

CALIDAD DE VIDA Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS QUE SON MADRES Y TRABAJAN

LIFESTYLE AND RESILIENCE IN UNIVERSITY STUDENTS (WHO ARE MOTHERS AND WORKERS AT THE SAME TIME)

Mariela de los Milagros Aranda mila_djesus@hotmail.com
Universidad de Flores, Facultad de Psicología, Argentina

Cómo citar este artículo / Citation: Aranda, M. (2022). Calidad de Vida y Resiliencia en Estudiantes Universitarias que son Madres y Trabajan. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, Vol. 7 (303).

DOI: <https://doi.org/10.32351/rca.v7.303>

Copyright: © 2022 RCAFMC. Este artículo de acceso abierto es distribuido bajo los términos de la licencia [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
Recibido: 12/08/2022. Aceptado: 14/08/2022 Publicación online: 15/08/2022

Conflicto de intereses: Ninguno que declarar.

Resumen

Si bien en la sociedad han ocurrido importantes avances en lo que respecta a la formación académica femenina, ésta sigue siendo un enorme desafío para aquellas mujeres que, además de estudiantes, son también madres y trabajadoras. El presente trabajo tiene como objetivo la indagación de la influencia que produce el ejercicio concomitante de dichos roles sobre la calidad de vida de estas mujeres, así como el reconocimiento de aquellos factores inherentes a la resiliencia que son necesarios para ejercerlos. En el mismo se constata que el cumplimiento de las responsabilidades académicas, laborales y familiares por parte de las estudiantes madres, reciben mayor atención que el propio autocuidado. Además, para que sea posible dicha combinación de roles y estas mujeres alcancen la realización de sus objetivos académicos, proyectos de vida personales y ejecución de tareas laborales y/o domésticas, se hace necesaria una gran cuota de resiliencia, manifestada en el esfuerzo, responsabilidad, empeño y organización del tiempo. Se concluye que,

además de implicar una de las fuentes que mayor dedicación y atención requiere, la maternidad se presenta como la base de la resiliencia que les permite sortear los obstáculos que devienen de la triple combinación de roles.

Abstract

Although important advances have been made in society with regard to female academic training, this continues to be an enormous challenge for those women who, in addition to being students, are also mothers and workers. The objective of this work is to investigate the influence produced by the concomitant exercise of these roles on the quality of life of these women, as well as the recognition of those factors inherent to resilience that are necessary to exercise them. This is verified that the fulfillment of academic, work and family responsibilities by student mothers receive more attention than self-care itself. In addition, for this combination of roles to be possible and for these women to achieve their academic goals, personal life projects and the execution of work and/or domestic tasks, a great deal of resilience is necessary, manifested in effort, responsibility, commitment and organization of time. It is concluded that, in addition to implying one of the sources that requires the greatest dedication and attention, motherhood is presented as the basis of resilience that allows them to overcome the obstacles that come from the triple combination of roles.

Palabras Claves: Calidad de Vida; Resiliencia; Maternidad; Estudiantes universitarias

Keywords: Quality of life; Resilience; Motherhood; University Students

Introducción

La transformación en la oferta de formación académica que ocurrió en Argentina en el S. XXI, con la creación y apertura de universidades públicas en el interior de las provincias y ya no solamente en las principales ciudades del país, permitió el acceso a estas instituciones educativas a estudiantes madres que buscan desarrollarse profesionalmente (D'Avirro, 2017).

Ciertamente el pasaje por la Universidad tiene efectos tan diferentes sobre cada persona, como particulares y diferentes son las personas entre sí, ya que no existe una forma o condición única de construir la trayectoria universitaria (Cosciuc, 2021). Sin embargo, cuando el rol de estudiante es acompañado del ejercicio de otros roles como el de madre y trabajadora, usualmente aparecen otras dificultades en la experiencia de adquirir los conocimientos inherentes a la formación elegida.

Hernández Quirama et al., (2019) explican que esta triple combinación de roles influye de diversas formas en la calidad de vida de las mujeres que se proponen no postergar sus proyectos personales y realizarlos de manera concomitante. Entre sus tiempos y tareas, junto con las demandas y obligaciones provenientes tanto de la institución educativa como de la laboral, existe mala conciliación y esto repercute en su propio bienestar. Se trata de esfuerzos que pasan a ser obviados o naturalizados y que, en realidad, exigen mucha más dedicación y atención, porque estas mujeres se mueven entre diversos ámbitos que reclaman su atención (Guzmán Benavente et al, 2018).

No es tarea fácil responder a las demandas provenientes del seno de la familia, la presencia en la crianza de los hijos, la pareja (cuando la hay), las actividades domésticas, laborales y las inherentes a la lógica de la institución universitaria. Para poder realizarlos, ellas pasan a cuidar

menos de sí mismas, incluso en lo que respecta a necesidades básicas, como lo son la alimentación y el descanso (Soto Quiroz et al., 2020). El presente trabajo pretende realizar un recorrido por algunas características de la calidad de vida de las mujeres-madres-estudiantes-trabajadoras y plasmar cómo la resiliencia es un elemento sumamente importante para perseguir la meta que significa perfeccionarse académicamente y conquistar los proyectos personales, aunque estos parezcan incompatibles entre sí.

Calidad de Vida en Estudiantes Universitarias que son Madres y Trabajan

Silva et al. (2019) sostienen que, tratándose de las mujeres, algunos proyectos resultan difíciles de compatibilizar, como tener hijos, trabajar, estudiar, gerenciar mejor sus profesiones, etc. Esto, cuando llevado a cabo, repercute en su calidad de vida, generando estrés y agotamiento físico y mental, a causa del poco tiempo reservado al ocio, al descanso y vida social, desencadenando síntomas de enfermedad y desgaste físico, principalmente cuando las condiciones de trabajo no son favorables (Riquelme Lago et al., 2019). La maternidad hasta el momento fue ampliamente estudiada en lo que respecta a efectos biológicos, pero no así en lo que representa la vivencia y significado de esa experiencia. (Hernández Quirama et al., 2019). D'Avirro (2017), explica que para poder comprender la condición de estas mujeres se hace necesario tener en cuenta todo el abanico de ocupaciones que se despliegan en su situación actual. Los diversos roles que desempeñan tienen implicaciones en su vida académica, personal y familiar, como por ejemplo la postergación de sus estudios y otras derivadas de la construcción social del género (Magalhães e Silva, 2010)

Teniendo en cuenta esta premisa, Guzmán et al. (2018) sostienen que las mujeres que ejercen múltiples roles se ven obligadas a desarrollar mecanismos psicológicos para poder realizar todas sus ocupaciones. Las molestias físicas o psicológicas que las aquejan tienden a ser minimizadas. Lo que las lleva a correr el riesgo de desarrollar más enfermedades y descuidar la propia salud, ya que, como explica Castillo Sánchez (2015) deben moverse entre la necesidad de desvelarse para poder realizar los trabajos requeridos o prepararse para los exámenes y los sentimientos de culpa que suelen experimentar por no poder dedicar suficiente tiempo y atención a sus hijos.

El cuidado de la propia salud, el descanso, las horas de sueño, el ocio, la vida social, entre otros, son factores que reciben menos prioridad y atención para poder cumplir con todas las obligaciones (Hernández Quirama et al. 2019). Se deduce, a partir de lo expresado y conforme sostienen Guzmán et al. (2018) que las presiones socioculturales, institucionales y académicas actúan sobre estas mujeres llevándolas a anteponer el trabajo y las necesidades de otras personas al cuidado de su propia salud.

Resiliencia en Estudiantes Universitarias que son Madres y Trabajan

Según explican Fínez-Silva et al. (2019) la resiliencia es estudiada desde tres aproximaciones: como un Rasgo de la personalidad que en los momentos de dificultad protege a los individuos ante las adversidades y posibilita la superación de las mismas; como un Resultado conductual frente a las dificultades y como un Proceso que consiste en la capacidad que tiene el ser humano de superar la adversidad y salir fortalecido de ella.

Si bien inicialmente el término resiliencia estuvo asociado a la conducta saludable ante las dificultades, como sostienen Noriega Aguilar et al. (2015), se han multiplicado los estudios que demuestran los alcances y también limitaciones de esa perspectiva, proponiendo la implicación de otros factores, como personales y de contexto de los sujetos, en los cuales los mismos viven y superan los obstáculos.

La condición de madre, estudiante y trabajadora exige mucho esfuerzo y dedicación, pero sobre todo gran responsabilidad social. Estas mujeres enfrentan muchas situaciones estresantes en su día a día, producidas por el ejercicio de multiplicidad de roles (Sánchez Salcán et al., 2019).

La permanencia de las madres universitarias en la universidad requiere de una organización y gestión del tiempo para, además de ocupaciones como trabajo y crianza, priorizar también las actividades y tareas universitarias. Esto conlleva un enorme esfuerzo físico, mental y emocional, sin embargo, esta experiencia es realizada con mucho empeño, en vistas de alcanzar su objetivo (Soto Quiroz et al., 2020).

Gran parte de ellas logra su cometido, según explican Sánchez Salcán et al. (2019). Lo que evidencia que, cuando una madre decide estudiar, asume ese proyecto con gran valor a pesar de las dificultades que puedan presentarse en todo el recorrido académico, teniendo en vistas su propio bienestar y crecimiento profesional como el futuro de su hijo.

La práctica de los roles de madre y estudiante, según resultados obtenidos y expuestos por D'Avirro (2017), parecen tener una complementación positiva, ya que la maternidad se convierte en una motivación para que las mujeres puedan comenzar y culminar sus estudios universitarios y, a su vez, el rol de estudiante influye positivamente en el ejercicio de la maternidad, convirtiéndose en

inspiración para los hijos y promoviendo que las prácticas de crianza se vuelvan más reflexivas.

Calidad de Vida y Resiliencia en Estudiantes Universitarias que son Madres y Trabajan

Las madres que emprenden el recorrido formativo en la universidad suelen utilizar las horas de descanso y, ya sea para reducir gastos o para dedicarse a estudiar, se privan de momentos de ocio, viajes, salidas y paseos. La experiencia varía entre las que desempeñan solas esa función y aquellas que lo hacen en pareja (Hernández Quirama et al., 2019), pero más allá de eso, proponerse estudiar una carrera, representa esfuerzos y dificultades a sortear. No obstante, a pesar de que invertir o restar tiempo incide en la calidad de vida de las madres estudiantes, cualquier esfuerzo es resignificado para alcanzar la meta propuesta. Permanecer en la educación superior significa, además, romper con los patrones culturales acerca del género (Arvizu Reynaga, 2020).

Silva et al (2019) llegan a la conclusión de que a pesar del desgaste físico generado por las presiones que imponen el trabajo, la familia y la culpa por no pasar más tiempo con los hijos, aún así las mujeres logran transformar esas dificultades en fuerza y energía para continuar.

También a partir de encuestas y entrevistas realizadas, Pérez Padilla et al. (2021) concluyen que: “para aquellas mujeres que cuentan con recursos psicológicos tanto individuales como familiares y sociales, la maternidad podría ser un recurso protector o un motivador para continuar los estudios, al menos para aquellas mujeres que se mantienen estudiando” (p 13). Y en esa misma línea, Osorno Foronda et al. (2020) explican que los grupos de mujeres que no reciben apoyo institucional en el tránsito por la facultad, presentan mayores niveles de estrés que

aquellas que sí los reciben y que cuando existen mayores niveles de resiliencia, hay menor nivel de estrés académico.

Conclusión

A partir del trabajo de investigación realizado, se puede concluir que las mujeres que transitan el recorrido universitario siendo madres y trabajadoras, enfrentan jornadas diarias extensas, con superposición de las actividades inherentes a los roles que ejercen y descuidando su propio bienestar. Como se constató, esas dificultades son minimizadas incluso por ellas mismas. Generalmente se tratan de demandas externas que repercuten en el propio cuidado y atención para consigo mismas, lo que provoca desgaste físico y emocional.

Trasponer todas esas barreras requiere mucho coraje y valor, pero sobre todo buena dosis de resiliencia. Sin esta, se vuelve difícil y casi imposible el recorrido.

El número de mujeres madres en la universidad, viene en aumento. Aquellas que cuentan con apoyo, logran recorrer el camino con menor carga de estrés. Paradójicamente, el incentivo para no detenerse en el trayecto formativo es generado en el seno mismo de la situación que atraviesan. Su mayor fuente de motivación, los principales inspiradores y abastecedores de energía, quienes están en el punto inicial de los pensamientos resilientes, son sus propios hijos, junto con el deseo de concretar sus proyectos personales.

Tomando como base este trabajo, podría tenerse en cuenta para próximas investigaciones la indagación de las estrategias o herramientas que adoptan las universidades para integrar a este grupo de estudiantes, adaptar sus requerimientos a su situación y garantizar así la igualdad de oportunidades para que tengan la posibilidad de continuar y finalizar sus

estudios. Las instituciones educativas en general, y en este caso particular las universitarias, ¿salen al encuentro de las particularidades y necesidades de sus estudiantes o simplemente confían a la adaptación la tarea de selección, aunque esto cueste la deserción y abandono del recorrido?

Referencias

- Arvizu Reynaga, A. V. (2020). Administrar, rendir y agotar el tiempo. Las jornadas de madres y padres universitarios. *interdisciplinaria de estudios de género de El Colegio de México*, Vol. 6 (478), 1-28. doi: <https://doi.org/10.24201/reg.v6i0.478>
- Bobenrieth Astete, M. A. (1998). *Escritura y lectura crítica de artículos científicos*. En R. Burgos Rodríguez (ed.), Metodología de investigación y escritura científica en clínica. Parte IV. Granada: Escuela Andaluza de Salud Pública.
- Castillo Sánchez, A. G. (2015). La práctica social de la maternidad y de la paternidad en jóvenes estudiantes de nivel superior: un acercamiento a las problemáticas cotidianas. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 21(3), 103-123. doi: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5177033>
- Cosciuc, L. P. (2021). La triple combinación de roles: mujeres-madres-estudiantes universitarias. Aportes para (re)conocer la noción política de sus trayectorias. *Cátedra Paralela*, 18, 93 - 116. doi:<https://doi.org/10.35305/cp.vi18.276>
- D'Avirro, M. J. (2017). Madres e hijos dos etapas evolutivas beneficiadas por la inclusión universitaria. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 257-268. doi:<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.938>
- Fínez-Silva, M. J., Astorga, C. M., & Urchaga-Litago, J. D. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 84-95. doi:<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1513>
- Guzmán Benavente, M. d., Hernández, G. P., Reynoso Vargas, K. M., & Maldonado Rivera, C. F. (2018). Género, Salud y Autocuidado en Académicas Universitarias. *Multidisciplinary Journal of Gender Studies*, 7(2), 1657-1680. doi:<https://doi.org/10.17583/generos.2018.3089>
- Hernández-Quirama, A., Cáceres Manrique, F. d., & Linares García, J. (2019). Maternidad en la universidad postergación del desarrollo personal a la crianza. *Virtual Universidad Católica del Norte*(58), 41-57. doi:<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7795855>
- Magalhães, Belmira; Silva, Gaice. (2010). . A mulher no trabalho, na família e na universidade. *Eletrônica Arma da Crítica*, 2(2), 177-193. doi:<http://www.armadacritica.ufc.br/phoca/download/12-%20a%20mulher%20no%20trabalho%20na%20familia%20e%20na%20universidade-%20belmira%20magalhaes%20e%20geice%20silva.pdf>
- Noriega Aguilar, G., Angulo Arjona, B., & Angulo Noriega, G. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Perspectivas docentes*(58), 42-48. doi:<https://biblat.unam.mx/es/revista/perspectivas-docentes/articulo/la-resiliencia-en-la-educacion-la-escuela-y-la-vida>
- Osorno-Foronda, M. A., Hoyos-Rivera, M. D., García-Vallejo, M. A., & Córdoba-Sánchez, V. (s.f.). El estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos. *Psicoespacios*, 14(25), 9-24. doi:<https://doi.org/10.25057/21452776.1367>
- Pérez-Padilla, M. d., Rivera-Heredia, M. E., Esquivel-Martínez, C., Quevedo-Marín, M. d., & Torres-Vázquez, V. (2021). Ser madre y estudiar en la universidad : recursos psicológicos, conductas problema y factores de riesgo. *Revista de Psicología y Educación*, 16(1), 1-17. doi:<https://hdl.handle.net/11162/219561>
- Riquelme Lagos, A., Soto Retamal, M., Torres Jaque, M., & Luengo-Martínez, C. (2019). Condiciones de trabajo y estrés laboral en madres académicas universitarias. *Revista cubana de Salud y Trabajo*, 20(3), 26-34. doi:<http://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/101>
- Sánchez Salcàn, N. d., Londo Yachambây, F. P., & Urquizo Cruz, E. P. (2019). Análisis situacional del rendimiento académico de las madres estudiantes universitarias. *Conference Proceedings*

UTMACH, 3(1), 21-32.

doi:<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/18014/1/350-Texto%20de%20art%C3%ADculo-1086-1-10-20210922.pdf>

Silva, M. A., Morais Oliveira Pereira, M., Rodrigues Antunes, L. G., Dorneles Silva, F., & Ferreira Castelari, M. C. (2019). Conciliando maternidade e carreira profissional: percepções de professoras do Ensino Superior. *Revista das Faculdades Integradas Vianna Sapiens*, 10(2), 190-216. doi:<https://doi.org/10.31994/rvs.v10i2.586>

Soto Quiroz, R., Garro-Aburto, L. L., & Yogui Takaesu, D. (2020). El desafío de ser madre y universitaria: experiencias de superación. *Espacios*, 41(26), 28-37. Obtenido de <http://www.revistaespacios.com/a20v41n26/a20v41n26p03.pdf>