



[www.caritas.es](http://www.caritas.es)

## NOTA DE PRENSA

---

### La exclusión social creció el doble en los hogares encabezados por mujeres

- **Cáritas lanza la campaña “Ellas somos nosotras” para visibilizar la brecha de exclusión que sufren las mujeres que acompaña**

**Cáritas.**- 7 de marzo 2023. El riesgo de pobreza sigue siendo más elevado en los hogares encabezados por mujeres. Durante la pandemia, el aumento de la exclusión social en las familias cuya sustentadora principal es mujer creció el doble, al pasar del 18% en 2018 al 26% en 2021, mientras que en los hogares encabezados por hombres aumentó del 15 al 18%, según el informe [Evolución de la cohesión social y consecuencias de la Covid-19 en España](#), presentado por Cáritas en 2022.

Esta brecha de género estructural y persistente mueve a Cáritas a visibilizar y denunciar, con motivo del Día Internacional de la Mujer, las múltiples desigualdades que siguen sufriendo las mujeres que acompaña. “Los avances de las últimas décadas han sido importantes, pero aún queda mucho camino por recorrer para que la igualdad entre hombres y mujeres se convierta en la piedra angular de un desarrollo humano y sostenible”, asegura **Noelia de Pablo**, responsable del programa de Mujer de Cáritas Española.

Cáritas acompaña a un número cada vez mayor de familias monoparentales encabezadas por mujeres en situación de vulnerabilidad. Se trata de hogares donde la sustentadora principal tiene un trabajo precario no solo en cuanto a salario, sino también a condiciones laborales, inestabilidad o vulneración de derechos, además de una mayor probabilidad de estar empleada en el sector informal.

#### **En el dilema de trabajar o cuidar**

A esto se suma que las mujeres son las principales sustentadoras de los cuidados familiares y muchas veces acusan la falta de redes de apoyo. “Muchas de ellas se encuentran en la tesitura de tener que elegir entre trabajar o cuidar, lo que repercute gravemente es su situación, debiendo abandonar el mercado laboral, reducir sus jornadas o renunciar al desarrollo de sus carreras profesionales para poder cuidar. Y otras, a trabajar sin posibilidad de conciliar lo que repercute gravemente en la calidad de vida de la infancia”, apunta Noelia de Pablo.

La marcada feminización de los trabajos que cuentan con menor reconocimiento social y peores condiciones laborales no ayuda a mejorar la situación de las mujeres en

---

**Prensa Cáritas Española:**

Laura Daniele (618 893 880) – Merche Fernández (606 53 51 56)



riesgo de exclusión. Es el caso del empleo de hogar y de los cuidados. “Pese a los importantes avances que se han producido en este sector en los últimos años aún no se ha logrado una verdadera equiparación de derechos con el resto de personas trabajadoras, siendo especialmente relevante todo lo relativo a las condiciones particulares que conlleva el trabajo de interna”, denuncia Noelia de Pablo.

En muchas ocasiones, estas trabajadoras ven vulnerados sus derechos laborales por estar sometidas a amplias jornadas, incluidas jornadas nocturnas, sin apenas descanso, con tiempos de presencia que obligan a tener disponibilidad y, en muchos casos, sin distinción entre trabajos de hogar y de cuidados, no contando con la remuneración correspondiente, dada la especialización que requieren.

A lo largo de 2022, Cáritas acompañó a 41.514 mujeres a través de sus diferentes programas de empleo. El perfil de estas demandantes de trabajo fueron mujeres de más de 45 años, con estudios básicos, escasa experiencia laboral y pocas competencias digitales. En un número cada vez mayor se encuentran además inmersas en complejos procesos migratorios. La falta de empleo o el empleo precario no son los únicos obstáculos que deben afrontar muchas mujeres en situación de exclusión.

A esa realidad también se suma la violencia machista. En 2022, Cáritas acompañó en España a 14.140 mujeres en más de 30 proyectos específicos relacionados con la mujer. Muchos de ellos, están relacionados con programas de apoyo a mujeres víctimas de violencia, de explotación sexual o trata.

“Estas situaciones están en muchas ocasiones totalmente invisibilizadas. En el caso de las mujeres en contextos de prostitución nos preocupa su ‘expulsión’ a lugares más ocultos y vulnerables, como asentamientos o pisos, lo que significa una mayor precariedad y estigmatización, más dificultades en su acompañamiento y escasez de alternativas por la falta de acceso a prestaciones sociales o empleo”, indica.

### **El doble estigma de la salud mental**

La desigualdad también tiene efectos sobre la salud, sobre todo en el abordaje de la salud mental. “En nuestros programas vemos el sesgo que existe tanto en el diagnóstico como en el tratamiento de la salud de las mujeres, causando entre otras cosas, sobremedicación, lo que empeora su calidad de vida”, apunta Noelia de Pablo.

Además, las mujeres con dificultades en su salud mental “sufren un doble estigma siendo consideradas, entre otras cuestiones, como menores de edad, no aptas para ser madres o incluso para sostener argumentos veraces, lo que acaba dificultando aún más su situación y aumentando el deterioro de la autoestima”, añade. A todo esto, hay que sumar el sufrimiento emocional debido a las cargas que suponen las dobles jornadas, crianzas monomarentales y otras realidades que de manera estructural afectan significativamente a su salud mental.

---

### **Prensa Cáritas Española:**

**Laura Daniele** (618 893 880) – **Merche Fernández** (606 53 51 56)



### **Respuestas humanitarias con más mirada de género**

En el ámbito internacional, la larga lista de conflictos y desastres naturales tienen un impacto de forma desproporcionado en las personas más vulnerables, sobre todo en mujeres y niñas. Algunas de estas crisis humanitarias son más mediáticas, como Ucrania o Palestina, pero una gran mayoría son crisis “olvidadas”, como lo que ocurre en República Democrática del Congo, Burkina Faso, Sudán del Sur, Mali, Venezuela, Haití y en Myanmar y Bangladesh con los refugiados Rohingya.

Estas crisis humanitarias empujan a desplazamientos forzosos, lo que enfrenta a muchas mujeres a vulnerabilidades adicionales y a ser objeto directo de muchas formas de violencias, explotación y abusos. “Estas condiciones subrayan la importancia de integrar un enfoque de género en todas las respuestas humanitarias, para que se implementen medidas de protección adecuadas con el objetivo de mitigar los riesgos a los que están expuestas”, apunta Noelia de Pablo.

Frente a toda esta realidad, Cáritas hace un llamamiento a las Administraciones públicas, a los responsables políticos y a los agentes económicos y sociales a trabajar en una igualdad real entre hombres y mujeres con presupuestos sensibles al género. En esa línea, Cáritas ha presentado también al arco parlamentario sus [Propuestas Políticas](#), en las que se incluye un plan integral de cuidados, políticas de empleo inclusivo y una protección efectiva de las víctimas de violencia machista, entre otras cuestiones prioritarias.

### **Iniciativa “Ellas somos nosotras”**

Con el objetivo de visibilizar las múltiples brechas y situaciones de exclusión que sufren las mujeres, Cáritas lanza por tercer año consecutivo la iniciativa [‘Ellas somos nosotras’](#). La campaña de sensibilización cuenta con el apoyo de diez mujeres de empresas de reconocido prestigio y compromiso social que colaboran con Cáritas.

A través de sus redes sociales, estas empresarias y directivas visibilizarán a partir del lunes 11 de marzo las realidades de otras mujeres que, gracias al acompañamiento de Cáritas, han podido salir de la exclusión, además de mostrar distintos proyectos que la Confederación está desarrollando.

Bajo el hashtag #EllasSomosNosotras, esta iniciativa busca promover la solidaridad económica con los programas de atención a mujeres en los que Cáritas está presente tanto en España como en otros países del mundo gracias a proyectos de cooperación fraterna con las Cáritas locales.

“Esperamos poder dar voz a miles de mujeres y seguir fortaleciendo nuestra labor gracias a la solidaridad de toda la sociedad, porque ellas somos nosotras y nosotras somos ellas”, asegura **María Ángeles García**, coordinadora del Equipo de Donantes e Instituciones de Cáritas Española.

---

### **Prensa Cáritas Española:**

**Laura Daniele** (618 893 880) – **Merche Fernández** (606 53 51 56)