de Camboya también señalan que el reparto de los cuidados no remunerados entre hombres y mujeres no se ve influido por la situación laboral: casi el 30% de las mujeres con empleo declararon que sus parejas no les proporcionaban ayuda adicional en el hogar.¹⁹⁴ Comparativamente, mujeres y hombres se reparten más equitativamente el trabajo de cuidados no remunerado en **Vietnam**: las mujeres realizan unas 3 horas y 45 minutos, los hombres unas 2 horas y

15 minutos. En todos los países de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], los hombres de Vietnam ocupan el segundo lugar, después de los de Uganda, en cuanto a la cantidad de tiempo que dedican al trabajo de cuidados no remunerado: los hombres ugandeses dedican 5 minutos más al día.^{195,1}

Los datos disponibles sobre el trabajo de cuidados no remunerado específico de las niñas en los países focales del Sudeste Asiático son limitados. Aunque se dispone de datos sobre las horas que las niñas dedican a trabajar y estudiar en Vietnam, y de estadísticas generales sobre el porcentaje de niñas que declaran realizar trabajos de cuidado de personas (el 87% de las niñas de 7 a 14 años, frente al 82% de los niños de la misma edad),¹⁹⁶ no parece que se disponga de información más detallada sobre el número de horas dedicadas a este trabajo, ni sobre los tipos de tareas que se realizan. Del mismo modo, existen muy pocos datos sobre el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas en Camboya y Filipinas.

Figura 4: Tiempo dedicado a actividades asistenciales no remuneradas como proporción de un día de 24 horas, por género, en los países de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] (mayores de 15 años).



Fuente: Hanna, T. et al (2023)^m

¹ Según un estudio de 2023 que comparaba países de todo el mundo.

^m El gráfico 4 se elaboró a partir de datos de Hanna, T. et al (2023) Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief, *Frederick S Pardee Centre for International Futures and UN Women*, pp.15-20. Available at: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/2023-10/technical-brief-forecasting-time-spent-in-unpaid-care-and-domestic-work-en.pdf>, Accessed: 09/04/2024

4. Metodología

Esta investigación tiene como objetivo comprender las experiencias y perspectivas de las adolescentes sobre su uso del tiempo en sus propias palabras.ⁿ

Nos proponemos descubrir los motores y las influencias de cómo y por qué las niñas dividen su tiempo entre sus diversas responsabilidades, obligaciones e intereses; y el impacto que estos patrones de uso del tiempo están teniendo en su finalización de la educación, su transición a un trabajo remunerado decente de su elección y/o educación superior, su salud y bienestar y su capacidad para construir redes sociales y participar en la vida cívica y cultural de sus comunidades, y sus aspiraciones para el futuro. Esta investigación también tiene como objetivo examinar la relación entre la agencia de las niñas y su uso del tiempo; con el fin de comprender los posibles puntos de entrada para comprometerse con las niñas y apoyarlas para que tomen decisiones sobre su uso del tiempo que les permitan acceder a oportunidades, alcanzar sus aspiraciones y salvaguardar su bienestar.

4.1 Diseño de la investigación

La principal metodología de investigación de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] se basa en entrevistas en profundidad semiestructuradas con las niñas y sus cuidadores, realizadas anualmente para permitir un análisis longitudinal. Para más información sobre la metodología longitudinal general del estudio de investigación *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], consulte la página web [Real Choices, Real Lives \[Opciones Reales, Vidas Reales\]](#). Además de esta metodología longitudinal, el estudio profundiza periódicamente en temas o asuntos específicos que han surgido a través del análisis histórico del conjunto de datos, utilizando herramientas de entrevista temática. En 2024 empleamos las herramientas de entrevista tanto

longitudinales como temáticas diseñadas para centrarse en el uso del tiempo de las niñas.

4.1.1 Preguntas de la investigación

Las preguntas que se plantean a continuación tienen como objetivo explorar cómo las niñas de la cohorte equilibran su tiempo entre demandas y prioridades contrapuestas; comprender las influencias y los impulsores de estas demandas; y explorar la matizada transición que experimentan las niñas de la educación al empleo, y de la infancia a la edad adulta.

- 1. Ahora que tienen 17 y 18 años, ¿cómo reparten su tiempo las niñas de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] entre sus diversas responsabilidades y obligaciones?**
 - a) ¿Qué responsabilidades y obligaciones asumen las niñas como parte de sus rutinas regulares y cuánto tiempo les dedican proporcionalmente? (por ejemplo, educación/formación, trabajo remunerado, iniciativa empresarial, responsabilidades de cuidado no remuneradas tanto en el hogar como en la comunidad)
 - b) ¿Cuánto tiempo dedican las niñas al descanso, el cuidado personal y el ocio?
- 2. ¿Cuáles son las influencias y los motores que definen el empleo del tiempo de las niñas?**
 - a) ¿Cómo ha cambiado el empleo del tiempo de las niñas a lo largo de su adolescencia (desde los 11 años)?
 - b) ¿Qué papel desempeñan las normas sociales y de género en la evolución de las responsabilidades de las niñas en el hogar, la escuela y la comunidad?

ⁿ Dado que las niñas de la cohorte de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] tienen ahora 17 y 18 años, esta investigación se centra en el impacto del uso del tiempo en las adolescentes. Sin embargo, a través del análisis histórico de los datos recopilados a lo largo de la vida de las niñas, podemos observar que las bases de su uso del tiempo se establecen en una etapa temprana de su infancia. Por lo tanto, este informe de investigación utiliza los términos "niñas adolescentes" y "niñas" con algunos matices: cuando se habla de los impactos sobre las niñas en la actualidad, el informe se refiere a las "niñas adolescentes"; sin embargo, cuando se habla de los patrones establecidos a lo largo de la vida de las niñas, el informe se refiere a las "niñas" en un sentido más amplio.

- c) ¿Qué otros factores influyen en el empleo del tiempo de las niñas (por ejemplo, su capacidad de acción y su poder de decisión en el hogar)?
 - d) ¿Cómo negocian las niñas los conflictos que surgen al repartir su tiempo entre las distintas exigencias y obligaciones?
- 3. ¿Cómo la forma en que las niñas reparten su tiempo impacta en sus oportunidades, bienestar y aspiraciones?**
- a) ¿De qué oportunidades o aptitudes desarrolladas disponen las niñas ahora a los 17-18 años, que fueron adquiridas a partir de las responsabilidades y obligaciones de las niñas en el transcurso de su adolescencia?
 - b) ¿Cuál es el impacto del uso del tiempo de las niñas en su bienestar (es decir, en su salud mental y física)?
 - c) ¿Qué apoyo necesitan las niñas en la transición de la escuela al trabajo?
 - d) ¿Cómo se articulan las aspiraciones de las niñas y sus diversas exigencias y obligaciones? ¿De qué manera se preparan las niñas para hacer realidad sus ambiciones en materia de educación y empleo?

4.2 Métodos de investigación

Las actividades de investigación de este estudio se dividen en cinco fases principales: análisis del alcance y resumen de los datos; revisión documental de la literatura académica y gris; análisis histórico del conjunto de datos *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales]; recopilación de datos en nueve países objetivo; y análisis.

4.2.1 Resumen del alcance y las pruebas

A finales de 2023, se creó un resumen de pruebas basado en las conclusiones de la recopilación de datos de 2023 de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] (que se centraba en el cambio climático y la educación de las niñas), que destacaba las diversas obligaciones y demandas que influyen en el uso del tiempo de las niñas, desde las tareas escolares hasta el trabajo

remunerado, las responsabilidades de cuidado no remuneradas y otras actividades. Este resumen de pruebas se complementó con una revisión bibliográfica de alcance -que exploró la investigación académica y de desarrollo internacional sobre el uso del tiempo de las niñas y el trabajo de cuidados no remunerado- y, en conjunto, estas piezas informaron el desarrollo de los objetivos y las preguntas de investigación para este estudio, el desarrollo de herramientas de recopilación de datos, y el alcance y el enfoque para el análisis histórico del conjunto de datos.

4.2.2 Revisión bibliográfica

Se realizó una revisión de la literatura académica y de desarrollo internacional para comprender los conceptos y debates clave en la investigación sobre el uso del tiempo de las niñas y el trabajo de cuidados no remunerado. Esta revisión bibliográfica^o junto con los contextos nacionales^p presenta los antecedentes y el marco para comprender el panorama mundial y nacional del empleo del tiempo por parte de las niñas, incluidos los factores que impulsan y repercuten. Esta revisión bibliográfica^o empleo del tiempo. La revisión bibliográfica se realizó con términos de búsqueda clave^q y el alcance de la investigación definidos, y utilizando bibliotecas digitales académicas (incluidas EBSCO y JSTOR), bases de datos y repositorios de código abierto (como ResearchGate), y recursos internacionales específicos para el desarrollo (ReliefWeb, datos del Banco Mundial).

4.2.3 Análisis histórico

Este informe se basa en gran medida en el análisis histórico del conjunto de datos de 18 años de duración de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], que nos proporciona una visión única de cómo se socializan e interiorizan las normas de género a lo largo de la vida de las niñas, y de cómo el uso que hacen del tiempo cuando son niñas repercute en su situación cuando son adolescentes. En la cohorte de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], el contexto de cada niña (individual, familiar y comunitario) es

^o Consulte la sección 2: Revisión bibliográfica

^p Sección 3: Preparar el escenario

^q Los términos clave de búsqueda para la revisión bibliográfica incluyeron 'trabajo de cuidados no remunerado', 'trabajo de cuidados no remunerado de las niñas', 'normas de género y cuidados no remunerados', 'estudios sobre el uso del tiempo', 'limitación en el uso del tiempo', 'agencia y uso del tiempo', 'uso del tiempo y aspiraciones' y otros.

distinto, y el valor de esta investigación reside en poder (a) comprender los factores de género y otras motivaciones que determinan el uso del tiempo y las responsabilidades de cada niña; (b) ver cómo ha cambiado su uso del tiempo a lo largo del tiempo en su recorrido por la infancia y la adolescencia; y (c) tomar las experiencias de las niñas en conjunto para explorar y comprender las tendencias y los patrones dentro de los países, las regiones y en toda la cohorte.

El conjunto de datos *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], codificado y gestionado mediante el programa informático cualitativo NVivo, contiene transcripciones de entrevistas, inventarios domésticos y datos de observación de cada niña de la cohorte para cada año del estudio, desde 2006. El conjunto de datos se organiza de acuerdo con una lista de códigos; cada año, los nuevos datos recopilados se codifican y se añaden al conjunto de datos. Los datos sobre la división del trabajo doméstico en función del género se han recopilado desde el inicio del estudio, y la información sobre las tareas y responsabilidades domésticas de las niñas se ha recopilado desde que las niñas tenían cinco años (2011). Las pruebas sobre la diferencia en la forma en que las niñas y los niños (incluidos los hermanos hombres de las niñas de la cohorte, compañeros de escuela, etc.) pasan su tiempo se han recopilado desde que las niñas tenían 11 años (2017).

El análisis histórico del conjunto de datos, y en particular de los grupos de datos mencionados anteriormente, se llevó a cabo al mismo tiempo que la revisión bibliográfica. Esto implicó extraer códigos específicos del conjunto de datos para su análisis, por país focal, por año, y crear resúmenes de pruebas que capturaran información clave y tendencias a lo largo de la vida de cada niña. Junto con los resultados de la recopilación de datos de 2024, los resúmenes históricos nos permiten comprender no solo cómo ha evolucionado el uso del tiempo de las niñas a lo largo del tiempo, sino también comprender los momentos o cambios clave que han influido en el uso del tiempo de las niñas.

4.2.4 Recopilación de datos

En la recopilación de datos de 2024 utilizamos dos conjuntos de herramientas: las herramientas de entrevista longitudinal y las herramientas temáticas

que exploraban el uso del tiempo de las niñas en mayor profundidad. Todas las herramientas de entrevista utilizadas fueron entrevistas semiestructuradas (ES).

Se utilizaron las siguientes siete herramientas para la recopilación de datos:

- **Herramienta de entrevista a niñas (longitudinal):** Esta herramienta SSI incluyó preguntas sobre una serie de temas que se han explorado en años anteriores, incluyendo educación, salud y derechos sexuales y reproductivos (SDSR), agencia y toma de decisiones, normas y actitudes, y otros.
- **Herramienta de entrevista familiar (longitudinal):** Esta herramienta ESE se utilizó con un padre/cuidador por cada niña participante en el estudio. Lo ideal es que cada año se entreviste al mismo progenitor/cuidador, pero en algunos casos el entrevistado cambia, sobre todo si una niña se ha trasladado a vivir con diferentes miembros de la familia. Esta herramienta sigue un conjunto de temas muy similar al de la herramienta de entrevista longitudinal a niñas.
- **Herramienta de entrevista a las niñas (uso del tiempo):** Desarrollada para la recopilación de datos de 2024, esta herramienta ES incluye preguntas sobre las actividades a las que las niñas dedican su tiempo y quién decide cómo las niñas dividen su tiempo, los sentimientos y opiniones de las niñas sobre su uso del tiempo y las aspiraciones de las niñas para el futuro.
- **Herramienta de entrevista familiar (uso del tiempo):** Desarrollada para la recolección de datos de 2024, esta herramienta ES incluye preguntas relacionadas con la perspectiva del padre/cuidador sobre el uso del tiempo y la toma de decisiones de la niña. En conjunto, los datos de la entrevista con la niña y la familia sobre el uso del tiempo revelan discrepancias entre la evaluación de los cuidadores sobre el uso del tiempo de las niñas y el uso real del tiempo de las niñas.
- **Ejercicio de uso del tiempo:** Desarrollado para la recogida de datos de 2024, esta herramienta de diario de uso del tiempo se utilizó para recoger información sobre las

actividades (incluidas las actividades simultáneas o concurrentes) que las niñas de la cohorte realizan en un día 'normal'. El diario abarcaba un período de 24 horas en intervalos de 60 minutos, con espacio para registrar las actividades 'principales' y 'simultáneas' en cada hora. Se pidió a las niñas de la cohorte que completaran la hoja durante la entrevista; en la mayoría de los casos, las niñas completaron la hoja por sí mismas, aunque en algunos casos las niñas la dictaron mientras el entrevistador la transcribía. Se les pidió que describieran el día

anterior si ese día era un día típico en su rutina; si ayer era un día inusual (por ejemplo, si asistieron a un funeral), entonces se les pidió que describieran el día 'normal' más reciente. El carácter reciente del ejercicio, así como las franjas horarias detalladas a lo largo de 24 horas, ayudan a minimizar el sesgo de recuerdo.¹⁹⁷ La figura 5, a continuación, es un extracto de un ejercicio de diario completado por las niñas, que muestra cómo se completó la tabla y las categorías asignadas a las actividades.^r

Figura 5: Extracto del Diario del Tiempo 2024 de Stephany (El Salvador)^s

Nombre de la niña: Stephany Fecha: 3 Mayo
 ¿Cómo pasa un día normal? Si ayer fue un día normal, piensa en lo que hiciste ayer.

Tiempo	Actividad principal	Código	Actividad simultánea/secundaria	Código
00:00 - 01:00	Dormir	RL		
01:00 - 02:00	Dormir	RL		
02:00 - 03:00	Dormir	RL		
03:00 - 04:00	Dormir	RL		
04:00 - 05:00	Dormir	RL		
05:00 - 06:00	Me levanto me baño sigo de maicento y saludo	O RH		
06:00 - 07:00	ago la limpieza y luego busco que aser el desayuno	ch		
07:00 - 08:00	Luego desayuno me preparo para estar lista para mas al rato ir al trabajo	ch		
08:00 - 09:00	Descanso	RH		
09:00 - 10:00	Busco que aser si me faltó algo a terminar	ch		
10:00 - 11:00	Juego charabanes con mi familia por lo menos un pequeño descanso	RH		
11:00 - 12:00	Preparamos el desayuno almuerzo con mi familia	ch		

Una ventaja significativa de esta herramienta es que permite captar y analizar actividades simultáneas.^{198,199} La herramienta también permite a los investigadores medir la proporción de tiempo que los encuestados dedican a distintos tipos de actividades en relación unas con otras; por ejemplo, comparando cuánto tiempo dedica el encuestado al trabajo asistencial no remunerado en un periodo de 24 horas frente a otras actividades.²⁰⁰ En el caso de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]*, esta herramienta nos permite comprender la proporción de tiempo que las

niñas dedican a cada tipo de actividad que realizan -por ejemplo, si dedican el 20 por ciento de su día a actividades educativas frente al 40 por ciento a tareas de cuidado no remuneradas-, así como cuántas tareas simultáneas realizan mientras llevan a cabo la actividad principal (como captar el hecho de que el tiempo que dedican a hacer los deberes también lo dedican a supervisar a sus hermanos pequeños al mismo tiempo). Esto ofrece una imagen mucho más completa del uso del tiempo de las niñas y puede poner de relieve los casos en los que las niñas son particularmente pobres en tiempo.

^r La Herramienta de Empleo del Tiempo completa figura en el Anexo 2 del presente informe.

^s Stephany completó este ejercicio con su propia letra y en su propio idioma: el español. A efectos de análisis, hemos transcrito y traducido su ejercicio al inglés. Stephany no es el nombre real de la niñas; a todas las niñas del estudio se les ha asignado un seudónimo. El documento está etiquetado con una variante de su seudónimo: "Estefany".

Históricamente, ha habido una falta de datos sobre el uso del tiempo de los niños, debido a la creencia de algunos investigadores de que los niños eran incapaces de informar por sí mismos sobre su propio uso del tiempo, o porque las relaciones de poder pueden dificultar que los investigadores adultos comprendan los puntos de vista de los niños, lo que puede inhibir a los niños a expresarse y a que su uso del tiempo sea comprendido adecuadamente en las entrevistas.²⁰¹ Sin embargo, esto puede resultar problemático, ya que los padres pueden no saber lo que hacen sus hijos, subestimar el tiempo que dedican a las tareas domésticas y al trabajo no remunerado, sobre todo si no lo consideran un trabajo sino una 'ayuda', o no recordar las tareas simultáneas que realizan los niños.²⁰² Aparte de las cuestiones relacionadas con la calidad de los datos, Plan International y *Real Choices*, *Real Lives* también sostienen que es importante preguntar directamente a los niños por sus puntos de vista, ya que así se reconoce su capacidad de actuar y que los niños son expertos en sus propias vidas y experiencias.^t

- **Inventario del hogar:** Esta herramienta capta un panorama de los hogares de las niñas, incluida la estructura del hogar, la situación laboral y la ocupación de los miembros del hogar, los ingresos y gastos financieros, los cambios en la salud, los cambios en la seguridad alimentaria y la asistencia a la escuela de todos los niños del hogar. Esta información se recopila para ofrecer un contexto a fondo para las experiencias y la información compartida en las entrevistas con las niñas y los cuidadores. Esta herramienta se ha utilizado en el mismo formato desde 2018; antes de esto, se hicieron preguntas similares durante la entrevista con el cuidador. Al recopilar información sobre los mismos temas cada año, podemos comparar y analizar los cambios a lo largo del tiempo en los hogares de las niñas.
- **Observaciones:** Las notas de observación de los entrevistadores forman parte de los datos

de este estudio. Esto incluye sus notas sobre el tono, el lenguaje corporal y las comunicaciones no verbales de las niñas (por ejemplo, encogerse de hombros para indicar "no lo sé"). Los entrevistadores también toman nota de la dinámica familiar que observan (por ejemplo, si parece haber tensión entre los miembros de la familia), y de la información sobre los cambios en el hogar que no se han captado en el inventario doméstico o en las entrevistas (por ejemplo, el entrevistador podría observar que cuando visitaron la casa el año pasado la vegetación alrededor de la casa era verde y exuberante, pero este año el entorno es seco y árido). Estos datos se utilizan con moderación, reconociendo la naturaleza subjetiva de las observaciones.

4.2.5 Codificación y análisis de datos

Todas las transcripciones y herramientas de las entrevistas se añadieron al conjunto de datos y se codificaron de acuerdo con la 'Lista maestra de códigos' del estudio, que incluye todos los temas explorados a lo largo del estudio. A medida que las niñas han ido creciendo, han surgido nuevos temas y áreas temáticas, por lo que se han ido añadiendo códigos según ha sido necesario. El análisis para este informe se centró particularmente en los códigos relacionados con el uso del tiempo de las niñas, la división del trabajo doméstico, los roles de género en los hogares, el tiempo que las niñas dedican a la educación y al trabajo remunerado, y las aspiraciones de las niñas; también utilizamos la herramienta de NVivo para consultar más de un código a la vez con el fin de explorar la relación entre los temas (por ejemplo, entre el trabajo de cuidados y las aspiraciones profesionales).

4.3 Compromisos éticos

La aprobación ética para la recopilación de datos de 2024 para *Real Choices*, *Real Lives* [*Opciones Reales*, *Vidas Reales*] fue entregada por el grupo de expertos en asuntos globales, ODI, en febrero de 2024; se recibió la aprobación ética a nivel nacional

^t Durante la recopilación de datos de 2024, se hicieron preguntas a los cuidadores de las niñas sobre el uso del tiempo de las niñas como parte de sus entrevistas para explorar la correlación o disparidad en las percepciones de las niñas y de los cuidadores. El ejercicio de uso del tiempo completo no se entregó a los padres. Las niñas completaron el ejercicio de uso del tiempo y también se les hicieron preguntas que reflexionaban sobre sus sentimientos acerca de su uso del tiempo; los datos proporcionados por las niñas son los datos centrales de este estudio, y las preguntas de las entrevistas a los padres proporcionan un contexto adicional o puntos de comparación notables.

en los países focales pertinentes cuando fue necesario. Todas las actividades de investigación se llevaron a cabo de acuerdo con las políticas y procedimientos éticos y de protección de Plan International²⁰³ - y los principios de confidencialidad, anonimato, beneficencia, justicia y consentimiento informado^u guiar toda la recopilación de datos para *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]*, tanto en 2024 como en todos los años anteriores del estudio. Además de respetar los compromisos éticos normativos, Plan International se compromete a garantizar que todas las actividades de investigación se basen en metodologías feministas, que den prioridad a los principios y la práctica de no hacer daño, la reflexividad, la reciprocidad y la centralización de las voces de las niñas y los grupos marginados.²⁰⁴ El modo en que *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* emplea e incorpora estos principios en la metodología y las actividades de investigación se detalla en la página web de [Real Choices, Real Lives](#).

Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales] cuenta con múltiples niveles de salvaguarda y protección de la infancia. En primer lugar, se forma a los entrevistadores en los métodos de Plan International [principios y políticas de salvaguarda](#) y deben informar inmediatamente de todos los problemas de salvaguarda y protección de la infancia. Los entrevistadores van acompañados a los pueblos de origen de las niñas por el Punto Focal de Salvaguarda de Plan International para la Oficina de país, que garantiza que las actividades de recopilación de datos se adhieren a los más altos estándares de salvaguarda y que todas las preocupaciones se abordan inmediatamente y se les da seguimiento de acuerdo con los protocolos y las leyes del país. En segundo lugar, una vez transcritas las entrevistas, los miembros del equipo de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]* de la Oficina de país correspondiente y del centro mundial de Plan International las revisan para detectar problemas de protección infantil. Por último, el equipo de análisis que codifica los datos para el estudio en NVivo complementa un Informe de Protección Infantil que se comparte con los equipos de investigación y los Puntos Focales de Salvaguarda en las Oficinas de país pertinentes

para garantizar que se identifican todos los problemas y se les da seguimiento.

4.4 Limitaciones

La realización de un estudio longitudinal multinacional que abarca tres regiones y numerosos idiomas conlleva una serie de limitaciones. Cuando se diseñó el estudio por primera vez en 2006, se pretendía que complementara la serie de investigación sobre el [Estado mundial de las niñas](#) de Plan International en lugar de ser un proyecto de investigación independiente. Por lo tanto, la metodología del estudio ha evolucionado con el tiempo y también se ha adaptado para ajustarse a las normas éticas y de salvaguarda a medida que éstas han ido progresando en los últimos 18 años. También ha habido cambios en los miembros del equipo que coordinan la recogida de datos y dirigen la codificación y el análisis de las citas. Como resultado de estos factores, es importante reconocer que no se puede garantizar la coherencia a lo largo de 17 años de recopilación, codificación y análisis de datos, a pesar de los esfuerzos del equipo de *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]*. La posicionalidad y subjetividad de los investigadores es un reto permanente que el estudio trata de mitigar de diversas maneras.

La traducción y la transcripción también presentan un riesgo de pérdida de significado y matices. Las herramientas de recopilación de datos se diseñan en inglés y se traducen a idiomas locales pertinentes para su aplicación; a continuación, las respuestas de las niñas, dichas en idiomas locales, se traducen al inglés para su análisis. La transcripción de las entrevistas es también otro lugar en el que puede perderse el sentido; la transcripción del discurso es intrínsecamente subjetiva y política, y requiere reflexividad por parte del investigador para ser consciente de las innumerables decisiones invisibles que toma al incluir la puntuación, captar la expresión no verbal y representar el significado y el énfasis del orador.²⁰⁵ A lo largo de los 18 años del estudio, es inevitable que esto haya influido en el conjunto de datos *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales]*

^u En años anteriores, se solicitaba el consentimiento de los cuidadores de las niñas para su participación y se pedía a las niñas su asentimiento para participar; si una niña se negaba a participar, su falta de asentimiento anulaba el consentimiento del cuidador, reconociendo que los niños tienen capacidad de decisión que debe respetarse. En 2024, aproximadamente un tercio de las niñas de la cohorte tenían 18 años en el momento de la recogida de datos. Por lo tanto, se pidió el consentimiento a las niñas de 18 años y, por separado, se pidió el consentimiento a sus cuidadores para su participación únicamente en la entrevista familiar.

5. Hallazgos



Los hallazgos de este informe se estructuran en cuatro partes. En la primera, ofrecemos una visión general del uso del tiempo de las niñas de la cohorte. La segunda sección aborda el 'por qué' del uso del tiempo de las niñas de la cohorte, analizando las motivaciones e impulsores de las diversas actividades que realizan y la cantidad de tiempo que les dedican. De las niñas de la cohorte identificamos cuatro influencias clave en su uso del tiempo: las normas de género que dictan el trabajo de cuidados no remunerado de las niñas, la composición del hogar, la pobreza y la capacidad de las niñas para tomar decisiones estratégicas para su futuro. Como revelan las experiencias de las niñas, estos factores suelen depender y reforzarse mutuamente.

La tercera sección detalla los impactos del uso del tiempo de las niñas, revelando que la forma en que las niñas de la cohorte emplean su tiempo tiene implicaciones directas en la cantidad de tiempo que tienen disponible para otras actividades. La cuarta y última sección explora la relación entre el uso del tiempo de las niñas, sus expresiones de agencia y el desarrollo de sus aspiraciones para el futuro. De las experiencias de las niñas aprendemos que las normas de género tienen una profunda influencia no solo en la forma en que las niñas emplean su tiempo, sino también en el futuro que imaginan para sí mismas.

5.1 ¿Cómo emplean su tiempo las niñas de la cohorte?

A medida que las niñas de la cohorte, que ahora tienen 17 y 18 años, pasan de la infancia a la edad adulta, y de la escuela secundaria a la educación superior y/o la participación económica, su uso del tiempo ha cambiado y evolucionado radicalmente.

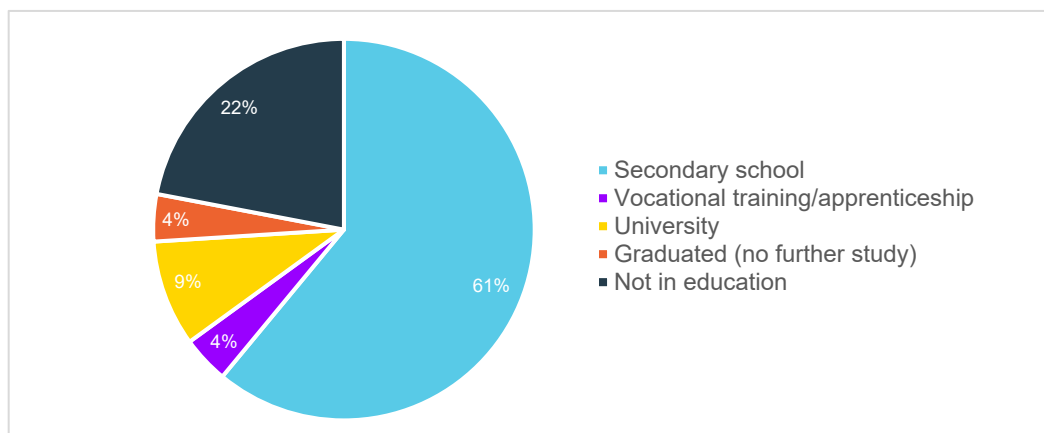
5.1.1 Educación

Entre las 92 restantes de la cohorte, **56 niñas están en la escuela secundaria** completando actualmente su educación (61 por ciento), y otras **12 niñas se han graduado** (13 por ciento). Todas las niñas de la cohorte de Vietnam que permanecen en el estudio están actualmente en la escuela secundaria, mientras que 13 de las 14 niñas de la cohorte de Filipinas siguen en la escuela. Todas las niñas de la cohorte de Brasil están terminando la educación secundaria o ya se han graduado, mientras que en la República Dominicana seis de las 12 niñas restantes de la cohorte se han graduado, y otras tres están terminando el último año de secundaria.

“Estudio a tiempo completo. Estudio todas las mañanas y 6 sesiones a la semana. Además, tengo clases extra. Curso clases extra a lo largo de la semana [...] a lo mejor cada día tengo 2 clases extra, cada una de 1 hora y 20 minutos.”

- Yen, 18 años (2024), Vietnam

Figura 6: Nivel educativo de las niñas de la cohorte en 2024 (%)



De las 92 niñas de la cohorte, ocho de las 12 que han terminado la enseñanza secundaria han pasado a la universidad o a cursos de transición a la universidad. Estudian carreras tan diversas como partería, literatura, ingeniería electromecánica y medicina.

“Actualmente estoy en mi primer año de la escuela de partería después de obtener mi BAC [...] Al principio me resultó difícil vivir sola sin mis padres. Pero con el tiempo me acostumbré, porque me enseñaron a vivir sola y a tomar decisiones por mi cuenta.”

- Annabelle, 17 años (2024), Benín

Otras cuatro niñas de la cohorte (todas africanas) abandonaron prematuramente la escuela para emprender programas de formación profesional o aprendizaje. Todas ellas se dedican a la moda y la sastrería.

“Me gusta la sastrería... Creo que el dinero que obtengo de ella podrá mantenerme”

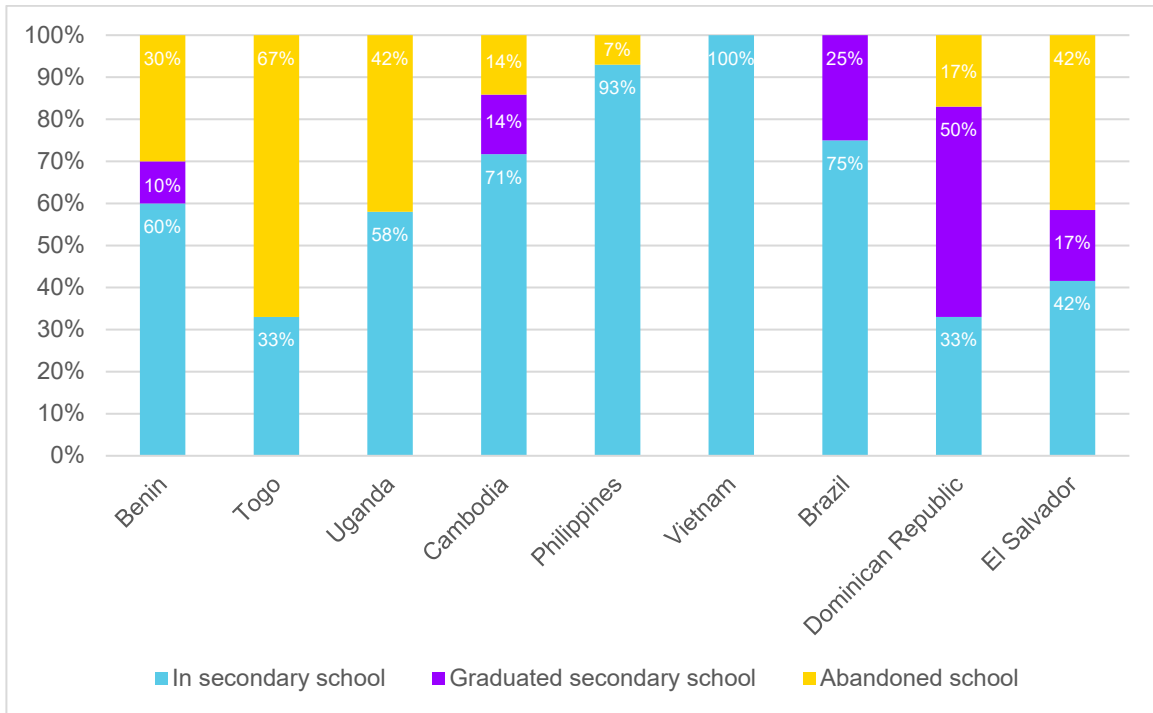
- Namazzi, 17 años (2024), Uganda

Togo y El Salvador tienen el menor número de niñas escolarizadas o graduadas: solo cinco de las nueve niñas de Togo han continuado su educación de alguna manera (3 en la escuela y 2 en formación profesional), y cinco de las 12 niñas de El Salvador. El resto de las niñas de estos dos países han abandonado la escuela y no siguen itinerarios educativos alternativos.

Entre las niñas que cursan secundaria, **el promedio de tiempo diario dedicado a su educación es de unas 9 horas al día**. Las niñas pasan algo menos de 7 horas al día en la escuela, y otras 2 horas y 10 minutos en los deberes en un día normal.^v Las niñas de Benín son las que dedican más horas al día a su educación: asisten a la escuela durante más de 9 horas diarias y, además, realizan casi 2 horas y 20 minutos de deberes. Las niñas de Uganda, Togo y Vietnam también dedican 10 horas o más a su educación, mientras que las de Brasil son las que menos tiempo dedican: unas 5 horas a la escuela y menos de una hora a los deberes.

^v Nota sobre el uso del tiempo de las niñas, expresado en horas: como se menciona en el apartado 4: Metodología, este año se pidió a las niñas que rellenaran un diario de uso del tiempo que recopilaba sus actividades diarias en un día 'normal' según bloques de 1 hora. El diario tenía dos columnas: actividades principales y actividades simultáneas. Cuando una niña indicaba una actividad en un bloque de una hora, en este informe se consideraba que dedicaba 1 hora a esa actividad; si la misma actividad se indicaba en bloques de 3 horas, se consideraba que dedicaba 3 horas a esa actividad. Cuando se enumeran varias actividades en el mismo bloque, a menos que la niña indique lo contrario, se interpreta que la hora se divide a partes iguales entre las actividades; por ejemplo, si se enumeran dos actividades, se indica que se han dedicado 30 minutos a cada una. Las horas simultáneas se registran como tiempo adicional: por ejemplo, si una niña registra 24 horas de actividades principales, y luego otras 2 horas de actividades simultáneas (por ejemplo, supervisar a un niño mientras lava la ropa), entonces se registran 29 horas de actividades. Debido a este método de calcular el uso del tiempo de las niñas, puede haber casos en este informe en los que el uso del tiempo informado por una niña parezca sumar más de 24 horas en un día; esto es por diseño y demuestra la considerable multitarea y la limitación en el uso del tiempo resultante experimentada por muchas de las niñas.

Figura 7: Matriculación, finalización y abandono de la enseñanza secundaria por país focal (%)



“Soy más estricta conmigo misma y trabajo más duro para que, si no puedo ir a la universidad, pueda aprobar el bachillerato.”

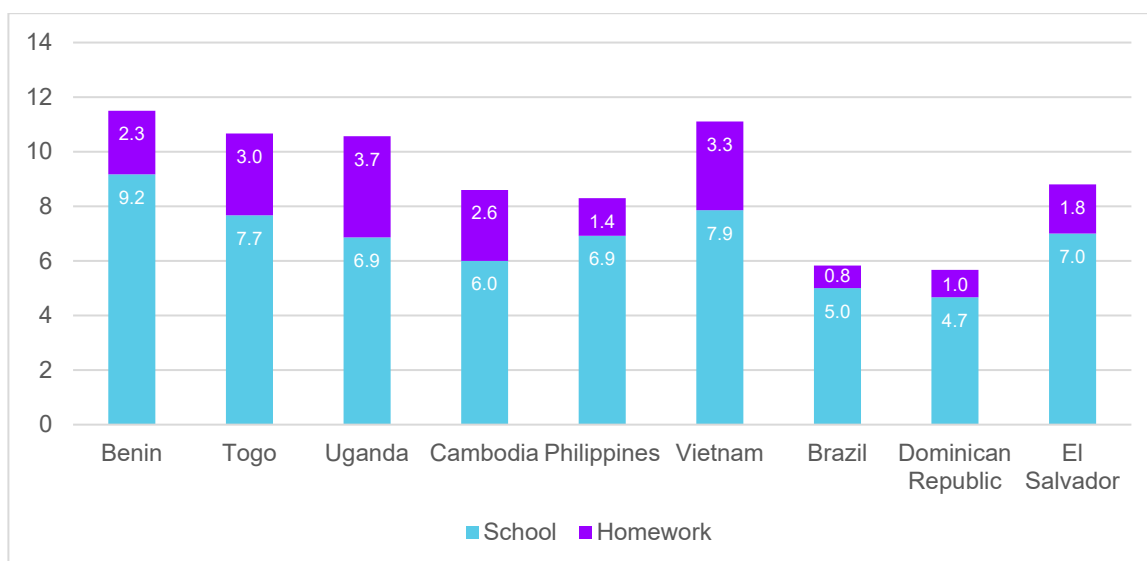
- Ly, 18 años (2024) Vietnam

“Socializo menos y me concentro más en mis libros... a veces [es] agitado, pero siento que ya me acostumbré.”

- Justine, 17 años (2024), Uganda

Entre las niñas que dedican muchas horas a su educación, muchas explican que tienen que hacer sacrificios en otras áreas de su vida para dar prioridad a sus estudios. Esto se analiza con más detalle en el apartado 5.3.

Figura 8: Horas diarias dedicadas por las niñas de la cohorte a la escuela y a los deberes, en 2024



5.1.2 Trabajo remunerado y no remunerado

28 niñas de la cohorte realizan un trabajo remunerado

11 niñas trabajan a tiempo completo, mientras que 17 niñas equilibran el trabajo remunerado con sus estudios en la escuela o la universidad. El trabajo remunerado incluye actividades por las que las niñas reciben una compensación económica, ya sea como parte de la economía formal o informal. El tiempo medio que dedican las niñas al trabajo remunerado es de 5 horas y 12 minutos al día; las niñas que cursan estudios (escolares o superiores) suelen trabajar una media de dos horas y media al día, mientras que las niñas que no compaginan el trabajo con los estudios realizan unas 7 horas de trabajo remunerado al día. En su mayoría, las niñas trabajan en el comercio minorista (como dependientas o en puestos de mercado), en la agricultura (cosechando y cavando), en la hostelería (como ayudantes de cocina y camareras) y en el negocio de un familiar. En Brasil, a Natalia le pagan por cuidar de su abuela durante tres horas al día antes de ir a la escuela (a la que ahora asiste a tiempo parcial). La abuela de Natalia le paga por este trabajo, y Natalia dice que le gusta este trabajo, *“porque la mayor parte del tiempo me gusta ayudar a mi abuela y estar cerca de ella [...] y también me gusta [hacerlo] para pagar mis recibos [...] y comprar otras cosas que necesito”*. Natalia es la única niña de la cohorte que realiza un trabajo de cuidados remunerado.

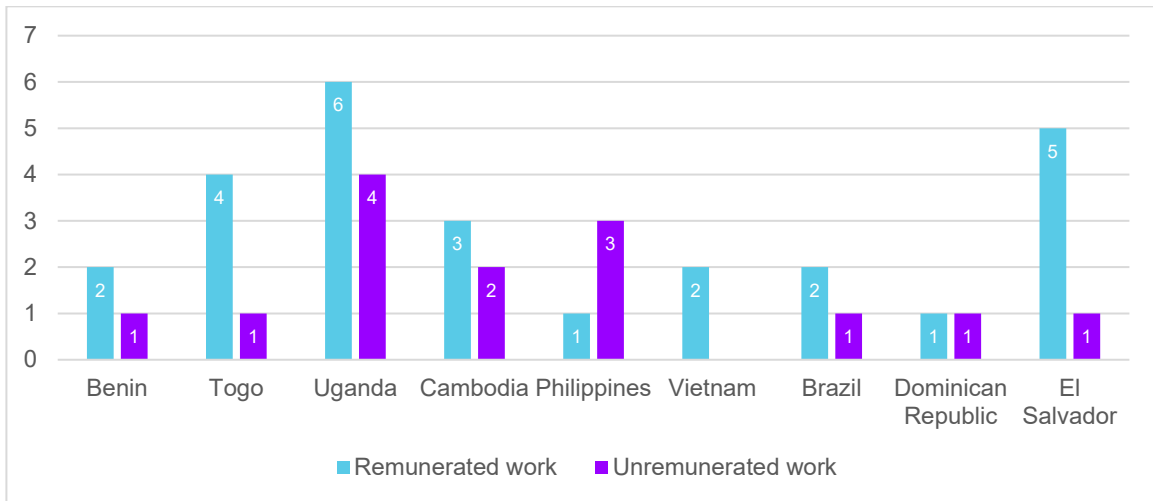
14 niñas realizan trabajos no remunerados. En este informe, distinguimos entre 'trabajo no remunerado' y 'trabajo de cuidados no remunerado'. El trabajo no remunerado es aquel por el que las niñas no reciben una compensación económica y no implica el cuidado directo o indirecto de personas. Para las niñas de la cohorte, el trabajo no remunerado consiste principalmente en contribuir al negocio familiar, por ejemplo, vender en un puesto del mercado o trabajar en la granja familiar. Aunque las niñas no reciben remuneración por este trabajo, pueden ser compensadas de otras formas, por ejemplo, con buena voluntad, favores o a cambio de alojamiento y comida.

Rebeca (República Dominicana) compagina sus estudios universitarios con la ayuda a su madre en el puesto del mercado, y Namazzi (Uganda) trabaja 5 horas diarias en la granja de su familia, además de aprender corte y confección. Beti (Uganda) realiza 7 horas diarias de trabajo no remunerado de jardinería y agricultura, ya que temporalmente no asiste a la escuela por no poder pagar la matrícula; sin embargo, espera volver pronto a la escuela. Para cuatro niñas de la cohorte, el trabajo no remunerado es su actividad principal, junto con las actividades de cuidado no remuneradas. Margaret (Benín) hace 12 horas de trabajo no remunerado al día para ayudar a su familia; sin embargo, desearía poder hacer un aprendizaje de corte y confección.

“Para cuatro niñas de la cohorte, el trabajo no remunerado es su actividad principal, junto con las actividades de cuidados no remunerados.... Salgo dos o tres veces cada cinco días desde las 7 a.m. hasta el mediodía para vender los cosméticos. También voy al campo y hago la escarda con mi tía y mi prima”.

- Margaret, 18 años (2024), Benín

Figura 9: Número de niñas de la cohorte que realizan trabajos remunerados y no remunerados en 2024, por país



5.1.3 Trabajo de cuidados no remunerado

El 95 por ciento de la cohorte afirma realizar trabajos de cuidados no remunerados como parte de sus actividades diarias habituales; el tiempo medio que dedican a este trabajo es de unas 5 horas y 15 minutos al día, más del doble del tiempo medio dedicado a los deberes entre las niñas de la cohorte. Comparación con las medias mundiales^w podemos ver que las niñas de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] tienen una carga media de cuidados superior a la de sus compañeras de todo el mundo. De hecho, las niñas de la cohorte dedican una media ligeramente superior al número de horas que dedican las mujeres adultas en todo el mundo (4 horas y 18 minutos).²⁰⁶

Hay 7 niñas en la cohorte de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] que ahora son madres. Estas niñas realizan una media de 13 horas y media de trabajo de cuidados al día -

incluyendo actividades de cuidados directos e indirectos, a menudo realizadas simultáneamente. Las niñas que son madres dedican una media de 8 horas y 10 minutos al trabajo de cuidados directos: entre estas tareas se encuentran alimentar a sus hijos (incluida la lactancia materna), bañar y cambiar a los bebés, y supervisar a los niños/as y jugar con ellos/as. Esta cifra es muy superior a la de las niñas que no son madres, que dedican una media de 2 horas y media al día al cuidado directo, normalmente de sus hermanos pequeños o de otros miembros jóvenes de la familia. Las niñas que son madres también dedican más tiempo a las actividades de cuidado indirecto: más de 5 horas y media al día (a menudo simultáneas a las tareas de cuidado directo, como cocinar mientras supervisan a un niño), frente a una media de 4 horas para las niñas que no son madres.

^w Analizado en la sección 2.2
plan-international.org

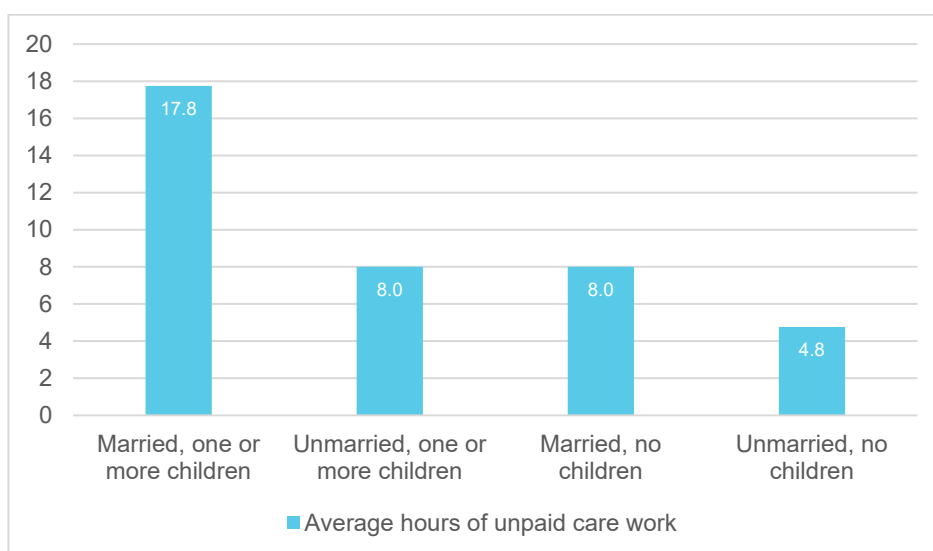
“Ahora el niño/a es un poco mayor, ahora me pide cualquier cosa, tengo que bañarlo y llegar a tiempo para cambiarlo cuando, cuando se moja [...] tengo que cambiarlo para que no se enferme, ¿vale? Tengo que lavarle la ropa, todas esas pequeñas cosas”.

- Hillary, 17 años (2024) El Salvador (casada, madre de 1 hijo)

Llama la atención que **la carga de trabajo de cuidados de las niñas de la cohorte que están**

casadas o en unión libre y tienen uno o más hijos es casi 1,5 veces superior a la de las niñas que son madres solteras (unas 14 horas y media), y la cantidad de trabajo de cuidados que realizan las madres solteras es la misma que la de las casadas sin personas a su cargo (8 horas cada una).^x El hecho de que el trabajo de cuidados sea mayor para las madres en pareja que para las madres solteras podría sugerir que las madres solteras de la cohorte pueden recibir apoyo no remunerado para el cuidado de otras personas de su familia y redes (como madres, hermanas), mientras que las niñas en pareja no reciben un apoyo similar de sus cónyuges; sin embargo, puede haber otros factores en juego que no fueron descubiertos por nuestra recopilación de datos.

Figura 10: Tiempo dedicado al trabajo de cuidados no remunerado según el estado civil y parental (media de horas al día)^y



Entre las niñas de la cohorte que no son madres, la mayor parte del trabajo de cuidados no remunerado que realizan es trabajo indirecto de cuidados, y dedican una media de 4 horas al día a este trabajo. Estas tareas varían de un país a otro, pero predominantemente consisten en cocinar, limpiar los platos, recoger agua y/o leña, barrer y lavar la ropa. 35 niñas participan tanto en el trabajo de cuidados

directos como indirectos y dedican una media de 2 horas y media al día al trabajo de cuidados directos, además del tiempo que dedican a las actividades de cuidados indirectos. Fezire, en Togo, realiza unas 12 horas diarias de tareas domésticas y cuidados indirectos.^z Recoge agua, prepara y sirve comidas a su familia, limpia la cocina y ayuda a su madre con los recados. Fezire dice que su trabajo de cuidados

^x En un estudio de 2020 también se descubrió que las madres casadas con pareja masculina realizan más tareas domésticas que las madres solteras; también se descubrió que las madres casadas declaraban dedicar menos tiempo al descanso y a las actividades de recreación. Sin embargo, esta investigación se centró únicamente en mujeres adultas de EE.UU.; no parece que se hayan realizado estudios similares con madres adolescentes. Consulte: Pepin, J.R. (2018) Marital Status and Mothers' Time Use: Childcare, Housework, Leisure and Sleep, *Demography*, 55:1, pp. 107-133. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6560646/>. Accessed: 20/08/2024.

^y Las actividades de cuidados simultáneas se contabilizan dos veces. Por ejemplo, una madre casada puede realizar 12 horas de trabajo de cuidados directos y, durante ese mismo periodo, 5 horas de tareas domésticas, lo que da un total de 17 horas de trabajo de cuidados no remunerado.

^z Las tareas de Fezire suelen realizarse simultáneamente.

aumentó drásticamente cuando abandonó la escuela:

“Antes, cuando iba a la escuela, había ciertas cosas que no hacía. Ahora que ya no voy a la escuela, hago de todo.”

- Fezire, 18 años (2024), Togo

Leyla, de la República Dominicana, está embarazada y vive con su esposo. Abandonó los estudios hace varios meses y no trabaja, y ahora cuida de sus hermanos pequeños (de 7 y 5 años) mientras su madre pasa de lunes a viernes en la ciudad trabajando, volviendo a casa solo los fines de semana. Leyla describe un día normal al cuidado de sus hermanos:

“Me levanto a las 7 de la mañana, los mando a la escuela, después vuelven a las doce, otra vez a trabajar [...] Les hago el desayuno a los niños, lavo los platos, limpio el patio, limpio la casa cuando está sucia, y después me pongo a cocinar para cuando vuelvan a casa.”

- Leyla, 18 años (2024), República Dominicana

Cabe señalar que el padre de Leyla vive con sus hermanos, pero se va a trabajar *“muy temprano”* por la mañana, y no parece contribuir a las tareas domésticas. Aquí empezamos a ver algunos de los impulsores de género del uso del tiempo de las niñas - y en particular lo que influye en sus niveles de trabajo de cuidados no remunerado. Esto se analizará con más detalle en la sección 5.2.

En toda la cohorte, las niñas que aún asisten a la escuela informan que dedican un promedio de 4 horas y 15 minutos al trabajo de cuidado no remunerado. Tanto Anti-Yara como Reine (Togo) dicen que todo el tiempo que no pasan en la

escuela o estudiando lo dedican a tareas de cuidado no remuneradas, aparte del tiempo que pasan durmiendo. Reine supervisa a sus hermanos y cuida de su abuelo, al tiempo que cocina y sirve la comida para la familia, y por la mañana recoge agua y barre el patio antes de ir a la escuela. Reyna, en Filipinas, se ha mudado con la familia de su hermana a otro *barangay*^{aa} para estar más cerca de su escuela. Su hermana tiene cuatro hijos, y otro sobrino ha venido a quedarse en casa, y Reyna dice pasar todo su tiempo fuera de la escuela cuidando de sus cinco sobrinos, de edades comprendidas entre los 2 y los 10 años. Aunque Reyna afirma que hace una hora de deberes por las tardes, este tiempo lo dedica simultáneamente a supervisar a sus sobrinos y a ayudarles con los deberes. De su apretada agenda, Reyna dice:

“Es agotador porque estoy ocupada en la escuela y, cuando llego a casa, cocino y cuido a los hijos de mi hermana. Mi hermana está ocupada porque es profesora.”

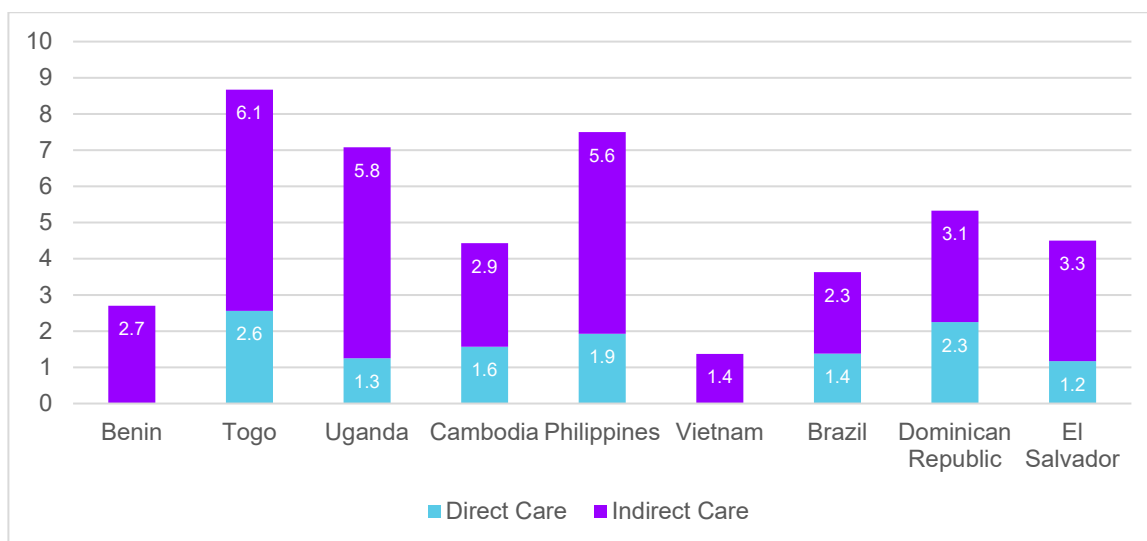
- Reyna, 17 años (2024), Filipinas

Si comparamos a las niñas de la cohorte con los promedios nacionales, podemos ver que, en su mayoría, realizan un mayor número de horas de trabajo de cuidados no remunerado que los promedios nacionales de niñas (Uganda) y mujeres (República Dominicana, Brasil, Filipinas, Camboya y Vietnam) en sus países.^{bb} Las mayores diferencias se observan en Filipinas y Camboya, donde los promedios nacionales de tiempo dedicado al trabajo no remunerado por las mujeres son de 4 horas y media y 3 horas respectivamente, mientras que para las niñas de la cohorte es de 7 horas y media y 4 horas y media respectivamente. Solo en Benín y Vietnam las niñas de la cohorte realizan menos horas de trabajo de cuidados que los promedios nacionales para niñas y mujeres jóvenes (Benín) y mujeres de 18 años o más (Vietnam).

^{aa} Término filipino para designar un área administrativa local, similar a un distrito o circunscripción.

^{bb} Como se indica en el apartado 3, las medias nacionales de los países de la cohorte no son directamente comparables. Las medias nacionales disponibles correspondían a los siguientes grupos de edad: 15-24 años (Benín), 8-18 años (Uganda), mujeres mayores de 18 años (El Salvador, República Dominicana, Brasil, Filipinas, Camboya y Vietnam) y no había datos disponibles para Togo.

Figura 11: Promedio de horas diarias dedicadas a actividades de cuidado directo e indirecto por país focal (todas las niñas)



5.1.4 Descanso y recreación

La mayoría de las niñas de la cohorte - 80 de 92 - dicen que tienen tiempo suficiente para al menos una hora de actividades de recreación al día. El descanso y las actividades de recreación son esenciales para el bienestar, el desarrollo de los niños y la capacidad de las niñas para desarrollar su capacidad de acción y liderazgo. Las actividades de recreación descritas por las niñas de la cohorte incluyen socializar con amigos y familiares, navegar por las redes sociales en sus teléfonos, practicar deportes o ver la televisión. La media de tiempo que dedican a actividades de recreación es de 3 horas y media al día. Las niñas de Brasil son las que más tiempo dedican al recreación: dicen dedicar hasta 8 horas al día a actividades de recreación, aunque esto suele ocurrir entre las niñas que se han graduado o que van a la escuela a tiempo parcial. A Sofía le gusta pasar tiempo con el grupo de jóvenes de su iglesia, mientras que a Natalia le gusta experimentar con recetas de postres.

Las niñas de Togo son las que menos tiempo dedican al recreación, con una media de una hora y 45 minutos al día. Folami pasa su tiempo libre echando la siesta por la tarde después de comer, mientras que a Azia le gusta chatear en línea con sus amigas durante una hora por la noche. Tres de las nueve niñas de la cohorte de Togo afirman no tener tiempo para actividades de recreación, y una

de ellas, Reine, dice además que solo duerme 4 horas por noche. Reine atribuye esta falta de descanso a la cantidad de deberes que tiene; estudia hasta altas horas de la noche después de terminar sus tareas y de supervisar a sus hermanos pequeños.

Las niñas de la cohorte duermen una media de 7 horas y 24 minutos por noche. Las recomendaciones de salud pública sobre la duración del sueño establecen que los adolescentes (14-17 años) deben dormir entre 8 y 10 horas por noche, y los adultos jóvenes (18-25 años) entre 7 y 9 horas.²⁰⁷ Como las niñas de la cohorte tienen 17 y 18 años, una 'buena' cantidad de sueño estaría en el rango de 7-10 horas por noche.

Preocupantemente, el 33% de las niñas duermen menos de 7 horas por noche, y el 14% duermen 5 horas o menos. Para Justine (Uganda), Reine (Togo), Quynh y Sen (ambas de Vietnam), la razón de su déficit de sueño es traspasar estudiando, mientras que para Ayomide (Togo) cuidar de su hija significa que solo duerme 5 horas por noche. Diversos estudios han puesto de manifiesto los efectos sobre la salud física y mental de un sueño inadecuado, como la reducción de la inmunidad, la hipertensión, la depresión y la disminución de la capacidad de atención.²⁰⁸

Por otra parte, el 16% de las niñas declararon haber dormido 10 o más horas durante 24 horas. La recopilación de datos en 2024 tuvo lugar durante el

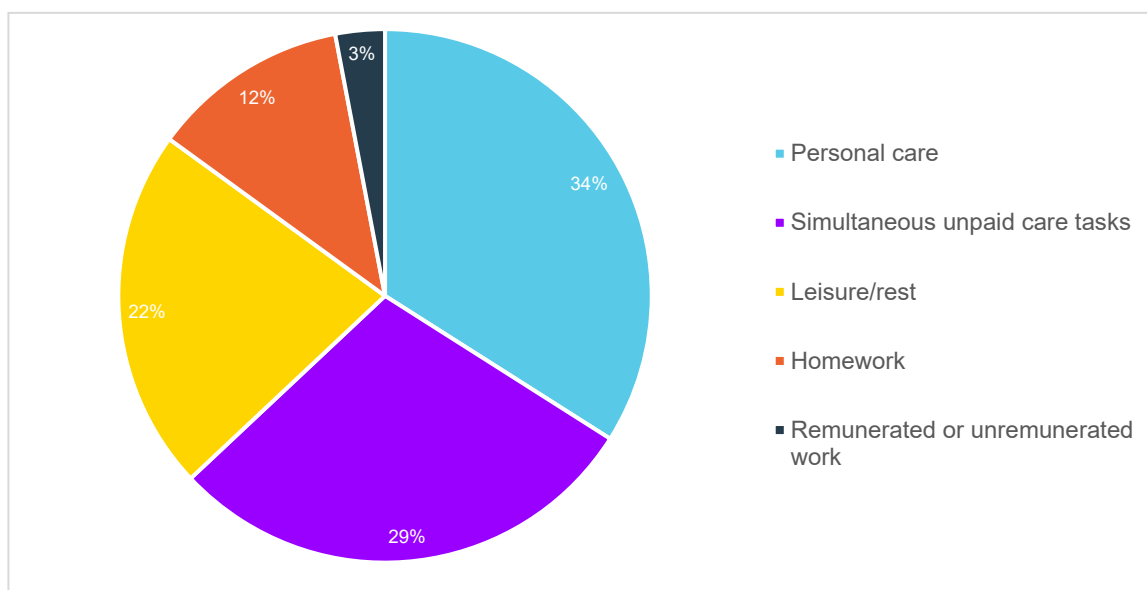
Ramadán y la Cuaresma en algunos de los países de la cohorte.,^{cc} por lo que algunas de las niñas informaron de siestas adicionales durante el día mientras ayunaban. Muchas de las otras niñas de la cohorte que afirman dormir bien son las que están en la universidad o las que han terminado la enseñanza secundaria.

5.1.5 Tareas múltiples

Como podemos ver, las niñas de la cohorte se esfuerzan en varias direcciones diferentes. 71 de las niñas (77%) informan que pasan al menos una parte del día realizando múltiples tareas en una o más actividades, durante un promedio de 4 horas y 17 minutos por día. **La actividad simultánea más**

común reportada por las niñas es el trabajo de cuidados no remunerado, normalmente realizado al mismo tiempo que el cuidado personal (por ejemplo, alimentarse a sí mismas y a los niños pequeños simultáneamente), el descanso y las actividades de recreación (por ejemplo, ver la televisión mientras se barre) y los deberes (por ejemplo, supervisar a los miembros jóvenes de la familia mientras se estudia). Las niñas también declaran realizar tareas múltiples de cuidado a la vez, como cocinar mientras supervisan a los niños pequeños. Las niñas que dedican más tiempo a actividades simultáneas son también las que dedican más tiempo al trabajo de cuidados no remunerado, lo que sugiere que los cuidados a menudo exigen el tiempo de las niñas incluso mientras se concentran en otras prioridades.

Figura 12: Actividades más comunes que se combinan con el trabajo de cuidados no remunerado (%)



Algunas niñas, como Jasmine (Filipinas), Ayomide (Togo) y Beti (Uganda), pasan casi todo el día compaginando las tareas domésticas, el cuidado de los niños, la educación, el trabajo remunerado, el trabajo no remunerado, la recreación y el cuidado

personal. Jasmine se está tomando un descanso temporal de la escuela; dice que hace hasta 11 horas de tareas al día, a menudo simultáneas.

^{cc} La recopilación de datos en los nueve países foco de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] se llevó a cabo entre mediados de marzo y la primera semana de junio; sin embargo, cada oficina país de Plan International que dirigió la recopilación de datos organizó las entrevistas en horarios convenientes para las niñas y para los equipos de las oficinas país. Por ello, algunos países terminaron de recopilar datos a finales de marzo, mientras que otros no lo hicieron hasta principios de junio.

“A veces hago mucho. Especialmente cuando no hay escuela. Muchas veces recibo encargos... [me piden que haga] cosas en la finca. El cultivo del arroz. Luego traigo agua de aquí y se la reparto a los que trabajan en los campos. O tal vez cocinar comida y luego llevarla a la finca. Cuando cocino, también lavo la ropa. Entonces, salgo corriendo cuando me dan órdenes en la finca.”

– Jasmine, 18 años (2024), Filipinas

Cuando el trabajo de cuidados se realiza simultáneamente con otras actividades puede volverse 'invisible'. Cinco de las ocho niñas de la cohorte de Brasil especifican que su tiempo libre se solapa con el trabajo de cuidados no remunerado. Por ejemplo, Bianca se ha graduado recientemente y actualmente no trabaja. Dice que está contenta de haber terminado los estudios porque ahora tiene más libertad y tiempo para divertirse; sin embargo, gran parte de su tiempo libre (que suele dedicar a mensajearse o chatear con amigos o a ver la televisión) coincide con el tiempo que dedica a limpiar la casa y preparar la comida para su familia. Bianca está contenta de emplear su tiempo de esta manera, dice que se siente bien por poder ayudar a su madre con las tareas de la casa.

“El año pasado todavía estaba en la escuela y no tenía tiempo para hacer muchas cosas, pero ahora tengo tiempo para salir con mis amigos y hacer más cosas aquí en casa [...] Es bueno tener un poco más de tiempo para hacer las cosas que me gustan, como salir, divertirme.”

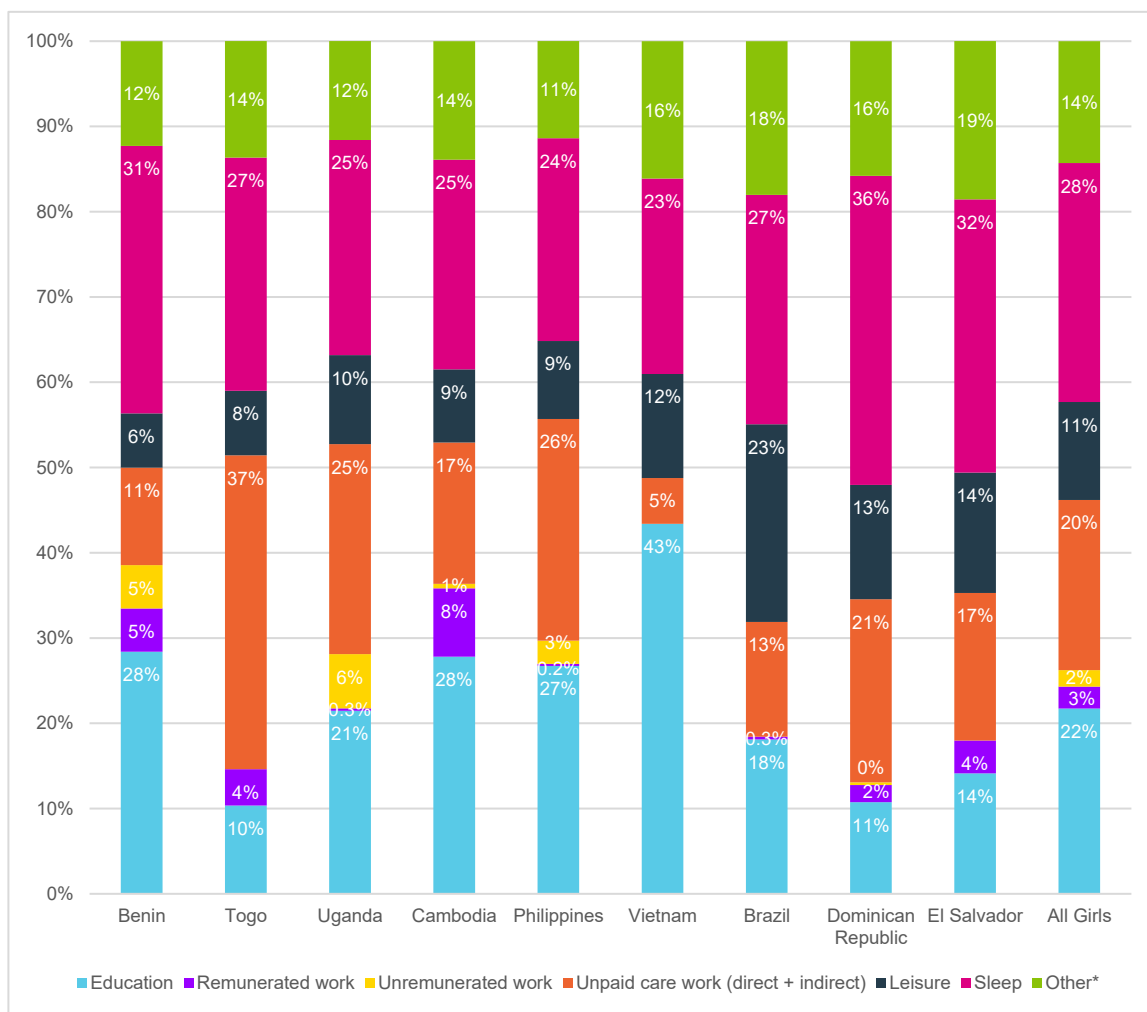
- Bianca, 17 años (2024), Brasil

Fernanda (Brasil), del mismo modo, terminó el bachillerato el año pasado y está a la espera de hacer el examen de acceso a la universidad. Trabaja como auxiliar en una tienda los fines de semana, pero entre semana juega al fútbol y se relaciona con sus amigos. Sin embargo, Fernanda dedica todo su tiempo a estas actividades de recreación a la vez que cuida de su primo de 6 años; lleva a su primo con ella a los partidos. Tanto Fernanda como su madre minimizaron su nivel de trabajo de cuidados al reflexionar sobre su uso del tiempo, lo que demuestra que cuando las actividades de cuidados se realizan junto con actividades recreativas, se considera que la actividad 'principal' es la de recreación y no se reconoce plenamente el trabajo de cuidados. Realizar el trabajo de cuidados al mismo tiempo que otras actividades también contribuye a la limitación en el uso del tiempo y reduce los beneficios del descanso y la recreación. De hecho, de las 80 niñas que declaran tener tiempo libre, solo 32 de ellas (el 40%) consiguen dedicar ese tiempo exclusivamente a la recreación, no al mismo tiempo que cuidan de un hermano, hacen tareas domésticas o realizan otras tareas.

5.1.6 Panorama general del uso del tiempo de las niñas

En general, podemos ver que muchas de las niñas tienen horarios extremadamente ocupados y parecen estar haciendo malabares con numerosas prioridades y responsabilidades diferentes. De hecho, algunos de los diarios de uso del tiempo de las niñas estaban tan repletos de actividades que escribían en los márgenes de la página y hacían numerosos elementos en bloques de horas individuales. Al resumir sus rutinas diarias, casi parece que algunas de las niñas tienen más de 24 horas de actividades. La figura 13 ofrece una visión general del tiempo medio dedicado por las niñas de la cohorte de cada país a cada área de actividad clave.

Figura 13: Proporción media (%) del día dedicada a diversas actividades, por país focal (todas las niñas)



*Otras actividades incluyen el cuidado personal (como bañarse y comer), los desplazamientos (por ejemplo, coger el autobús para ir a la escuela) y la observancia religiosa (rezar en privado, asistir a un servicio).

En general, podemos ver que el trabajo de cuidados no remunerado ocupa una gran parte del tiempo de las niñas y, a partir de la figura anterior, parece existir una relación entre el tiempo dedicado al trabajo de cuidados no remunerado y el tiempo dedicado a otras actividades. En Togo, una parte importante del día se dedica a los cuidados no remunerados, mientras que el tiempo dedicado a la escuela y a la recreación es limitado. Aunque las niñas togolesas dedican más tiempo al trabajo remunerado que la mayoría de las demás niñas de la cohorte, el hecho de que 4 de las 9 niñas de Togo hayan abandonado la escuela nos haría esperar que sus tasas de participación económica fueran más altas. Del mismo modo, en la República Dominicana, las niñas dedican más del 21 por ciento de su jornada al trabajo de cuidados no

remunerado y tienen una cantidad comparativamente menor de tiempo dedicado a la educación (a pesar de que 9 de las 12 niñas están matriculadas en la escuela o en la universidad) y a la participación económica (a pesar de que 3 niñas no participan en actividades educativas). Mientras tanto, las niñas de Uganda dedican gran parte de su tiempo a actividades de cuidados, así como a trabajo no remunerado, y como resultado podemos ver que tienen menos tiempo para el trabajo generador de ingresos y para la recreación.

Por el contrario, en Vietnam la mayor parte del tiempo de las niñas se dedica a la educación (una media del 43% al día) y su tiempo de cuidado no remunerado es una fracción del de las niñas togolesas. Sin embargo, el gráfico anterior revela

que las niñas vietnamitas son igualmente pobres en tiempo: tienen muy poco tiempo de recreación y son las que menos horas duermen de la cohorte. A partir de estos patrones diversos y contrastantes en la forma en que las niñas dividen su tiempo, podemos ver que es importante entender qué motiva este uso del tiempo, y si estos factores han cambiado, y cómo, en el transcurso de la infancia y la adolescencia de las niñas para dar forma a cómo son sus rutinas diarias en la actualidad. Estas motivaciones se analizarán en el siguiente apartado.

5.2 ¿Qué motiva e influye en el uso del tiempo de las niñas?

Al explorar la forma en que las niñas de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] dividen su tiempo -tanto ahora como a lo largo de su infancia y adolescencia- resulta evidente que hay una serie de influencias y motivaciones comunes que definen su uso del tiempo. La principal de ellas es la influencia de las normas de género, que dictan la cantidad de tiempo que se espera que las niñas dediquen al trabajo de cuidados no remunerado. Otros factores clave que influyen en el tiempo de las niñas son la composición del hogar (es decir, el número de personas con las que viven, sus edades y sus géneros) y la pobreza; ambos factores se entrecruzan con las normas de género para dictar la cantidad de tiempo que las niñas dedican a las actividades de cuidado y cuánto tiempo tienen disponible para otras actividades. La autonomía de las niñas es otro factor que influye en su empleo del tiempo. En toda la cohorte, podemos ver que parte del uso del tiempo de las niñas está motivado por su deseo de desarrollar conocimientos y habilidades que creen que necesitan para su futuro.

5.2.1 “Es la naturaleza”: normas de género y trabajo de cuidados no remunerado

Las normas de género se reproducen y refuerzan en el hogar, donde se enseña a las niñas desde pequeñas que las tareas domésticas son una parte inevitable de ser una niña. Como estas normas se introducen desde la infancia (a través de los niños que observan la dinámica de sus padres), se interiorizan y se aceptan como la forma natural de

las cosas.²⁰⁹ **Las niñas aprenden e interiorizan estas normas cuando observan la dinámica familiar en sus hogares.** Los ejemplos que les dan sus padres, la forma en que los cuidadores dividen el trabajo en el hogar y asignan las tareas de cuidado entre los niños, y las actitudes sobre los papeles de las mujeres y los hombres preparan el terreno para las expectativas sobre el futuro uso del tiempo de las niñas, por lo que es importante comprender las normas de género en juego en los hogares de las niñas de la cohorte mientras crecían.

Desde el comienzo del estudio *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], se ha entrevistado anualmente a los cuidadores de las niñas de la cohorte. Las entrevistas ofrecen un contexto sobre las vidas de las niñas de la cohorte, sus experiencias y los retos a los que se enfrentan, y también arrojan luz sobre las vidas, experiencias y retos de los propios padres. A través del análisis histórico de las entrevistas de *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], podemos observar las dinámicas domésticas comunes en las que crecían las niñas de la cohorte, las normas de género que influían en el uso del tiempo de sus madres y los ejemplos que se daban a las niñas. En muchos de los hogares de la cohorte, las madres de las niñas han sido responsables de la mayoría -si no de todo- el trabajo de cuidados no remunerado.

“Yo les cambio los pañales, les hago la comida, los baño y los cuido, eso es lo que yo aporto porque él trae el dinero.”

- Madre de Raquel, 2012, El Salvador

“[El papá de Dariana] no me ayuda en la casa, siempre está haciendo otra cosa, está trabajando y llega muy cansado a la casa, y como yo siempre estoy en la casa, yo hago todo aquí.”

- Madre de Dariana, 2015, República Dominicana

“Las mujeres estamos hechas para hacer las tareas de la casa, y los hombres van a buscar dinero. Es su naturaleza”

- Madre de Sheila, 2012, Uganda

Estas normas de género sobre el cuidado no remunerado acaban siendo sostenidas por dinámicas familiares más amplias, en las que los parientes hombres mayores de los hogares de las niñas realizan muy pocas tareas en el hogar.

En 2012, el padre de Amelia en Uganda explicó la dinámica de su hogar y la división del trabajo:

“Si ella está, normalmente la mujer se encarga de la cocina, puede dar directrices a sus hijos para que la ayuden... pero si no está, puedo pedir a cualquiera de los niños que me sirva la comida. Estoy deseando que venga de donde sea para venir a servir la comida.”

- Padre de Amelia, 2012, Uganda

Como podemos ver en el caso del padre de Amelia, la 'jerarquía' en su familia era que las tareas eran dominio de las mujeres, para delegarlas en los niños según fuera necesario, pero no para pasarlas a los hombres de la casa. El padre de Barbara en Benin expresó sentimientos muy similares al año siguiente, diciendo: *“Es mi esposa [la madre de Barbara]. Sí, es ella la que cocina y cuando está enferma o ausente cocinan los niños”* (2013). En Uganda, el padre de Nimisha explicó que *“cocinar y el cuidado de los niños siempre han sido responsabilidad de las mujeres”, aunque advirtió que “cuando ella está enferma o de viaje, yo puedo ayudarla.”* (2015).

Cuando se les pide que expliquen por qué las responsabilidades se reparten de determinada manera en sus hogares, la respuesta mayoritaria a lo largo de los años -y en todos los países de la cohorte- ha sido la misma: así son las cosas. En Benín, la madre de Isabelle explicó en 2012 que *“las tareas domésticas son cosa de niñas.”*

Desde muy pequeñas, las niñas han notado y comentado esta división de género del trabajo en

sus hogares. En 2013, cuando tenía 7 años, Jasmine (Filipinas) compartió que su madre cocina todo en su casa, y su padre solo cocina si su madre no está, mientras que Rebeca, de la República Dominicana, contaba a sus 9 años que *“mi padre no hace tareas, solo duerme y come”* (2015). En 2017, Doris (de 10 años), de El Salvador, se hizo eco de los sentimientos de Rebeca, diciendo: *“las mujeres hacen más tareas que los hombres. Los hombres solo juegan, ven la tele, no hacen nada”*, y en 2019 Natalia en Brasil (12 años) comentó que sus parientes masculinos *“no hacen nada”* en casa. En 2024, cuando se le pregunta si su padre se encarga de las tareas de limpieza de la casa, Madelin, de la República Dominicana, responde que *“no”* antes de estallar en carcajadas ante la idea.

Niñas que imitan a sus madres

Entonces, ¿cómo influyen en el comportamiento estas actitudes sobre el uso 'natural' del tiempo para mujeres y hombres? En el caso de las niñas de la cohorte, podemos observar que la interiorización de estas **normas de género y la adopción de tareas sexistas tienen su origen en la imitación de sus madres por parte de las niñas**. En los primeros años del estudio, se decía que muchas de las niñas estaban *“siempre”* con sus madres o pasaban *“la mayor parte del tiempo”* con ellas. En Filipinas, la madre de Mahalia informó en 2015 (cuando Mahalia tenía 8 años) que Mahalia pasaba el tiempo ayudándola con las tareas domésticas, mientras que su hijo (hermano de Mahalia) ayudaba a su esposo (padre de Mahalia) en la granja. Del mismo modo, Reyna (también en Filipinas) barría con su madre, mientras su padre y su hermano iban juntos a por agua.

El hecho de que las niñas pasen tiempo con sus madres y las imiten en sus primeros años de vida es una forma habitual de que observen, absorban e interioricen información sobre los diferentes papeles y comportamientos que se consideran aceptables para mujeres y hombres, niñas y niños. En Togo, la madre de Azia contó que la razón por la que Azia se encarga de barrer la casa es porque *“es una actividad automática para una niña”* (2024). La actitud de su madre influye en la labor asistencial de Azia. Cuando Azia era pequeña, pasaba la mayor parte del tiempo con su madre y su abuela, y no solo las observó fregar platos, barrer, cuidar bebés y realizar otras tareas, pero también estuvo expuesta

a la opinión de su madre de que las tareas domésticas son pasatiempos naturales o inevitables para las niñas. Como era de esperar, la madre de Azia contó que Azia había empezado a pedir participar en las tareas domésticas desde los 6 años; ese mismo año Azia dijo que barrer el patio era una de sus actividades favoritas.

Jugar a las casitas

'Jugar a las casitas' es una forma común de observar cómo las niñas han interiorizado las normas de género sobre los roles de las niñas y las mujeres, y esta descripción de las actividades de las niñas en el hogar es **también una forma de minimizar el trabajo de cuidado de las niñas.**²¹⁰ En 2011, cuando tenía 5 años, Gabriela (Brasil) pasaba su tiempo libre jugando con muñecas o jugando a las casitas. Barbara (Benín) y Bessy (El Salvador) informaron a los 6 y 5 años respectivamente que su juego preferido era fingir que barrían la casa, mientras que Sylvia (Uganda) compartió a los 5 años que barrer era su parte favorita del día. A los 5 años, las gemelas Dembe y Jane (Uganda) se divertían cocinando para imitar a su madre, mientras que Bopha, en Camboya, contaba cuando tenía 10 años que una de sus actividades favoritas era *"jugando a cocinar."*

En Brasil, Sofía y Bianca jugaban a las casitas con sus amigos cuando eran niñas, y a los 8 años (2015) empezaron a notar diferencias en cómo juegan las niñas y los niños: Sofía observó que mientras ella jugaba a las casitas con sus amigas, los niños no jugaban a esto, mientras que Bianca dijo que ella jugaba a cocinar dentro de casa con sus amigas y sus hermanas - pero sus hermanos juegan al fútbol en un campo lejos de casa. A través del juego, podemos ver el establecimiento de la asociación del hogar como la esfera de las niñas y las mujeres, y la esfera pública como un espacio que se espera que habiten los niños y los hombres.

Prepararse para ser esposas y madres

A medida que las niñas crecían, las tareas como juego se transformaron en algo más: tareas como entrenamiento para su futuro como esposas y madres. Una vez más, se trata de una mentalidad que se transmite de padres (normalmente las

madres) a hijas: la forma en que los padres asignan las tareas domésticas transmite estas normas a sus hijos.²¹¹ En Benín, la madre de Thea reflexionó sobre el reparto de las tareas domésticas entre sus hijos, la mayoría de las cuales recaen en Thea y sus hermanas. La madre de Thea explicó:

"[Esto es] normal porque es una forma de prepararlas para que sean buenas esposas y madres y sepan mantener su propio hogar."

- La madre de Thea, 2015, Benín

Del mismo modo, la madre de Margaret (también en Benín) compartió que hace que Margaret realice tareas domésticas -en particular cocinar y limpiar- para asegurarse de que será una *"buena esposa para más adelante"* (2019). En Togo, la madre de Djoumai compartió en 2024 que el objetivo de las niñas es ser *"amas de casa respetables"*, mientras que la propia Djoumai compartió en 2023 que sentía que sus responsabilidades en el hogar -que incluían hacer la compra para la familia- habían sido *"un aprendizaje para mí"*. La madre de Essohana explicó en 2015 que hace que Essohana barra el patio y vaya a por agua con su hermana porque son cosas que tendrá que saber hacer cuando se case.

En algunos casos, **las niñas de la cohorte demuestran haber interiorizado las expectativas de los papeles que desempeñarán como esposas y madres.** En 2019 (a la edad de 13 años) Azia en Togo explicó que *"lo más importante para una mujer es saber cocinar para su familia"*, mientras que en 2022 (a los 15 años), Chesa declaró:

"Yo lavo la ropa, lavo los platos y limpio la casa. Me parece bien porque, claro, soy la mujer, así que estoy obligada a hacer las tareas domésticas."

- Chesa, 15 años (2022), Filipinas

“Una buena niña debe saber hacer las tareas domésticas”: la virtud del trabajo de cuidados no remunerado

Las cuidadoras de las niñas también describen las responsabilidades de cuidado no remuneradas como esenciales para garantizar que sus hijas crezcan y se conviertan en jóvenes virtuosas y respetables. En 2024, a la pregunta de por qué su hija realizaba tareas domésticas, el padre de Anti-Yara (Togo) responde, *“porque ya es mayorcita y la gente pensará mal de ella si no cuida de la casa”* lo que indica la gran influencia de las normas sociales en el trabajo doméstico. Sharina (República Dominicana) fue descrita por sus padres en 2018, a la edad de 12 años, como una *“buena niña”* porque pasaba todo su tiempo cuando no estaba en la escuela haciendo tareas o deberes. A lo largo de los años, las madres de Amelia, Dembe, Nimisha y Sylvia (todas en Uganda) también expresaron su orgullo por el hecho de que sus hijas tomaran la iniciativa en las tareas domésticas, lo que se considera un rasgo virtuoso en una mujer joven.

“[Sylvia] hace casi todas las tareas sin que nadie se lo diga porque ha crecido. Cultiva, cocina, lava y limpia la casa sin que nadie se lo diga. Su comportamiento está cambiando a medida que crece porque ahora puede identificar lo que es bueno y lo que es malo, a diferencia de antes, cuando casi pasaba el tiempo jugando.”

- Madre de Sylvia, 2024, Uganda

Esta construcción social de las tareas domésticas como algo “bueno” o virtuoso para una niña y el juego como algo “malo” o frívolo para una mujer joven, tiene eco en las palabras de las propias niñas de la cohorte. Los estudios demuestran que los niños/as suelen cumplir las normas sobre el cuidado no remunerado para obtener recompensas (como elogios) o porque desean evitar sanciones (incluidas las críticas o la violencia).²¹² De los relatos de las niñas de la cohorte se desprende que esta noción de virtud basada en el género les ha llegado en cascada a través de las actitudes y expectativas de sus padres, y muchas las acatan para obtener aprobación y validación. A los 8 años, Griselda, en la República Dominicana, preguntaba a su madre si

podía hacer tareas después de la escuela para poder aprender y ser útil, mientras que en Camboya, Kannitha contaba a los 10 años que su madre la llamaba *“buena hija”* (2017) porque se ocupaba de las tareas domésticas. En Benín, Eleanor también contó a los 11 años que su madre le dijo que una *“buena niña”* y una *“buena hija”* es *“una niña que sabe fregar los platos, barrer y lavar la ropa”* (2018) - y así eran cosas que Eleanor se esforzaba por hacer.

Esta socialización ha permanecido con muchas de las niñas: en 2024, Chesa en Filipinas compartió que está *“contenta”* de haber aprendido a lavar la ropa *“porque puedo ayudar a mamá con las tareas domésticas”* y Shifa, en Uganda, se enorgullece de informar de que, *“Ahora mismo puedo ocuparme de una tarea sin que nadie me diga que lo haga.”* A los 11 años, Alice, de Benín, describió acertadamente esta noción de género de los requisitos de una ‘niña virtuosa’, diciendo:

“Una buena niña debe saber hacer las tareas domésticas para su madre y prestar atención a los consejos de su madre y su padre. Soy una buena hija para ambos; sé hacer las tareas domésticas, escucho sus consejos y soy respetuosa.”

- Alice, 11 años (2018), Benín

En relación con esto, algunos padres de la cohorte **han compartido a lo largo de los años que creen que el trabajo de cuidado no remunerado mantiene a las niñas alejadas de los problemas** y, por lo tanto, las actividades de cuidado se consideran un factor de protección contra los comportamientos poco virtuosos, a saber, pasar tiempo con los niños. Estas preocupaciones fueron expresadas por varias madres en Benín, así como por la madre de Hillary en El Salvador. La madre de Hillary explicó en 2017 que intentaba educar a su hija para que fuera trabajadora y que no le gustaba cuando Hillary pasaba tiempo al cuidado de su abuelo paterno, que la dejaba estar sin hacer nada, lo que la madre de Hillary consideraba que ponía a su hija en riesgo de encontrarse con un *“joven coqueto.”*

Es solo 'ayuda'

Una forma habitual en que las niñas de la cohorte y sus padres hablan de las responsabilidades de las niñas en el hogar es en términos de 'ayuda' o 'asistencia' a sus madres, no como 'trabajo'. Describir el trabajo que realizan las niñas en el hogar como 'ayuda' en lugar de reconocerlo como cuidado o trabajo socava y minimiza el valor de las

contribuciones de las niñas al hogar.²¹³ Esto, a su vez, **lleva a las propias niñas a no reconocer como 'trabajo' la labor que realizan en el hogar y a no considerarse 'cuidadoras'** a pesar de la cantidad de trabajo de cuidados que realizan.²¹⁴ A lo largo de los años, vemos que esto se manifiesta en la forma en que los padres y las niñas de la cohorte hablan del trabajo de cuidados no remunerado de sus hijas.

Recuadro 4. "Soy feliz ayudando a mi madre" - un estudio de caso

Maricel (Filipinas) ayuda a su madre en las tareas domésticas desde que era pequeña. Desde pequeña se encargaba de recoger agua, lavar la ropa y ayudar a cocinar. Su hermano, por otro lado, no se esperaba que hiciera muchas tareas porque "no le gusta lavar la ropa" (madre de Maricel, 2020). En 2017, cuando Maricel tenía 10 años, su padre declaró que "Las niñas son meras ayudantes, cualquier cosa que les pidas que hagan", y más tarde, en 2020, su madre dijo que "es difícil pedir ayuda a mi hijo a diferencia de Maricel que siempre está ahí para ayudar."

Avanzamos hasta 2024 y Maricel dedica ocho horas diarias al trabajo de cuidados no remunerado. Decidió reducir el tiempo que dedica al trabajo remunerado en el complejo turístico en el que también trabaja su madre, "porque hay muchas otras tareas en casa", así que prioriza las tareas domésticas y el cuidado de su sobrina para que su madre pueda trabajar. No es algo que Maricel cuestione. Para ella, al parecer, no es trabajo, sino solo 'ayuda'. En 2024, Maricel comparte que no quiere cambiar cómo pasa su tiempo porque "soy feliz ayudando a mi madre".

Anteriormente, la madre de Maricel se había declarado comprometida con la educación de sus hijos y esperaba que su hija fuera a la universidad después de la escuela:

"Siempre les digo que terminen sus estudios porque mira nuestras vidas quienes no estudiaron".

- Madre de Maricel, 2021, Filipinas

Pero las realidades de la vida cotidiana y la dinámica de poder en la familia parecen haber erosionado este compromiso, y solo unos años después las esperanzas de la madre de Maricel para su hija parecen haber disminuido. Cuando se le pregunta en 2024 si cree que Maricel ha tenido tiempo suficiente para desarrollar habilidades para su futuro, la madre de Maricel dice:

"Si sabe de tareas domésticas le será más fácil encontrar otro trabajo. Como me ayudó a barrer aquí en el resort, ya sabe hacer esos trabajos".

Madre de Maricel, 2024, Filipinas

Las niñas en El Salvador enmarcan sus contribuciones al hogar como “ayuda” en lugar de trabajo o mano de obra. En 2018, cuando Gladys tenía 11 años, su madre describió sus tareas:

“[Gladys] me ayuda a limpiar la casa y ayuda a su hermanito [...] me ayudan con la limpieza, me ayudan a barrer, a lavar sus platos, hacer sus camas, recoger sus cosas, guardar sus cosas”

- Madre de Gladys, 2018, El Salvador

Dos años después, al preguntarle sobre sus responsabilidades en el hogar, Gladys, al igual que Maricel, también describió sus contribuciones como “ayuda.”

“Cuando me levanto, voy a ayudar a mi mamá a hacer algunas tareas de la casa, si está lavando, le ayudo a tender la ropa que está lavando [...] Después de eso, después de hacer las tareas... desayunamos [...] Después la ayudo a hacer el queso.”

- Gladys, 13 años (2020), El Salvador

A sus 17 años, Gladys sigue describiendo sus tareas como cosas que hace para “ayudar a mi madre”. Cuando se le pregunta cómo se siente sobre la forma en que reparte su tiempo, Gladys dice que le gustaría “ayudar más a mi madre”. Estos ejemplos son cruciales para revelar la conexión entre las actitudes de los padres y las creencias y comportamientos de sus hijos: a lo largo de los años, las niñas de la cohorte han aprendido e interiorizado las normas de género de sus padres.

Enmarcar el trabajo de cuidados no remunerado como “ayuda” significa que muchas niñas no reconocen que el trabajo de cuidados que realizan en el hogar es realmente un trabajo. En 2024, a Reyna, de Filipinas, le preguntaron si le pagaban por cuidar de sus cinco sobrinos, cosa que hace todos los días. Reyna responde: “Eso no es trabajo. Les ayudo con eso”. A pesar de que sus responsabilidades de cuidado directo le ocupan unas 4 horas al día, Reyna no lo conceptualiza como “trabajo”, lo que significa que es muy fácil

minimizar o pasar por alto sus contribuciones. De hecho, cuando se le preguntó por el trabajo de cuidados que Reyna realiza en casa, su padre se limitó a decir que Reyna “ayuda” a su hermana.

Sustituir el trabajo de sus madres

Llama la atención que, en toda la cohorte, las niñas se refieren casi siempre a esta ‘ayuda’ en relación con sus madres. Al asumir responsabilidades de cuidado como la limpieza y la preparación de la comida, se ven a sí mismas reduciendo parte de la carga de trabajo de su madre. Esto contrasta, por ejemplo, con la concepción del trabajo de cuidados que realizan como una contribución al hogar en general, al bienestar de su familia en general, o como algo a lo que todos en el hogar contribuyen por igual. La **idea de que las niñas ‘ayuden a sus madres’ refuerza una norma de género profundamente arraigada, según la cual el trabajo de cuidados es cosa de mujeres** - que pueden delegarse en otras personas, pero cuya responsabilidad última recae en la mujer. Esto prepara el terreno para que las niñas sustituyan gradualmente el trabajo de cuidados no remunerado de sus madres en el hogar a medida que éstas se dedican a trabajos remunerados fuera de casa, a trabajos no remunerados en la agricultura de subsistencia o a medida que envejecen. Según las niñas de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales], éste es un factor clave de su trabajo de cuidados no remunerado.

En toda la cohorte, hay informes de niñas que sustituyen el trabajo de su madre desde edades tempranas. En 2016 (a la edad de 9 años), Sen, de Vietnam, informó que ella se encargaba de la mayor parte de la cocina, la limpieza y el cuidado de sus hermanos pequeños porque su madre estaba ocupada trabajando. En Togo, Nini-Rike, que vive en un hogar polígamo, también afirma que sustituye a su madre en las tareas domésticas cuando ella está ocupada en el trabajo agrícola:

“Cuido de mis hermanos y hermanas pequeños cuando mis mamás están trabajando en el campo.”

- Nini-Rike, 13 años (2020), Togo

Infravaloradas e infravaloradas

En 2024, durante las entrevistas con las niñas de la cohorte, les pedimos que completaran un ejercicio de diario de 24 horas que desglosaba su día en bloques horarios. Las niñas informaron de las principales actividades que realizaban cada hora a lo largo del día, así como de las actividades simultáneas que realizaban. Por otra parte, se pidió a los cuidadores de las niñas que informaran sobre el tiempo que sus hijas dedicaban a actividades cotidianas como la escuela, los deberes, las tareas domésticas y la recreación. Entre las niñas que sí realizan trabajos de cuidados no remunerados, casi sin excepción, **las cuidadoras subestimaron drásticamente la cantidad de tiempo que sus hijas dedicaban a estas tareas.**^{dd} En Brasil, la madre de Gabriela -que recientemente ha dado a luz a una niña- informa de que Gabriela *“no cuida de nadie”*. Por el contrario, Gabriela afirma que realiza 3 horas diarias de trabajo de cuidados no remunerado:

“Mientras mi mamá cuida del bebé, yo hago tareas. Y cuando ella está haciendo tareas, yo cuido de la niña”.

- Gabriela, 18 años (2024), Brasil

Del mismo modo, en Filipinas, la madre de Jasmine subestima en gran medida la cantidad de tiempo que su hija dedica al trabajo de cuidados no remunerado. Aunque Jasmine afirma que dedica unas 11 horas al día al trabajo indirecto de cuidados, que incluye preparar comidas, hacer recados para su abuela y trabajar en la granja familiar, su madre dice que no puede calcular el tiempo que Jasmine dedica a las tareas domésticas porque *“solo ayuda”* en algunas tareas y hace *“poco”* en casa. Cuando se le pregunta por la contribución de su hija al trabajo en la granja, la madre de Jasmine dice que Jasmine *“solo la acompaña”*.^{ee}

Mientras tanto, en África Occidental, varios cuidadores afirman no saber cómo emplean su tiempo sus hijas, o sugieren que las niñas de la cohorte deciden por sí mismas la cantidad de trabajo de cuidados no remunerado que realizan, en lugar de estar dirigidas o influidas por presiones o expectativas externas. En Togo, la tía de Ayomide solo cuenta que Ayomide va a por agua, prepara la comida y lava la ropa. *“como todas las niñas”* – pero no reconoció las horas de atención directa que Ayomide realiza al cuidado de su hija de 2 años. Ayomide afirma que dedica 22 horas al día a realizar algún tipo de trabajo de cuidados no remunerado, lo que incluye amamantar a su bebé en mitad de la noche y realizar tareas domésticas y de cuidados directos simultáneamente.

En Benín, la tía de Isabelle afirma que *“Isabelle no hace ninguna tarea para mí ni para nadie”*, pero a continuación especifica que Isabelle prepara todas las comidas de la casa, barre el dormitorio y el patio, lava la ropa de la casa y cuida de los miembros más jóvenes de la familia *“cuando surge la necesidad”*. También en Benín, la madre de Margaret informa: *“[Margaret] se encarga de las tareas domésticas, pero no puedo controlar el tiempo que le dedica”*. Esta tendencia a subestimar el número de horas de trabajo de cuidados que realizan las niñas - o a enmarcarlo como una actividad autodirigida que las niñas disfrutan - sirve para hacer invisible el trabajo que las niñas realizan en sus hogares, y lo esenciales que son estas contribuciones para el funcionamiento de sus hogares.

El papel de los niños en el hogar

Las normas de género que impulsan e informan las responsabilidades de cuidado no remuneradas de las niñas también determinan las actitudes y el comportamiento de sus hermanos y otros niños en sus familias. Las niñas de la cohorte observan que **sus hermanos y otros compañeros hombres tienen muchas menos responsabilidades domésticas que ellas**. En Togo, Djoumai -que entonces tenía 10 años- observó que en su familia,

^{dd} Aunque se preguntó a los cuidadores cuántas horas creían que las niñas dedicaban a cada categoría de actividad, tendieron a responder a esta pregunta no con afirmaciones de horas o minutos, sino con estimaciones generales (por ejemplo: a la pregunta de cuántas horas pasa Quynh (Vietnam) en la escuela en un día normal, su madre respondió: “Oh, estudia todo el día, no hay descanso”; a la pregunta de cuánto tiempo dedica Sofia (Brasil) al trabajo de cuidado no remunerado, su madre dijo: “Le digo que lave su propia ropa... Le pido que me ayude en casa, que barra la casa, que lave los platos”. Me ayuda mucho con estas cosas”). Dado que estas respuestas no se proporcionaron numéricamente (a pesar de que se les pidió), no podemos comparar directamente los informes de las niñas con las estimaciones de sus padres en términos de horas, pero el contenido de las respuestas de sus cuidadores nos proporciona suficiente información para la comparación. La falta de estimaciones numéricas precisas proporcionadas por la mayoría de los cuidadores también habla de su desconocimiento del alcance de las responsabilidades de cuidado de las niñas de la cohorte.

^{ee} *Real Choices, Real Lives [Opciones Reales, Vidas Reales] se compromete a centrarse en las experiencias, realidades y voces de las niñas, y por ello damos prioridad a los relatos proporcionados por las propias niñas en todos los casos documentados en este informe.* Adoptamos la postura de que se debe confiar en las niñas y creer en ellas como expertas sobre sus propias vidas, y esto empieza a nivel individual y personal.

“los no trabajan en casa para nada. Solo van a cultivar y también a criar ganado” (2016) mientras que Sheila, en Uganda, dijo que *“los niños dedican menos tiempo a sus tareas y las niñas dedican más tiempo a las tareas”* (2019). Cuando tenía 11 años, Bianca (Brasil) observó que ella y su hermana mayor hacían más tareas domésticas que sus hermanos, diciendo *“los niños solo hacen las tareas cuando su madre se lo ordena”* (2018). En Filipinas, Melanie observó en 2017:

“Mientras las niñas solo están dentro de casa barriendo, arreglando cosas, limpiando los platos y cosas así. Los niños solo recogen agua.”

- Melanie, 11 años (2017), Filipinas.

Algunas de las niñas han comenzado a identificar las normas sociales de género que sustentan estas diferencias en el uso del tiempo. En Brasil, Bianca observó que los hombres están demasiado ocupados con el trabajo remunerado para poder realizar tareas en el hogar, y dijo que su padre y su hermano *“no hacen tareas en casa porque ya hacen otras cosas”*. Así que *no hay manera de que hagan nada aquí* (2024). Esta idea de que los hombres tienen un papel normativo como proveedores -que les impide dedicar su tiempo a otras actividades como el trabajo de cuidados no remunerado- es compartida por varias de las otras niñas y sus cuidadoras. En Togo, Nini-Rike dijo a los 10 años que era *“justo” que las mujeres “cocinaran” porque “los hombres buscan dinero para alimentar a sus familias”* (2017). En 2015, el padre de Alice (Benín) afirma que los hombres no trabajan en casa porque esos trabajos son para sus esposas e hijas; también explica que a los niños no se les forma en los asuntos de las tareas domésticas *“porque tendrán que irse de casa cuando [terminen la escuela], así que tienen que saber ser responsables de sí mismos”*, lo que significa que tienen que dedicar su tiempo a actividades relacionadas con su futura independencia económica.

En 2024, Bopha (Camboya) dice que sus hermanos no tienen tiempo para las tareas domésticas: su hermano mayor va a trabajar y su hermano menor va a la escuela. Lo que Bopha no reconoce aquí es que ella también va a la escuela; de hecho, Bopha pasa 4 horas en la escuela y otras 4 haciendo

deberes y repasando, además de las 8 horas que dedica al trabajo de cuidados no remunerado en casa. Pero, al parecer, la educación de su hermano se considera más esencial para su futuro, lo que significa que no tiene tiempo para el trabajo de cuidados no remunerado. Otro buen ejemplo es el de Darna, en Filipinas. En 2024, Darna informó de que se había mudado a una pensión en la ciudad con su hermano mayor mientras ella terminaba sus estudios. Su hermano trabaja durante el día mientras Darna va a la escuela, pero por la noche las tareas domésticas no se reparten equitativamente entre los dos. Darna se encarga de cocinar, limpiar y otras tareas domésticas.

“También me gustaría que mi hermano hiciera algunas de las tareas domésticas en la pensión porque yo lo hago todo [se ríe].”

- Darna, 18 años (2024), Filipinas

Alice y su madre, que viven en Benín, identifican otra norma que influye en el uso del tiempo en función del género: la construcción de **ideas normativas de masculinidad, y la vergüenza y el estigma que conlleva desviarse de estas reglas de género**. En 2017, Alice dijo, *“mi madre siempre saca el agua, mi padre nunca lo ha hecho porque las mujeres no pueden quedarse paradas viendo cómo lo hacen los hombres”*, compartiendo que sería vergonzoso tanto para su madre como para su padre. La madre de Alice lo explica con más detalle:

“Es porque [el padre de Alice] es el cabeza de familia y en nuestra cultura los hombres que son cabeza de familia no deben ir a buscar agua..... Sería una vergüenza para él y para toda su familia. Es el jefe de la familia y un jefe no hace tareas domésticas.”

- Madre de Alice, 2015, Benín

Esta idea de que el trabajo de cuidados no remunerado es una amenaza para los conceptos de masculinidad, es compartida por otras niñas y sus familias en toda la cohorte. En Togo, la madre de Nini-Rike compartió que *“sería vergonzoso para un hombre ser visto barriendo el patio”* (2017) y Anti-Yara informó en 2019 (a los 13 años) que su padre instruyó a su hermano de 10 años a no hacer las

tareas domésticas con sus hermanas porque estos trabajos eran para las niñas.

En la República Dominicana, varias niñas y sus madres comentaron sobre la preocupación social de que el trabajo de cuidados no remunerado se asocie con la homosexualidad o la feminidad. En 2017, Chantal compartió eso generalmente en su comunidad, los niños pueden barrer y ordenar pero no se espera que cocinen o laven la ropa, porque la gente *“le llamará gay”*, mientras que la madre de Sharina explica que no obliga a su hijo a hacer tareas *“porque me dice que no es una niña”* (2017). Aunque dijo que no está de acuerdo con su mentalidad, la madre de Sharina pareció darle cierta credibilidad, diciendo: *“No me gusta ponerlo a hacer tareas.”* La madre de Dariana compartió algo similar en 2015 - sin embargo, estaba decidida a desafiar esta mentalidad.

“Tengo al niño lavando los platos, también barriendo dentro de la casa pero él llora, y me dice: ‘Yo no soy gay’. Le digo que hacer las tareas no es solo cosa de niñas, que los niños también tienen derechos. Le digo que el día que termines la escuela y te mudes a tu propia casa, te pudrirás debido a la suciedad de tu casa, y entonces se calla. Tiene 11 años.”

– Madre de Dariana, 2015 República Dominicana

Las implicaciones de una división del cuidado más igualitaria en cuanto al género

En toda la cohorte podemos ver que algunos de los cuidadores de las niñas (a menudo sus madres) están desafiando las normas de género sobre la división del trabajo doméstico y la imagen más amplia de cómo las mujeres y los hombres pasan su tiempo. Esto tiene una influencia demostrable en el uso del tiempo de sus hijas. En Vietnam vemos el mayor número de familias que comparten el trabajo de cuidados no remunerado entre hombres y mujeres. En 2015, la madre de Quynh explicó que todos en su casa son responsables de contribuir a las tareas domésticas.

“Si mi hija mayor va a la escuela, mi esposo y yo nos ocupamos de las tareas domésticas. Si vuelvo pronto a casa, me ocuparé de las tareas domésticas de fuera, de la crianza y ayudaré a mi hija mayor. Quien no esté ocupado, ayudará a los demás.”

- Madre de Quynh, 2015, Vietnam

La madre de Quynh también comentó en 2015 que se siente afortunada de que su esposo ayude activamente en las tareas domésticas y la haya animado a buscar un trabajo contratado mientras él cuida de sus hijos. Del mismo modo, en el hogar de Tan, su padre supuestamente comparte el trabajo de cuidado no remunerado con su esposa: preparar comidas para los niños y acompañarlos a la escuela (en 2015), y las madres de Huong y Sen compartieron informes similares sobre sus esposos en 2018

“Mi esposo también hace las tareas cuando llega a casa después y encuentra las tareas que no he hecho. Yo también hago lo que él aún no ha hecho. No discriminamos entre los deberes de hombres y mujeres.”

- Madre de Huong, 2018, Vietnam

“En mi casa hay igualdad. Cuando voy a trabajar, mi esposo se queda en casa y hace todas las tareas, desde lavar la ropa hasta cocinar. Si salimos, vamos a algún sitio o vamos a hacer algo, el que llegue primero a casa hará las tareas.”

- Madre de Sen, 2018, Vietnam

En la cohorte mundial, las niñas de Vietnam son las que menos horas dedican a los cuidados no remunerados: una media de aproximadamente una hora y 20 minutos, frente a una media mundial de 5 horas y 15 minutos.^{ff} Esto demuestra cómo las actitudes y los comportamientos de los cuidadores

^{ff} Estos promedios (tanto de Vietnam como de la cohorte global) incluyen a todas las niñas, incluidas las que declaran no realizar ningún trabajo de cuidados no remunerado (0 horas). Si solo se tiene en cuenta el número de horas que las niñas declaran dedicar al trabajo no remunerado de cuidados, las niñas de Vietnam declaran dedicar unas 3,5 horas menos al trabajo de cuidados que la media global de la cohorte (1 hora y 50 minutos frente a 5 horas y 34 minutos).

preparan el terreno para el tiempo que las niñas dedicarán al trabajo de cuidados no remunerado cuando sean adolescentes.

En otros hogares de la cohorte, aunque el trabajo de cuidados no remunerado no se reparta equitativamente entre los padres de las niñas, sus madres hacen todo lo posible por promover un reparto equitativo del trabajo entre sus hijas y sus hijos. En El Salvador, la madre de Stephany dijo que las tareas se reparten equitativamente entre sus hijos: ella hace una lista de las tareas que hay que completar y éstas se dividen entre los niños, que pueden decidir por sí mismos quién hace qué. A la madre de Stephany le apasionaba cuestionar la idea de que el trabajo de cuidados no remunerado es intrínsecamente femenino o una amenaza para la masculinidad:

“Los hombres dicen cuando nos ven lavar: ‘Soy un hombre, no necesito hacer eso, es trabajo de mujeres’. No”, les digo, “puedes hacerlo, no te vas a convertir en mujer por lavar. Puedes hacer esto, por eso tienes buenas manos, y no te vas a convertir en mujer solo por eso.”

- Madre de Stephany, 2017, El Salvador

Tal vez como resultado de la actitud de sus madres, Stephany informa en 2024 que realiza alrededor de 3 horas de trabajo de cuidado indirecto por día, en comparación con las 4 horas y media de cuidado realizadas en promedio por la cohorte de El Salvador. Del mismo modo, la madre de Amelia en Uganda dijo: “No diferencio el trabajo” (2017) y que sus hijos cocinan para la familia “si les toca”, lo que implica que esta tarea se comparte entre los miembros del hogar. En 2024, Amelia informa que realiza 4 horas de trabajo de cuidado indirecto por día, lo que representa 3 horas menos que el promedio informado por las niñas en Uganda.

Es importante destacar que en algunos hogares parece hacerse hincapié en que las niñas de la cohorte tengan su tiempo protegido para asistir a clases, completar sus tareas y graduarse de la escuela. En Camboya, la madre de Mony compartió en 2014 que, si bien su hija podía asumir más responsabilidades en la casa (tenía 7 años en ese momento), la madre de Mony había tratado de desalentar esto para que Mony pudiera priorizar sus tareas escolares.

“Esta niña sabe más que antes. Sabe lavar los platos, a veces ayuda a cocinar arroz, limpia la casa. Pero no me atrevo a dejarla hacer sola. Quiero que mi hija haga solo los deberes”.

- Madre de Mony, 2014, Camboya

Esto demuestra la estrecha relación que existe entre las actitudes de los padres y su adhesión a las normas sociales de género sobre el cuidado no remunerado, y cómo esto influye en el uso del tiempo de sus hijas cuando son adolescentes.

“No es justo”: Las niñas desafían las normas de género

Al igual que algunas de sus madres, muchas de las niñas de la cohorte se resisten a las normas de género en su vida cotidiana, algo que *Real Choices*, *Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] ha explorado y documentado detalladamente a lo largo de los años.²¹⁵ Durante muchos años, las niñas han expresado su frustración y sensación de injusticia por la forma en que se divide el trabajo de cuidado no remunerado en sus hogares. A los 12 años, Raisa, en la República Dominicana, compartió: “No me parece bien porque si las niñas las hacemos [las tareas], los niños también deberían hacerlas” (2018); también en la República Dominicana, Griselda dijo que “los niños deberían tener las mismas obligaciones que las niñas” (2019). En Togo, Fezire expresó su irritación por la resistencia de sus hermanos a realizar las tareas domésticas, diciendo:

“Todavía no hacen ninguna tarea doméstica que dicen que es para las niñas. Esto me molesta a veces; mamá les dice que lo hagan, pero ellos se niegan”.

- Fezire, 15 años (2021), Togo

Este año, cuando se le pregunta si ha cambiado el uso del tiempo de sus hermanos, Fezire maldice y dice “no, no ha cambiado”. ¿Acaso están haciendo algo? *Tsruuuu!* Mientras tanto, en Uganda, Miremba compartió en 2018 que cree que “no es justo” que las mujeres cocinen mientras “el hombre

se sienta a esperar para comer”. Para algunas niñas, **este sentimiento de injusticia las ha inspirado a desafiar directamente el *statu quo***. Amelia, de Uganda, contó en 2023 que había empezado a cobrar a sus hermanos por lavarles la ropa para demostrarles el valor del trabajo que ella realiza para ellos. Se rió al explicar su sistema:

“Mis hermanos suelen pedirme que les lave la ropa, pero estoy ocupada. Así que, si alguno de ellos quiere contratarme, tiene que pagar por mi servicio [se ríe]”.

- Amelia, 16 años (2023), Uganda

A partir de los testimonios de las niñas de la cohorte a lo largo de los años, podemos ver que las normas de género son un motor clave de los altos niveles de trabajo de cuidados no remunerado que realizan en sus hogares. En muchas comunidades, la división del trabajo en función del género está tan arraigada que se ha convertido en doxa, es decir, en un estado incuestionable que se asume como “natural” y “tal y como son las cosas”. Al analizar los datos históricos recopilados durante los últimos 18 años del estudio, podemos observar cómo se socializa a las niñas para que observen estas normas imitando primero a su madre y *‘jugando a las casitas’*, antes de contribuir a las tareas domésticas como “ayuda” a su madre, y luego sustituyendo gradualmente el trabajo de su madre en el hogar.

Recuadro 5. MUIPF, embarazo adolescente y uso del tiempo de las niñas - un estudio de caso

Íntimamente relacionada con las normas de género y el uso del tiempo de las niñas está la relación entre el MUIPF, el embarazo adolescente y los altos niveles de trabajo de cuidados no remunerado asociado al matrimonio y la maternidad. A través de la experiencia de las diez niñas de la cohorte que están casadas o en unión libre,⁹⁹ y de las 7 niñas que tienen uno o más hijos, podemos ver que el matrimonio y la maternidad son motores excepcionalmente poderosos del trabajo de cuidados no remunerado de las niñas. Aunque esto está inextricablemente relacionado con las normas de género, la intensidad del trabajo de cuidados que realizan las niñas cuando se casan y tienen hijos diferencia notablemente su experiencia de la de sus compañeros.

Katerin (18 años), de la República Dominicana, está casada: su esposo tiene 27 años y llevan juntos desde que Katerin tenía 15 años. La pareja tiene dos hijos: Miguel nació en noviembre de 2021 y Marta a principios de 2023.^{hh} Katerin abandonó los estudios cuando estaba embarazada de Miguel, pero habla de volver para terminar sus estudios y matricularse en Prepara, un curso de preparación para la universidad. El obstáculo para seguir estudiando, según Katerin, es el cuidado de los niños: *“Me resulta difícil por los niños”* (2024). Katerin también ha estudiado la posibilidad de encontrar un trabajo remunerado y ha considerado la posibilidad de solicitar un empleo en un banco, pero una vez más se dio cuenta de que era demasiado difícil compaginar el trabajo por turnos con el cuidado de sus hijos. La principal motivación que tuvo Katerin para buscar un trabajo remunerado fue *“para no estar sola en casa”* (2024); se siente aislada de sus amigos y pasa la mayor parte del tiempo sola cuidando de sus hijos.

En 2024, Katerin declara dedicar una media de 22 horas diarias al trabajo de cuidados no remunerado. Katerin está amamantando a Martha, lo que significa que necesita despertarse a lo largo de la noche; y durante el día prepara las comidas, baña a sus hijos, lava la ropa del hogar, limpia la casa y realiza cualquier otra tarea mientras supervisa también a sus hijos. Cuando se le pregunta si su esposo también hace las tareas domésticas, Katerin dice que no, *“porque está trabajando”*. El esposo de Katerin es fontanero y soldador y sale de casa para trabajar a las 6 de la mañana, no volviendo a casa entre las 8 y las 10 de la noche. Katerin cuenta que a menudo está de guardia por las tardes y que también trabaja los sábados, lo que significa que rara vez está para cuidar de los niños y hacer las tareas domésticas.

Cuando los entrevistadores de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] visitaron a Katerin en 2024, ella y sus hijos estaban en casa de su madre, Virginia, que vive en otra ciudad. Virginia explica que Katerin había dejado a su esposo para un descanso temporal porque *“[Katerin] dice que está cansada de hacer las tareas domésticas.”* Virginia cuenta que es agotador y “muy estresante” para Katerin, porque “no hay día libre para las madres”. Al igual que el esposo de Katerin, Virginia también trabaja, pero dice que puede dar más apoyo a Katerin:

“No, no es lo mismo, porque yo trabajo, por supuesto, pero, cuando estoy aquí en casa, yo, ella está aquí, nos ayudamos mutuamente, por supuesto. Yo cocino, ella limpia, yo friego. Y así, nos ayudamos mutuamente. No es lo mismo que cuidar de los niños, cocinar y hacerlo todo ella sola”.

- Madre de Katerin, 2024, República Dominicana

La historia de Katerin es solo un ejemplo de cómo el matrimonio y la maternidad influyen en las responsabilidades de cuidado de las niñas: con dos niños pequeños, Katerin pasa casi todas las horas del día realizando activamente actividades de cuidado directas e indirectas, lo que limita el tiempo de que dispone para terminar sus estudios, aceptar un trabajo remunerado, relacionarse con amigos y descansar. Las normas de género influyen claramente en el uso del tiempo en el hogar de Katerin: ella se queda en casa con los niños y realiza tareas de cuidado no remuneradas mientras su esposo sale a trabajar por cuenta ajena; en cambio, Katerin comparte el trabajo de cuidado con su madre. Sin embargo, Katerin tiene esperanzas en el futuro. Le gustaría terminar sus estudios y algún día trasladarse a México. Sobre tener hijos en la adolescencia, Katerin dice:

“La gente dice que sus hijos fueron un error, pero mis hijos no fueron un error [...] Mientras mis hijos lo tengan todo, no tengo de qué preocuparme”.

- Katerin, 18 años (2024), República Dominicana

5.2.2 “Mi hermano no hace las tareas domésticas porque somos muchas niñas en casa”: estructura del hogar y uso del tiempo en función del género

Las normas de género también se cruzan con la composición del hogar para informar sobre el uso del tiempo de las niñas. Los estudios han revelado que las niñas que viven en hogares donde hay niños de siete años o menos dedican bastante más tiempo a responsabilidades de cuidado,²¹⁶ - y nuestra investigación concluye que esto también es cierto para las niñas de la cohorte. Las niñas de la cohorte que son **las hijas mayores tienden a realizar la mayor cantidad de cuidados directos e indirectos a lo largo de los años**, sobre todo cuando hay bebés y niños pequeños en casa. Reyna, en Filipinas, que vive en una casa con 5 sobrinos menores de diez años, realiza 4 horas de cuidados directos al día; se trata de un nivel similar al de los cuidados directos realizados por Folami (Togo) y Hillary (El Salvador), ambas madres.

Las niñas que tienen hermanas, o que viven en hogares con varias mujeres, hablan de compartir la cocina y las tareas domésticas, y dicen sentirse menos pobres de tiempo. Chantal, de la República Dominicana, explica que entre ella y sus dos hermanas mantienen la casa ordenada; mientras que Anti-Yara, de Togo, informa de que sus tareas domésticas se han reducido porque su hermana pequeña ha empezado a hacer tareas domésticas:

“Mis tareas han disminuido. Mi hermana pequeña empezó a trabajar. Yo lavaba los platos, iba a por agua y preparaba la comida. Pero ahora, [mi hermana] lava los platos y me ayuda a buscar el agua.”

- Anti-Yara, 18 años (2024), Togo

Sin embargo, el hecho de que haya más niñas y mujeres en el hogar para realizar tareas de cuidados no remuneradas no equivale necesariamente a una reducción de la carga de trabajo: cuando hay muchos hombres y niños en el

hogar (especialmente en los hogares donde los hombres no realizan tareas de cuidados no remuneradas), esto puede significar simplemente que todas las niñas y mujeres están igualmente sobrecargadas de trabajo y de tiempo. Nini-Rike (Togo) vive en un hogar polígamo: su padre tiene cuatro esposas (incluida su madre) y 20 hijos. Nini-Rike tiene 13 hermanos (de 4 a 33 años), seis hermanas menores (de 13 años o menos) y una hermana mayor. Durante su infancia, Nini-Rike y su hermana mayor compartieron muchas responsabilidades domésticas junto con su madre y sus madrastras; sin embargo, con 14 hombres y niños en la casa de los que ocuparse en un hogar profundamente patriarcal, las niñas y las mujeres hacían malabares con una pesada carga de cuidados no remunerados.

Desde los 5 años, Nini-Rike ha ido a por agua, y sus responsabilidades domésticas han ido aumentando con el tiempo; a los 12 años, Nini-Rike decía sentirse desbordada: casi todo su tiempo lo pasaba en la escuela o haciendo tareas, como barrer, encender el fuego, cocinar y fregar los platos. Al año siguiente, Nini-Rike se levantaba a las 4 de la mañana todos los días para asegurarse de que tenía tiempo suficiente para hacer todas sus tareas antes de ir a la escuela. Sin embargo, en los últimos años, la carga de trabajo no remunerado de Nini-Rike se ha reducido; sus hermanas menores han alcanzado edades en las que se puede esperar que asuman una parte de las tareas domésticas.

“Mis tareas domésticas han disminuido. A medida que los niños crecen, compartimos el trabajo... trabajamos juntos y no nos lleva mucho tiempo.”

- Nini-Rike, 17 años (2024), Togo

A pesar de sentir que “no está demasiado ocupada” porque puede delegar las tareas en sus hermanas pequeñas, Nini-Rike ahora se levanta a las 3 de la mañana para empezar a cocinar para la familia y hacer las tareas domésticas. Otras niñas de la cohorte destacan una cuestión similar: **más niñas en el hogar no significa necesariamente menos**

⁹⁹ Cinco niñas están casadas/en unión libre y tienen uno o más hijos; cuatro niñas están casadas/en unión libre y no tienen hijos (una está embarazada); y dos niñas son madres solteras.

¹⁰⁰ Los nombres de Katerin, sus hijos y su madre han sido modificados.

trabajo; de hecho, en algunos casos garantiza que los hombres y los niños no se ocupen de las tareas domésticas.

“Mi hermano no hace las tareas del hogar porque somos muchas niñas en casa”

- Alice, 17 años (2024), Benín

También se observa que las niñas mayores inducen a sus hermanas pequeñas en las tareas domésticas. En Uganda, Beti cuenta que ahora hace *“mucho más el papel de supervisora”*, delegando tareas a sus cuatro hermanas que tienen entre 8 y 14 años. Cuando Beti habla de traspasar responsabilidades a sus hermanas, podemos ver ecos de los mensajes que se daban a las niñas de la cohorte cuando eran más jóvenes: que las tareas domésticas son una preparación para sus futuras funciones y responsabilidades:

“Mis hermanos pequeños están creciendo, razón de más para que ellos también aprendan lo que yo aprendí.”

- Beti, 17 años (2024), Uganda

Otra forma en que el uso del tiempo de las niñas se ve influido por la composición del hogar es cuando otros miembros de la familia -en particular sus madres, hermanas mayores y otras parientes femeninas- pasan más tiempo fuera de casa. En Filipinas, Chesa dijo *“mis responsabilidades y tareas domésticas aumentaron, ya que mis hermanos mayores ahora trabajan lejos”* (2024) Durante su estancia en Camboya, Kannitha explicó que realiza muchas más tareas domésticas que antes *“porque una de mis hermanas está ocupada en su peluquería y la otra está embarazada”* (2024). En Uganda, Sylvia explicó en 2023 que ella debe encargarse de cocinar y limpiar cuando su madre está ausente:

“Como niña, tengo que cocinar, sobre todo si mamá ha ido al huerto y me ha dejado en casa. Tengo que mantener la casa limpia para que ella vuelva cuando el lugar esté ordenado y se haya preparado la comida. También lavo la ropa para ella.”

- Sylvia, 16 años (2023), Uganda

5.2.3 La pobreza

Existe una clara relación entre la pobreza y el empleo del tiempo por parte de las niñas. La pobreza contribuye a que se dedique un tiempo excesivo al trabajo de cuidados no remunerado debido a la falta de acceso a infraestructuras y a la imposibilidad de permitirse equipos y servicios que ahorren tiempo y trabajo. Las investigaciones realizadas en Uganda, Filipinas y otros países revelaron que las niñas de los hogares más pobres dedican una media de siete horas más a la semana al trabajo de cuidados que las niñas de hogares más acomodados. Esto tiene un impacto significativo en la educación: las niñas de los hogares más pobres dedican cinco horas menos a la semana a la educación que las niñas de hogares más ricos.²¹⁷

Las niñas de la cohorte señalan que las tareas que consumen más tiempo son la recogida de leña y el acarreo de agua, y estas tareas están asociadas a los hogares en situación de pobreza. Los hogares de las zonas desfavorecidas pueden no estar conectados a la red de suministro de agua, por lo que el agua debe recogerse de pozos o de fuentes públicas y transportarse a la casa para cocinar, limpiar y bañarse. Esto puede llevar mucho tiempo si la fuente de agua está lejos de la casa, o si hay que hacer varios viajes para recoger agua suficiente para satisfacer las necesidades de todos los miembros del hogar. En África oriental, meridional y occidental, las niñas y las mujeres se encargan de más del 70% de la recogida de agua, un trabajo que requiere una media de 1,4 horas al día.²¹⁸ Del mismo modo, la necesidad de recoger leña suele deberse a la pobreza, ya que los hogares carecen de electricidad o de medios para adquirir fuentes de combustible para cocinar, lo que significa que las comidas deben calentarse con fuego, el agua debe hervirse para beber y bañarse, y las casas deben calentarse con leña.

Casi la mitad de las niñas de la cohorte afirman dedicar tiempo cada día a recoger leña, agua o ambas cosas, y algunas deben realizar estas tareas varias veces al día. Diez de las 12 niñas de la cohorte en Uganda y nueve de las 12 niñas en El Salvador afirman dedicar tiempo a recoger leña o a buscar agua, lo que las convierte en algunas de las tareas domésticas más comunes que realizan las niñas en estos países. En El Salvador, la abuela de Bessy describe las tareas domésticas de Bessy:

“Me ayuda a traer agua, a ver si puedo comer, siempre tenemos cocina de leña y asamos así en esa plancha de hierro, me dice a mí: 'Mami, voy a ayudarla a traer leña', aunque sean ramas pequeñas, pero me va a traer, pero le gusta recoger ramas pequeñas para el fuego. A veces sale a perseguir a las cabras, me trae puñados de leña y me ayuda a buscar agua, lavar los platos, barrer.”

- La abuela de Bessy, 2024, El Salvador

Bessy dedica un total de 4 horas al día a las tareas domésticas: dos de estas horas las dedica a recoger leña y agua. Del mismo modo, en Uganda, la madre de Justine cuenta que cuando su hija vuelve a casa del internado, se encarga de recoger leña y agua.

“Aquí en el pueblo usamos leña para cocinar y normalmente [Justine] va a recogerla y la trae a casa sin que nadie se lo pida. También puede usar nuestra bicicleta para coger agua del pozo y la trae a casa sin que se lo pidamos.”

- Madre de Justine, 2024, Uganda

La pobreza también influye de otras maneras en el empleo del tiempo de las niñas. En particular, varias de las niñas de la cohorte **han aceptado un trabajo remunerado para contribuir a los ingresos del hogar debido a la pérdida de medios de subsistencia** y a las privaciones sufridas por sus

familias. Valeria, de El Salvador, es el único sostén de su hogar -que incluye a su hermano y hermana menores, así como a su abuela-, ya que su madre está actualmente en prisión a la espera de juicio por cargos de drogas. Desde el encarcelamiento de su madre, la familia de Valeria lucha por llegar a fin de mes. Valeria trabaja seis días a la semana vendiendo de la escuela en la playa para mantener a su familia, y ya no va a la escuela. Valeria, de 17 años, está expuesta a importantes riesgos en su trabajo: la zona en la que vende refrigerios de playa es una zona conocida por el trabajo sexualⁱⁱ y la venta ilegal de drogas. De su trabajo, Valeria dice que *“nos ha ayudado mucho, bueno, ese trabajo”* (2024), y su abuela añade que Valeria ha podido pagar los gastos escolares de su hermano menor, pero piensa que los empleadores de Valeria la están *“explotando”* con largas jornadas y horas extraordinarias forzadas.

Al igual que el uso del tiempo de Valeria se vio influido por un cambio significativo en la dinámica de su hogar, otras niñas de la cohorte se han adaptado y han respondido a las perturbaciones cambiando la forma en que dividen su tiempo. En 2023, las niñas de la cohorte fueron entrevistadas sobre sus experiencias con el cambio climático y los impactos en su educación; como parte de estas entrevistas, muchas de las niñas compartieron experiencias de pérdidas de medios de subsistencia y profundización de las privaciones en sus hogares y comunidades como resultado del cambio climático. Este es especialmente el caso de las niñas que proceden de familias de agricultores. En Camboya, Kannitha, Mony y Nakry empezaron a trabajar para contribuir a los ingresos de sus hogares, que se habían visto afectados por el cambio climático.

5.2.4 Agencia para desarrollar conocimientos y habilidades para el futuro

Se puede ver que el uso del tiempo de varias jóvenes está **motivado por su deseo de desarrollar conocimientos y habilidades que sienten que necesitan para su futuro**. Para algunas niñas, esto significa dar prioridad a sus oportunidades de educación y formación, y dedicar su tiempo en consecuencia. En Uganda, Justine está decidida a completar su educación; vive en un

ⁱⁱ Aunque el trabajo sexual no es ilegal según la legislación nacional de El Salvador, está prohibido por algunas ordenanzas municipales. Además, como menor, Valeria corre un mayor riesgo de ser objeto de trata con fines de explotación sexual.

internado y pasa 9 horas en clase, y luego hace otras 7 horas diarias de estudio y repaso. Justine no realiza ningún trabajo remunerado o no remunerado ni tiene ninguna responsabilidad asistencial durante el periodo escolar; también declara que solo tiene 1 hora de tiempo libre al día (durante la pausa para comer) y duerme menos de 5 horas por noche, despertándose a las 4 de la mañana para repasar sus lecciones. Justine declaró en 2024 que este año pasa menos tiempo con sus amigos porque quiere centrarse en sus deberes.

“Si dedico más tiempo a socializar que a leer mis libros, mis estudios podrían verse afectados. Así que tengo que mantenerme.”

- Justine, 17 años (2024), Uganda

En cuanto al uso dedicado y decidido de su tiempo, Justine dice que decide por sí misma cómo lo emplea y que lo hace porque está *“preparándome para mi futuro”*. Justine aspira a graduarse en la escuela, ir a la universidad y convertirse en doctora en medicina; dijo que su modelo a seguir es la doctora Specioza Kazibwe, la primera mujer Vice presidenta de Uganda:

“Me inspira y la admiro porque fue una mujer que se convirtió en la primera vicepresidenta de Uganda, y también fue una gran doctora cirujana.”

- Justine, 17 años (2024), Uganda

Del mismo modo, algunas de las niñas demuestran tomar decisiones agentivas sobre el uso de su tiempo en relación con el trabajo remunerado. Algunas eligen trabajar para aprender nuevas habilidades o un oficio, mientras que otras están motivadas para ganar dinero para sus gastos personales, para pagar material educativo como libros de texto, o para contribuir al hogar. Anti-Yara (Togo) trabaja como limpiadora en un hotel durante las vacaciones escolares, y dice que lo hace *“porque no puedo pagar las tasas escolares, me toca a mí al principio del curso [pagarlas]”* (2024). Anti-Yara dice que le gusta su trabajo porque *“no es demasiado difícil”* y que utiliza sus ingresos para pagar el material escolar, las tasas escolares y la

comida. Las historias de Justine y Anti-Yara demuestran que un factor clave que impulsa el uso del tiempo de las niñas es también su deseo de prepararse para el futuro, y las niñas toman decisiones agentivas sobre cómo dividen su tiempo para apoyar estos objetivos.

También es importante reconocer que muchas de las niñas de la cohorte deciden llevar a cabo diferentes actividades de trabajo de cuidados no remunerado por voluntad propia, a menudo porque sienten que sus contribuciones a su familia son valiosas y apreciadas. Bianca (Brasil) es un ejemplo de ello, se ha graduado en secundaria y ahora, con más tiempo, está contenta de hacer más tareas en casa. Decide cómo priorizar su tiempo, no solo en las tareas domésticas, sino también para pasar tiempo con sus amigos.

“Sí, estoy [contenta]. Ahora puedo ayudar a mi madre, que trabaja mucho y no tiene mucho tiempo para hacer las tareas”.

- Bianca, 17 años (2024), Brasil

En general, las experiencias de las niñas de la cohorte indican que hay cuatro factores principales que determinan el tiempo que las niñas dedican al cuidado no remunerado (normas de género, composición del hogar, pobreza y agencia de las niñas) y que influyen en el tiempo que tienen disponible para otras actividades. Podría decirse que las normas de género son el factor que más influye en el uso del tiempo de las niñas; las experiencias compartidas por las niñas de la cohorte demuestran que los niños son socializados en los roles de género desde una edad muy temprana y, debido a que la división del trabajo en función del género en el hogar se considera 'normal' o 'natural', las contribuciones de las niñas en sus hogares a menudo se minimizan y no se reconocen como trabajo. Las historias de las niñas también revelan que las normas de género se entrecruzan con la composición del hogar y la pobreza: estos factores pueden influir en la cantidad de trabajo de cuidados que se requiere en un hogar, pero las normas de género dictan las formas desiguales e injustas en que este trabajo se divide entre los miembros de la familia. Sin embargo, la agencia es también un factor clave en el uso del tiempo de las niñas, y podemos ver que algunas de las niñas de la cohorte están motivadas por el deseo de desarrollar

conocimientos y habilidades que necesitan para su futuro y por lo tanto priorizan cómo dividir su tiempo en consecuencia.

5.3 ¿Cuál es el impacto del uso del tiempo de las niñas?

La forma en que las niñas de la cohorte deciden (o se les indica) dividir su día entre estas actividades tiene implicaciones directas en el tiempo que tienen disponible para otras ocupaciones. Por ejemplo, al dedicar ocho horas diarias al trabajo de cuidados no remunerado, es posible que una niña no tenga tiempo para hacer los deberes o participar en actividades de formación que la prepararían para sus futuras ambiciones profesionales. La forma en que las niñas dividen su tiempo también tiene consecuencias para su salud y bienestar: las niñas que están sobrecargadas con numerosas responsabilidades y que declaran tener poco tiempo también declaran tener poco tiempo para socializar con amigos, familia y sus comunidades más amplias para construir redes sociales importantes; menos horas para dormir y descansar; y niveles más altos de estrés. También podemos ver que la forma en que las niñas de la cohorte han dividido su tiempo a lo largo de sus vidas influye en cierta medida en la escala de sus ambiciones, los tipos de aspiraciones profesionales que tienen y su optimismo para el futuro. Las niñas que reciben apoyo para dar prioridad a su educación tienen más probabilidades de aspirar a asistir a la universidad y tener carreras satisfactorias; las niñas cuyo tiempo ha sido dominado por el trabajo de cuidado no remunerado u otro trabajo no remunerado se puede ver que han disminuido la escala de sus ambiciones a lo largo de los años.

5.3.1 Cómo repercute el uso del tiempo de las niñas en su educación

Repercusiones negativas del trabajo no remunerado y de las responsabilidades de cuidados no remuneradas

Los altos niveles de trabajo de cuidados no remunerado pueden hacer que las niñas falten a la escuela, sean incapaces de completar sus deberes, se retrasen en sus lecciones y obtengan malos resultados en los exámenes y, en última instancia, abandonen la escuela.

plan-international.org

Muchas de las niñas filipinas luchan por dar prioridad a su educación y sienten que sus estudios se resienten debido a su trabajo de cuidados no remunerado. Desde los nueve años, Rubylyn ha declarado faltar de vez en cuando a la escuela debido a sus responsabilidades como cuidadora. En 2016, Rubylyn compartió que la razón por la que había faltado a la escuela recientemente fue porque *“mi mamá me pidió que cuidara al bebé [hermano de Rubylyn], porque tenía que lavar la ropa.”* Rubylyn, que ahora tiene 17 años, cursa su penúltimo año de estudios y lo compagina con unas 4 horas diarias de tareas domésticas. Rubylyn dice que prefiere dedicar su tiempo a estudiar, pero se asegura de hacer las tareas domésticas para que *“no haya peleas”* en casa. Como consecuencia de ello, Rubylyn dice que *“a veces no apruebo [los exámenes escolares].”*

En 2023, Mahalia, que entonces tenía 16 años y también era filipina, contó que a veces llega tarde a la escuela debido a las tareas domésticas que debe terminar antes de salir, mientras que Rosamie (17 años en 2023) dijo que estaba cansada porque era responsable de cocinar para su familia de siete miembros y luchaba por compaginarlo con sus estudios. Este año, Rosamie cree que sus estudios se han vuelto más intensivos porque está en el último curso de la escuela, y es *“estresante”* tratar de encontrar tiempo para estudiar. Nos cuenta:

“Me preocupa mucho. Me preocupan mucho mis estudios; solo quiero hacer todas las actividades a tiempo.”

- Rosamie, 18 años (2024), Filipinas

Del mismo modo, Michelle (Filipinas) expresó en 2023 que, aunque asiste a la escuela, no tiene tiempo para estudiar porque dedica su tiempo a las tareas domésticas. Explica que se siente abrumada por sus responsabilidades domésticas, diciendo:

“Por supuesto, me arrepiento porque en lugar de dedicarme solo a estudiar, mi tiempo se divide entre las tareas de casa.”

- Michelle, 16 años (2023), Filipinas

El impacto del trabajo no remunerado de las niñas en su educación no parece ser reconocido por sus padres. El padre de Reyna (Filipinas) calcula que las tareas domésticas y la cocina ocupan “el 20%” del día de Reyna; esto equivaldría a algo menos de 5 horas. Cuando se le pregunta qué tareas y cuidados realiza Reyna, su padre dice: “No lo sé, pero también ayuda a su hermana” - y cuando se le pregunta cuánto tiempo dedica Reyna a cuidar de sus hermanos u otros miembros de la familia dice: “muy pocas veces” - especulando que quizás Reyna solo lo hace los sábados y domingos. Por el contrario, la propia Reyna afirma dedicar 11 horas al día a actividades de cuidado simultáneas: dedica unas 7 horas a las tareas domésticas y a cocinar, y unas 4 horas a cuidar de sus sobrinos, ayudándoles con los deberes y supervisándoles mientras juegan. Reyna afirma que solo tiene tiempo para 1 hora de deberes al día, que hace al mismo tiempo que supervisa a sus sobrinos y les ayuda con sus propios deberes. La cantidad total de trabajo de cuidados no remunerado que realiza representa el 46% de las 24 horas del día de Reyna, más del doble de lo que calcula su padre. Como era de esperar, Reyna había obtenido recientemente malos resultados en algunos exámenes escolares. El padre de Reyna comparte que estaba decepcionado y que no podía entender por qué había sucedido esto. La propia Reyna comenta: “No es fácil ser estudiante y hacer muchas cosas en casa”.

Una de las principales razones por las que las niñas abandonan prematuramente la escuela es que se las necesita en casa para cuidar de los niños pequeños o de familiares enfermos o mayores.²¹⁹ En Benín, tanto Eleanor como Margaret se vieron obligadas a abandonar la escuela debido a su bajo rendimiento; en ambos casos, sus padres no reconocieron que la pesada carga de cuidados era un factor importante que contribuía al bajo rendimiento de las niñas. Eleanor abandonó los estudios en 2021; había suspendido quinto curso por segunda vez debido a las distracciones de las tareas domésticas y su madre quería que dejara los estudios en ese momento. Aunque el hermano de Eleanor insistió en que continuara con la escuela, poco después Eleanor acabó viéndose obligada a abandonar sus estudios.

“Acabé expulsada por la directora porque no podía seguir el ritmo”

- Eleanor, 17 años (2024, Benín)

La madre de Eleanor enmarca la situación de otra manera, diciendo que “fue la propia [Eleanor] la que decidió no continuar en la escuela” (2024). Esta simplificación excesiva de la situación sugiere que la madre de Eleanor no reconoce el impacto que las tareas domésticas de su hija tuvieron en su capacidad para dedicar el tiempo adecuado a su educación.

En toda la cohorte, hay muchos otros ejemplos de cómo el trabajo asistencial ha repercutido en la educación de las niñas. En Brasil, Natalia ha dejado de asistir a la escuela y ahora lo hace a tiempo parcial para poder compaginar sus responsabilidades con el cuidado de su abuela mayor (Natalia recibe una remuneración por este trabajo). En 2024, Natalia cuenta que cree que el mayor reto al que se enfrentan las niñas de su comunidad es que no pueden terminar sus estudios, “porque a menudo se quedan en casa para ayudar a sus madres”. En Uganda, Miremba y Nimisha dicen que desearían pasar menos tiempo cocinando para poder dedicar más tiempo a estudiar, mientras que en Togo, Anti-Yara tuvo que repetir curso porque las tareas domésticas le hacían llegar tarde a la escuela, lo que repercutía en sus notas.

“Antes tenía más tiempo, pero ahora tengo más responsabilidades domésticas porque mi hermano y mi hermana no viven aquí. Siempre llego tarde a la escuela, como se ve porque tuve que repetir el curso.”

- Anti-Yara, 15 años (2021), Togo

El trabajo de cuidados no remunerado asociado al matrimonio y la maternidad tiene un impacto significativo en los logros educativos. Aparte de Griselda (República Dominicana), todas las niñas de la cohorte que son madres abandonaron la escuela durante su embarazo y no han regresado, sin embargo, los esfuerzos de Griselda para terminar la escuela no estuvieron exentos de desafíos. Griselda inicialmente abandonó la escuela a finales de 2019 cuando estaba embarazada, pero recibió el apoyo

de su familia para regresar a la escuela un año después para repetir el grado que había reprobado. Ella también asistió a la escuela los fines de semana hasta que se graduó, y ahora asiste a un curso puente universitario. Doris (El Salvador) abandonó los estudios cuando se quedó embarazada en 2022 y afirma en 2024 que sería demasiado difícil retomarlos “porque nadie va a cuidar del niño”. Melanie, de Filipinas, abandonó los estudios cuando se quedó embarazada en décimo

curso y, aunque quiere volver a la escuela para terminar sus estudios, le parece demasiado difícil porque su hijo es muy pequeño.

“Tengo muchas ganas de estudiar, pero no hay nadie que cuide de mi hijo. Tengo muchas ganas de terminar el bachillerato”.

- Melanie, 17 años (2024), Filipinas

Recuadro 6. Cómo influye en la educación la acumulación de trabajo asistencial a lo largo del tiempo: un estudio de caso

A través de las experiencias de las niñas de la cohorte, las formas en que el trabajo de cuidados no remunerado se ha ido acumulando a lo largo de su infancia y ha repercutido en sus trayectorias educativas a lo largo del tiempo, hasta el abandono total de la escuela en favor del desempeño de funciones de cuidado a tiempo completo. Hillary, de El Salvador, ha asumido cada vez más responsabilidades de cuidado directas e indirectas a lo largo de su infancia y, desde que tenía 15 años, la mayor parte de su tiempo lo ha dedicado al cuidado de su hijo. A los 8 años, Hillary acarreaba agua tres veces al día con su hermano, y al año siguiente ya era responsable de muchas tareas domésticas y del cuidado de su hermana pequeña, algo que disfrutaba haciendo.

“Me gusta hacer las tareas de la casa, me gusta fregar los platos [...] Cocino la comida, frijoles y huevos. o me gusta cocinar. Cuando no estoy haciendo tareas, juego [...] En mi casa tengo que cuidar de mi hermana pequeña, soy la que cuida de ella”.

- Hillary, 9 años (2015), El Salvador

A los 10 años, Hillary ya iba de forma independiente al río a lavar la ropa de la familia, algo que su madre decía que le gustaba hacer, y a los 13 años, Hillary se tomaba tiempo libre de la escuela para ayudar en la casa mientras su madre estaba embarazada.

“Barro, enciendo el fuego para hacer el desayuno, a veces tenemos masa en la nevera y la saco para hacer tortillas. Les doy de comer a mis hermanos, a mi papá, a mi mamá y luego mi hermana y yo vamos a lavar los trastes y así [...] Luego voy a lavar el maíz para el molino para la cena o para la comida”

- Hillary, 13 años (2019), El Salvador

Al año siguiente, Hillary describió cómo su trabajo de cuidado se ha extendido más allá de su hogar. Había empezado a ayudar en eventos de la iglesia, haciendo y sirviendo pasteles. Un año más tarde, cuando tenía 15 años, Hillary abandonó la escuela para casarse y describió cómo realizaba tareas domésticas para su nueva suegra, además de seguir cuidando a su hermano pequeño. Hillary se quedó embarazada ese mismo año y tuvo un hijo a finales de 2021.

“Sí, es como ocuparse del bebé, bañarlo, vestirlo, cuidarlo, mecerlo para que duerma lo suficiente. Mientras duerme, me las arreglo para hacer muchas cosas en casa, es decir, las tareas domésticas.”

- Hillary, 15 años (2022), El Salvador

Ahora, con 17 años, Hillary dice hacer unas 11 horas de trabajo de cuidados no remunerado al día y gana dinero haciendo y vendiendo conservas. Aunque le gustaría volver a la escuela, y también aprender inglés, Hillary dice que ahora sería demasiado difícil volver mientras esté amamantando, y pregunta retóricamente: *“¿Cómo voy a hacerlo?”*.

La historia de Hillary destaca la urgente necesidad de una educación integral en sexualidad, de acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, y de guarderías de calidad, accesibles y asequibles, para que las adolescentes puedan completar su educación.

El impacto para algunas niñas es profundo: el tiempo que han pasado fuera de la escuela desde el nacimiento de sus hijos les ha hecho perder habilidades y conocimientos que habían adquirido años antes. Ayomide, de Togo, abandonó la escuela en 2021 porque su familia ya no podía pagar las tasas escolares. Quería volver a la escuela, pero más tarde se quedó embarazada y ahora tiene una hija de 2 años, y dice que esto le impide volver a matricularse. Ayomide no está contenta con la interrupción de sus estudios y cree que ha perdido habilidades importantes desde que los abandonó.

“He perdido el gusto por la lectura y otras cosas. Y cuando ves a alguien con un buen trabajo ahora mismo, es gracias a la escuela. ¿Cómo voy a conseguir uno quedándome en casa sin hacer nada?”

– Ayomide, age 17 (2024), Togo

Esto demuestra que el uso del tiempo de las niñas no solo puede repercutir en las oportunidades que tienen de adquirir nuevas habilidades y conocimientos a través de la educación o la formación, sino que también puede hacer que pierdan la información que habían adquirido previamente debido a la falta de uso o de capacidad para poner en práctica las habilidades.

El trabajo de cuidados no remunerado no es la única actividad que repercute en la capacidad de las niñas para sobresalir en sus estudios y terminar la escuela. **Las largas horas dedicadas al trabajo remunerado o no remunerado también tienen un impacto crítico en la educación de las niñas.** En Camboya, Reaksmey informó de que el trabajo es la razón por la que abandonó la escuela en décimo curso. El padre de Reaksmey murió en 2022 y durante el mismo periodo su madre se rompió la mano, por lo que no podía trabajar. Reaksmey dijo que decidió recoger mangos *“para ayudar a mi familia a obtener ingresos”*. Como trabajaba lejos de casa, Reaksmey se perdió el comienzo del curso escolar y cuando intentó volver a clase el profesor le dijo que tendría que repetir curso. En 2024, Reaksmey reflexiona que *“después de oír eso, decidí no volver a la escuela”* porque no quería quedarse atrás con respecto a sus compañeros.

En Filipinas, el trabajo no remunerado en la granja de su familia obliga a menudo a Mahalia a faltar días a la escuela y a no completar las tareas, lo que le causa mucha ansiedad. Mahalia explica que a veces intenta negociar con sus padres para que solo la ayuden en la granja por la mañana y así poder ir a la escuela por la tarde, pero considera que este trabajo para sus padres es esencial, *“porque la vida es dura. Tenemos que trabajar juntos”* (2024). Sobre sus preocupaciones por su educación, Mahalia comparte:

“A veces, no puedo ir a clase porque ayudo a mamá y papá en la granja [...] Me preocupa no poder seguir el ritmo de la clase por estar ausente.”

- Mahalia, 17 años (2024), Filipinas

La realidad de navegar entre las exigencias de la escuela, los deberes, las tareas domésticas, el trabajo no remunerado en las granjas familiares y las responsabilidades de cuidado de otras personas significa que el tiempo de las niñas para aprender se ve seriamente comprometido. No es de extrañar que algunas de ellas tengan un bajo rendimiento académico y repitan curso. A su vez, la falta de progreso académico -especialmente cuando los costes de las tasas escolares ya son difíciles de sufragar para las familias- disuade claramente a las niñas de continuar en la escuela, y a sus padres de apoyar su educación.

Utilizar el tiempo en favor de la educación

Por otra parte, la forma en que las niñas reparten su tiempo también tiene el potencial de apoyar sus logros educativos. Las niñas que reciben apoyo para dar prioridad a su educación y reducir al mínimo las horas que dedican al trabajo no remunerado de cuidados y a otras actividades afirman poder dedicar más tiempo a la asistencia a la escuela y a los deberes. Annabelle, de Benín, ha recibido el apoyo de sus padres para reducir sus responsabilidades de cuidado no remuneradas en favor de sus estudios. Al principio, a Annabelle se le permitía abandonar sus tareas cuando tenía clases, o dar prioridad a hacer primero los deberes antes

que las tareas de la casa. En 2022, dijo “[mi horario] solo cambia cuando tengo deberes en la escuela; dejo mis tareas domésticas para asistir a la escuela”. En 2023, Annabelle había conseguido reducir considerablemente sus tareas en casa, y decía:

“En cuanto a mis responsabilidades, todo ha cambiado porque tengo demasiadas materias que estudiar como para poder dedicarme a las tareas del hogar. No hago tareas del hogar; estudio.”

- Annabelle, 16 años (2023), Benín

La capacidad de Annabelle para distribuir su tiempo de forma que le ayudara en su educación le permitió graduarse en el instituto; ahora asiste a la universidad en Cotonú y estudia obstetricia. En 2024, la madre de Annabelle cuenta que la razón por la que su hija había podido reducir su nivel de tareas domésticas era porque “no es la única en casa”; antes de mudarse a Cotonú, Annabelle vivía con su madre y su padre (ambos empleados a tiempo completo) y sus dos hermanos pequeños (de 11 y 16 años). La madre de Annabelle sugiere que las tareas domésticas se repartían entre todos los miembros de la familia. La madre de Annabelle también reflexiona sobre por qué era tan importante para ella permitir que su hija priorizara el tiempo para su educación.

“De donde yo vengo, no nos gusta que las niñas vayan a la escuela. Por ejemplo, en mi familia, mi hermana mayor y yo fuimos a la escuela, pero con los rumores que corrían en el pueblo, nuestros padres se desanimaron y descuidaron nuestra escolarización. Pero mi hermana mayor tuvo la suerte de conseguir su CEP^{jj} y yo me detuve en el CE1.^{kk} Eso dejó un vacío en mí hoy. Si fuéramos niños, nuestros padres no nos iban a abandonar por los rumores que corrían en nuestro pueblo [...] Si pudiera

cambiar algo, aconsejaría y animaría a las niñas a ir a la escuela.”

- Madre de Annabelle, 2024, Benín

La historia de Annabelle demuestra la importancia de un entorno propicio para que las niñas puedan gestionar el uso de su tiempo. Los padres de Annabelle comparten la cocina en casa, lo que desafía las normas de género imperantes sobre el cuidado no remunerado en Benín. Su madre también apoya la educación de su hija y desearía que las normas sociales de género sobre la educación de niñas y niños en su pueblo no la hubieran privado de las mismas oportunidades. Como resultado, Annabelle recibió apoyo para dedicar la mayor parte del tiempo a su educación, limitando su trabajo de cuidados no remunerado para poder estudiar; ahora es la única niña de la cohorte de Benín que se ha graduado en secundaria y ha accedido a la universidad.

Al igual que Annabelle, varias niñas de la cohorte de Vietnam han recibido el apoyo de sus padres para reducir sus responsabilidades de cuidado en favor de dedicar más tiempo a sus estudios. A la edad de 12 años, la madre de Sen informó de que “en mi casa hay igualdad” entre hombres y mujeres, compartiendo que cuando ella está en el trabajo su esposo hace las tareas domésticas, y cuando él está en el trabajo, ella hace estas tareas. Esta tendencia continuó para Sen, que en los años siguientes describió un reparto equitativo de las tareas domésticas, los deberes, las clases particulares y el tiempo libre, incluida la práctica del deporte. A los 16 años, dijo: “Voy sobre todo a la escuela”, pero también mencionó que quería dedicar más tiempo a los deberes y al estudio. En 2024, ahora con 17 años, Sen explica que ha podido lograr este objetivo, afirmando que dedica “más tiempo al estudio que el año pasado”. En la actualidad, Sen afirma no realizar ningún trabajo de cuidados no remunerado, y en su lugar dedica 13 horas diarias a su educación; su objetivo es ir a la universidad en la ciudad para estudiar Económicas.

“Estudio en la escuela todas las mañanas de lunes a sábado. Además, también hay algunas clases extra.”

- Sen, 18 años (2024), Vietnam

^{jj} Certificado de fin de estudios primarios en Benín.

^{kk} Tercer curso de primaria en Benín.

Si reflexionamos sobre el reparto del trabajo de cuidados no remunerado entre los cuidadores en Vietnam (analizado en la sección 5.2.1), podemos observar cómo el uso del tiempo de las niñas está determinado por la dinámica del hogar. En la cohorte vietnamita, una división más equitativa del trabajo de cuidados entre madres y padres parece tener implicaciones importantes en el papel que se espera que las niñas desempeñen en el hogar y, en consecuencia, en la prioridad que pueden dar a otras actividades como su educación.

Muchas de las niñas de la cohorte vietnamita también afirman que sus padres las han disuadido de aceptar un trabajo remunerado para garantizar que puedan dar prioridad a sus deberes escolares; de hecho, de las ocho niñas de la cohorte en Vietnam, solo dos realizan actividades generadoras de ingresos: Yen vende ocasionalmente ropa por Internet y Ly trabaja en una cafetería durante las vacaciones escolares. Sin embargo, a pesar de tener niveles más bajos de participación económica y responsabilidades de cuidado no remuneradas en relación con el resto de la cohorte, las niñas de Vietnam afirman tener una increíble falta de tiempo y sentirse desbordadas por el número de horas que dedican a sus estudios. En 2024, Tan describe su rutina de estudio, que es representativa de los horarios de muchas otras niñas vietnamitas:

“A veces no tengo clase extra puedo salir temprano y entonces aprendo un poco me acuesto temprano. También hay veces que estudio hasta las 4, me voy a casa, como, bebo, me aseo, luego a las 9 y media, estudio hasta las 11 y luego estudio online [...] También siento presión, ahora solo quedan 3 meses para estudiar para el examen.”

- Tan, 17 años (2024), Vietnam

Muchas de las niñas de Vietnam tienen clases adicionales los fines de semana y a última hora de la tarde, y dedican una media de 11 horas diarias a su educación. Si bien es positivo que estas niñas reciban apoyo y estímulo de sus padres para dar prioridad a sus estudios y graduarse en la escuela,

también hay impactos nocivos de este uso del tiempo: las niñas de Vietnam dicen tener muy poco tiempo para el descanso y la recreación, lo que tiene efectos negativos en su bienestar.

5.3.2 Impacto en el desarrollo de aptitudes profesionales y planificación para el futuro

A medida que las niñas de la cohorte alcanzan la edad de 18 años, muchas están haciendo la transición de la escuela secundaria a sus próximos pasos, ya sea la educación superior o el mundo laboral. Algunas de las niñas de la cohorte afirman poder dedicar tiempo a **desarrollar habilidades, emprender una formación profesional y aceptar un trabajo remunerado que apoye su independencia económica**. En Camboya, Kannitha ha aceptado un trabajo remunerado en el salón de belleza de su hermana, y también sigue realizando el trabajo agrícola que empezó en 2023. Aunque en un principio Kannitha aceptó este trabajo para contribuir a los ingresos del hogar y apoyar sus estudios, afirma que aceptar un trabajo remunerado le ha ayudado a desarrollar valiosas habilidades que le serán útiles en el futuro:

“Aprendo a gestionar el tiempo entre el trabajo y los estudios. Además, administro mis ingresos también para mis estudios.”

- Kannitha, 16 años (2023), Camboya

Del mismo modo, Bopha, Mony y Nakry (todas en Camboya) también afirman que han aprendido a gestionar sus finanzas y su tiempo al aceptar trabajos a tiempo parcial y compaginarlos con su educación. En Togo, Djoumai dejó la escuela hace dos años (a los 15) porque *“quería aprender un oficio”* (2024), y ahora está matriculada en un curso de diseño de moda y aprendiz de costurera. Cuando empezó su formación, Djoumai dijo que estaba *“contenta porque se me da mejor coser que en la escuela”* (2022), y ahora, dos años después, dice que le gustan los ingresos que le proporciona el aprendizaje y la independencia que le proporciona. Su curso dura seis días a la semana, 8 horas al día, y Djoumai dice que además hace 6 horas más de trabajo no remunerado, sobre todo cuidando de sus primos pequeños. El objetivo de Djoumai es terminar sus estudios de diseño de moda y viajar al

extranjero para trabajar; y cuando se le pregunta si cree que tiene tiempo suficiente para planificar su futuro y trabajar para alcanzar sus metas, Djoumai responde: “Sí. En el taller trabajo el doble para aprender bien” (2024).

Varias de las niñas de la cohorte de ALC también afirman tener tiempo para planificar su futuro y dar pasos concretos hacia el desarrollo de las habilidades que necesitan. En Brasil, Camila dijo que es capaz de hacer tiempo durante su horario para reflexionar sobre su futuro y sus metas, diciendo: “Suelo parar, coger mi cuaderno, escribir mis sueños, pensar un poco” (2024). En El Salvador, Gabriela ha desarrollado una hoja de ruta clara para su futuro. Desde hace dos años estudia mucho en la escuela y hace más deberes que antes para poder ir a la universidad; quiere estudiar Relaciones Internacionales e Inglés para ser traductora o trabajar en relaciones exteriores.

“Quiero estudiar relaciones internacionales [que es sobre] relaciones exteriores [y] tiene que ver con el idioma... sabiendo inglés se consiguen algunos de los trabajos que hay aquí en El Salvador y un buen salario. [Podría] servir de traductor para la gente también porque hay gente que viene aquí y no sabe español y quieren lo mismo de otros países [para los trabajadores] saber un segundo, tercer idioma.”

- Gabriela, 16 años (2023), El Salvador

Cuando *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] habló con Gabriela este año, nos contó que había empezado a tomar clases de inglés los sábados por la mañana -que duran 4 horas- para poder alcanzar sus metas futuras; está en el último curso de secundaria e intenta hacer 4 horas de deberes al día. Gabriela compagina su tiempo con 6 horas diarias de trabajo de cuidados no remunerado, y aunque cree que casi siempre tiene tiempo suficiente para todo, preferiría tener más tiempo para estudiar inglés.

Otras niñas del cohorte, sin embargo, creen que no tienen tiempo suficiente para aceptar un trabajo remunerado o desarrollar habilidades para su futuro.

Como Djoumai, Nini-Rike también vive en Togo y está aprendiendo corte y confección. Nini-Rike pasa 7 horas al día en su taller de sastrería, pero también debe compaginarlo con el trabajo en el campo durante la temporada de cosecha para financiar su aprendizaje y contribuir a los ingresos familiares. Además, Nini-Rike realiza unas 7 horas diarias de trabajo asistencial no remunerado: todos los días se levanta a las 3 de la mañana para preparar gachas y pasteles para su madre, y luego ayuda a su hermano pequeño a prepararse para ir a la escuela. Cuando se le pregunta cómo reparte su tiempo, Nini-Rike responde:

“Quiero dedicar menos tiempo a las tareas domésticas y más a mi taller [porque quiero] dominar la costura.”

- Nini-Rike, 17 años (2024), Togo

Nini-Rike aspira a abrir algún día su propio taller de sastrería y ser “una gran modista”; cree que “si me esfuerzo, mañana seré libre y eso me hace feliz”, pero le preocupa no tener tiempo para desarrollar su técnica de costura. Del mismo modo, a Namazzi, de Uganda, le preocupa no poder dedicar el tiempo suficiente a desarrollar sus técnicas de sastrería. En 2024, Namazzi informa de que ha completado el primer nivel de sastrería; quiere estudiar el segundo nivel, “para poder aprender más habilidades”, pero no tiene tiempo, porque realiza 5 horas de trabajo no remunerado de excavación y 13 horas de trabajo no remunerado de cuidado de personas al día.¹¹ El trabajo de Namazzi consiste en cocinar para su familia, limpiar y cuidar de su sobrina de 4 años. Aunque intenta practicar la sastrería en privado, Namazzi dice que se siente “mal” porque sus habilidades como sastra no se desarrollan más deprisa:

“Me siento mal porque a veces mis clientes necesitan algo como un diseño del que yo no tengo ni idea, pero si estuviera en la escuela podría aprenderlo.”

- Namazzi, 17 años (2024), Uganda

¹¹ Algunas de las actividades de Namazzi se realizan simultáneamente.

Algunas de las niñas **que son madres informan de que sus responsabilidades de cuidado no remuneradas** les impiden realizar un trabajo remunerado fuera del hogar; esta es la situación de Katerin (República Dominicana), cuya historia se compartió en la sección 5.2.1. Esto destaca una vez más la necesidad de servicios de guardería accesibles, ya que se trata de una barrera demostrable para la participación económica igualitaria de las niñas. En muchos de los países de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] podemos ver que las responsabilidades de cuidado no remuneradas de las niñas han aumentado significativamente a lo largo de sus vidas, y esta trayectoria las ha llevado a verse privadas de oportunidades de empoderamiento económico.

5.3.3 Impacto en la recreación y las redes sociales

Muchas de las niñas de la cohorte tienen muy poco tiempo. Los estudios demuestran que es más probable que las personas compensen el mayor tiempo dedicado al trabajo y a la educación con menos horas de sueño o de recreación, en lugar de con menos tareas de cuidado de los hijos o del hogar.²²⁰ En el caso de las niñas de la cohorte, **muchas parecen estar sacrificando sus aficiones, la socialización con amigos y familiares y el tiempo dedicado a participar en la vida comunitaria.** Mientras que la mayoría de las niñas de la cohorte dicen que tienen algo de tiempo al día para actividades de recreación, 12 niñas afirman no tener tiempo para aficiones o socializar, y otras 12 dicen que solo tienen una hora al día para ello. Ayomide (Togo), que compagina el trabajo remunerado en un puesto del mercado con el cuidado de su hija, resume las repercusiones de la limitación en el uso del tiempo en su vida y en su capacidad para beneficiarse de sus redes sociales:

“Quiero tener más tiempo para buscar dinero y también para charlar con los amigos y darnos consejos. También me gustaría tener más tiempo para estar con mi familia, para ayudar más a mis abuelos y recibir también sus consejos.”

– Ayomide, age 17 (2024), Togo

En Benín, Annabelle (que estudia obstetricia en la universidad) dice que no tiene tiempo para la recreación o la vida social *“porque mis estudios son lo primero”*. Cuenta que cuando vuelve de sus clases, se queda *“encerrada en mi habitación para estudiar”*. Annabelle explica que tendrá tiempo para actividades de recreación y aficiones cuando termine sus estudios, dentro de un par de años. En Vietnam, la mayoría de las niñas afirman que, entre la escuela, las clases particulares por las tardes y los fines de semana, los deberes, las tareas domésticas y el tiempo que pasan con la familia, no tienen tiempo para pasatiempos. Para algunas niñas, como Yen y Ly, su único tiempo libre lo pasan viendo la televisión porque están demasiado cansadas para practicar deportes o jugar. Del mismo modo, Kannitha (Camboya), Namazzi (Uganda) y Bessy (El Salvador) han compartido a lo largo de los años que ya no tienen tiempo para pasatiempos.

“Solía jugar casi siempre, pero ahora juego menos y hago más tareas domésticas como cocinar y lavar.”

– Namazzi, 13 años (2020), Uganda

El tiempo libre es esencial para la salud mental y el bienestar. Durante el último año, la abuela de Juliana, Hellen^{mm} (Brasil) ha estado muy preocupada por su nieta, afirmando en 2024 que *“su personalidad ha cambiado mucho, está más cerrada”* y ya casi no sale. El abuelo de Juliana, esposo de Hellen, padece alcoholismo, lo que según Hellen es “muy duro” porque a menudo llega a casa borracho y *“se pone abusivo”*. Hay mucha violencia y peleas en casa, lo que su abuela cree que *“ha afectado mucho a su estado mental [de Juliana]”*. El fútbol es el desahogo y la vía de escape de Juliana; juega con sus amigos después de la escuela y cuando no está haciendo un trabajo no remunerado ayudando a su abuela a empaquetar y vender refrigerios en un carrito. Cabe destacar que Juliana ha practicado deporte desde que era pequeña, algo que su abuela ha desaprobado históricamente, cuando Juliana tenía 10 años:

^{mm} Nombre cambiado.

“Mira, soy como un observador. Nunca me gustó que tuviera muchos amigos, que jugara con niños.”

– Hellen (abuela de Juliana), 2017, Brasil

Ahora, con Juliana sufriendo lo que su abuela cree que es “*el principio de la depresión*”, Hellen reconoce que “cuando está con sus amigos, jugando a la pelota, se deja llevar. *Se divierte*”. Hellen ahora apoya y anima a Juliana a sacar tiempo para jugar y dice que la afición de Juliana es “*algo que no le voy a quitar*”. La propia Juliana comparte este año: “*Lo que me hace feliz es jugar [al fútbol]*”. La historia de Juliana demuestra la importancia de las aficiones y el tiempo libre para promover el bienestar y salvaguardar la salud mental de las niñas: el fútbol es la válvula de escape de Juliana que le permite “soltarse” y relajarse. En toda la cohorte, las niñas de Brasil son las que dicen tener más tiempo para actividades de recreación; parece que cuentan con el apoyo de sus cuidadores para dar prioridad a la diversión con el fin de salvaguardar su bienestar.

Varias de las niñas también afirman que la falta de tiempo tiene un **efecto perjudicial en su capacidad para cultivar sus amistades e invertir en ellas**. En Filipinas, el sobrecargado horario de Jasmine le obliga a pasar gran parte del día haciendo varias cosas a la vez: hace malabarismos con el trabajo no remunerado en la granja familiar y las tareas domésticas, y trata de mantener el ritmo de sus estudios mientras se toma un descanso temporal de la escuela. Describe las consecuencias de esta situación:

“Hago todo al mismo tiempo... Es triste porque no puedo hacer las cosas que me gustan, como relacionarme con mis amigos. Rara vez hago eso.”

- Jasmine, 18 años (2024), Filipinas

Davy, de Camboya, también debe compaginar numerosas responsabilidades. Va a la escuela y hace los deberes, ayuda a su madre en la granja, cuida de su sobrino de 2 años y realiza tareas domésticas. Davy tiene tres hermanos, dos de los cuales también van a la escuela secundaria (de 14 y

16 años), y en 2023 informó de que el empleo del tiempo de ellos no se parece al suyo: está más sobrecargado. Sus hermanos no solo dedican menos tiempo a estudiar, sino que tampoco realizan ningún trabajo de cuidados no remunerado, que para Davy ocupa 4 horas de su rutina diaria.

“Tengo tiempo suficiente para estudiar inglés y hacer más tareas domésticas. La [cantidad de] tiempo que estoy con mi familia también está bien, pero no tengo mucho tiempo para reunirme con mis amigos... Algunos de mis parientes hombres no hacen ninguna tarea doméstica y tampoco estudian mucho.”

- Davy, 16 años (2023), Camboya

Fezire, en Togo, dejó el primer ciclo de secundaria en 2023 porque quería aprender un oficio. Desgraciadamente, la familia no pudo hacer frente al coste de la matrícula, y la madre de Fezire dijo en 2024: “*no hemos encontrado el dinero para ponerla en un aprendizaje*” debido a los gastos relacionados con la salud de la familia. Fezire dedica ahora 3 horas al día al trabajo remunerado en un puesto del mercado, y 13 horas a tareas simultáneas no remuneradas de cuidados en casa. Fezire desearía poder dedicar menos tiempo a las tareas domésticas, y también se siente “*sola*” porque ya no ve a sus amigos, que están en la escuela. Solía jugar al fútbol, que le gustaba, pero dice que ya no puede hacerlo porque era un club escolar. Otras niñas de la cohorte también compartieron sus sentimientos de soledad y pesar por no tener ya tiempo para ver a sus amigas:

“Ya no tengo amigos. No tengo tiempo para hacer amigos.”

- Layla, 17 años (2024), Benín

“Es un gran cambio en comparación con años anteriores. Ahora no puedo pasear y hablar con mis amigos. Ahora estoy ocupada con mis tareas escolares y cuidando de mis sobrinas y sobrinos.”

- Reyna, 16 años (2023), Filipinas

Tan importante como las amistades es la capacidad de las niñas para participar en actividades comunitarias y contribuir a la vida cívica. A través de esta participación, las niñas no solo desarrollan amistades y redes sociales, sino que establecen relaciones y contactos importantes que les sirven a medida que construyen sus carreras. Participar en la sociedad también sienta las bases para que las niñas contribuyan a la toma de decisiones y se conviertan en líderes de sus comunidades. Hay muchas actividades comunitarias en las que Reine (Togo) dice que le gustaría participar:

“Aquí está el club de lectura, todos los sábados van a [un pueblo vecino] para el concurso de lectura, y está el club de fútbol. También quiero ir al coro y a clases de catequesis.”

- Reine, 17 años (2024), Togo

Sin embargo, Reine explica que *“no tiene tiempo”* para participar en estas actividades debido a sus tareas y deberes. Reine pasa 6 horas después de la escuela realizando tareas de cuidados no remuneradas, sobre todo recogiendo agua y cuidando de sus hermanos pequeños y de su abuelo mayor. También trabaja en una granja sembrando maíz y soja para poder comprar material escolar, como uniformes y cuadernos. A Leyla, de la República Dominicana, también le gustaría participar en un grupo de juventudes local, pero dice que ahora no le es posible porque cuida de sus hermanos pequeños durante la semana.

“Porque soy responsable de los niños, así que ahora mismo no salgo ni me meto en nada.”

- Leyla, 18 años (2024), República Dominicana

En Camboya, la madre de Leakhena dijo que un obstáculo clave para que su hija participe en actividades comunitarias es que no tiene tiempo para explorar las opciones de grupos a los que podría unirse. Leakhena dedica más de 11 horas al día a su educación, ya sea en la escuela o haciendo los deberes; también ayuda a su madre en su negocio y hace las tareas domésticas.

plan-international.org

“No tiene tiempo suficiente para eso, ya que dedica casi todo su tiempo a estudiar en la escuela y en casa; además, los fines de semana no sale de casa y no tiene información para participar en actividades de desarrollo social.”

- Madre de Leakhena, 2024, Camboya

Del mismo modo, muchas de las niñas de la República Dominicana y El Salvador no saben en qué actividades les gustaría participar si tuvieran tiempo, o dijeron que no conocían ninguna actividad comunitaria en la que pudieran participar. Esto sugiere una falta de acceso a oportunidades de recreación, así como quizás una falta de tiempo disponible para buscar dichas oportunidades.

De nuevo, son las niñas de Brasil las que afirman tener más tiempo para participar en la vida comunitaria. Sofía participa en un grupo de juventudes de su iglesia, que le gusta mucho, y Fernanda y Larissa son miembros de clubes de fútbol locales. Camila cree que es importante que las niñas y las mujeres participen en actividades y grupos comunitarios *“porque los hombres ya tienen más oportunidades que las mujeres”* (2024). Fernanda piensa que es *“genial”* ver a mujeres liderando actividades comunitarias y tomando decisiones, porque *“normalmente vemos a más hombres participando en estos grupos, ¿no?”*. (2024), mientras que Bianca cree que las mujeres necesitan participar en la comunidad para asegurarse de que están *“en medio de las decisiones importantes”* (2024). Para las niñas de Brasil, participar en actividades comunitarias les permite conocer modelos de conducta positivos; Bianca dice que el tipo de mujer que quiere ser se basa en las mujeres fuertes que la rodean.

“Me gustaría ser una persona fuerte y decidida, que no renuncia a sus sueños, que persiste hasta conseguir lo que quiere.”

- Bianca, 17 años (2024), Brasil

5.3.4 Impacto sobre el descanso, la salud y el bienestar

Un refrán común entre las niñas de la cohorte es que desearían tener más tiempo para descansar. En Filipinas, Reyna tiene muy poco tiempo. Cuando no está en la escuela o haciendo su trabajo de investigación de un año, cuida de sus sobrinos y hace tareas domésticas mientras su hermana y su cuñado trabajan. Los fines de semana estudia o visita a sus padres y, cuando está allí, les ayuda en la granja. Reyna describe así su rutina:

“Ahora que vivo con mi hermana durante los días de escuela, hago allí muchas tareas domésticas y ayudo a cuidar de mis sobrinos. También hay muchas exigencias en la escuela porque ahora hacemos investigación. Esos son casi todos los cambios. Cuando vuelvo a casa los sábados y domingos, ayudo en el campo o hago cosas que me pide mi padre. Pero depende porque hay fines de semana en los que no puedo ir a casa porque estoy ocupada con la escuela.”

- Reyna, 17 años (2024), Filipinas

Reyna piensa que *“hacer muchas cosas es natural”*, una afirmación que refleja una norma interiorizada sobre las funciones y responsabilidades de las niñas y las mujeres. Sin embargo, reconoce que es agotador tener que hacer malabarismos con múltiples tareas y responsabilidades simultáneamente, y afirma que *“mi cerebro y mi cuerpo se cansan”* (2024). Reyna afirma no tener tiempo para descansar ni para actividades de recreación, pero intenta perseverar compartiendo que *“cuando estoy cansada, solo pienso en por qué lo estoy haciendo”*: su motivación es intentar sacar a su familia de la pobreza.

“Simplemente siento que ya soy mayor y que tengo que dejar pasar o posponer esos planes [como socializar con amigos] para poder hacer mis tareas en casa o ayudar a mi madre y a mi padre en sus quehaceres.”

- Reyna, 17 años (2024), Filipinas

En Vietnam, Huong dice que le gustaría tener *“más tiempo para dormir, pasar más tiempo con mi familia y estudiar un poco menos”*. Pasa 6 horas al día en la escuela y otras 5 haciendo deberes y estudiando, pero dice que le cuesta mantenerse al día con su carga de trabajo, y pregunta bromeando: *“¿por qué la vida sigue ahogándome?”*. (2024). Huong intenta aliviar el estrés jugando a videojuegos a altas horas de la noche, algo que ha hecho durante los últimos años; sin embargo, esto significa que se acuesta sobre la 1 de la madrugada y solo duerme unas 4 horas.

El estrés es otra de las quejas comunes de las niñas. En la República Dominicana, Nicol cuenta que había perdido mucho peso en el último año porque recientemente había perdido el apetito, diciendo *“a veces no tengo ganas de comer”* (2024). Nicol describe la causa de su pérdida de apetito diciendo: *“el estrés, como demasiadas clases y demasiado trabajo que hacer”* (2024). Igual que Nicol, Rosamie (Filipinas) ha perdido peso en el último año, lo que atribuye a su apretado y sobrecargado horario, explicando que *“hay muchas actividades en la escuela. Estoy ocupada haciendo muchas cosas, así que quizá por eso he perdido peso”*. Rosamie va a la escuela 8 horas al día, y luego estudia y hace los deberes otras tres horas por la tarde. Al mismo tiempo que hace los deberes, Rosamie hace tareas domésticas, como preparar la cena para su familia y lavar la ropa, y supervisa a su sobrino de 4 años; en total, hace 5 horas de trabajo de cuidados no remunerado al día. Rosamie reflexiona en 2024 que su carga de trabajo es *“estresante”*.

Darna (Filipinas) también lucha contra el estrés. Su situación vital -en una pensión con su hermano- puede ser bastante *“ruidosa y caótica”*, lo que dificulta que Darna se concentre en sus estudios. Dice que le gustaría tener *“una situación y un lugar tranquilos para aprovechar al máximo mi tiempo”*. En la casa que comparte con su hermano, Darna se encarga de todas las tareas domésticas, lo que le exige mucho tiempo y le provoca ansiedad. Darna describe las presiones sobre su tiempo:

“Me gustaría tener tiempo para refrescarme [se ríe], no solo para estresarme [...] Debería estar estudiando a las [8 p.m.], creo que aún no puedo descansar porque tengo mucho que hacer. También es difícil porque no

tengo tiempo cuando estoy en la escuela para hacer las actividades. Cuando estoy en casa, me agobio porque tengo que hacer muchas tareas domésticas [...]. [A veces me agobio mucho porque cuando llego a casa no puedo concentrarme debido a las tareas domésticas, sobre todo cuando se amontona la ropa sucia.]”

- Darna, 18 años (2024), Filipinas

Para Katerin y Griselda, de la República Dominicana, las exigencias de la maternidad significan que tienen muy poco tiempo para cuidar de sí mismas, lo que les deja poco tiempo para comer y hacer ejercicio.

“Tengo que hacer el desayuno para mi hijo pequeño, no para mí, porque yo no tomaba nada, y a veces no comía en todo el día porque no podía pararme a hacerlo. Pero ahora tengo que hacer la cena para los niños, el almuerzo y la cena.”

- Katerin, 18 años (2024), República Dominicana

Griselda dice que le gustaría tener más tiempo *“para cuidarme”* y hacer cosas como *“ir al gimnasio”*.

El estrés y la falta de tiempo para el cuidado personal también tienen otras repercusiones en la salud y el bienestar de las niñas. En Filipinas, Christine contó en 2022 que sus padres le habían reducido las tareas domésticas porque se desmayó después de hacer dos lavadas de ropa. Desde ese incidente, cuando Christine se cansa se le oprime el pecho, por lo que su familia se asegura de que ya no se canse demasiado. En 2023 dijo: *“Me encargo de la cocina, como cocinar. No más trabajo pesado”*. También en Filipinas, la madre de Chesa informa en 2024 de que su hija *“llevaba cinco meses sin menstruar”* y un médico le dijo que *“quizá solo estaba deprimida por estudiar y estresada”*.

En general, la forma en que las niñas de la cohorte emplean su tiempo está teniendo diversas repercusiones en sus vidas. En el caso de algunas niñas, la carga de trabajo no remunerado en el cuidado de otras significa que se vieron obligadas a abandonar los estudios o consideran que sería

demasiado difícil retomarlos después de haberlos abandonado por otros motivos. Para otras, el trabajo de cuidado significa que no tienen tiempo suficiente para estudiar o para desarrollar habilidades que creen que necesitan para su futuro, como emprender un aprendizaje. La falta de tiempo también tiene un impacto significativo en las oportunidades de las niñas para socializar y participar en la vida comunitaria, y en su capacidad para disfrutar de aficiones y actividades de recreación. Muchas de ellas afirman no tener tiempo suficiente para descansar y sufren altos niveles de estrés que repercuten en su bienestar. Esto no solo compromete la salud y el bienestar de las niñas, sino que también les priva de oportunidades para crear redes sociales, participar en la vida de la comunidad y desarrollar habilidades de liderazgo.

5.4 Aspiraciones de las niñas: uso del tiempo, agencia y toma de decisiones

Las experiencias de las niñas de la cohorte ponen de relieve la relación entre el uso del tiempo y las aspiraciones. Las aspiraciones de las niñas de la cohorte no solo nos dan una idea de cómo imaginan su futuro, sino también de las oportunidades y limitaciones que las niñas perciben a su alrededor. Una influencia notable en esta percepción de viabilidad es el uso del tiempo. Las niñas que se han visto obligadas a abandonar su educación debido a los altos niveles de trabajo de cuidados no remunerado tienden a haber reducido la escala de sus ambiciones en respuesta a su percepción de lo que ahora es factible y alcanzable. Esto no solo revela cómo el uso del tiempo de las niñas influye en sus aspiraciones, sino también cómo la forma en que las niñas dividen su tiempo influye en sus creencias de género sobre los papeles que *“deberían”* desempeñar las mujeres y los hombres. A lo largo de los años, como se detalla en la sección 5.2.1, las niñas han expresado creencias de género sobre los roles de las niñas y las mujeres en el hogar y en la sociedad, que reflejan la forma en que ellas y sus madres emplean su tiempo. Muchas de las niñas han aspirado a trabajar en profesiones de cuidados en distintos momentos de su vida, lo que refleja su convencimiento de que los empleos en el sector asistencial son asequibles y aceptables. La valoración de las trayectorias profesionales que se abren a las niñas también se basa en los modelos

que observan en sus comunidades Aspirar a carreras en profesiones de cuidados se convierte por tanto en una demostración de la agencia táctica de las niñas -

que se define como las decisiones y acciones calculadas y limitadas en el tiempo que se adoptan en respuesta a ofertas limitadas o fortuitas.²²¹

Por otro lado, también vemos niñas en la cohorte cuyas aspiraciones impulsan y definen cómo dividen su tiempo. A través de sus aspiraciones, podemos ver que la agencia de las niñas se manifiesta a medida que toman decisiones activas sobre cómo emplear su tiempo en apoyo de la consecución de sus objetivos.²²² Un ejemplo común en la cohorte es el de las niñas que toman la decisión activa de dedicar la mayor parte de su tiempo a sus estudios (que ven como vías para alcanzar sus objetivos) y, en consecuencia, reducen el tiempo que dedican al trabajo de cuidados no remunerado, al empleo remunerado o a las actividades de recreación.

5.4.1 Normas de género, modelos de conducta y búsqueda de profesiones relacionadas con los cuidados

La mayoría de las niñas de la cohorte han aspirado - en un momento u otro- a una carrera en una profesión asistencial, como enfermeras, parteras, otras profesiones sanitarias o como profesoras. A Azia, de Togo, le gustaría ser enfermera de distrito, e identifica a una enfermera de su comunidad a la que considera un modelo a seguir y alguien a quien quiere parecerse en el futuro. Las aspiraciones de Azia han sido las mismas durante la mayor parte de su adolescencia; cuando tenía 15 años dijo que quería *“cuidar de los enfermos y de mi familia”* (2021), y a los 16 años esto se había convertido en una visión para mejorar la atención sanitaria a nivel nacional convirtiéndose en Ministra de Salud, diciendo: *“[Deseo] ayudar y cuidar a la gente de mi comunidad y de mi país”* (2022). A los 18 años, sin embargo, los sueños de Azia han vuelto a la enfermería, y comparte: , *“Yo Siempre quise ser enfermera después del bachillerato”* (2024). Las aspiraciones de Azia se repiten en muchas otras niñas de la cohorte en diferentes etapas de su vida:

“Quiero ser enfermera [...] para poder ayudar a otras personas.”

- Jasmine, 14 años (2020), Filipinas

“Si me va bien en la escuela, podré ser partera, ese es mi sueño.”

- Fezire, 17 años (2023), Togo

De las citas anteriores se desprenden algunos puntos en común. Las profesiones de cuidados se asocian con la ayuda a los demás, que fue una virtud de género clave inculcada a las niñas a lo largo de los años a través de sus responsabilidades de cuidados no remuneradas. De este modo, podemos ver la influencia de las normas de género en la formación de las aspiraciones de las niñas. **El tiempo que han dedicado a las actividades de cuidado a lo largo de su infancia -actividades que se consideran virtuosas- ha influido en la percepción de lo que es una trayectoria profesional apropiada y aceptable para una mujer.**

Las experiencias de las niñas también ilustran la influencia normativa de los modelos de conducta en la formación de sus aspiraciones. Nakry, en Camboya, es otro ejemplo de ello. Desde los 6 años, Nakry ha expresado su deseo de tener una carrera como la enseñanza a través de la cual pueda *“ayudar a los demás”* (2013); y a los 10 años compartió su creencia de que las 'niñas buenas' ayudan a sus madres y hacen tareas domésticas. En 2021, Nakry demostró un profundo conocimiento de las responsabilidades y obligaciones de su tía como maestra de primaria y expresó su deseo de seguir sus pasos.

“Me gustaría ser profesora (como mi tía) para compartir conocimientos con las generaciones más jóvenes. Podría dar clases extra por la noche, de 5 p.m. a 6 p.m., para alumnos de 2º a 6º curso.”

- Nakry, 14 años (2021), Camboya

Aunque Nakry especificó una serie de trabajos que le gustaría desempeñar (incluido el de trabajadora sanitaria), todas sus opciones de futuro se basaban en ejemplos de lo que veía en su pueblo. Por tanto, las aspiraciones de Nakry están claramente determinadas por los modelos de conducta de su comunidad, que llevan el tipo de vida que a ella le gustaría tener y cuyas trayectorias profesionales son imitables. Cabe suponer que las niñas como Nakry han juzgado que los modelos que **las rodean tienen acceso a los mismos recursos y oportunidades que ellas, lo que hace que estas aspiraciones sean alcanzables y factibles para ellas.**

Las ambiciones de Nakry también han influido en su uso del tiempo durante la última parte de su adolescencia. En 2021, Nakry identificó que *“las niñas pueden encontrar trabajo y seguir estudiando para tener un futuro brillante”*, pero también, y esto es importante, *“para conseguir trabajo, las niñas tienen que estudiar”* (2021). En consecuencia, Nakry ha hecho un esfuerzo concertado para centrarse en su educación. En 2023, cuenta que se levanta temprano por la mañana para repasar sus lecciones antes de ir a la escuela, y en 2024 comparte que ha reducido el tiempo que dedica a las tareas domésticas para poder dedicar más tiempo a estudiar. A través de la historia de Nakry podemos ver la interacción entre las normas de género y el trabajo de cuidados no remunerado, las aspiraciones, la agencia y el uso del tiempo. Las normas de género y el tiempo dedicado al trabajo de cuidados no remunerado de niña han influido en la percepción de Nakry de que las profesiones de cuidados como la enseñanza le permiten ayudar a los demás, algo que ha interiorizado como un valor positivo. Su aspiración a convertirse en profesora ha influido en las decisiones que Nakry ha tomado sobre el uso de su tiempo para asegurarse de que puede dedicar suficiente atención a su educación para alcanzar sus objetivos. Nakry cuenta en 2024 que ahora dedica más tiempo a sus estudios y repasa más los fines de semana, y su madre dice que Nakry *“intenta aprender más que antes. La veo leer regularmente en casa”* (2024).

Dariana (República Dominicana) también demuestra la importancia de los modelos de conducta a la hora de influir en qué trayectorias profesionales y aspiraciones parecen factibles; sin embargo, una diferencia notable en la experiencia de Dariana es que no se ha ajustado a las normas de género

sobre las carreras profesionales para las mujeres. Dariana ha tenido grandes esperanzas para su futuro desde una edad temprana. En 2013, a la edad de 7 años, Dariana aspiraba a ser médico, y a la edad de 9 años, explicó *“Quiero ser médico porque me gusta cuidar a las personas que están enfermas”* (2015). En 2022, a los 16 años, el objetivo de Dariana había cambiado y aspiraba a convertirse en ingeniera química. En 2024, Dariana reflexionó sobre los orígenes de este objetivo, diciendo:

“Bueno, me interesé por la química porque me di cuenta de que me gustaba inventar cosas químicas [...] Siempre me ha gustado inventar los llamados tratamientos faciales con las cremas, mezclarlas con otros productos, etc., etc.”

- Dariana, 18 años (2024), República Dominicana

Dariana conoció la ingeniería química gracias a una prima de su padre (a la que Dariana se refiere como su tía), que estudió ingeniería química y se especializó en el desarrollo de productos de limpieza. Dariana llama a su tía su modelo a seguir porque estudió en la universidad *“sin la ayuda de sus padres”* (2024) e hizo su propia carrera, y Dariana admira su independencia. A sus 18 años, Dariana ha terminado la enseñanza secundaria y se ha ido a vivir con su tía a Santo Domingo. Dariana está realizando un curso de inmersión en inglés mientras espera que se resuelvan los trámites burocráticos relacionados con su documento nacional de identidad para poder matricularse en una carrera de ingeniería química.

5.4.2 Entornos propicios y apoyo de los cuidadores

A lo largo de los años, también podemos ver la influencia positiva del entorno de Dariana que le permitió priorizar su educación y creer que sus objetivos para el futuro eran alcanzables. En 2017, la madre de Dariana relató que no esperaba que Dariana -entonces de 11 años- realizara tareas domésticas después de la escuela y que, en cambio, podía dedicar tiempo a hacer sus deberes o descansar; solo se esperaba que hiciera tareas el

fin de semana. Más tarde, en 2019, su madre habló sobre sus esperanzas para el futuro de Dariana, diciendo:

“Ella tiene que tratar de mejorar, ve cómo vivimos, cuál es nuestra situación, quiero ver una mejora, quiero que estudie, quiero que tenga éxito, quiero que se convierta en una profesional.”

- Madre de Dariana, 2019, República Dominicana

En 2023, Dariana dijo que su padre apoyaba su objetivo de estudiar ingeniería química, informando que “[él] dice que si me gusta y si eso es lo que quiero estudiar, debería estudiar eso” A partir de la historia de Dariana, podemos observar una relación entre aspiraciones, agencia y uso del tiempo. A lo largo de los años, Dariana ha tomado decisiones sobre el uso de su tiempo que apoyan sus ambiciones: ha dedicado más tiempo a sus estudios, ha dedicado menos tiempo a las tareas domésticas, ha elegido vivir con su modelo y ha persistido en la carrera universitaria que eligió a pesar de los obstáculos administrativos. También podemos ver cómo el entorno de Dariana -es decir, el apoyo de sus padres y la presencia de una mujer en su vida que la ha inspirado- han contribuido a que Dariana crea que sus aspiraciones son factibles. A su vez, esta sensación de factibilidad de sus ambiciones reforzó y reprodujo las decisiones agentivas de Dariana sobre el uso de su tiempo.

En Benín, Annabelle también demuestra capacidad de acción en la consecución de sus aspiraciones. A la edad de 11 años, Annabelle dijo que sus padres esperaban que fuera una “gran doctora” (2018) o una partera, un sueño que ella también compartía; y al año siguiente había decidido que estaba interesada específicamente en la partera. Annabelle ha mantenido este interés y ahora está matriculada en un curso universitario en el que estudia para ser matrona.

“Me gustaría ser reportera, porque quiero ayudar a las mujeres y saber cómo se produce el parto. Además, hay escasez de parteras en Benín.”

- Annabelle, 17 años (2024), Benín

Los sueños de la madre de Annabelle para su hija son elevados: quiere que Annabelle “siga adelante y obtenga su doctorado” y afirma que “si Annabelle quiere hacer algo, lo hace con pasión y compromiso” (2024). A lo largo de los años, los padres de Annabelle han apoyado sus objetivos y han creado un entorno propicio para que ella pueda aspirar a seguir estudiando y a una carrera profesional. En 2013, la madre de Annabelle compartió que ella y su esposo comparten la responsabilidad de preparar las comidas en el hogar, y en 2017 Annabelle informó que sus padres no tienen expectativas diferentes de los niños y las niñas en su hogar. En 2020, a la edad de 13 años, Annabelle contaba con el apoyo de sus padres para reducir sus responsabilidades de cuidado no remuneradas, y solo realizaba tareas domésticas los fines de semana. Este acuerdo se mantuvo durante el resto de la etapa de Annabelle en la escuela secundaria:

“[Mi horario] solo cambia cuando tengo deberes en la escuela; dejo las tareas de casa para ir a la escuela.”

- Annabelle, 15 años (2022), Benín

“Tengo demasiadas asignaturas que estudiar para poder dedicarme a las tareas domésticas. No hago tareas del hogar; estudio.”

- Annabelle, 16 años (2023), Benín

Ahora que vive con su hermana en Cotonú y está matriculada en su curso de matrona a tiempo completo, podemos ver que el tiempo que Annabelle ha dedicado a sus estudios a lo largo de los años ha contribuido a la consecución de sus objetivos. El apoyo que los padres de Annabelle le han dado para tomar decisiones por sí misma ha hecho que Annabelle tenga un fuerte sentido de la independencia, fe en sus capacidades y la sensación de que si trabaja duro, sus objetivos son alcanzables. Cuando se le pide que reflexione sobre su ajetreada vida a lo largo de los años, Annabelle dice: “como mi objetivo se cumplió, estoy contenta con mis resultados y no recuerdo todas las dificultades por las que pasé” (2024).

En Vietnam, la experiencia de Tan también demuestra la importancia de las actitudes de los padres a la hora de influir en las perspectivas de las niñas sobre la igualdad de género y las oportunidades disponibles para las mujeres. La madre de Tan, Phuong,ⁿⁿ cree que mujeres y hombres deben ser “*muy iguales*”. En 2024, describió la división del trabajo en su casa de la siguiente manera:

“Si voy a trabajar, mi esposo se queda en casa cocinando. Él se encarga de todo, y cuando vuelvo a casa del trabajo por la noche solo para comer y luego ducharme e irme a la cama.”

- Madre de Tan, 2024, Vietnam

Podría decirse que la actitud de Phuong y el comportamiento de sus padres a la hora de repartir las responsabilidades de las tareas domésticas en función de los compromisos laborales remunerados han influido en la opinión de Tan sobre la igualdad de género. Durante su entrevista en 2024, Tan compartió una viñeta sobre las normas de género y la capacitación económica.^{oo} En esta historia, los miembros de una comunidad disuaden a una adolescente de seguir una carrera en la agricultura debido a las ideas tradicionales sobre los roles de género. En respuesta a esto, Tan dice:

“Creo que ahora que ha cambiado, las mujeres pueden hacer más cosas que los hombres. Ahora las mujeres tienen mucha independencia económica y no son dependientes. Así que creo que algunos piensan de esa manera y otros piensan a la antigua, sin estar al nivel de la cultura actual. Creo que esos tipos piensan a la antigua y [la niña de la viñeta] piensa positivamente. El auto cambio consiste, en última instancia, en cambiar la propia vida.”

- Tan, 17 años (2024), Vietnam

Las poderosas palabras de Tan sobre la igualdad de género y la agencia se reflejan en su propio uso del tiempo y en la persecución de sus objetivos. Tan aspira a estudiar Económicas en la universidad y para ello dedica unas 12 horas diarias a la escuela y a hacer los deberes. Asiste a clases extra los sábados por la tarde y el domingo pasa todo el día estudiando por su cuenta. Sus padres apoyan a Tan para que dé prioridad a sus estudios; Phuong ha pedido a los hermanos pequeños de Tan que se encarguen de cocinar el arroz para que Tan pueda dedicar más tiempo a los deberes.

A través de las historias de Tan y Annabelle podemos ver la **influencia significativa del apoyo de los padres en la creación de un entorno propicio para que las niñas definan el uso de su tiempo** de una manera que les ayude a perseguir sus aspiraciones. Tomando en conjunto las experiencias de Azia, Nakry, Dariana y Annabelle podemos entender que muchos factores diferentes conforman el sentido de las niñas de la cohorte sobre qué oportunidades están disponibles para ellas, y qué aspiraciones son factibles. Sus historias destacan la importante función que desempeñan los modelos a la hora de dar ejemplo a las niñas sobre las trayectorias profesionales que tienen a su alcance, la necesidad del apoyo de los padres para crear un entorno que permita a las niñas dar prioridad a su educación y al desarrollo de sus capacidades, y la necesidad de que las niñas tengan capacidad de decisión sobre el uso de su tiempo.

5.4.3 Fomentar las ambiciones de las niñas

Lamentablemente, no todas las niñas reciben el apoyo que necesitan para alcanzar sus aspiraciones. A través de las experiencias de las niñas de la cohorte, podemos ver que las niñas que no tienen un entorno propicio para tomar decisiones sobre su propio uso del tiempo tienden a asumir cada vez más trabajo de cuidados no remunerado a lo largo de los años y demuestran tomar menos decisiones agénticas para apoyar sus planes futuros.

En Uganda, Rebecca (18 años) abandonó la escuela a principios de 2024 por no poder pagar las

ⁿⁿ Nombre cambiado.

^{oo} Esta viñeta se incluye íntegramente en el anexo 3.

tasas escolares; dijo que solían mandarla a casa a pagar las tasas con regularidad antes de dejarla definitivamente, y que su madre la había estado animando a abandonarla desde 2021. Tras dejar la escuela, Rebecca se matriculó inicialmente en un curso de peluquería, pero de nuevo se vio obligada a abandonarlo por no poder pagar las cuotas mensuales.

En 2024, la madre de Rebecca, Faith, ^{pp} dice estar muy preocupada por la posibilidad de que Rebecca se mezcle con niños y se quede embarazada, afirmando que *“cuando se trata de niñas de esa edad no puedes saber lo que hace cuando no estás con ella.”* Por ello, Faith mantiene a su hija cerca de casa y supervisa sus actividades y con quién se relaciona. Aunque piensa que las niñas deben poder tomar sus propias decisiones, Faith cree que estas decisiones deben ser *“regulados por sus padres”*, diciendo *“cuando dejas [a los jóvenes] mucha libertad acaban haciendo un mal uso de ella.”* Ahora, Rebecca dice que es *“sentado en casa,”* y dedica unas 11 horas de su jornada a tareas simultáneas de cuidados no remunerados, como recoger leña, ir a buscar agua, cuidar de sus hermanos pequeños, preparar la comida para la familia y limpiar la casa.

Cuando Rebecca no está trabajando en casa, su madre la pone a cavar en el jardín. A Rebecca no le gusta este trabajo y cree que la hace *“desaliñada”*, sin embargo tiene poco control sobre su rutina diaria y dice que su día está dictado por *“mis dos padres [...] deciden por mí cómo debe ser mi día”* (2024). Cuando se le pregunta si Rebecca tiene tiempo para el descanso y la recreación, Faith especifica que, *“puede descansar después de su trabajo a partir de las 14:00 o 15:00 dependiendo de lo rápido que haya terminado su trabajo.”* En 2024, Rebecca espera abrir algún día su propia peluquería y dice que a veces practica trenzando el pelo de sus familiares, aunque su aspiración de niña era ser enfermera (a los 11 años) y, más tarde, abogada (a los 15).

Al igual que Rebecca, las ambiciones de Margaret (Benín) a lo largo de los años también se han visto moldeadas por influencias de su entorno, como las expectativas de sus padres para su futuro, la disponibilidad de fondos para cubrir las tasas escolares y de formación, y el tiempo que ha tenido

que dedicar al trabajo de cuidados no remunerado. Margaret lleva haciendo tareas domésticas desde que tenía 5 años; a esa edad, era responsable de barrer algunas habitaciones de su casa. A los 10 años, Margaret era responsable de recoger agua para la casa y de limpiar los platos, y había notado la desigualdad de género en el reparto de tareas en su hogar. Mientras que a las niñas de su familia se les exigía recoger agua, a los niños de la misma edad se les consideraba demasiado pequeños y se les dejaba más tiempo libre. Margaret comentó ese año *“muchas veces se permite a los niños jugar más que a las niñas”* (2016).

A los 12 años, Margaret había empezado a compartir muchas de las tareas domésticas con su madre: la ayudaba a cocinar, la acompañaba al mercado y seguía recogiendo agua y limpiando en la casa. Un año más tarde, a los 13, Margaret vivía con su tía paterna, quien comentó que intentaba asegurarse de que Margaret estuviera preparada para ser una *“buena esposa para más adelante”*. A los 16 años, Margaret llevaba cinco años de retraso escolar y había abandonado los estudios debido a sus tareas domésticas.

“[Lo dejé] porque no encuentro tiempo en casa para aprenderme las lecciones. Cuando vuelvo de la escuela, mi tía me da demasiadas tareas domésticas; me dice que vaya a buscar agua, que cocine, por eso decidí dejar la escuela.”

- Margaret, 16 años (2022), Benín

Ahora, con 18 años, Margaret trabaja 12 horas al día ayudando a su tía a vender cosméticos y trabajando en el campo; no recibe ingresos por este trabajo. De pequeña, Margaret quería ser policía y, más tarde, enfermera. Ahora, Margaret quiere aprender costura; le gustaría hacer un aprendizaje de corte y confección, pero no sabe cuándo podrá empezar a aprender. Margaret comparte su decepción por cómo pasa el tiempo actualmente:

^{pp} Nombre cambiado.

“Hoy me duele porque dejé los estudios porque pensaba que si los abandonaba me pondrían inmediatamente en un puesto de aprendiz, pero ya no es así.”

- Margaret, 18 años (2024), Benín

Margaret piensa que *“no servirá de nada”* (2024) planificar su futuro, ya que no tiene tiempo para aprender nuevas habilidades o hacer un aprendizaje. Margaret es una de las muchas niñas de la cohorte en la que podemos ver una clara trayectoria de su uso del tiempo a lo largo de su infancia, y el profundo impacto que esto tiene en las oportunidades de que dispone ahora como joven adulta y en sus aspiraciones para el futuro. A través de las experiencias de Rebecca y Margaret podemos ver una vez más las complejas formas en que **las exigencias y obligaciones sociales, como el trabajo de cuidados no remunerado, junto con las normas de género sobre el uso del**

tiempo y la agencia de las niñas, dictan las oportunidades que están disponibles para las niñas y, por lo tanto, qué aspiraciones se perciben como alcanzables.

Las niñas de la cohorte de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] nos ofrecen una visión del apoyo que necesitan las niñas en su transición de la infancia a la edad adulta y de la escuela al empleo. En primer lugar, las niñas deben tener la capacidad de definir su propio uso del tiempo y tomar decisiones autónomas sobre la mejor manera de asignar el tiempo que necesitan para las actividades que apoyarán sus trayectorias futuras. En segundo lugar, el apoyo de los padres es esencial para crear un entorno propicio para que las niñas den prioridad a su educación y al desarrollo de sus capacidades. Y en tercer lugar, contar con modelos a su alrededor que dispongan de los mismos recursos y oportunidades es importante para que las niñas se sientan factibles y realizables, y así apoyar sus aspiraciones.

6. Conclusión



Las experiencias compartidas por las niñas de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] nos proporcionan una visión única del mundo real sobre los factores que influyen en la forma en que las adolescentes dividen su tiempo mientras navegan por la transición de la infancia a la edad adulta, y de la escuela a sus siguientes pasos. Las historias y reflexiones compartidas por las niñas demuestran que un impulsor clave del uso del tiempo de las niñas son las normas de género: desde una edad temprana, las niñas están expuestas a la forma en que sus padres dividen el trabajo de cuidado en el hogar y comienzan a imitar los comportamientos de sus madres. A medida que los cuidadores asignan tareas a sus hijos en función del género, las niñas se ven expuestas a las expectativas sobre el papel que “deben” desempeñar en el hogar, y las actitudes de sus padres a menudo se comunican explícitamente a las niñas, inculcándoles la virtud de ser trabajadoras en el hogar y explicándoles que necesitan 'practicar' las responsabilidades que tendrán como esposas y madres. A lo largo de los años, los relatos de las niñas de la cohorte revelan que las niñas interiorizan estas normas y expectativas, y esto influye de forma decisiva en su uso del tiempo como adolescentes.

Junto con la composición del hogar y la pobreza, las normas de género sobre el trabajo de cuidados no remunerado determinan el tiempo de que disponen las niñas para otras actividades. La capacidad de acción de las niñas es otro factor determinante en la forma en que emplean su tiempo: a partir de las experiencias de las niñas, podemos ver que varias demuestran tomar decisiones agentivas sobre el uso de su tiempo, intercambiando el tiempo dedicado a ciertas actividades para dar prioridad a otras.

El impacto del uso del tiempo de las niñas es significativo. Los altos niveles de trabajo de cuidados no remunerado pueden hacer que las niñas falten a la escuela, se retrasen y tengan un bajo rendimiento en las clases y, en última instancia, abandonen la escuela. Entre las niñas de la cohorte, algunas han repetido curso, han pasado a estudiar a tiempo parcial o han abandonado los estudios debido a sus responsabilidades asistenciales no

remuneradas. Las niñas que son madres tienen responsabilidades de cuidado no remuneradas sustancialmente mayores, y debido a estas obligaciones la mayoría de estas niñas han abandonado la escuela y sienten que son obstáculos insuperables para su regreso a la educación.

Por otra parte, las niñas que tienen la capacidad de priorizar el uso de su tiempo en apoyo de su educación pueden verse beneficiadas por ello - varias niñas se han graduado ahora de la escuela secundaria, y unas pocas han progresado a la universidad. Las historias de estas niñas ponen de relieve la importancia de los entornos propicios: en todos estos casos, las niñas recibieron el apoyo de sus padres para reducir al mínimo el tiempo dedicado al trabajo de cuidados no remunerado y poder dedicar más tiempo a sus estudios.

Las experiencias de las niñas también ponen de relieve el impacto del trabajo de cuidados no remunerado en el tiempo de que disponen las niñas para desarrollar habilidades profesionales y planificar su futuro; varias niñas compartieron que no tienen tiempo para emprender trabajos generadores de ingresos o aprendizajes; otras niñas sienten que el tiempo que dedican a sus actividades se ve comprometido porque están equilibrando una serie de otras responsabilidades.

Otro impacto crítico del uso del tiempo por parte de las niñas es la limitación en el uso del tiempo, ya que muchas de ellas afirman tener poco o ningún tiempo para el descanso o las actividades de recreación. Esto afecta a las niñas que tienen un alto nivel de responsabilidades de cuidado no remuneradas, pero también a las niñas que dedican una parte importante de su tiempo a su educación. La limitación en el uso del tiempo priva a las niñas de oportunidades para crear redes sociales y participar en actividades comunitarias y desarrollar sus capacidades de liderazgo; también hace que las niñas se sientan solas y aisladas. Un número preocupante de niñas de la cohorte reportan altos niveles de estrés y fatiga, lo cual tiene impactos más amplios en su salud mental y bienestar.

Finalmente, podemos ver una relación entre el uso del tiempo de las niñas y las aspiraciones que tienen para su futuro. Los datos de la cohorte *Real Choices, Real Lives* demuestran que las niñas que pueden tomar decisiones sobre el uso de su tiempo para alcanzar sus objetivos tienden a tener mayores ambiciones para su futuro; entre los factores clave que facilitan estas aspiraciones también se incluyen la presencia de modelos de conducta en sus vidas y un entorno propicio y de apoyo por parte de sus padres y cuidadores.

Las niñas cuyo tiempo está dominado por responsabilidades no remuneradas y que tienen una autonomía limitada para elegir cómo emplear su tiempo tienden a haber reducido la escala de sus ambiciones a lo largo de los años para alinearse con sus percepciones de lo que es alcanzable. Por tanto, las aspiraciones de las niñas nos permiten comprender no solo cómo imaginan el futuro y sus papeles en él, sino también sus discernimientos sobre qué caminos futuros son factibles teniendo en cuenta el tiempo que emplean y las oportunidades que tienen a su alcance.

Este informe **ofrece ejemplos reales de las experiencias de las niñas en el uso de su tiempo, el trabajo de cuidados no remunerado y las consecuencias para sus vidas y**

oportunidades. Destaca los motores y las influencias que motivan la forma en que las niñas dividen su tiempo entre sus diversas actividades y responsabilidades, y demuestra los impactos (tanto positivos como negativos) que esta división del uso del tiempo está teniendo en su educación, independencia económica, tiempo libre, salud y bienestar, y aspiraciones para el futuro.

La contribución única que ofrece este informe es dar voz a las percepciones y reflexiones de niñas de diferentes contextos de todo el mundo.

Mientras que los estudios sobre el uso del tiempo proporcionan valiosa información cuantitativa sobre la división por género del trabajo de cuidados no remunerado, rara vez tenemos acceso a las opiniones y experiencias de las niñas en sus propias palabras. Con este acceso excepcional a sus voces y realidades cotidianas, se nos ofrece una imagen matizada del uso del tiempo por parte de las niñas y de las complejidades que se esconden tras la forma en que las niñas equilibran sus responsabilidades. *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] indica cómo podemos apoyar a las niñas en su transición de la infancia a la adolescencia, y de la escuela a sus siguientes pasos en la educación superior, el trabajo remunerado y la navegación por el futuro.

7. Recomendaciones



¿Cómo podemos crear un mundo en el que la desigualdad de género se aborde adecuadamente y las niñas puedan ejercer su derecho a la educación y desarrollar todo su potencial? La investigación *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales] demuestra muy bien que es fundamental abordar el uso del tiempo de las niñas y la injusta distribución del trabajo de cuidados no remunerado. A partir de las contribuciones de economistas feministas y activistas de todo el mundo, las recomendaciones que figuran a continuación se han elaborado directamente a partir de los resultados de la investigación, incluidas las ideas, opiniones y recomendaciones de las propias niñas de la cohorte de *Real Choices, Real Lives* [Opciones Reales, Vidas Reales].

Las recomendaciones también se guían por el Marco de las 4 erres, que hace énfasis en la necesidad de reconocer, reducir y redistribuir el trabajo de cuidados no remunerado, así como en la necesidad de representar las voces de las niñas y las mujeres en las políticas y la toma de decisiones que afectan a sus vidas y al uso que hacen de su tiempo.²²³

Reconocer la contribución no remunerada de las niñas al cuidado de otras personas

La gran cantidad de trabajo de cuidados no remunerado que realizan las niñas debe ser reconocido y valorado por su importancia crítica para las personas, las familias y la sociedad. Este reconocimiento debe producirse a nivel familiar, comunitario y político.

Recomendaciones para los gobiernos

- Los gobiernos a todos los niveles deberían tomar medidas proactivas para **incluir mediciones del trabajo de cuidados no remunerado en las estadísticas nacionales**, incluyendo la realización de estudios sobre el uso del tiempo con mujeres, hombres y niños para comprender mejor cómo se reparte el trabajo de cuidados dentro de los hogares y las comunidades.
- Los gobiernos **deben establecer objetivos específicos en materia de igualdad de género y empoderamiento de las niñas y las mujeres** que defiendan su derecho a completar doce años de educación, formación profesional y empleo decente.
- Los gobiernos **deben supervisar y evaluar la aplicación de políticas transformadoras de género y estrategias de protección social más amplias**, como servicios de cuidado de niños universales, asequibles y accesibles y políticas de baja parental, para garantizar que

son transformadoras de género y están basadas en pruebas.

- Los gobiernos deben **pagar a los cuidadores un salario que reconozca la importancia de los cuidados**, con el fin de aumentar el estatus y el valor del trabajo de cuidados, tanto remunerado como no remunerado, en la sociedad. Los gobiernos deben legislar para proteger los derechos de todos los cuidadores, garantizar que tengan acceso a una formación adecuada y puedan beneficiarse de la negociación colectiva. Los gobiernos también deben apoyar la transición de los cuidadores de la economía informal a la formal.

Recomendaciones para las ONGI y los organismos internacionales

- Las ONGI deben diseñar y poner en práctica **Programas transformadores de género** que hagan énfasis en el valor del cuidado para la sociedad y en los beneficios para las mujeres, los hombres y los niños. **Estos programas deberían promover la participación**

masculina en el trabajo de cuidados, tanto remunerado como no remunerado.

- Una prioridad clave de los organismos internacionales, como la División de Estadística de las Naciones Unidas, debería ser apoyar a los países para reforzar la producción, difusión y uso de datos y estadísticas sobre el trabajo de cuidados remunerado y no remunerado, las políticas relacionadas con los cuidados y las inversiones. Por ejemplo, los organismos internacionales deberían ayudar a los gobiernos nacionales a desarrollar y aplicar **estudios sobre el uso del tiempo que tengan en cuenta el género** y la edad para garantizar que las estadísticas nacionales e internacionales incluyan mediciones del trabajo de cuidados remunerado y no remunerado.

Recomendaciones para los empresarios

- Las empresas y el sector privado tienen un importante papel que desempeñar en la economía asistencial, brindando puestos de trabajo decentes, invirtiendo en la profesionalización del sector y aplicando políticas asistenciales que fomenten la igualdad de género en el lugar de trabajo, como los permisos retribuidos de maternidad, paternidad y parentales compartidos.

Recomendaciones para las comunidades

- Los líderes comunitarios deberían crear campañas de concienciación social y debates locales y contextualmente específicos sobre el valor del trabajo de cuidados en la sociedad, la necesidad de una división del trabajo igualitaria entre hombres y mujeres y la participación activa de los hombres en todas las formas de trabajo de cuidados.

Reducir la desproporcionada cantidad de trabajo de cuidados realizado por niñas y mujeres

Reducir el trabajo de cuidados no remunerado es esencial, y puede hacerse invirtiendo en servicios, tecnología e infraestructuras que ahorren tiempo y trabajo. Reducir el tiempo dedicado a los cuidados no remunerados deja más tiempo para la educación, el trabajo remunerado, la recreación, el descanso y la toma de decisiones.

Recomendaciones para los gobiernos

- Los gobiernos a todos los niveles deben **invertir en la mejora de las infraestructuras físicas**, incluyendo agua corriente, acceso a la electricidad, saneamiento y transporte seguro para reducir el tiempo dedicado a las actividades de cuidado. Los gobiernos también deben proporcionar prestaciones en efectivo o en especie u otro tipo de ayuda financiera a la demanda para que los hogares **puedan adquirir dispositivos, infraestructuras o servicios** que ahorren trabajo y reduzcan el tiempo dedicado a los cuidados en el hogar; por ejemplo, estufas de gas o vales para guarderías.
- Los gobiernos deben invertir **en sistemas e instrumentos nacionales de cuidados intergubernamentales** para ofrecer cuidados

universales a los niños y a las personas mayores y con discapacidad. Estos sistemas de cuidados deben cumplir y proteger los derechos universales a una asistencia sanitaria de calidad y a la seguridad social, como las pensiones y las prestaciones por hijos a cargo. Los gobiernos deben garantizar que estos sistemas de cuidados sean resistentes y estén preparados para responder a crisis complejas e interconectadas, como el cambio climático, los conflictos y las pandemias.

- Los gobiernos y los ministerios de industria y empleo deben invertir en la **mejora de las oportunidades de empleo y subsistencia en las comunidades** de difícil acceso, para que los padres no tengan que alejarse del hogar, lo que se traduce en que las niñas asuman más tareas domésticas.

Recomendaciones para las ONGI y los organismos internacionales

- El sistema de las Naciones Unidas tiene un papel fundamental que desempeñar a la hora de ayudar a los países a desarrollar e implantar sistemas de cuidados integrales, mediante **la cartografía de los sistemas de cuidados y la prestación de asistencia técnica** a los gobiernos a la hora de diseñar y aplicar políticas y programas para promover el trabajo decente en el sector de los cuidados.

Recomendaciones para las escuelas y los centros de educación infantil

- Los centros de educación infantil deberían **adaptar sus servicios a las necesidades de los padres que trabajan**, ofreciendo un horario a tiempo completo y flexibilidad en los días de la semana.

Redistribuir el trabajo de cuidados no remunerado de forma más justa y equitativa entre hombres y mujeres

Es urgente no solo reducir el trabajo de cuidados no remunerado, sino redistribuir la responsabilidad, la mano de obra, la carga mental y el coste de este trabajo. Debe repartirse de forma más equitativa entre las familias y las comunidades, así como entre el Estado y el sector privado.

Recomendaciones para los gobiernos

- En colaboración con las OSC, el sector privado y los líderes tradicionales, los gobiernos deben cuestionar las normas perjudiciales y **fomentar el cambio de las normas sociales** para equilibrar mejor la asignación de responsabilidades no remuneradas entre niñas y mujeres y niños y hombres. Los gobiernos deben invertir en recursos para cuestionar las normas perjudiciales, entre otras cosas mediante campañas públicas y estrategias de comunicación que apoyen la **participación de los hombres en el cuidado** de los niños y alienten a los servicios de cuidado infantil existentes a colaborar con los padres de forma activa y sistemática.
- Los sistemas nacionales de cuidado deben incluir una legislación que **proteja y promueva la baja por maternidad remunerada y la baja**

- Reconociendo que las niñas suelen tener poco tiempo para la recreación, las escuelas deberían garantizar que el tiempo para el juego y el descanso se incluya en los planes de estudio, y que las expectativas sobre los deberes y el estudio privado sean razonables y acordes con las realidades de la vida cotidiana de las niñas.

Recomendaciones para empleadores y lugares de trabajo

- Las empresas deben reconocer el valor del trabajo de cuidados y apoyar el bienestar de los trabajadores ofreciendo acuerdos flexibles para garantizar que los padres de niños pequeños **puedan gestionar y priorizar sus responsabilidades de cuidados en torno a su trabajo.**

parental compartida remunerada que incluya un periodo de baja por paternidad de 'usar o perder'. Los gobiernos deben encargar estudios sobre el permiso parental para comprender las barreras específicas que impiden a las mujeres acceder al permiso de maternidad y a los hombres acceder al permiso de paternidad y a la remuneración: incluyendo si existen tales políticas, o dónde las normas sociales actúan como elementos disuasorios, y deben actuar para abordar estas barreras.

- Los gobiernos deben respetar, cumplir y proteger el derecho de las niñas y las mujeres a la participación económica **invirtiendo en políticas y sistemas de protección social** que creen un entorno propicio para que las jóvenes se incorporen y prosperen en el mercado laboral formal.
- Los gobiernos y los ministerios de educación **deben invertir en una educación que**

transforme la perspectiva de género, desde el aprendizaje temprano hasta la secundaria, como estrategia clave para abordar las normas y estereotipos de género perjudiciales que perpetúan los niveles desproporcionados e injustos de trabajo de cuidados para niñas y mujeres.

Recomendaciones para las ONGI y los organismos internacionales

- La coordinación efectiva de las agencias de la ONU es esencial para una implementación coherente e impactante de una agenda de cuidados transformadora en términos de género. La colaboración **entre agencias, el intercambio de conocimientos y la programación conjunta** ofrecen la posibilidad de alinear y maximizar los recursos para lograr un mayor alcance e impacto y promover el desarrollo de estrategias comunes para abordar las desigualdades en los cuidados.
- Cocrear y co-diseñar campañas y programas de comunicación para el **cambio social que promuevan un sentido compartido de la responsabilidad del cuidado**, particularmente en los espacios donde se forman estas ideas en torno a las masculinidades, como los medios sociales, las plataformas de juegos, las escuelas y los lugares de trabajo.
- Diseñar programas de género y desarrollo de la primera infancia que **promuevan relaciones sociales equitativas y la participación de hombres y niños** mediante la combinación de programas de protección social con mensajes sobre el reparto del cuidado de los niños y las tareas domésticas entre niñas y mujeres y niños y hombres.

Recomendaciones para las escuelas y los centros de educación infantil

- Los proveedores de educación deben abordar las barreras que impiden que las niñas completen su educación mediante programas de inclusión que ofrezcan a las niñas embarazadas y a las madres adolescentes apoyo y flexibilidad para continuar su educación. **También se debe proporcionar a las niñas apoyo financiero, sanidad**

adecuada y formación profesional para ayudarlas a completar su educación.

- Las escuelas deben proporcionar **orientación profesional** a todos los niños, mostrando una amplia gama de oportunidades profesionales que las niñas y los jóvenes tienen a su disposición.
- Impartir clases de economía doméstica que incluyan e **involucren activamente a los niños en el desarrollo de habilidades** como la cocina y la costura para normalizar la participación de niños y niñas por igual en las tareas domésticas.

Recomendaciones para empleadores y lugares de trabajo

- Los empleadores del sector asistencial deberían promover **la igualdad de participación de mujeres y hombres en los empleos asistenciales** y garantizar vías para la promoción de las mujeres a puestos de responsabilidad en las profesiones asistenciales.
- Los empleadores y las empresas deben garantizar la aplicación del permiso parental retribuido y **defender que el permiso de paternidad** sea tan importante y esté tan protegido como el de maternidad.
- Las empresas deben **invertir en la comprensión de las necesidades de cuidado infantil** de sus empleados y apoyar la redistribución del cuidado a través de la provisión de beneficios y servicios tales como **servicios de cuidado infantil in situ** de calidad y asequibles y vales de cuidado infantil.

Recomendaciones para las comunidades

- Las comunidades deberían ofrecer servicios de apoyo, aprendizaje y orientación a los cuidadores con el objetivo de abordar **las normas sociales que perpetúan la división generacional del trabajo en función del género dentro de los hogares**; promover la educación de las niñas y los niños; y concienciar sobre la importancia del descanso,

la recreación y el juego para el bienestar y el desarrollo de la primera infancia.

- Los centros comunitarios deberían introducir **grupos de juego para padres e hijos** dirigidos

a los padres de niños pequeños para proporcionar apoyo y aprendizaje entre iguales y fomentar el cambio social.

Representar las voces y experiencias de las niñas en la toma de decisiones a todos los niveles

Las niñas realizan una parte importante del trabajo de cuidados no remunerado, pero con demasiada frecuencia quedan excluidas de los espacios de toma de decisiones. Las niñas deben poder representar sus intereses y demandas con su propia voz y participar en la toma de decisiones a todos los niveles.

adolescentes en el diseño, la implementación y la evaluación de la programación, las campañas y las intervenciones destinadas a apoyar sus transiciones de la adolescencia tardía de la escuela al empleo.

Recomendaciones para los gobiernos

- Los gobiernos a todos los niveles deberían **consultar e incluir a niñas y mujeres** en el diseño de las políticas de servicios sociales y comunitarios para garantizar que las consideraciones de género se tienen en cuenta en su diseño, aplicación y seguimiento. Las voces de las niñas y las mujeres deben ser fundamentales a la hora de evaluar si los servicios de transporte, infraestructuras y cuidados son compatibles con el equilibrio entre las responsabilidades domésticas y laborales.
- Los gobiernos deben facilitar **la participación de los cuidadores y cuidadoras no remunerados en los foros y procesos de toma de decisiones** a todos los niveles para garantizar que sus necesidades e intereses puedan informar mejor la formulación de políticas.
- Los gobiernos deben rebajar la edad de voto a **los 16 años para que las adolescentes** - muchas de las cuales contribuyen activamente en sus hogares y sociedades- puedan opinar sobre las políticas y decisiones que afectan a sus vidas.

Recomendaciones para las escuelas

- Las escuelas deben **consultar a las adolescentes** sobre el apoyo que necesitan para gestionar su educación y otras responsabilidades y actividades que compiten con ella.
- Las escuelas deben ofrecer oportunidades para que las niñas **desarrollen sus habilidades de liderazgo** a través de clubes extraescolares, equipos de debate y otras actividades.

Recomendaciones para las ONGI y los organismos internacionales







- Las ONGI y los organismos internacionales como la ONU deben centrar las voces de las

Anexos

Anexo I: Contexto familiar de las niñas de la cohorte y antecedentes de su participación en el estudio

La cohorte, que comenzó en 2006 con 135 niñas en nueve países y aumentó posteriormente a 154, se ha reducido a 92 niñas en 2024. Esto se debe a la migración (18 niñas), la retirada del estudio por parte de las niñas (12 niñas), el fallecimiento de las niñas (7 niñas), la pérdida de contrato con las niñas por cambios en la información de contacto y cambios en el ámbito geográfico que atienden las Oficinas de País de Plan International (10 niñas)⁹⁹ En 2024, otras 15 niñas se ausentaron temporalmente del estudio por cuestiones de calendario y disponibilidad. Para este informe, hemos incluido únicamente los datos históricos, las historias y las experiencias de las niñas que participaron en la recopilación de datos en 2024.

Las siguientes tablas proporcionan una visión general de la historia de la participación de todas las niñas en el estudio, así como información sobre los hogares de las niñas que participaron en la recopilación de datos en 2024. Consulte la clave para obtener información sobre la participación anual de las niñas.

Clave:	 Participó	 Ausencia temporal	 Migrado
	 Abandonó el estudio	 Not participó en el estudio	 Falleció

⁹⁹ Las actividades de investigación en Vietnam han tenido lugar en dos provincias: Quang Ngai y Thai Nguyen. En 2022, Plan International eliminó gradualmente su presencia en la provincia de Thai Nguyen. Sin una oficina registrada en la provincia, no es posible obtener permiso de las autoridades gubernamentales locales para llevar a cabo actividades de investigación; en consecuencia, no pudimos seguir realizando actividades de recopilación de datos con las diez niñas de esta provincia.

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
África																				
Benín																				
Alice	Padre (49 años, pastor y agricultor) y madre (48 años, vendedora y agricultora). Hermanos (25, aprendiz de mantenimiento informático y 16, estudiante), hermanas (21, aprendiz y 11, estudiante), prima (16, estudiante) y tres chicas de la iglesia (22, 17 y 13, estudiantes). Alice está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Annabelle	Annabelle estudia en la universidad de Cotonú, al igual que su hermana (21 años, estudiante), con la que alquila una casa cerca de la escuela. En casa están su padre (49 años, conductor), su madre (47 años, vendedora) y sus dos hermanos (16 y 11 años, estudiantes).	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Barbara	Padre (63 años, agricultor) y madre (48 años, costurera). Hermano menor (11 años, estudiante). Su hermano mayor ha sido detenido recientemente. Barbara está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Catherine	Padre (51 años, pintor) y madre (41 años, ama de casa). Dos hermanos menores (15 y 12 años, estudiantes). Catherine está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Elaine	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Eleanor	Madre (57 años, agricultora y vendedora). Vive con un sobrino (10 años, estudiante) y dos sobrinas (8 y 6 años, estudiantes), hijos de su hermanastro mayor, que fabrica adoquines en Porto Novo. Otro hermano mayor regenta una tienda. Eleanor no pudo seguir el ritmo escolar y abandonó los estudios hace 3 años. Es aprendiz de costurera.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Elizabeth	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Ianna	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Isabelle	Vive sólo con su tía (41 años, detallista), sus tres primos varones se han marchado recientemente (14, 15 y 19 años, estudiantes) para estudiar y formarse. El padre de Isabelle salió de la cárcel, pero sufrió un accidente de tráfico mortal. Su tío también sufrió otro grave accidente de tráfico, pero se está recuperando. Sus dos hermanos mayores se fueron de casa, uno va a la universidad en Cotonú y el otro trabaja en una empresa de fabricación de jarabes. Isabelle está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Jacqueline	Madre (31 años, comerciante). Vive con sus hermanos (8 y 6 años) y hermanas (13 y 11 años), todos ellos escolarizados. Su padre (41 años, conductor) ha abandonado el hogar en busca de trabajo. Jacqueline está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Layla	Layla vive fuera de casa, con una señora para la que trabaja haciendo tareas domésticas y vendiendo guindillas y cebollas en el mercado. Padre (49 años, reparador de bicicletas y agricultor) y madre (34 años, comerciante). Hermana (20 años, comerciante) y su hijo (3 años), así como los hermanos de Layla (11, 9 y 7 años, estudiantes). Layla ya no va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Lillian	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Margaret	Tía paterna (43 años, agricultora y vendedora) y prima (20 años, aprendiz de costurera). Su tía es una de las dos esposas de la familia. Margaret dejó los estudios, vende en el mercado y le gustaría hacer un aprendizaje de corte y confección.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Omalara	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Thea	Madre (46 años, vendedora). Hermano (27, fabricante de telas) y su esposa (22, vendedora) y su hija recién nacida. Thea tiene una prima en casa (10 años, estudiante). Sus dos hermanos (21, estudiante, y 24, técnico agrícola) han abandonado el hogar. Thea está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
África																				
Togo																				
Adjoa	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Aisosa	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Ala-Woni	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Anti	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Anti-Yara	Anti-Yara vive con su padre (53 años, agricultor), su madre (50 años, ama de casa y vendedora al por mayor), su hermana (12 años, estudiante) y un primo (20 años, estudiante). Su hermano (21, estudiante) vive fuera de casa para estudiar y su hermana (25) ha abandonado el hogar para casarse. Anti-Yara asiste a la escuela secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Aria	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Ayomide	Ayomide vive con su bebé (14 meses), su abuelo (81 años, agricultor), su abuela (64 años, ama de casa), su tía materna (38 años, comerciante), su primo (12 años, estudiante), su prima (11 años, estudiante) y su hermanastro (9 años, estudiante). Ayomide dejó la escuela cuando se quedó embarazada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Azia	Azia vive en un hogar polígamo con su padre (84, agricultor), su madre (58, comerciante), las otras esposas del padre (72, recoge arena para vender, y 69, comerciante), cuatro hermanos adultos (27, 25, 23 y 13) y una prima. El hogar recibe remesas de los hermanos mayores de Azia. Azia sigue yendo a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Djoumai	Padre (71 años, agricultor) y madre (66 años, vendedora de carbón vegetal). Sus cuatro hermanos adultos (51, 41, 36 y 25), dos cuñadas (30 y 23), una hermana (16), tres primos varones (13, 12 y 18 meses) y siete primas (16, 15, 10, 7, 6, 3 y 18 meses). Djoumai aprende costura como oficio y ya no va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Dofi	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Esi	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Essohana	Madre (53 años, ama de casa) y hermana pequeña (12 años, estudiante). Sus hermanos mayores (34 y 31 años) viven cerca. Ya no va a la escuela porque no pueden permitírselo (ya que incluía el internado), pero espera aprender un oficio.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Fezire	Padre (44 años, empleado/imán adjunto de la mezquita) y madre (34 años, comerciante). Sus dos hermanos (18 (su gemelo) y 16, estudiantes) y sus tres hermanas (10 y 6, estudiantes; 18 meses). Fezire ha dejado la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Folami	Madre (40 años, costurera) e hijo de Folami (3 años). Un hermano (15) y una hermana (10) van a la escuela. Su tío y su mujer también viven en casa. Su padre vive y trabaja en Nigeria y la visita de vez en cuando. Folami no va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Iara	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Isoka	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Izegbe	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Ladi	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Larba	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Lelem	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mangazia	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Melyah	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nana-Adja	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nini-Rike	Nini-Rike vive en un hogar polígamo con su padre (50 años, agricultor), su madre (45 años, gerente) y las dos coesposas de su padre (40 y 34 años). Tiene trece hermanos de entre 4 y 33 años, seis hermanas de entre 3 y 13 años y una cuñada (26) en casa. Nini-Rike dejó la escuela para aprender a coser.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Reine	Abuelo (71 años, agricultor) y abuela (61 años, comerciante). Tío (32, albañil), tía (26), cuatro primos varones (22, 11, 12 y 7, estudiantes) y prima (15, estudiante). Reine está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Tene	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
África																				
Uganda																				
Achen	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Amelia	Padre (tendero), madre (tendera), tres hermanos, dos hermanas y una sobrina pequeña. Amelia está matriculada en la escuela y preocupada por sus exámenes.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Beti	Padre (profesor, 52 años), madre (agricultora, 47 años), hermano (11 años), hermanas (estudiantes, 14, 10, 8 y 9 años). Fuera de casa, Beti tiene tres hermanos en el ejército y otro en mecánica. Beti está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Dembe	Dembe ha dejado la casa de su abuela, ahora sigue un curso de peluquería. Ahora vive con su padre (42 años, agricultor) y su madre (30 años, agricultora). Vive con cuatro hermanos (11, 10, 8, 6, estudiantes) y dos hermanas (15 y 4). Dembe y Jane son gemelas.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Jane	Jane vive normalmente con su padre (agricultor, 53 años), su madre (agricultora, 50 años), sus hermanos (agricultores de 32 y 20 años y estudiantes de 14 y 10 años) y sus hermanas (agricultores de 30 y 22 años y estudiantes de 12, 7, 5 y 3 años). Uno de sus hermanos tiene ahora un bebé. Tiene un hermano de 24 años que acaba de irse a trabajar. Jane dejó la escuela debido a las tasas escolares. Jane y Dembe son gemelas.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Alegría	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Justine	Padre (veterinario, 56 años), madre (agricultora, 53 años), hermano (20 años, estudiante), hermanas (22 años, estudiante y 27 años, ama de casa), primos varones (18 y 9 años, estudiantes, y 3), una prima (10 años, estudiante) y dos sobrinas (8 y 5 años). La hermana mayor de Justine y sus hijos vinieron a vivir a la casa familiar. Su hermano mayor tiene un hijo pero no vive con ellos. Justine vive en casa pero está en un internado, por lo que sólo está en casa en vacaciones.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Miremba	Padre (agricultor, 53 años), madre (agricultora, 48 años), hermano (agricultor, 19 años) y hermanas (20 años; ama de casa, y 17 años estudiante) y prima (2 años). Su hermana mayor acaba de mudarse con su hija. Miremba va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Namazzi	Madre (agricultora, 48 años), prima (12 años, estudiante) y sobrina (4 años, estudiante). Sus hermanos mayores se han ido de casa y su padre abandonó a la familia hace unos años. Namazzi está matriculada en la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nasiche	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nimisha	Padre (agricultor, 51 años), madre (agricultora, 48 años), hermanos (estudiantes, 18 y 10 años) y hermanas (16, 7 y 6 años). Su hermano (22) y su hermana (24) han abandonado el hogar para trabajar, donde ambos contribuyen a los ingresos familiares. Les robaron algunos animales de la granja. Nimisha está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Rebecca	Padre (agricultor, 42 años), madre (agricultora, 30 años), hermanos (12, 11, 10, 8, 6, estudiantes) y hermanas (15 y 4, estudiantes). Su hermana mayor se fue de casa porque está casada. Rebecca ya no va a la escuela y está aprendiendo peluquería.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sheila	La madre está divorciada (33 años). El padre de Sheila falleció en 2005 y ella se volvió a casar, pero desde entonces él la ha abandonado a ella y a sus hijos. Su hermana (4) vive en casa, pero otras hermanas (13, 12, 11 y 6) no viven en su casa. La madre de Sheila tiene dificultades para costearse la vida, incluido el pago de las facturas médicas, por lo que Sheila tuvo que dejar la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Shifa	Shifa vive fuera de casa, en casa de su tía, porque está más cerca de su colegio. Pero en su hogar viven su madre (44 años, agricultora) y dos hermanos (12 y 10 años) y dos hermanas (7 y 3 años), así como hermanos (23 y 21 años, amas de casa en Arabia Saudí; y 20 años, trabajadores del metal) que también se han ido de casa; estos hermanos contribuyen a los ingresos del hogar.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sylvia	Padre (agricultor, 58 años), madre (agricultora, 48 años), hermanas (15, 9, 6 y 4 años). El hermano de Sylvia se ha ido a trabajar. Sylvia sigue yendo a la escuela, pero vive con su tía durante el horario escolar porque su casa está más cerca de la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Asia																				
Camboya																				
Bopha	Padre (42 años, agricultor) y madre (37 años, agricultora). Hermana (14) y hermano (11), ambos estudiantes. Bopha sigue en la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Davy	Padre (56, agricultor) y (44, agricultor). Hermano (21, trabajador de la construcción) y su esposa (22, recoge y vende anacardos) y su hijo (2). Hermanos menores (16 y 14, estudiantes). Su hermana mayor (25) ha abandonado el hogar tras casarse. Davy cursa el último año de secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Kannitha	Madre (57 años, limpiadora). Hermanas (26, agricultora y 22, peluquera) y cuñados (29 y 28). Su padre ha fallecido a los 56 años. Su hermana, la granjera, está embarazada. Kannitha va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Kanya	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Leakhena	Padre (53 años, policía) y madre (44 años, agricultora). Su hermano mayor (29) y sus hermanas (22 y 27) se han marchado. Leakhena está en el último curso de la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Lina	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mealea	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mony	Mony vive fuera de casa con su tío mientras estudia en la universidad. En casa viven su padre (38 años, agricultor), su madre (35 años) y su hermano (9 años, estudiante). Va a casa dos veces al mes.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nakry	Madre (47 años, ama de casa). Hermanas (16 y 12 años, estudiantes) y hermanos (13 y 8 años, estudiantes). Su padre falleció a los 52 años. Tiene un hermano en la universidad. Nakry está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Puthea	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Reaksmey	Padre (63 años, agricultor) y madre (63 años, agricultora). Hermano (14 años, estudiante). Reaksmey está embarazada y su pareja se ha mudado a la casa. Esperan poder casarse cuando tengan dinero para ello. Reaksmey dejó la escuela el año pasado por un largo periodo de ausencia que le hizo retrasarse un curso, y ahora se dedica a recoger y vender anacardos.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Roumany	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sokanha	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sothany	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Thearika	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Asia																				
Filipinas																				
Angela	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Chesa	Padre (48 años, agricultor) y madre (43 años, ama de casa). En casa viven dos hermanos (16, estudiante, y 5 meses, recién nacido) y una hermana (8, estudiante). Su hermana (21, cajera y estudiante) y su hermano (19, guardia de seguridad) han dejado el hogar para trabajar y estudiar en Manila y contribuir también a los ingresos del hogar. Chesa va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Christine	Padre (51 años, agricultor y a veces pescador) y madre (44 años, ama de casa). Dos hermanos (22, licenciado y 8, estudiante) y abuela (84). Christine estudia y tiene un novio que vive en Manila.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Darna	Vive con su hermano (21 años, estudiante) en una pensión. Su padre (48 años, agricultor/soldador) vive en la casa familiar en una zona rural remota y contribuye a los ingresos familiares de Darna. Su madre (48 años, ama de casa) vive y trabaja en el extranjero con su propia familia y ya no está en contacto con la familia.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Dolores	Padre (41 años, agricultor) y madre (35 años, ama de casa). Vive con dos hermanas (15 y 12 años, estudiantes). Su abuelo falleció en los últimos meses. Dolores va a la escuela y estudia para graduarse.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Jazmín	Vive con su abuela, su padre (48 años, agricultor), su madre (47 años, agricultora), su hermana (19 años, ama de casa) y su sobrino de 3 meses. Jasmine está muy unida a su sobrina (8), que recientemente se ha ido de casa para quedarse con la tía de Jasmine, lo que le disgusta. Jasmine está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Jocelyn	Padre (51 años, agricultor/conductor) y madre (49 años, ama de casa). Tres hermanos (19, 15, 11, estudiantes) viven en casa, mientras que su hermana mayor (24) ha abandonado el hogar para casarse. Jocelyn está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Kyla	Padre (55 años, pastor) y madre (80 años, pastora). Dos hermanas (28, estudiante y 24, profesora) y sobrina (4). Su hermana mayor (29) y su hermano (30, empleado de banca) trabajan fuera de casa con sus respectivas familias. Kyla estudia y tiene novio.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mahalia	Padre (59 años, agricultor) y madre (58 años, ama de casa). Dos hermanos (28, guardia de seguridad y 22, estudiante) y dos hermanas (30, ama de casa y 19, desempleada). Tres sobrinos (11, 9 y 4) también viven con Mahalia. Tres hermanas (37, 33 y 25) y tres hermanos (34, 29 y 23) viven fuera de casa para trabajar. Mahalia estudia y tiene novia.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Maricel	Madre (50 años, cuidadora de un centro turístico), hermano (27 años, pescador temporero y casi siempre desempleado), hermanas (24 años, desempleada, y 15 años, estudiante) y la pareja de su hermana mayor (22 años, desempleada). Tiene dos sobrinas (de 1 año y recién nacida). Su padre (62) es un cuidador agrícola que vive en Manila y contribuye al hogar. Maricel ha vuelto recientemente a la escuela tras ausentarse a menudo por un dolor crónico en la pierna.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Melanie	Melanie vive con su hijo (18 meses) y su marido. Melanie ya no va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Michelle	Padre (50 años, agricultor) y madre (49 años, trabajadora de servicios públicos) y tres hermanas (21, 15 y 12 años, estudiantes). La familia recibe remesas de su hermana (27, cajera) y su hermano (24, obrero), que viven en la ciudad. Ella estudia y se graduará pronto.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nicole	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Reyna	Se trasladó al barangay de su hermana para ir a la escuela. Su padre (60 años, agricultor) y su madre (50 años, ama de casa) viven con sus 5 sobrinos (10, 9, 8, 3, 2). Su hermano (23) y sus hermanas (32 y 27, ambos guardias de seguridad) trabajan en ciudades y envían remesas.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Rosamie	Padre (55 años, agricultor) y madre (50 años, agricultora/ama de casa). Vive con una hermana (14), una cuñada (30, oficinista) y un sobrino (4). Fuera de casa hay tres hermanas políticas (23, estudiante; 30, trabajadora; y 31, vendedora) y dos hermanos (27, trabajador; 29, trabajador de la construcción). Rosamie está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Rubylyn	Padre (50 años, conductor) y madre (41 años, ama de casa). El abuelo, la hermana (13) y el hermano (9) viven en casa. Su novio (28) también vive con la familia.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Asia																				
Vietnam																				
Chau	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Colgar	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Hoa	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Huong	Padre (54 años, jefe de aldea) y madre (46 años, agricultora) y abuelo (81 años, jubilado). Su hermano (21) ha terminado la universidad. Su abuela (88) sufrió un derrame cerebral y se ha trasladado a casa de la tía de Huong para que la cuide. Huong va a la escuela y tiene que hacer los exámenes de acceso a la universidad.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Kieu	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Kim	Padre (51 años, funcionario municipal) y madre (sastra). Su hermano mayor vive fuera de casa, en la universidad. Kim sigue estudiando.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Ly	Ly vive sólo con su madre (56 años, trabajadora informal, entre otras cosas como cocinera y obrera en un aserradero). Ly sigue yendo a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mai	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nguyet	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nhi	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Oanh	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Quynh	El padre (54 años, agricultor), la madre (43 años, personal de guardería) trabaja fuera de casa y el abuelo (89 años, agricultor). Su hermano mayor está en la universidad. Quynh cursa el último año de secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sen	Padre (48 años, conductor y agricultor) y madre (45 años, agricultora). Hermano mayor (25 años, trabajador, antes en el ejército), hermano menor (14 años, estudiante) y hermana menor (13 años, estudiante). Sen sigue en la escuela y toma clases extra.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Tan	Padre (46 años, obrero) y madre (42 años, trabajadora) con un hermano y una hermana menores. Tan está escolarizada y cuida de sus hermanos mientras sus padres trabajan.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Thi	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Thom	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Tien	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Trinh	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Uyen	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Yen	Padre (48 años, agricultor), madre (43 años, agricultora) y hermano (16 años, alumno). Yen va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
América Latina y el Caribe																				
Brasil																				
Bianca	Padre (59 años, auxiliar de pediatría) y madre (39 años, encargada de lavandería). Hermanos (20 y 15 años, estudiantes) y hermana (11 años, estudiante). Bianca ha terminado recientemente la escuela y espera hacer un examen para entrar en la universidad.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Beatriz	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Camila	Madre (38 años, ama de casa y peluquera). Vive con dos hermanos (18, repartidor y 14, estudiante). Camila está en noveno curso.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Catarina	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Elena	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Gabriela (antes Amanda) ¹	Madre (41 años, ama de casa) y padrastro (33 años, vendedor). Hermanas (19 y 8 años, estudiantes). Su sobrina de dos años viene a menudo, ya que sus padres trabajan. Gabriela está en el último curso de secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Feliciana	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Fernanda	Fernanda vive con su abuela materna porque tiene dificultades para dormir en la casa donde vivió con su padre hasta su muerte, pero visita el hogar familiar a menudo. Fernanda terminó la enseñanza secundaria el año pasado y ahora trabaja como dependiente en una tienda.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Florencia	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Juliana	Abuelo (53 años, funcionario) y abuela (52 años, hostelera). Tío (28 años, conductor), tía (22 años, perfumera), hermana (16 años, estudiante) y primo (7 años, estudiante).	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Larissa	Madre (35 años, ayudante de cocina), abuelo (89 años, jubilado) y abuela (81 años, jubilada). Tío (38, conductor), tía (25, administrativa de supermercado) y hermano (9, estudiante). Larissa estudia secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Luiza	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Margarida	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Natália	Padre (56 años, autónomo) y madre (54 años, agricultora). Hermanas (22, estudiante y 20, desempleada) y sobrino (11, estudiante). Su hermana mayor (27) ha abandonado el hogar recientemente. Natalia estudia secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Patrícia	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Pietra	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sancia	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sofía	Padre (pintor) y madre (38 años, ama de casa). Hermanos (16 y 11 años, estudiantes). Sofía está en secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Tatiana	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Valentina	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

¹ Esta chica tenía antes el seudónimo de 'Amanda'. En 2023 su seudónimo cambió a 'Gabriela'.

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
América Latina y el Caribe																				
República Dominicana																				
Chantal	Madre (34 años, ama de casa) y abuela materna (55 años, vendedora). La tía (17), la hermana (13) y el hermano (3 y 4) son estudiantes. Su padre emigró a Puerto Rico hace dos años y su tío materno emigró a Estados Unidos hace dos meses. Chantal estudia secundaria.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Dariana	Dariana se ha ido de casa para vivir con su tía (psicóloga) y su prima (11 años, estudiante) al otro lado del país. La madre (38 años, ama de casa) acaba de emigrar a Puerto Rico para trabajar en un restaurante. Dariana tiene previsto estudiar Ingeniería Química en la universidad.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Griselda	Griselda vive con su pareja y su hijo. Griselda visita a su padre a diario, al igual que su hermana, que también se ha mudado del domicilio familiar. Griselda trabaja en un banco y estudia en un curso los domingos, 'Prepara'.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Katerin	Katerin vive con su marido y sus dos hijos en una casa situada encima de la de la familia de su marido. Visita la casa de su familia, donde viven su padre (37 años, trabajador informal de la construcción), su madre (37 años, empleada doméstica) y su hermana (11 años, estudiante). Katerin no está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Leyla	Madre (41 años, empleada doméstica) y tres hermanos (24 años, conductor y 7 y 5 años, estudiantes). Su madre trabaja en la capital y viene de visita los fines de semana, y el padrastro de Leyla la visita a diario para ver a los niños. Ella está haciendo el bachillerato.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Madelin	Madelin estudia medicina en la universidad y vive fuera de casa. Madre (39 años, empleada doméstica) y padrastro (54 años, carpintero). Hermano (11 años, estudiante).	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Nicol	Padre (46 años, conductor de autobús) y madre (diplomada en enfermería, trabaja como agente de policía). Hermano (23 años, conductor de autobús) y hermana (12 años, estudiante). Nicol está en el colegio.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Raisa	Riase vive fuera de su domicilio familiar con la prima de su madre, tras haberse mudado recientemente para ir a la universidad, pero la visita cada dos semanas. Padre (39 años, topógrafo) y madre (40 años, bioanalista). Su hermano (5) y sus dos hermanas (8 y 5) están escolarizados.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Rebeca	Padre (54 años, agricultor) y madre (44 años, negociadora). Dos hermanas mayores (23, profesora, y 20, estudiante). Rebeca está en la universidad y vive en casa.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Saidy	Vive con la abuela materna (68 años, agricultora y ama de casa) y va a la universidad.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Sharina	Sharina vive fuera de casa mientras estudia en la universidad, pero la visita una o dos veces al mes. En casa están su padre (39 años, agricultor) y su madre (33 años, ama de casa). También, dos hermanas (16 y 9, estudiantes) y dos hermanos (13, estudiante y 18 meses).	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Valerie	Valerie está casada y vive con su marido (26 años, trabajador de la construcción) y su hijo pequeño. No trabaja y hace un curso los sábados. En casa están su padre (76 años, agricultor) y su madre (40 años, ama de casa). Tres hermanos mayores son agricultores (29, 23, 21), dos hermanos son estudiantes (17 y 16) y una hermana menor (12). Su cuñada (18) vive también en casa con una sobrina de 1 año y 8 meses.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Nombre	Contexto doméstico de la niña	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
América Latina y el Caribe																				
El Salvador																				
Andrea	Datos no disponibles para 2024	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Bessy	Abuelo materno (54 años, agricultor/trabajador de la construcción) y abuela materna (62 años, ama de casa). También vive con su hermana (21 años), que realiza trabajos domésticos. Visita a su madre dos veces por semana, y lleva un año sin ir a la escuela, ya que los colegios estaban demasiado lejos.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Doris	Madre (34 años, jardinera), abuela (67 años, ama de casa y panadera). También vive con su tía (38, ama de casa), su tío (conductor de Uber), su hermano (12, estudiante) y sus primos varones (de 1 y 2 años). Su tía (35 años, empleada doméstica) vive en EE.UU. y envía remesas. La mujer de su tío ha abandonado recientemente el hogar y se ha llevado a sus hijos. Doris ya no va a la escuela y tiene un bebé; no tiene relación con el padre del niño.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Gabriela	Padre (40 años, motorista) y madre (33 años, ama de casa). Vive con su hermana (16 años, estudiante). Gabriela va a la escuela.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Gladys	Madre (33 años, ama de casa y tendera), hermano (14 años, estudiante) y hermana (10 años, estudiante). Su padrastro se ha marchado recientemente a Estados Unidos. Gladys sigue estudiando.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Hillary	Vive con su marido (28 años, administrador), su suegro (52 años, carpintero) y su suegra (52 años, ama de casa). El hijo de Hillary (2) y su cuñado (11, estudiante) también viven en casa. Hillary no va a la escuela por haber tenido a su hijo, pero desea volver cuando termine la lactancia.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Karen	Padre (38 años, taxista), madre (35 años, ama de casa) y hermana (8 años, estudiante). Los abuelos de Karen también viven en la casa. Va a la escuela y los fines de semana Karen cocina a cambio de una paga.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mariel	Abuelo (72), abuela (86, ama de casa) y primo (20, estudiante). Mariel ha terminado la escuela y no sigue estudiando, pero se lo está pensando.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Raquel	Abuela (79 años, ama de casa) y padre (54 años, policía). Vive con su hermana (13 años, estudiante), dos tías (51 años, niñera; 59 años, cuidadora de ancianos) y dos primos (ambos de 14 años, estudiantes). Raquel está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Rebecca	Tía (28 años, ama de casa) y tío (28 años, camarero). Vive con una prima (10) y un primo (5). Rebeca no está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Stephany	Padre (37 años, obrero) y madre (33 años, ama de casa). Vive con su hermano y su hermana (ambos de 12 años y estudiantes). Stephany se ha licenciado y acaba de empezar a trabajar.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Susana	Susana se ha trasladado a vivir con su padre (38 años, cuidador del rancho) y su abuela (63 años, comerciante). Vive con su tío (42, motociclista), su prima (22, empleada doméstica), su hermana (19, estudiante) y su tía (18, empleada doméstica). Susana terminará pronto sus estudios.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Valeria	Vive con su familia materna, que incluye a su abuela (63 años, ama de casa), dos tías maternas (34 y 22 años, trabajadoras), el marido de su tía (28 años, trabajador), tres primos (de 16, 11 y 5 años, todos en la escuela), su hermana (15 años, estudiante) y su hermano (8 años, estudiante). La madre de Valeria está detenida a la espera de sentencia. Valeria ya no está escolarizada.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Anexo 2: Herramienta de uso del tiempo para chicas 2024

La siguiente herramienta se utilizó como parte de la recogida de datos con las chicas de la cohorte de 2024. El texto en cursiva significa instrucciones para los entrevistadores, que no se leyeron en voz alta a los participantes.

Instrucciones para el entrevistador: *A continuación encontrará un diario retrospectivo para entregar a la niña. Por favor, dale una copia y un bolígrafo/lápiz - la niña puede completar la tabla ella misma, o tú puedes escribir las respuestas por ella si prefiere o no se siente cómoda escribiendo.*

Primera parte:

Pregúntale cómo pasa un día normal de la semana.

- **Si ayer fue un día normal**, pídale que describa lo que hizo ayer.
- **Si ayer no fue un día típico** para la niña (por ejemplo, una ocasión especial como una boda o una celebración familiar, o no se encontraba bien, asistió a un funeral, etc.), pídale que piense en un día típico en su lugar; sugiérale quizás anteayer.

Pida a la niña que utilice el diario retrospectivo para pensar en lo que estaba haciendo en cada momento del día. No es necesario que sea exacto: si la niña realizó varias tareas o actividades durante un período del día, puede enumerarlas todas y no es necesario que especifique exactamente cuánto tiempo dedicó a cada tarea/actividad (por ejemplo, si dedicó 30 minutos a hacer los deberes, 10 minutos a lavar la ropa y 20 minutos a barrer la casa, puede escribir simplemente "deberes, lavar, barrer" para esa hora). Si pasó varias horas realizando una misma actividad (por ejemplo, durmiendo), puede indicarlo para varias horas.

El diario se divide en columnas de "actividad principal" y "actividad simultánea/secundaria". Explica a la niña que la actividad simultánea/secundaria son las tareas o actividades que puede estar realizando al mismo tiempo que otra cosa. Por ejemplo, mientras hace los deberes (actividad principal), puede estar cuidando a sus hermanos pequeños y remojando judías para la cena (actividades simultáneas). No todas las actividades principales tienen actividades simultáneas; por ejemplo, mientras está en el colegio, la niña puede no estar haciendo nada más que sus clases.

La niña no debe rellenar las columnas "Código", que se completarán como parte de la "Parte 2" de esta actividad.

Por favor, quédate con la niña mientras completa la hoja de ejercicios por si tiene dudas, o para que puedas preguntarle si no recuerda lo que hace (por ejemplo, si dice que no sabe lo que hizo ayer por la tarde, puedes preguntarle: "¿Sueles pasar la tarde en casa o sales?").

A continuación se ofrece un ejemplo de horario. Enséñeselo a la niña para ayudarle a comprender lo que se pide en la actividad, pero asegúrese de que no lo copie ni piense que el suyo debe ser igual.

Una vez que la niña haya completado el diario, averigüe si falta alguna categoría en el día de la niña: puede que haga ciertas actividades en ciertos días, lo que significa que "ayer" no captó todas sus actividades habituales. Por ejemplo, si no ha anotado ningún trabajo remunerado en su día, pregúntele si trabaja remuneradamente otros días de la semana y, en caso afirmativo, cuántas horas lo hace normalmente. Si no ha indicado tareas domésticas, pregúntale si las realiza al mismo tiempo que otras actividades, por ejemplo, cuidar a los niños mientras hace los deberes.

Actividad diaria^{rr}

¿Cómo pasa un día normal? Si ayer fue un día normal, piensa en lo que hiciste ayer.

Tiempo	Actividad principal	Código	Actividad simultánea/secundaria	Código
00:00 - 01:00				
01:00 - 02:00				
02:00 - 03:00				
03:00 - 04:00				
04:00 - 05:00				
05:00 - 06:00				
06:00 - 07:00				
07:00 - 08:00				
08:00 - 09:00				
09:00 - 10:00				
10:00 - 11:00				
11:00 - 12:00				
12:00 - 13:00				
13:00 - 14:00				
14:00 - 15:00				
15:00 - 16:00				
16:00 - 17:00				
17:00 - 18:00				
18:00 - 19:00				
19:00 - 20:00				
20:00 - 21:00				
21:00 - 22:00				
22:00 - 23:00				
23:00 - 00:00				

Segunda parte:

Cuando la niña haya rellenado el diario (o usted lo haya rellenado con ella), repáselo con ella para clasificar (o "codificar") qué tipo de actividad representa cada entrada: escuela, deberes/estudios, trabajo remunerado, tareas domésticas, cuidado de otras personas, descanso/ocio. Rellene esta parte del diario para la niña, utilizando el siguiente código:

ST	Escuela o formación
HW	Deberes/estudios
PW	Trabajo remunerado
UW	Trabajo no remunerado
CH	Tareas domésticas
CW	Trabajo asistencial
RL	Descanso y ocio
O	Otros

Ejemplos de cómo pueden clasificarse las actividades son:

ST	<ul style="list-style-type: none"> • Asistir a la escuela • Asistir a un curso de formación
HW	<ul style="list-style-type: none"> • Hacer los deberes • Estudiar para los exámenes • Realizar tareas escolares
PW	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar un trabajo asalariado • Trabajar en la empresa familiar a cambio de un salario • Fabricar y vender productos en un mercado • Trabajo agrícola remunerado

^{rr} Nota: El cuadro se ha reducido de tamaño para incluirlo como anexo; se presentó a las chicas como cuadro de página completa.

UW	<ul style="list-style-type: none"> • Plantar, cosechar, cuidar del ganado o realizar otras tareas en la explotación familiar sin percibir ingresos. • Trabajar en la tienda familiar sin ingresos • Ayudar a un familiar/vecino en su negocio sin ingresos
CH	<ul style="list-style-type: none"> • Recoger leña, recoger agua • Preparar la comida/cocinar para la familia • Limpieza del hogar • Lavar la ropa y planchar • Comprar alimentos y productos para el hogar
CW	<ul style="list-style-type: none"> • Cuidar a los hermanos, supervisar a los hermanos o a otros niños, ayudar a un hermano con los deberes • Cuidar de un bebé (incluido el propio), amamantarlo, alimentarlo, bañarlo y jugar con él. • Cuidar de un familiar enfermo o anciano, acompañar a un niño o familiar al colegio o al ambulatorio • Ayudar a organizar actividades en la iglesia, trabajo comunitario
RL	<ul style="list-style-type: none"> • Socialización con la familia y los amigos • Rezando • Para dormir • Redes sociales, televisión, radio, internet • Practicar deporte, asistir a un acontecimiento deportivo • Leer, asistir a un acto cultural, aficiones
O	<ul style="list-style-type: none"> • Activismo en la comunidad como parte de un grupo juvenil • Higiene personal, recibir atención sanitaria • Preservación del medio ambiente: reciclaje, reforestación, etc.

Es importante comprobar con la niña cómo clasifica cada actividad, ya que algunas tareas pueden realizarse por diferentes motivos. Por ejemplo, dedicar tiempo a la lectura puede ser por trabajo escolar (HW), por ocio/disfrute personal (RL) o para poder ayudar a proporcionar información a un miembro de la familia (CW).

Anexo 3: Viñeta de capacitación económica

La siguiente viñeta se compartió con las chicas de la cohorte durante sus entrevistas de este año. El texto en cursiva significa instrucciones para las entrevistadoras, que no se leyeron en voz alta a las participantes.

Lea en voz alta la historia 1 que figura a continuación y haga un seguimiento con indicaciones y preguntas para comprender la reacción de la niña a la historia y sus opiniones al respecto. Adapte la historia cambiando los detalles para que sean relevantes a nivel local (por ejemplo, nombre, país, ubicación, tipo de centro de enseñanza superior, etc.).

[INSERTAR NOMBRE IMAGINARIO DE LA NIÑA] tiene 17 años y vive en una comunidad [INSERTAR RURAL/URBANA] de [PAÍS]. Cursa el último año de secundaria. En su tiempo libre, ayuda a su padre en las tareas agrícolas. Cuando termine la escuela, está pensando en estudiar técnicas agrícolas en [INSERTAR NIVEL DE EDUCACIÓN SUPERIOR PERTINENTE], para poder gestionar las tierras agrícolas de la familia en el futuro.

En su comunidad, son sobre todo los hombres los que asumen las responsabilidades agrícolas, mientras que las mujeres retoman estas actividades una vez que han terminado con sus responsabilidades domésticas. Algunos de los compañeros de clase de [NOMBRE DE LA NIÑA IMAGINARIA], tanto chicos como chicas, se han enterado de su interés por dedicarse a la agricultura a tiempo completo y hacen comentarios para desalentar sus planes de futuro. Algunos chicos dicen que ella no obtendría tantos beneficios como un hombre, ya que físicamente no puede cosechar tantos productos. [NOMBRE DE LA NIÑA IMAGINADA] cree que subestiman lo mucho que le gusta la agricultura y lo bien que se le da.

[NOMBRE IMAGINARIO DE LA NIÑA] tiene algunas amigas que también se dedican a la cosecha, ya sea apoyando también a sus padres en las actividades de recolección o en trabajos estacionales remunerados. Piensa que, juntas, demuestran que las niñas pueden ser agricultoras valiosas en su comunidad. A través del boca a boca, quieren cambiar la forma en que los niños de la escuela ven a las niñas que se dedican a la agricultura, incluso apoyando a las más jóvenes que están interesadas en proyectos de jardinería escolar.

- ¿Qué opinas de esta historia y cómo te hace sentir? ¿Por qué?
- ¿Qué piensas de la chica de esta historia?
- ¿Te sorprendió la actitud de la chica ante este reto? ¿Por qué?
- ¿Conoces a alguna chica que haya hecho algo parecido en tu comunidad?

Si la chica responde "sí":

- ¿Qué hicieron? ¿Cómo reaccionó la gente de su comunidad?
- ¿Qué opina al respecto?

Sonda: ¿es algo positivo o negativo?

- ¿Cuáles son los mayores retos a los que se enfrentan las niñas de tu comunidad? ¿Por qué?
- ¿Qué crees que podrían hacer las niñas para afrontar estos retos? ¿Por qué?
- ¿A quién le hablarías de los retos a los que se enfrentan las niñas en tu comunidad? ¿Por qué?
- ¿Qué podrían hacer los adultos para ayudar a las niñas de tu comunidad a afrontar estos retos?
- ¿Qué podrían hacer los chicos para ayudar a las chicas de tu comunidad a afrontar estos retos?
- Si las niñas de esta comunidad pudieran decir a los adultos algo importante sobre sus vidas, ¿qué sería?

Notas finales

- ¹ England, P. (2005) Emerging Theories of Care Work, *Annual Review of Sociology*, 31, p.385.
- ² Ibid.
- ³ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, University of Oxford – Magdalen College, p.7-8.
- ⁴ Ibid.
- ⁵ Khanna, M. and Thomas, M. (2023) Gendered time poverty in three developing countries: An intra-household analysis of children's time use, *Journal of International Development*, 36:1. Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/jid.3814>. Accessed: 19/07/2024.
- ⁶ Rost, L. (2020) Measuring children's time use: Insights from mixed-methods research in northern Uganda, *Journal of Time Use Research*, 15(1), p.49.
- ⁷ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.21.
- ⁸ UNICEF (2016) *Harnessing the Power of Data for Girls*, UNICEF, New York, p.10.
- ⁹ Ibid.
- ¹⁰ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', in Rosen, R. and Twamley, K. (eds) *Feminism and the Politics of Childhood*, UCL Press, London, p.148.
- ¹¹ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, *Oxfam International*, p. 33.
- ¹² UNICEF (2023) *Gender norms and unpaid work*, Available at: <https://data.unicef.org/topic/gender/gender-norms-and-unpaid-work/>. Accessed: 03/05/2024.
- ¹³ UN Women (2021) *Measuring Time Use: An Assessment of Issues and Challenges in Conducting Time-Use Surveys with Special Emphasis on Developing Countries*, Mexico City: The Global Centre of Excellence on Gender Statistics and UN Women, pp.34. Available at: <https://data.unwomen.org/sites/default/files/documents/Publications/Measuring%20time%20use.pdf>. Accessed: 25/06/2024.
- ¹⁴ Plan International (2021) *Economic Empowerment in the World of Work: Focus on Youth, Especially Girls and Young Women*, pp.5-6. Available at: <https://plan-international.org/uploads/2021/12/qlo-economic-empowerment-in-the-world-of-work-policy-paper-eng-sept18.pdf>. Accessed: 09/01/2024.
- ¹⁵ United Nations Department of Economic and Social Affairs (2024) *Achieve gender equality and empower all women and girls: Targets and Indicators*. Available at: https://sdgs.un.org/goals/goal5#targets_and_indicators. Accessed: 25/06/2024.
- ¹⁶ UN Women (1995) *Beijing Declaration and Platform for Action*, New York: United Nations, pp.131-132. Available at: https://www.unwomen.org/sites/default/files/Headquarters/Attachments/Sections/CSW/PFA_E_Final_WEB.pdf. Accessed: 25/06/2024.
- ¹⁷ Bauman, A., Bittman, M. and Gershuny, J. (2019) A short history of time use research; implications for public health, *BMC Public Health*, 19:607.
- ¹⁸ UN Women (2021) *Measuring Time Use: An Assessment of Issues and Challenges in Conducting Time-Use Surveys with Special Emphasis on Developing Countries*.
- ¹⁹ UN Women (2022) *A Toolkit on Paid and Unpaid Care Work: From 3Rs to 5Rs*, New York: UN Women, p. 5.
- ²⁰ Ferrant, G. et al (2014) Unpaid Care Work: The missing link in the analysis of gender gaps in labour outcomes, *OECD Development Centre*. Available at: https://www.oecd.org/dev/development-gender/Unpaid_care_work.pdf. Accessed: 22/07/2024.
- ²¹ Esquivel, V. (2013) *Care in Households and Communities: Background Paper on Conceptual Issues*, p. 6.
- ²² UN Women (2022) *A Toolkit on Paid and Unpaid Care Work: From 3Rs to 5Rs*.
- ²³ Hanna, T. et al (2023) Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief, *Frederick S Pardee Centre for International Futures and UN Women*, p.1-2. Available at: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/2023-10/technical-brief-forecasting-time-spent-in-unpaid-care-and-domestic-work-en.pdf>. Accessed: 09/04/2024.
- ²⁴ Ibid.
- ²⁵ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*.
- ²⁶ Bardasi, E. and Wodon, Q. (2010) Working Long Hours and Having No Choice: Time Poverty in Guinea, *Feminist Economics*, 16:3, p.45.
- ²⁷ Ibid.
- ²⁸ International Labour Organization (2018) *Care work and care jobs for the future of decent*. Available at: https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_633135/lang-en/index.htm. Accessed: 05/03/2024.
- ²⁹ Blom, V. et al (2017) Stress in paid and unpaid work as related to cortisol and subjective health complaints in women working in the public health care sector, *International Journal of Workplace Health Management*, 10:4. Available at: https://www.researchgate.net/publication/317971435_Stress_in_paid_and_unpaid_work_as_related_to_cortisol_and_subjective_health_complaints_in_women_working_in_the_public_health_care_sector. Accessed: 10/01/2024.
- ³⁰ Vitaliano, P.P. et al (2003) Is caregiving hazardous to one's physical health? A meta-analysis, *Psychology Bulletin*, 129:6. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1459289/>. Accessed: 10/01/2024.
- ³¹ Charnes, J. (2019) The Unpaid Care Work and the Labour Market. An analysis of time use data based on the latest World Complication of Time-use Surveys, *International Labour Organisation*. Available at: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-/dgreports/-/gender/documents/publication/wcms_732791.pdf. Accessed: 12/03/2024.
- ³² Ferrant, G. and Thim, A. (2019) Measuring Women's Economic Empowerment: Time Use Data and Gender Inequality, *OECD*. Available at: <https://www.oecd-ilibrary.org/deliver/02e538fc-en.pdf?itemId=%2Fcontent%2Fpaper%2F02e538fc-en&mimeType=pdf>. Accessed: 01/04/2024.
- ³³ Plan International (2015) *The State of the World's Girls: The Unfinished Business of Girls' Rights*. Available at: <https://plan-international.org/publications/the-state-of-the-worlds-girls-2015-unfinished-business/>. Accessed: 12/05/2024.
- ³⁴ UN Women (2022) *A Toolkit on Paid and Unpaid Care Work: From 3Rs to 5Rs*.
- ³⁵ Chauhan, P. (2021) Gendering covid-19: impact of the pandemic on women's burden of unpaid work in India, *Gender Issues*, 38:4, p.1-25.
- ³⁶ Ghosh, A. (2017) *A Trapeze Act: Balancing Unpaid Care Work and Paid Work by Women in Nepal*, IDS Working Paper, 2017:500.
- ³⁷ Ferrant, G. et al (2014) Unpaid Care Work: The missing link in the analysis of gender gaps in labour outcomes.
- ³⁸ Esquivel, V. (2013) *Care in Households and Communities: Background Paper on Conceptual Issues*, p. 6.
- ³⁹ Chant, S. (2013) Cities through a "gender lens": a golden "urban age" for women in the global South?, *Environment and Urbanization*, 25(1), p.9-29.
- ⁴⁰ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 31.
- ⁴¹ Sloth-Nielsen, J. and Mezmur, B.D. (2008) A Dutiful Child: The Implications of Article 31 of the African Children's Charter, *Journal of African Law*, 52(2), p.161.
- ⁴² Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.6.
- ⁴³ England, P. (2005) Emerging Theories of Care Work, p.385.
- ⁴⁴ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.7-8.
- ⁴⁵ Esquivel, V. (2013) *Care in Households and Communities: Background Paper on Conceptual Issues*, p.6.
- ⁴⁶ Ibid.
- ⁴⁷ UNICEF (2016) *Harnessing the Power of Data for Girls*, p.10.
- ⁴⁸ Crivello, G. (2016) *Care and children: Young Lives*, UNICEF Briefing Paper, Florence: UNICEF Innocenti, p.4.
- ⁴⁹ UNICEF (2016) *Harnessing the Power of Data for Girls*, p.10.
- ⁵⁰ Ghosh, A. (2017) *A Trapeze Act: Balancing Unpaid Care Work and Paid Work by Women in Nepal*, p.25.
- ⁵¹ Hanna, T. et al (2023) Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief, *Frederick S Pardee Centre for International Futures and UN Women*, p.2.
- ⁵² UNICEF (2016) *Harnessing the Power of Data for Girls*, p.10.
- ⁵³ Cited in Plan International U.K. (2017) *Girls' Burden of Unpaid Care*, London: Plan International UK, p.24. Available at: <https://plan-uk.org/policy/real-choices-real-lives/girls-burden-of-unpaid-care>. Accessed: 05/12/2023.
- ⁵⁴ Ghosh, A. et al (2017) *A Trapeze Act: Balancing Unpaid Care Work and Paid Work by Women in Nepal*, p.21.
- ⁵⁵ Boyden, J. et al (2020) Balancing school and work with new opportunities: changes in children's gendered time use in Ethiopia (2006-2013), *Children's Geographies*, 19:1, p.79.
- ⁵⁶ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.154.
- ⁵⁷ Ibid.
- ⁵⁸ Camilletti, E. et al (2018) Children's Roles in Social Reproduction: re-examining the discourse on care through a child lens, *The Journal of Law, Social Justice & Global Development*, 21, p.5.
- ⁵⁹ Crivello, G. (2016) *Care and children: Young Lives*, p.3.
- ⁶⁰ Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, *Young Lives*, p. 8.
- ⁶¹ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p.143.
- ⁶² Crivello, G. (2016) *Care and children: Young Lives*, p.2.
- ⁶³ Ibid.
- ⁶⁴ Ibid, p.6.
- ⁶⁵ Plan International U.K. (2017) *Girls' Burden of Unpaid Care*, p.33.
- ⁶⁶ Plan International (2018) *Economic Empowerment in the World of Work*, p.43.
- ⁶⁷ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.21.
- ⁶⁸ Benoit, C. and Halsgrimsdottir, H.K. (2011) 'Conceptualising Care Work', in Benoit, C. and Halsgrimsdottir, H.K. (eds) *Valuing Care Work: Comparative Perspectives*, Toronto: University of Toronto Press.

- ⁶⁹ Folbre, N. (2001) *The Invisible Heart: Economics and Family Values*, New York: New Press.
- ⁷⁰ Ghosh, A. (2017) *A Trapeze Act: Balancing Unpaid Care Work and Paid Work by Women in Nepal*.
- ⁷¹ Girls Not Brides (2022) *Care and Child, Early and Forced Child Marriage and Unions in Latin America and the Caribbean*, p.2. Available at: https://www.girlsnotbrides.org/documents/1910/CARE_brief_English.pdf. Accessed: 04/04/2024.
- ⁷² Plan International (2020) *Child, Early and Forced Marriage and Unions: Policy Brief*, Plan International: Woking, U.K., p.5. Available at: https://plan-international.org/uploads/2022/02/glo-cefmu_policy_brief-final-to-eng-jan21-1.pdf. Accessed: 12/05/2024.
- ⁷³ Ibid.
- ⁷⁴ UNICEF (2021) *Towards Ending Child Marriage: Global trends and profiles of progress*, UNICEF: New York. Available at: <https://data.unicef.org/resources/towards-ending-child-marriage/>. Accessed: 14/05/2024.
- ⁷⁵ Girls Not Brides (2024) *Child Marriage Atlas*. Available at: <https://www.girlsnotbrides.org/learning-resources/child-marriage-atlas/atlas/>. Accessed: 14/05/2024.
- ⁷⁶ UNICEF (2022) *Statistical profile on child marriage: El Salvador*, UNICEF: New York. Available at: https://data.unicef.org/wp-content/uploads/country_profiles/EI%20Salvador/Child%20Marriage%20Country%20Profile_SLV.pdf. Accessed: 14/05/2024.
- ⁷⁷ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p.149.
- ⁷⁸ Ibid.
- ⁷⁹ Plan International (2020) *Child, Early and Forced Marriage and Unions: Policy Brief*, p.7.
- ⁸⁰ Women Deliver and The Population Council (2019) *Having a Child Before Becoming an Adult: Exploring the Economic Impact in a Multi-Country Analysis*. New York: Women Deliver, p. 22.
- ⁸¹ Girls Not Brides (2022) *Care and Child, Early and Forced Child Marriage and Unions in Latin America and the Caribbean*, p.4.
- ⁸² Esplen, E. (2009) Gender and Care: an overview, *Gender and Development in Brief: Bridge Bulletin*, 20, p. 4.
- ⁸³ Punch, S. (2001) Household Division of Labour: Generation, Gender, Age, Birth Order and Sibling Composition, *Work, Employment and Society*, 15:4, pp.803-823.
- ⁸⁴ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p.148.
- ⁸⁵ Bonke, J. (2010) Children's housework – Are girls more active than boys? *International Journal of Time Use Research*, 7:1, p.3. Available at: https://www.researchgate.net/publication/227452423_Children_s_housework_-_Are_girls_more_active_than_boys#:~:text=Previous%20studies%20have%20shown%20that,1999%3BHofferth%202009. Accessed: 12/12/2023.
- ⁸⁶ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 33.
- ⁸⁷ Bonke, J. (2010) Children's housework – Are girls more active than boys?, p.12.
- ⁸⁸ Ferrant, G. and Thim, A. (2019) *Measuring Women's Economic Empowerment: Time Use Data and Gender Inequality*, p. 6.
- ⁸⁹ Somji, A. (2023) Building caring societies: how states can shift the gendered norms of care, *ODI policy Brief*, London: ODI, pp.4-5. Available at: <https://media.odl.org/documents/ODI-BuildingCaringSocieties-Eng-Mar24.pdf>. Accessed: 15/08/2024.
- ⁹⁰ Eisey, H. et al (2020) Understanding demand for, and feasibility of, centre-based child-care for poor urban households: a mixed methods study in Dhaka, Bangladesh, *BMC Public Health*, 20:1899.
- ⁹¹ UN Women (2023) *The Climate-Care Nexus: Addressing the Linkages Between Climate Change and Women's and Girls' Unpaid Care, Domestic and Communal Work*. Available at: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/2023-11/working-paper-the-climate-care-nexus-en.pdf>. Accessed: 30/07/2024.
- ⁹² Plan International (2023) *Climate Change and Girls' Education: Barriers, Gender Norms and Pathways to Resilience – Technical Report*, p.17. Available at: https://plan-international.org/uploads/2023/11/Climate-Change-and-Girls-Education_TechReport_Nov2023.pdf. Accessed: 01/08/2024.
- ⁹³ UN Women (2023) *The Climate-Care Nexus: Addressing the Linkages Between Climate Change and Women's and Girls' Unpaid Care, Domestic and Communal Work*.
- ⁹⁴ Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, p. 31.
- ⁹⁵ Plan International (2023) *Climate Change and Girls' Education: Barriers, Gender Norms and Pathways to Resilience – Technical Report*, p.55.
- ⁹⁶ Plan International U.K. (2017) *Girls' Burden of Unpaid Care*.
- ⁹⁷ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 31.
- ⁹⁸ Plan International (2018) *Economic Empowerment in the World of Work - Focus on Youth, Especially Girls and Young Women: Plan International Position Paper*, p.43.
- ⁹⁹ Plan International U.K. (2017) *Girls' Burden of Unpaid Care*.
- ¹⁰⁰ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.13.
- ¹⁰¹ Rose, P. (2021) *Exploring the School to Work Transition for Adolescent Girls*, REAL Centre, University of Cambridge. Available at: <https://www.educ.cam.ac.uk/centres/real/publications/School%20to%20Work%20Transition%20for%20Adolescent%20Girls%20Full%20Report.pdf>. Accessed: 20/08/2024.
- ¹⁰² Plan International U.K. (2017) *Girls' Burden of Unpaid Care*.
- ¹⁰³ Ibid.
- ¹⁰⁴ Rose, P. (2021) *Exploring the School to Work Transition for Adolescent Girls*.
- ¹⁰⁵ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 32-33.
- ¹⁰⁶ Hanna, T. et al (2023) *Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief*, p.2.
- ¹⁰⁷ Rose, P. (2021) *Exploring the School to Work Transition for Adolescent Girls*.
- ¹⁰⁸ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 31.
- ¹⁰⁹ Plan International (2018) *Economic Empowerment in the World of Work*, p.43.
- ¹¹⁰ Ibid.
- ¹¹¹ Ibid.
- ¹¹² Elson, D. (2017) Recognize, Reduce and Redistribute Unpaid Care Work, *New Labor Forum*, 26:2, p.56.
- ¹¹³ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 31.
- ¹¹⁴ Elson, D. (2017) Recognize, Reduce and Redistribute Unpaid Care Work, p.53.
- ¹¹⁵ UN Women (2024) *Facts and figures: Economic empowerment*, UN Women: New York. Available at: <https://www.unwomen.org/en/what-we-do/economic-empowerment/facts-and-figures>. Accessed: 15/05/2024.
- ¹¹⁶ Hyde, E. et al (2020) Time poverty: Obstacle to women's human rights, health and sustainable development, *Journal of Global Health*, 10:2.
- ¹¹⁷ Vitaliano, P.P et al (2003) Is caregiving hazardous to one's physical health? A meta-analysis, *Psychology Bulletin*, 129:6. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14599289/>. Accessed: 10/01/2024.
- ¹¹⁸ Blom, V. et al (2017) Stress in paid and unpaid work as related to cortisol and subjective health complaints in women working in the public health care sector, *International Journal of Workplace Health Management*, 10:4. Available at: https://www.researchgate.net/publication/317971435_Stress_in_paid_and_unpaid_work_as_related_to_cortisol_and_subjective_health_complaints_in_women_working_in_the_public_health_care_sector. Accessed: 10/01/2024.
- ¹¹⁹ Ibid.
- ¹²⁰ Plan International Ireland (2023) *Supporting Survivors of Sexual Violence in Cameroon's IDP Communities*. Available at: <https://www.plan.ie/our-impact/supporting-survivors-of-sexual-violence-in-camerouns-idp-communities/>. Accessed: 17/05/2024.
- ¹²¹ Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, p. 19.
- ¹²² OHCHR (1989) *Convention on the Rights of the Child*, United Nations: New York. Available at: <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>. Accessed: 17/05/2024.
- ¹²³ Plan International (2024) *Play is essential for children to thrive*. Available at: <https://plan-international.org/blog/2024/03/26/play-is-essential-for-children-to-thrive/>. Accessed: 17/05/2024.
- ¹²⁴ Giurge, L.M. et al (2021) A multi-country perspective on gender differences in time use during COVID-19, *Psychological and Cognitive Sciences*, 118:12. Available at: <https://www.pnas.org/doi/epub/10.1073/pnas.2018494118>. Accessed: 20/08/2024.
- ¹²⁵ Abebe, T. (2019) Reconceptualising Children's Agency as Continuum and Interdependence, *Social Science*, 8:81, p. 4.
- ¹²⁶ Esplen, E. (2009) Gender and Care: an overview, p. 2.
- ¹²⁷ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 31.
- ¹²⁸ Plan International (2018) *Economic Empowerment in the World of Work*, p.7.
- ¹²⁹ Favara, M. (2017) Do dreams come true? Aspirations and educational attainments of Ethiopian boys and girls. *Journal of African Economies*, 26:5, p.563.
- ¹³⁰ Ansell, N. et al (2014) Reconceptualising temporality in young lives: exploring young people's current and future livelihoods in AIDS-affected southern Africa, *Transactions of the Institute of British Geographers*, p.5.
- ¹³¹ Favara, M. (2017) Do dreams come true? Aspirations and educational attainments of Ethiopian boys and girls, p.563.
- ¹³² Rodríguez Martínez, C. and Gallardo Gil, M. (2020) Gender differences in school performance and attitudes towards school, *Ensaio*. Available at: <https://www.scielo.br/iensaio/arZ8vMXKJzRNZyzkWrmbmz/>. Accessed: 20/08/2024.
- ¹³³ UNICEF (2016) *Harnessing the Power of Data for Girls*, p.11.
- ¹³⁴ ILOSTAT (2023) *Where women work: female-dominated occupations and sectors*. Available at: <https://ilostat ilo.org/blog/where-women-work-female-dominated-occupations-and-sectors/>. Accessed: 21/07/2023.
- ¹³⁵ Somji, A. (2023) Building caring societies: how states can shift the gendered norms of care, p.1.
- ¹³⁶ Esplen, E. (2009) Gender and Care: an overview, p. 3.
- ¹³⁷ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.107.

- 138 Plan International and Promundo (2021) *Promoting Men's Engagement in Early Childhood Development: A Programming and Influencing Package*, p.p.9-10. Available at: https://plan-international.org/uploads/2021/12/glo-mens_engagement_ecd-fo-final-eng-may21.pdf. Accessed: 15/08/2024.
- 139 Gudrun Ragnarsdottir, A. et al (2024) The Division of Labour Within the Household and Life Satisfaction, *Journal of Happiness Studies*, 25:75.
- 140 Ibid.
- 141 Crivello, G. (2016) *Care and children: Young Lives*, p.6.
- 142 African Union (1999) *African Charter on the Rights and Welfare of the Child*, Addis Ababa, Ethiopia, p. 23-24.
- 143 Sloth-Nielsen, J. et al (2008) A Dutiful Child: The Implications of Article 31 of the African Children's Charter, p.161.
- 144 Ibid.
- 145 Ibid.
- 146 Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, p. 18.
- 147 Ibid.
- 148 Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, p. 18-19.
- 149 Crivello and Espinoza-Revollo (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p. 145.
- 150 Plan International (2023) *Climate Change and Girls' Education: Barriers, Gender Norms and Pathways to Resilience*, Woking, U.K.: Plan International. Available at: <https://plan-international.org/publications/climate-change-girls-education/>. Accessed: 15/08/2024
- 151 Ibid.
- 152 Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 45.
- 153 Ferrant, G. and Thim, A. (2019) *Measuring Women's Economic Empowerment: Time Use Data and Gender Inequality*, p. 21.
- 154 Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 45.
- 155 Ibid, p. 46.
- 156 Ibid.
- 157 Esquivel, V. (2013) *Care in Households and Communities: Background Paper on Conceptual Issues*, p.12.
- 158 Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.18.
- 159 Ferrant, G. and Thim, A. (2019) *Measuring Women's Economic Empowerment: Time Use Data and Gender Inequality*, p. 21.
- 160 The World Bank (2023) *Proportion of time spent on unpaid domestic and care work, female (% of 24 hour day) – Brazil, Cambodia, Dominican Republic, El Salvador, Uganda*. Available at: <https://data.worldbank.org/indicator/SG.TIM.UWRK.FE?end=2018&locations=BR-KH-DO-SV-UG&start=2004&view=chart>. Accessed: 10/04/2024.
- 161 Hanna, T. et al. (2023) *Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief*, p.20.
- 162 Ibid.
- 163 Institut National de la Statistique et de l'analyse économique (2015) *Enquete modulaire integree sur les conditions de vie des menages 2eme Edition (EMICoV-2015): Rapport D'Analyse du Volet Emploi du Temps*, Republique du Benin Ministère du Plan et du Développement, p.78.
- 164 Ibid, p.88.
- 165 Muller, M. and Accrombessy, F.D. (2023) *Different sex – same opportunities? Not really: a close look at the extent of gender inequalities in Benin*, World Bank Blogs. Available at: <https://blogs.worldbank.org/en/african/different-sex-same-opportunities-not-really-close-look-extent-gender-inequalities-benin>. Accessed: 13/03/2024.
- 166 Institut National de la Statistique et de l'analyse économique (2015) *Enquete modulaire integree sur les conditions de vie des menages 2eme Edition (EMICoV-2015): Rapport D'Analyse du Volet Emploi du Temps*, p.78.
- 167 The World Bank (2024) *Gender Data Portal: Benin*. Available at: <https://genderdata.worldbank.org/countries/benin/>. Accessed: 13/03/2024.
- 168 Rost, L. (2020) *Measuring children's time use: Insights from mixed-methods research in northern Uganda*, p.56.
- 169 Ibid.
- 170 Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.89.
- 171 Ibid, p.87.
- 172 UNFPA (2024) *Adolescents and Youth Dashboard – Togo*. Available at: <https://www.unfpa.org/data/adolescent-youth/TG>. Accessed: 09/04/2024.
- 173 UNFPA (2024) *Demographic dividend: Togo*. Available at: <https://www.unfpa.org/data/demographic-dividend/TG>. Accessed: 09/04/2024.
- 174 The World Bank (2023) *Proportion of time spent on unpaid domestic and care work, male (% of 24-hour day) – El Salvador*. Available at: <https://data.worldbank.org/indicator/SG.TIM.UWRK.MA?contextual=aggregate&end=2017&locations=SV&start=2010&view=chart>. Accessed: 14/05/2024.
- 175 The World Bank (2023) *Dominican Republic Gender Assessment (English)*, Washington, D.C.: World Bank Group. Available at: <http://documents.worldbank.org/curated/en/099056511212336665/IDU1436366001d011bec314ec80b8de3a5>. Accessed: 10/05/2024.
- 176 Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – (IBGE) (2024) *Estatísticas de Gênero Indicadores sociais das mulheres no Brasil 3ª edição: Notas técnicas*. Available at: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv102066_notas_tecnicas.pdf. Accessed: 03/05/2024.
- 177 The World Bank (n.d) *GDP per capita (current US\$) – El Salvador, Brazil*. Available at: <https://data.worldbank.org/indicator/NY.GDP.PCAP.CD?locations=SV-BR>. Accessed: 06/06/2024.
- 178 The World Bank (n.d.) *Children in employment, unpaid family workers, female (% of female children in employment, ages 7-14) – El Salvador*. Available at: <https://data.worldbank.org/indicator/SL.FAM.0714.FE.ZS?locations=SV>. Accessed: 14/05/2024.
- 179 CEPAL (2019) *Notas de Población No. 109*. Available at: <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/a32d33c2-0798-4191-aacf-0fb91edbebf/content>. Accessed: 14/05/2024.
- 180 Oficina Nacional de Estadística (2011) *Encuesta Nacional de Hogares de Propósitos Múltiples (ENHOGAR 2009-2010)*, Santo Domingo: Gobierno de la República Dominicana, p.144.
- 181 Plan International Brasil (2014) *Por Ser Menina No Brasil: Crescendo entre Direitos e Violências*. Available at: https://primeirainfancia.org.br/wp-content/uploads/2015/03/1-por_ser_menina_resumoeexecutivo2014.pdf. Accessed 10/03/24.
- 182 UN Women (n.d.) *El Salvador*. Available at: <https://data.unwomen.org/country/el-salvador>. Accessed: 14/05/2024.
- 183 Sanhueza, A. et al (2023) Trends and inequities in adolescent childbearing in Latin American and Caribbean countries across generations and over time: a population-based study, *Lancet Child Adolescent Health*, 7:6, pp.392-404. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10191863/>. Accessed: 06/06/2024.
- 184 CEPAL (2019) *Notas de Población No. 109*.
- 185 Instituto Dominicano de Evaluación e Investigación de la Calidad Educativa (2022) *Informe de la encuesta de juventud*. Available at: <https://ideice.gob.do/pdf/publicaciones/20221219113850.pdf>. Accessed: 10/05/2024.
- 186 Girls Not Brides (2020) *Child, early and forced marriage and unions in Latin America and the Caribbean*, July 2020. Available at: <https://www.fillespasepouses.org/documents/947/Child-early-and-forced-marriages-and-unions-in-LAC.pdf>. Accessed: 06/06/2024.
- 187 The World Bank (2023) *Dominican Republic Gender Assessment*.
- 188 Agência Gov (2024). *Brasil elabora proposta de Política Nacional de Cuidados e um Plano Nacional de Cuidados*. Available at: <https://agenciagov.ebc.com.br/noticias/202404/brasil-elabora-proposta-de-politica-nacional-de-cuidados-e-um-plano-nacional-de-cuidados-1>. Accessed 18/04/2024.
- 189 UN Women (2018) *Recognition, Redistribution and Reduction of Care Work: Inspiring practices in Latin America and the Caribbean*. Available at: <https://lac.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Americas/Documents/Publicaciones/2018/11/Estudio%20cuidados/2b%20UNW%20Care%20Maping-compressed.pdf>. Accessed: 06/06/2024.
- 190 Hanna, T. et al (2023) *Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief*, p.p.15-20.
- 191 UN ESCAP (2022) *Valuing and Investing in Unpaid Care and Domestic Work – Country Case Study Philippines*. Available at: <https://repository.unescap.org/bitstream/handle/20.500.12870/4705/ESCAP-2022-SDD-RP-Valuing-Investing-Unpaid-Care-Domestic-Work-Philippines.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Accessed: 25/06/2024.
- 192 United Nations Cambodia (2022) *Gender Equality Deep-Dive for Cambodia: Common Country Analysis*, p. 18. Available at: https://cambodia.un.org/sites/default/files/2022-03/Gender%20Deep%20Dive%20-%20CCA%20Cambodia_V6_010322_LQ.pdf. Accessed: 25/06/2024.
- 193 Hanna, T. et al (2023) *Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief*, p.p.15-20.
- 194 Ibid.
- 195 Hanna, T. et al (2023) *Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief*, p.p.15-20.
- 196 The World Bank Group (2024) *Average working hours of children, study and work, female, ages 7-16 (hours per week) – Viet Nam*. Available at: <https://data.worldbank.org/indicator/SL.TLF.0714.SW.FE.TM?locations=VN>. Accessed: 25/06/2024.
- 197 Rost, L. (2020) *Measuring children's time use: Insights from mixed-methods research in northern Uganda*, p.50.
- 198 Ferrant, G. and Thim, A. (2019) *Measuring Women's Economic Empowerment: Time Use Data and Gender Inequality*, p. 9.
- 199 Esquivel, V. (2013) *Care in Households and Communities: Background Paper on Conceptual Issues*, p.15.
- 200 Ibid.
- 201 Rost, L. (2020) *Measuring children's time use: Insights from mixed-methods research in northern Uganda*, p.p.49-50.
- 202 Ibid.
- 203 Plan International (2019) *Global Policy on Safeguarding Children and Programme Participants*. Available at: <https://plan-international.org/publications/global-policy-on-safeguarding-children-and-programme-participants/>. Accessed: 28/05/2024.

- ²⁰⁴ Catterson, C.M. (2022) *Multiplicity and Mess: The Movement to End Female Genital Mutilation in Somaliland*, Sydney, Australia: The University of Sydney, p.p.51-63. Available at: https://ses.library.usyd.edu.au/bitstream/handle/2123/27540/Catterson_CM_Thesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Accessed: 28/05/2024.
- ²⁰⁵ Ibid, pp.71-73.
- ²⁰⁶ Hanna, T. et al (2023) Forecasting Time Spent in Unpaid Care and Domestic Work – Technical Brief, p.5.
- ²⁰⁷ Hirshkowitz, M. et al (2015) National Sleep Foundation's updated sleep duration recommendations: final report, *Sleep Health*, 1:4, p.p.233-243.
- ²⁰⁸ National Sleep Foundation (2020) *How Much Sleep Do You Really Need?* Available at: <https://www.thensf.org/how-many-hours-of-sleep-do-you-really-need/>. Accessed: 30/08/2024.
- ²⁰⁹ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.167-168.
- ²¹⁰ Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, p. 29.
- ²¹¹ Rost, L. (2020) *Unpaid care work and social norms: Gender, generation and change in northern Uganda*, p.154.
- ²¹² Pankhurst, A. et al (2016) Children's Work in Family and Community Contexts: Examples from Young Lives Ethiopia, p. 29.
- ²¹³ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p.143.
- ²¹⁴ Crivello, G. (2016) *Care and Children: Young Lives*, p.6.
- ²¹⁵ Loveday, L. et al (2021) Understanding girls' everyday acts of resistance: evidence from a longitudinal study in nine countries, *International Feminist Journal of Politics*, 25:2.
- ²¹⁶ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p.148.
- ²¹⁷ Coffey, C. et al (2020) Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis, p. 33.
- ²¹⁸ Ferrant, G. and Thim, A. (2019) *Measuring Women's Economic Empowerment: Time Use Data and Gender Inequality*, p.15.
- ²¹⁹ Crivello, G. and Espinoza-Revollo, P. (2017) 'Care Labour and Temporal Vulnerability in Women-Child Relations', p.148.
- ²²⁰ Craig L. and Mullan, K. (2011) How mother and fathers share childcare: A cross-national time-use comparison, *American Sociological Review*, 76:6, pp. 834-861.
- ²²¹ Gangneux, J. (2021) Tactical agency? Young people's (dis)engagement with WhatsApp and Facebook Messenger, *Convergence*, 27:2, pp. 458-471.
- ²²² Bifulco, L. (2013) Citizen participation, agency and voice, *European Journal of Social Theory*, 16:2, pp.174-187.
- ²²³ Recommendations are based on the following publications and position papers: Plan International (2021) *Economic Empowerment in the World of Work: Focus on Youth, Especially Girls & Young Women: Plan International Position Paper*. Available at: https://plan-international.org/uploads/2021/12/glo_economic_empowerment_in_the_world_of_work_policy_paper_eng_sept18.pdf; Plan International (2023) Understanding Young Women's Pathways to Economic Empowerment & Resilience in Rural Contexts. Available at: <https://plan-international.org/uploads/sites/40/2023/10/4930-Plan-SOYEE-report-v9.pdf>; Plan International (2017) *The Right to Inclusive, Quality Education: Plan International Position Paper*. Available at: https://plan-international.org/uploads/2022/01/glo_the_right_to_inclusive_quality_education_position_paper_final_io_eng_oct17.pdf; Plan International (2024) *Response to the Call for Inputs on Human Rights Council Resolution 54/6 on the Centrality of Care and Support from a Human Rights Perspective*, Geneva: Plan International; Plan International (2023) *Early Childhood Development and Social Protection Policy Brief*. Woking, U.K.: Plan International; UN Women (2018) *Recognition, Redistribution and Reduction of Care Work. Inspiring Practices in Latin America and the Caribbean*. Available at: <https://lac.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Americas/Documentos/Publicaciones/2018/11/Estudio%20cuidados/2b%20UNW%20Care%20Maping-compressed.pdf>. Accessed 22/08/2024; UN Women (2022) *A Toolkit on Paid and Unpaid Care Work: From 3Rs to 5Rs*, New York: UN Women; Coffey, C. (2020) *Time to Care: Unpaid and underpaid care work and the global inequality crisis*, and Oxford: Oxfam International; ILO (2018) *Care Work and Care Jobs for the Future of Decent Work*, Geneva: International Labour Organisation.