

Doble carga de las mujeres trabajadoras: reflexiones sobre salud, trabajo y justicia de género

The Double Burden of Working Women: Reflections on Health, Work, and Gender Justice

Aga Natalis¹  0000-0001-7077-9169

Kadek Cahya Susila Wibawa¹  0000-0001-5468-8072

¹Facultad de Derecho, Universidad Diponegoro, Jalan dr. Antonius Suroyo, Tembalang, Semarang. Ciudad, Java Central 50275, Indonesia.

Fechas · Dates

Recibido: 09/06/2026

Aceptado: 11/07/2026

Publicado: 15/07/2026

Correspondencia · Corresponding Author

Aga Natalis

aganatalis12@lecturer.undip.ac.id

Estimada directora,

Estamos muy interesados en los resultados de la investigación de Castellanos-Torres et al.,⁽¹⁾ ya que proporcionan una comprensión profunda de las experiencias de las mujeres trabajadoras durante la pandemia de COVID-19 en la Comunidad Valenciana, España, y sus consecuencias sobre la salud. Este estudio, que empleó un enfoque cualitativo con 17 entrevistas semiestructuradas y 3 grupos focales, revela diversas dimensiones importantes relacionadas con la feminización del empleo, la sobrecarga laboral y los desafíos para equilibrar la vida laboral y familiar. Los hallazgos principales indican que la pandemia agravó la precariedad laboral, especialmente en sectores tradicionalmente ocupados por mujeres, como limpieza, trabajo doméstico e industria textil, afectando directamente la salud física, mental y musculoesquelética de las trabajadoras.

Los resultados de esta investigación son altamente relevantes para el contexto de Indonesia, donde las condiciones laborales de las mujeres, particularmente en el sector informal como el trabajo doméstico, la hostelería o la industria creativa, a menudo carecen de protección adecuada.^(2,3) En Indonesia, los derechos laborales de las mujeres, incluidos el acceso a la protección sanitaria y la seguridad social, todavía son frecuentemente ignorados, lo que podría generar experiencias de estrés y ansiedad similares durante crisis como la pandemia.⁽⁴⁻⁶⁾ El énfasis del estudio en la inseguridad laboral, el aumento de la carga de trabajo, la falta de

equipos de protección y la ausencia de corresponsabilidad en los hogares ofrece una comprensión clave de que los derechos humanos de las trabajadoras deben integrarse explícitamente en las políticas laborales y públicas basadas en los derechos humanos en Indonesia. Esto es coherente con los principios de los Derechos Humanos, que aseguran la protección de los derechos de los trabajadores, la igualdad de género y la protección contra la discriminación basada en el sexo, tal como se establece en la Convención de la OIT y la Ley Laboral N° 13 de 2003 de Indonesia.⁽⁷⁾

Además, la investigación subraya que el estrés experimentado por las mujeres trabajadoras no proviene únicamente de factores externos, como el riesgo de infección por COVID-19 o la implementación repentina del teletrabajo, sino también de injusticias estructurales que cargan a las mujeres con responsabilidades domésticas y de cuidado desproporcionadas. Este fenómeno está muy relacionado con el análisis feminista de Nancy Fraser⁽⁸⁾, quien enfatiza la existencia de la “doble carga” en las mujeres, es decir, la combinación de trabajo productivo y reproductivo que no recibe compensación ni reconocimiento equitativo. Fraser⁽⁸⁾ destaca que esta desigualdad no solo está vinculada a la distribución del trabajo, sino que también se internaliza culturalmente, de manera que las políticas públicas que solo se centran en el empleo formal a menudo no logran abordar las desigualdades de género estructurales. En el contexto indonesio, esto se refleja en mujeres que continúan soportando intensivas responsabilidades domésticas mientras desempeñan trabajos formales, especialmente en el sector informal o a tiempo parcial, agravado por políticas de respuesta a la pandemia que no consideraron la perspectiva de género.

El estudio también identifica estrategias de afrontamiento y factores protectores para la salud de las trabajadoras, como el apoyo social, redes de solidaridad entre colegas y la posibilidad de trabajar fuera del hogar o en entornos abiertos más seguros. Esto coincide con los principios de los Derechos Humanos, que abogan por ambientes laborales seguros y saludables para todas las personas trabajadoras, y resalta la importancia de políticas públicas que respalden a las mujeres mediante protección legal, acceso a servicios de salud mental y flexibilidad laboral con perspectiva de género. En la práctica, estas experiencias podrían adaptarse en Indonesia mediante el fortalecimiento de la protección legal para trabajadoras domésticas, la garantía de disponibilidad de equipos de protección durante crisis sanitarias y la implementación de políticas de licencias y flexibilidad laboral que consideren las responsabilidades de cuidado doméstico.

Nos interesa particularmente este hallazgo porque proporciona una visión empírica sólida sobre la interacción entre inestabilidad laboral, estrés y salud de las mujeres en tiempos de crisis. La investigación evidencia que la pandemia no solo empeoró las condiciones físicas y mentales de las trabajadoras, sino que también subraya la necesidad de reformas estructurales que integren la igualdad de género como elemento central de la protección laboral. Para Indonesia, estos resultados son relevantes para impulsar la revisión de políticas laborales y derechos de las mujeres, incluyendo la implementación de estrategias de mitigación de crisis con

enfoque de género, de manera que las mujeres puedan trabajar de forma segura, digna y equitativa sin tener que asumir una doble carga. Este enfoque recuerda la importancia de la perspectiva feminista en el análisis de los derechos laborales, fortaleciendo la agenda de igualdad y protegiendo los derechos fundamentales de las mujeres como parte del compromiso del Estado con los Derechos Humanos.

A través de documentación narrativa rica y análisis cualitativo, esta investigación se constituye como referencia clave para la construcción de un marco de políticas laborales inclusivas y sensibles al género, especialmente en tiempos de crisis sanitaria global. En conclusión, el estudio reafirma que la protección de los derechos de las mujeres trabajadoras, el apoyo social y el reconocimiento de su contribución en trabajos formales y domésticos constituyen la base esencial para la salud pública y la justicia social, tanto durante la pandemia como en el futuro. Esto abre la puerta a la adopción de políticas en Indonesia que integren los Derechos Humanos, la perspectiva de género y la protección de la salud laboral, y subraya la importancia de una transformación social que reconozca la contribución de las mujeres en todos los sectores de la vida.

Referencias Bibliográficas

1. Castellanos-Torres E, Loezar-Hernández M, Briones-Vozmediano E. Percepciones de mujeres trabajadoras sobre las condiciones laborales durante la pandemia de COVID-19 y sus consecuencias en la salud. *Arch Prev Riesgos Labor*. 2026 Jan 6;29(1):27-51. doi: 10.12961/aprl.2026.29.01.04.
2. Cameron L, Suarez DC, Rowell W. Female Labour Force Participation in Indonesia: Why Has it Stalled? *Bulletin of Indonesian Economic Studies* 2019;55(2):157–192; doi: 10.1080/00074918.2018.1530727.
3. Gallaway JH, Bernasek A. Gender and Informal Sector Employment in Indonesia. *Journal of Economic Issues* 2002;36(2):313–321; doi: 10.1080/00213624.2002.11506473.
4. Sakhiyya Z, Fitzgerald T, Rakhmani I, et al. Indonesian Female Academics and the Pandemic: The Challenges of COVID-19 and Academic Work. *Journal of Higher Education Policy and Management* 2023;45(4):458–471. doi: 10.1080/1360080X.2023.2191169.
5. Miranti R, Sulistyaningrum E, Mulyaningsih T. Women's Roles in the Indonesian Economy During the COVID-19 Pandemic: Understanding the Challenges and Opportunities. *Bulletin of Indonesian Economic Studies* 2022;58(2):109–139. doi: 10.1080/00074918.2022.2105681.
6. Pratama TGW, Pathak G, Widodo W, et al. Empowering Women Workers in Kretek and Beedi Industries: Legal Reforms for Safety, Equality, and Economic Justice. *Masalah-Masalah Hukum* 2025;54(1):37–46. doi: 10.14710/mmh.54.1.2025.37-46.

7. Afifah W, Safa'at R, Fadli M, et al. From Legal Gaps to Decent Wages: Ensuring Domestic Workers' Rights in Indonesia. *Jurnal Hukum Bisnis Bonum Commune* 2025;8(2):336–359. doi: 10.30996/jhbbs.v8i2.131810.
8. Fraser N. *Cannibal capitalism: how our system is devouring democracy, care, and the planet and what we can do about it*. New York: Verso Books; 2023.