

Presentado por: Yamile Avila Valdés. Medico Rural E.S.E Lagosalud Cuitiva, Cuitiva Boyacá

ACTIVIDAD NUMERO 4: Educación para la salud en mujeres

- De forma individual el participante identificará una mujer trabajadora informal que asista al servicio de salud o que tenga acceso.

Nombre: Marina Martínez Martínez

Edad: 78 años

- Le preguntara cuál es su distribución de tiempo diariamente entre las tareas de cuidado del hogar, trabajo, familia y descanso.

- Luego en un documento describirá esa distribución y planteará una estrategia de comunicación de información en salud que se ajuste a esa mujer en un tema relacionado a su bienestar.

Elegí esta mujer, puesto que es una mujer no solo trabajadora con largas horas de trabajo, si no su condición de adulto mayor que padece de múltiples comorbilidades, esta adulta mayor, que tiene mas fuerza y ganas que cualquier mujer de 20 años, se encarga de cuidar a sus nietos, trabajar en el sector agrícola y vender productos, al indagar porque realiza tantas labores a su edad su respuesta es "la vida es dura y mas cuando el dinero no alcanza, cuando me muera quiero que mi trabajo sea para darle una mejor oportunidad de estudio a mis nietos y que no pasen los trabajos que pase yo y mis hijo".

Inicia su labor inicia a las 4+00am , cuando se levanta a hacer el desayuno y el almuerzo, a las 4+30 inicia el ordeño ("los animales le pertenecen al patrón, a mi me pagan por ordeñar") a las 5+30 por tarde ya se debe estar cargando la leche, a las 6+30 vuelve a la casa desayunar, darle el desayuno a los nietos, y salir al jornal depende de lo que consiga (pela de cebolla, o trabajar en las arvejas), termina hacia las 12 del día, regresa a casa da el almuerzo, arregla cocina, y ya es hora de las onces prepara las onces para sus nietos, vigila que realicen las tareas, y ya llegan las 5 pm aproximadamente, depende si hace falta dinero sale a vender lo de la huerta, si no ya llega a hora del descanso.

Colombia tiene una problemática con el trabajo informal, ya que tiene consecuencias económicas, sociales creo que la solución se debería plantear mas hacia la juventud, muchas adultas mayores aún están obligadas a trabajar (cuando ya deberían tener una pensión), pero que la informalidad nunca les permitió cotizar para la misma, adicionalmente a veces se toman responsabilidades que ya no les corresponde (como la crianza de nietos bisnietos). Generando estrés y mayor exacerbación de sus comorbilidades, con esta mujer nos juega un papel importante la edad, el género, y acceso a la educación, para discriminación laboral, por lo que siento que la mejor estrategia de comunicación, no es juzgar ni criticar, es organizar los tiempos, ayudarle a entender que hay cosas como la crianza de los nietos que no le permiten asistir a consultas médicas, y que no está mal ayudarlos, pero que no se puede dedicar a ellos y dejar la salud a un lado, y la sobrecarga de trabajo, hay ayudas del gobierno (pago al adulto mayor, familias en acción) estrategias que le permitirán por lo menos económicamente no sobrecargarse de trabajo.