

Aumenta los problemas psicológicos y enfermedades laborales entre las mujeres con su incorporación al mundo laboral

6/03/2011 - 12:12

Las mujeres viven de seis a ocho años más que los hombres aunque no siempre con buena salud, según la OMS

MADRID, 6 (EUROPA PRESS)

La incorporación de la mujer al mundo laboral en los últimos años ha aumentado sus problemas de salud, siendo los trastornos psicológicos y los relacionados con enfermedades laborales, los que más consultas producen entre los especialistas. Con motivo del Día de la Mujer Trabajadora, que se celebra el próximo martes 8 de marzo, expertos recuerdan la importancia de aumentar la prevención en las enfermedades que más pueden reducir la calidad de vida de la mujer.

"Como en los hombres, los problemas que afectan a la mujer trabajadora, muchos de ellos, están relacionados con el tipo de trabajo que realizan, pero si tenemos que valorar la salud de la mujer en general, hay que decir que hay un alto grado de alteraciones de tipo emocional y físico", explica la doctora Mercedes Abizanda, coordinadora del grupo de trabajo de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) de 'Atención a la Mujer'.

En declaraciones a Europa Press, la experta recuerda que, aunque cada vez más existe paridad en las tareas del hogar, aún son muchas las mujeres que "tienen que realizar un doble trabajo", ese sobre esfuerzo finalmente pasa factura emocional, "con problemas de ansiedad y depresión", y física, "con patologías osteomusculares, respiratorias o traumatismos".

Hay que tener en cuenta, aclara, "que además de trabajar fuera de casa se tiene que encargar de las tareas del hogar, tiene que afrontar la carga laboral que se genera en casa, que se trata de un área básicamente de la mujer".

A su juicio, la solución es "compleja" ya que la mujer se verá afectada, sobre todo en lo referente a los problemas psicológicos, "dependiendo de su educación y formación; la adaptación a estas circunstancias puede ser complicada para algunas mujeres", sobre

todo, recuerda, "porque intentamos normalmente abarcarlo todo" y "esto, desde el punto de vista emocional, genera un nivel de ansiedad muy alto".

En este sentido sus cargas, es decir su estado civil, el número de hijos y su edad, sobrecarga de responsabilidades, roles tradicionales, doble jornada ó falta de redes de apoyo, serán cruciales para sus condiciones de vida.

La solución, centrándose en la mujer, aunque "compleja", sería enseñarle a "parar". "Sería interesante enseñar a las mujeres a parar, puede ser muy difícil en determinadas situaciones pero hay que hacer un 'reset' e imponerse, pero para la mujer el día a día pesa mucho y, en ocasiones, de ella pueden depender muchos".

En el mismo sentido, la psiquiatra y presidenta de la Sociedad Española de Estrés Postraumático, la doctora Rafi Santos, añade que "las demandas sobre la mujer se han multiplicado, sintiéndose atrapada en sus responsabilidades laborales y no queriendo dejar en segundo plano lo que considera prioridad en la atención a su familia".

"La igualdad tiene que asimilarse conceptualmente para ser aplicada en cuanto a criterios, en primer lugar, de no discriminación. La solución pasaría por partir del reconocimiento personal de la mujer y aplicar medidas laborales flexibles en cuanto a horarios, incorporando nuevas tecnologías que sustituyan el presentismo a toda ultranza, por supuesto manteniendo los objetivos a conseguir", añade Santos.

A pesar de los avances en la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres todavía existen dificultades para que la mujer trabajadora alcance el más alto grado de salud física, psíquica y social como pide la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Precisamente, en una de sus publicaciones del pasado año, la OMS señala que "mujeres y hombres afrontan muchos problemas de salud semejantes, pero las diferencias son de tal magnitud que la salud de las mujeres merece que se le preste una atención particular".

PEOR SALUD QUE EL HOMBRE

Inicialmente la mujer no tendría por qué padecer un mayor número de patologías, pero la realidad es que por término medio, las mujeres viven de seis a ocho años más que los hombres aunque, según recuerda la OMS, esos años suplementarios no siempre se acompañan de buena salud.

Las enfermedades que en mayor medida afectan a la mujer son el cáncer de mama, que es el tipo de cáncer más mortífero entre las mujeres de 20 a 59 años en los países de ingresos altos; mientras que, a nivel mundial, las enfermedades cardiovasculares, a menudo consideradas un problema masculino, son la principal causa de mortalidad entre las mujeres.

A la hora de hablar de las principales patologías que afectan a la mujer por su incorporación al trabajo, la doctora Abizanda, recuerda que, "evidentemente, uno de los primeros problemas por prevalencia en la mujer están los problemas osteomusculares, como el lumbago, contracturas cervicales, en gran medida, se trata de enfermedades directamente relacionadas con el tipo de trabajo que se ejecuta y, otras veces, por la tensión nerviosa que ocasiona".

No obstante, han aumentado aquellas relacionadas con la higiene laboral o la falta de ergonomía en el trabajo, muy común en aquellas que desempeñan alguna función en cadenas de montaje o en tareas de limpieza. En estos casos son muy comunes los problemas musculares, respiratorios, etc.

Por otra parte, los médicos de Atención Primaria han visto como en los últimos años han crecido las consultas femeninas por motivos psicosociales, trastornos somatomorfos, ansiedad y depresión. El aumento de la sobrecarga emocional y de factores vitales estresantes son factores de riesgo para el desarrollo de trastornos mentales. De hecho, según la OMS, el 26 por ciento de las mujeres presentará un episodio depresivo mayor a lo largo de su vida.

A la hora de prevenir, la experta recuerda que "hay que tener presente que las patologías se produce de manera distinta en hombres que en mujeres" y que, por norma general, "las mujeres acuden más tarde a Urgencias", en gran medida porque "nuestra sensación de estado de salud es peor que en los hombres pero a la vez vamos menos al médico; nos quejamos mucho pero los posponemos hasta encontrar el momento adecuado".

Así, aconseja a la mujer tiene que tome medida de prevención en cáncer cervical, cérvix y mama, y, cuando se llega a una determinada edad en cáncer de colon; además recomienda acudir al médico con los primeros síntomas y no olvidar las revisiones ginecológicas y de mama.