

Máis información:

**CONCELLERÍA  
DE IGUALDADE - CIM**

Edificio Escolas Vellas  
R/Portugal, 4  
Gondomar

986 389 355 / 986 360 224

\* datos extraídos do  
II Plan Galego de Benestar Laboral,  
Conciliación e Corresponsabilidade  
2022-2025



# Que número calzan @s teus fill@s?

A solución está na

**Corresponsabilidade**  
nos coidados

A solución está na

# Corresponsabilidade nos coidados

Numerosos estudos confirman  
que a responsabilidade no  
coidados no ámbito familiar segue  
a recaer sobre elas.

As estatísticas amosan que un  
**88%\*** das persoas que piden  
excedencias laborais por coidado  
son mulleres. O **94,96%\*** das  
persoas que non buscan traballo  
fóra da casa por ter que dedicar  
o seu tempo aos coidados tamén  
son mulleres. **De cada 20 persoas  
nesta situación, 19 son mulleres  
e 1 é un home.**

Afortunadamente, esta realidade  
está a cambiar e cada vez son  
máis os homes que se suman e  
son corresponsables. Mais non é  
suficiente.

Está na túa man revertir  
a situación porque **coidar tamén  
é querer** e ser corresponsable  
axudará a mellorar a túa vida  
familiar e persoal, equilibrándoa.



## Que número calzan @s teus fill@s?

Se **non sabes** ou non estás seguro/a de cal é o número que calza o teu fillo/a, **moi probablemente non es corresponsable no seu coidado** e, seguramente, estas a delegar as túas responsabilidades noutra persoa.

Ser corresponsable é asumir —a metade— da responsabilidade dos coidados dun neno ou nena.

Non é axudar, non é estar pendente, **é facerse cargo das tarefas e carga mental que supón ser responsable dun menor.**

Ser corresponsable no coidado dos menores, ademais, reforza os vínculos de afecto e apego cos teus fillos e fillas.



## Tes claro que pastillas ten que tomar pola noite?

A poboación galega cada vez está máis envellecida o que supón que haxa máis persoas maiores ou con necesidade de coidados.

Se non sabes que medicación toma a persoa dependente coa que convives, quere dicir que outra persoa o está a facer por ti, e é moi probale que sexa unha muller.

Na actualidade **seguen a ser maioritariamente as mulleres as que asumen o coidado das persoas maiores ou dependentes coas que conviven, un 60,20%.**

Debemos continuar avanzando para lograr a corresponsabilidade e a igualdade neste ámbito.



## Sabes que vas facer de comer mañá?

Pensar no menú diario, nas necesidades da cativada da casa ou na pauta na medicación das persoas maiores ao noso coidado, son exemplo dalgunhas das tarefas do día a día de quen asume a responsabilidade de coidar, pero hai moitas outras.

A pesar dos avances en igualdade, **os datos\* indican que as mulleres**

**son as que máis tempo dedican aos coidados**, as que asumen tamén maior carga nas tarefas domésticas e as que máis renuncian ao seu tempo persoal e vida familiar.

A solución a estes desaxustes é a **corresponsabilidade**, e debe ser asumida a partes iguais polos integrantes do núcleo familiar que coidan.