



# El trabajo doméstico en la cocina desde una perspectiva de género

✦ María Dolores Martín-Lagos López

✦ María Jiménez-Oliva

*Facultad de Ciencias Políticas y Sociología  
Universidad de Granada*

**Resumen:** Las mujeres ha sido tradicionalmente las encargadas del trabajo doméstico alimentario. Esta cuestión se ha visto dificultada con la incorporación al mercado laboral y las dificultades de conciliación. La brecha hoy persiste puesto que siguen teniendo un papel fundamental en la educación, los cuidados y también en la alimentación.

El objetivo de este trabajo es mostrar con datos cuál es el cambio en su implicación en el trabajo doméstico o alimentario, describiendo también los perfiles de los hombres más implicados y de aquellas mujeres menos involucradas. Los datos proceden de la encuesta ENCALMA 2024, procedente del proyecto "El malestar con la alimentación: la transición hacia una alimentación saludable, sostenible y justa" (PID2021-1227210B - C21).

Para ello se ha analizado quién es la persona encargada de cocinar en los hogares según el género y atendiendo a distintas variables socio-demográficas de interés. Los resultados muestran que la mujer sigue siendo la principal y primordial encargada de todo o la mayoría que se cocina en sus hogares. No obstante, los resultados apuntan hacia una mayor equiparación en el reparto de estas labores y más corresponsabilidad por parte de los hombres, especialmente entre aquellos más jóvenes, con estudios superiores, ocupaciones profesionales de mayor nivel y situados ideológicamente más a la izquierda.

**Palabras clave:** Alimentación. Género. Cocina. Desigualdad. Trabajo doméstico.

Las mujeres han sido tradicionalmente las encargadas primordiales del trabajo doméstico alimentario en todas sus facetas, que incluyen desde la compra de los productos hasta la planificación de las distintas comidas (López et al., 2022). Es decir, entre otras tareas, cocinar y todo lo que acarrea ha sido una labor asumida principalmente por las mujeres en sus hogares como actividades vinculadas con la identidad y roles de género femenino (Martín Criado, 2008). Sin embargo, la continuidad de esta labor se ha visto dificultada con su incorporación al mercado laboral, ya que ahora disponen de menos tiempo que invertir en la esfera privada (Forste & Fox, 2012), al enfrentar nuevas responsabilidades tanto dentro como fuera del ámbito doméstico. Algo que supone un sinfín de retos, dada la doble carga que soportan (Hochschild, 2021).

La coyuntura actual, marcada por la intensificación de los ritmos laborales y de vida (Gracia-Arnaiz, 2014), convierte esta conciliación en una empresa cada vez más complicada. En este contexto, cabe preguntarse cuál es la situación actual de las mujeres en cuanto a las labores alimentarias y los posibles cambios que han atravesado específicamente en la cocina. Para ello, hemos de analizar la situación actual de las mujeres, pero también cuál es la implicación de los hombres y cómo responden ante los cambios sociales y en los roles de género. Así, el objetivo de este trabajo es mostrar con datos recientes la implicación en el trabajo doméstico alimentario, describiendo también los perfiles de los hombres más implicados y de aquellas mujeres con menor implicación. El resultado nos permitirá observar el cambio o permanencia en el trabajo doméstico alimentario.

## METODOLOGÍA

Para lograr el objetivo propuesto se ha empleado la encuesta ENCALMA2024, procedente del proyecto “El malestar con la alimentación: la transición hacia una alimentación saludable, sostenible y justa” (PID2021-1227210B - C21), cuyo objetivo es analizar la relación entre los hábitos alimentarios y la percepción del malestar o bienestar. Con un total de 1.500 participantes,

el trabajo de campo se realizó desde el mes de septiembre hasta noviembre de 2023. De modo específico, se han seleccionado los resultados correspondientes a la pregunta que quiere conocer quién tiene la responsabilidad de lo que se cocina en casa, con cuatro categorías de respuesta: 1. Todo o la mayoría, 2. La mitad, 3. Menos de la mitad, y 4. No ser responsable.

Dado el objetivo de este artículo, los resultados se han cruzado con la variable género (hombre/mujer) y otras variables sociodemográficas de interés para poder delimitar el perfil: edad, tipo de hogar, nivel de estudios, nivel de ingresos, ocupación e ideología política.

Además, con el fin de conocer la valoración del reparto, se ha trabajado por la pregunta del cuestionario que solicita a los/as participantes indicar si se considera adecuado o inadecuado este reparto de responsabilidad en su hogar.

## QUIÉN HACE QUÉ Y CUÁNTO: EL REPARTO DE LA RESPONSABILIDAD DE LO QUE SE COCINA EN EL HOGAR

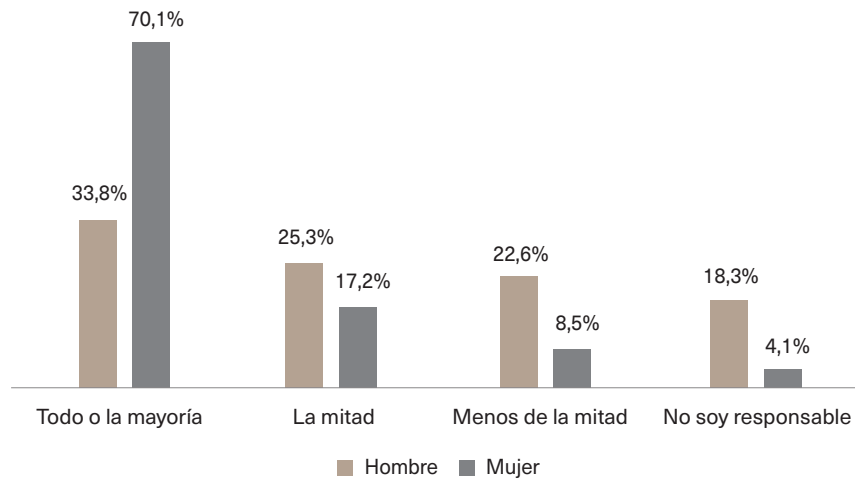
### *Responsabilidad en función del género*

Pese a las transformaciones experimentadas en la sociedad en cuanto a la igualdad de hombres y mujeres, la responsabilidad de las tareas domésticas, particularmente las relacionadas con la cocina, siguen repartiéndose de manera desigual. Y, como indica el Gráfico 1, siete de cada diez mujeres encuestadas afirman ser las responsables de todo o la mayoría de las labores de preparación de los alimentos en su hogar, frente a un tercio (33,8%) de los hombres.

Por el contrario, en aquellos que manifiestan encargarse de menos de la mitad o no ser responsables prevalecen a distancia los hombres. Además, los hombres asumen menos responsabilidad en la cocina, encargándose de menos de la mitad de estas labores (22,6%), o en ningún caso sintiéndose responsables de estas (18,3%) y uno de cada cuatro manifiesta encargarse de la mitad, lo que implicaría un reparto equitativo de esta tarea.



GRÁFICO 1. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa en función del género



Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.

RESPONSABILIDAD SEGÚN LA EDAD

Las labores de la cocina se reparten también de una forma desigual entre hombres y mujeres dependiendo de la edad. En el caso de las mujeres, al aumentar la edad hay mayor porcentaje de aquellas que asumen la responsabilidad de todo o la mayoría en la cocina, especialmente a partir de los 56 años.

Lo contrario ocurre en el caso de los hombres. El perfil de responsable principal se encuentra en el grupo entre los 36 y los 55 años de edad (40,6%). Esto podría explicarse por la presencia de hijos o hijas en los hogares, que podría conllevar el reparto de tareas entre los progenitores. Además, hemos

de tener en cuenta en este punto la posibilidad de estos de ser padres solteros o divorciados, por lo que tienen que asumir la responsabilidad total o mayoritaria de las tareas domésticas, incluidas las alimentarias, para el cuidado de sus hijos o hijas.

Finalmente, entre los más jóvenes el mayor porcentaje se da entre quienes participan o comparten la mitad de todo lo que cocina en sus hogares. Es decir, cuanto más joven, un reparto más igualitario. Por lo tanto, podríamos localizar en estos resultados una mayor igualdad y corresponsabilidad en las tareas alimentarias entre los grupos de edad más jóvenes que podrían ser motores del cambio (Tabla 1).

TABLA 1. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según la edad

				EDAD			
				18/35	36/55	56/75	76 o más
sexo	Hombre	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	22,9%	40,6%	36,9%	28,0%
			La mitad	35,0%	22,7%	25,5%	17,8%
			Menos de la mitad	26,4%	28,5%	18,4%	16,9%
			No soy responsable	15,7%	8,2%	19,2%	37,3%
	Mujer	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	46,8%	72,1%	84,0%	74,5%
			La mitad	25,3%	18,0%	11,9%	7,3%
			Menos de la mitad	18,4%	7,4%	2,1%	10,9%
			No soy responsable	9,5%	2,5%	2,1%	7,3%

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.



RESPONSABILIDAD SEGÚN TIPO DE HOGAR

La responsabilidad de las labores en la cocina también varía según con quien se conviva. Así, los hombres (Tabla 2) cocinan mayoritariamente cuando viven solos (79,5%), o bien cuando están solos con sus hijos/as (78,9%), observando que asumen la responsabilidad completa en ambos casos. No obstante, en el caso de las mujeres, como indica la Tabla 2, estando solas cocinan más (87,8%) y también son las encargadas cuando conviven con su cónyuge o

pareja e hijos mayores de 14 años (85,6%) u otros familiares (85,7%).

Esto puede sugerir que, cuando se convive con cónyuge o pareja, además de hijos/as u otros familiares, la mujer se ocupa de estas tareas domésticas tradicionalmente significadas como femeninas, entre las que se encuentra la cocina, mientras que el hombre se encarga de otras de distinta índole, más acordes a la masculinidad hegemónica dominante.

TABLA 2. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según el tipo de hogar

				Solo/a	Con su cónyuge o pareja	Con su cónyuge/ pareja e hijos/as menores de 14	Con su cónyuge/ pareja, hijos/as menores de 14 y otros familiares con su cónyuge/ pareja, hijos mayores de 14 - ídem	Solo con sus hijos/as	Con sus padres, padre o madre y/o hermanos/ as	Con amigos/as o compañeros/as de estudio o trabajo	Otra situación
sexo	Hombre	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	79,5%	20,1%	28,8%	24,1%	78,9%	14,0%	50,0%	53,8%
			La mitad	4,7%	31,1%	33,8%	31,0%	5,3%	29,0%	20,0%	15,4%
			Menos de la mitad	6,3%	24,5%	30,0%	27,6%	15,8%	30,8%	10,0%	15,4%
			No soy responsable	9,4%	24,2%	7,5%	17,2%	0,0%	26,2%	20,0%	15,4%
	Mujer	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	87,8%	72,0%	74,5%	82,2%	74,2%	22,2%	70,6%	45,8%
			La mitad	5,6%	21,4%	16,7%	9,6%	13,6%	29,6%	17,6%	29,2%
			Menos de la mitad	4,4%	5,1%	5,9%	6,7%	7,6%	29,6%	5,9%	16,7%
			No soy responsable	2,2%	1,6%	2,9%	1,5%	4,5%	18,5%	5,9%	8,3%

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.

Las labores de la cocina se reparten también de una forma desigual entre hombres y mujeres dependiendo de la edad. En el caso de las mujeres, al aumentar la edad hay mayor porcentaje de aquellas que asumen la responsabilidad de todo o la mayoría en la cocina, especialmente a partir de los 56 años.



RESPONSABILIDAD SEGÚN EL NIVEL DE ESTUDIOS ALCANZADO

El nivel de estudios en ocasiones correlaciona con la igualdad en el hogar de forma que, al aumentar descenden las diferencias entre variables. Es lo que ocurre en el caso de los hombres que cocinan todo o la mayoría en sus hogares; aquellos sin estudios representan el 17,5% mientras que los que tienen estudios superiores suponen el 38,3%, como indica la Tabla 3. Por el contrario, el 42,1% de los que no tienen estudios afirman no ser los responsables de la cocina. Este resultado es del 13% en los que tienen estudios superiores. En resumen, al aumentar el nivel de estudios, también lo hace la responsabilidad y reparto de tareas en la cocina.

Sin embargo, el efecto de la educación hacia la igualdad no se observa en la misma magnitud en el caso de las mujeres. Si bien es cierto que hay un

mayor porcentaje de mujeres sin estudios responsables de la mayoría de la labor de la cocina (70,3%) con resultados mayores que en el caso de las que tienen estudios superiores (63,9%), se sigue observando en otros niveles de estudios una importante implicación de la mujer. Tal es el caso de EGB, ESO o similar (73,8%) así como en FP (75,7%). Es importante tener en cuenta también el efecto de la edad en el nivel de estudios.

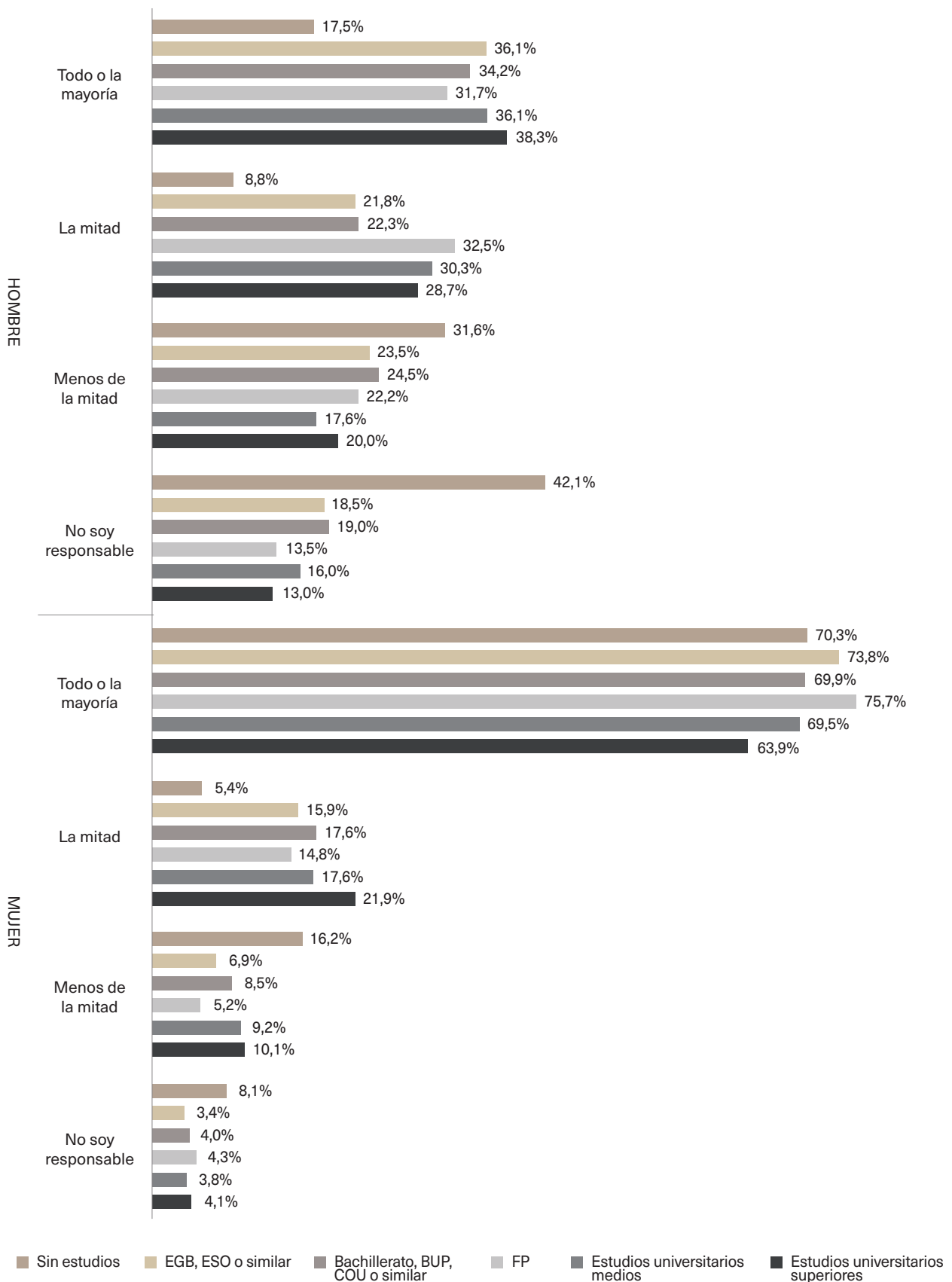
Aun así, observamos que, aunque en gran medida las mujeres siguen siendo las principales encargadas de todo lo que se cocina en el hogar, el nivel de estudios influye en el reparto de esta tarea, así como en cuánto y de qué forma se lleva a cabo. Por lo tanto, se apunta a una mayor corresponsabilidad e igualdad en la cocina entre los hombres y mujeres con mayor nivel de estudios, aunque el nivel de estudios parece ser un factor de cambio, especialmente en los hombres.

TABLA 3. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según el nivel de estudios alcanzado

				Sin estudios	EGB, ESO o similar	Bachillerato, BUP, COU o similar	FP	Estudios universitarios medios	Estudios universitarios superiores
sexo	Hombre	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	17,5%	36,1%	34,2%	31,7%	36,1%	38,3%
			La mitad	8,8%	21,8%	22,3%	32,5%	30,3%	28,7%
			Menos de la mitad	31,6%	23,5%	24,5%	22,2%	17,6%	20,0%
			No soy responsable	42,1%	18,5%	19,0%	13,5%	16,0%	13,0%
	Mujer	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	70,3%	73,8%	69,9%	75,7%	69,5%	63,9%
			La mitad	5,4%	15,9%	17,6%	14,8%	17,6%	21,9%
			Menos de la mitad	16,2%	6,9%	8,5%	5,2%	9,2%	10,1%
			No soy responsable	8,1%	3,4%	4,0%	4,3%	3,8%	4,1%

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.



**GRÁFICO 2. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según el nivel de estudios alcanzado recodificado (porcentajes)**

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.



RESPONSABILIDAD SEGÚN EL NIVEL DE INGRESOS

El nivel de ingresos también correlaciona con la probabilidad de ser responsables de la cocina. Como indican la Tabla 4 y el Gráfico 3, al aumentar el nivel de ingresos, menor es el porcentaje de hombres que tienen la responsabilidad total o mayoritaria y, como contrapartida, son los hogares con menos ingresos (menos de 1.100 euros mensuales) donde

más responsabilidades asumen en cuanto a la cocina (50,7%).

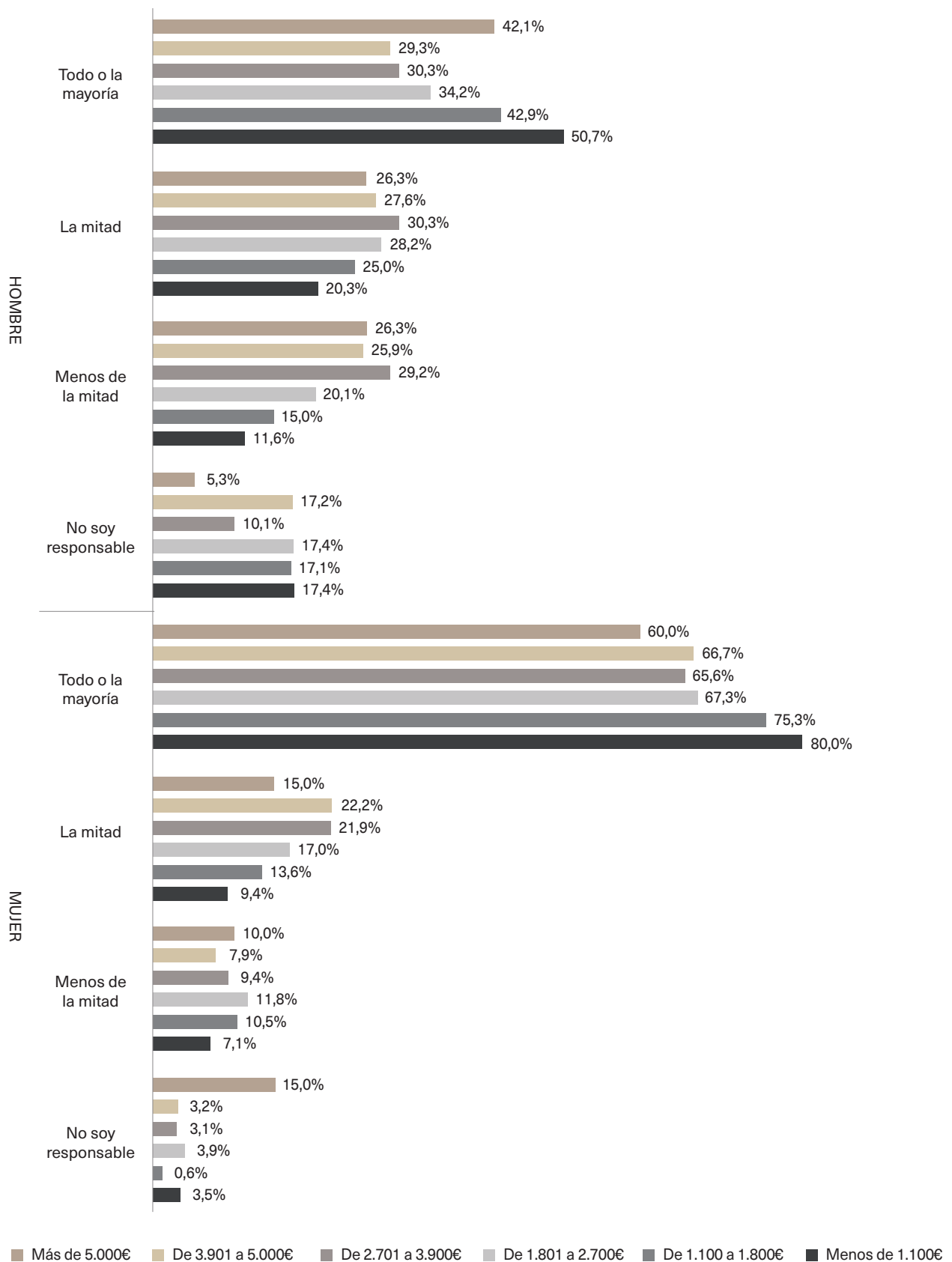
En el caso de las mujeres ocurre igual, en hogares con menos ingresos también asumen la responsabilidad mayoritaria y primordial de las tareas domésticas culinarias (80%), y se sienten no responsables en menor medida (0,6% para aquellas cuyos hogares perciben entre 1.100 y 1.800 euros al mes).

TABLA 4. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según el nivel de ingresos (recodificada)

			Más de 5.000 €	De 3.901 a 5.000 €	De 2.701 a 3.900 €	De 1.801 a 2.700 €	De 1.100 a 1.800 €	Menos de 1.100€
sexo	Hombre	Todo o la mayoría	42,1%	29,3%	30,3%	34,2%	42,9%	50,7%
		La mitad	26,3%	27,6%	30,3%	28,2%	25,0%	20,3%
		Menos de la mitad	26,3%	25,9%	29,2%	20,1%	15,0%	11,6%
		No soy responsable	5,3%	17,2%	10,1%	17,4%	17,1%	17,4%
	Mujer	Todo o la mayoría	60,0%	66,7%	65,6%	67,3%	75,3%	80,0%
		La mitad	15,0%	22,2%	21,9%	17,0%	13,6%	9,4%
		Menos de la mitad	10,0%	7,9%	9,4%	11,8%	10,5%	7,1%
		No soy responsable	15,0%	3,2%	3,1%	3,9%	0,6%	3,5%

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.



**GRÁFICO 3. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según el nivel de ingresos (porcentajes)**

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024





RESPONSABILIDAD SEGÚN LA OCUPACIÓN

Junto con la educación y el nivel de ingresos, la ocupación también presenta desigualdades en cuanto al reparto de las tareas domésticas alimentarias en el hogar. Podemos afirmar, en este sentido, que la clase social está asociada con la responsabilidad de la cocina en los hogares españoles. En el caso de la ocupación, las mujeres son las principales encargadas de la cocina en casa en todos los tipos mientras que en el caso de los hombres la ocupación marca en

gran medida la responsabilidad de asumir esta tarea. No obstante, se observan cambios y tendencias hacia la corresponsabilidad en función de la ocupación tanto de hombres como de mujeres. Por lo tanto, la ocupación ofrece ciertas variaciones a las que prestar atención en el presente y el futuro hacia una mayor igualdad en el hogar.

Así, como muestra la Tabla 5, en la escala de directivos, gerentes, técnicos, etc., reparten y comparten más las tareas alimentarias de cocina, con una implicación más equilibrada por parte de los hombres (39,3%). Esto puede sugerir que, dada la mayor flexibilidad y estabilidad en los horarios, podrían disponer de más tiempo para dedicar en otros asuntos como las distintas tareas del hogar, entre las que se encuentra cocinar. Por contra, en los grupos menos cualificados, se encargan más la mayoría en ambos casos.

No obstante, ha de tenerse en cuenta que las mujeres, como se indicaba anteriormente, asumen la responsabilidad al completo o mayoritariamente independientemente de su ocupación, como en el caso de aquellas directoras y gerentes, tres de cada cuatro se consideran responsables de todo o la mayoría (75%).

TABLA 5. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según la ocupación

				OCUPACIÓN				
				Directores/ as y Gerentes	Técnicos/as y profesionales científicos/ as e intelectuales; Técnicos/as y profesionales de apoyo	Empleados/ as contables, administrativos/ as y otros/as empleados/ as de oficina // Trabajadores/as de los servicios	Agrícola, ganadero, pesquero y forestal / Instalaciones, maquinaria, montadores / Manufacturera y construcción	Ocupaciones elementales, trabajadores no cualificados, peones
sexo	Hombre	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	28,6%	35,3%	37,7%	36,1%	46,3%
			La mitad	39,3%	31,4%	28,5%	24,6%	26,8%
			Menos de la mitad	21,4%	27,5%	24,5%	24,6%	19,5%
			No soy responsable	10,7%	5,9%	9,3%	14,8%	7,3%
	Mujer	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	75,0%	59,7%	66,8%	73,1%	75,6%
			La mitad	18,8%	24,2%	24,3%	19,2%	13,3%
			Menos de la mitad	0,0%	11,3%	7,1%	3,8%	8,9%
			No soy responsable	6,3%	4,8%	1,8%	3,8%	2,2%

Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.

**TABLA 6. Responsabilidad de todo lo que se cocina en casa según la ideología política.**  
**Desde 1 (extrema izquierda) a 10 (extrema derecha)**

			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
sexo	Hombre	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	51,2%	40,4%	36,8%	32,6%	33,7%	33,3%	18,1%	20,6%	43,3%	48,5%
			La mitad	18,6%	19,2%	27,6%	29,1%	32,0%	23,8%	18,1%	25,4%	13,3%	21,2%
			Menos de la mitad	7,0%	21,2%	17,1%	27,9%	13,3%	27,4%	43,1%	31,7%	26,7%	18,2%
			No soy responsable	23,3%	19,2%	18,4%	10,5%	21,0%	15,5%	20,8%	22,2%	16,7%	12,1%
	Mujer	P16.   COCINA	Todo o la mayoría	77,4%	69,6%	63,2%	64,8%	73,7%	72,7%	60,6%	74,6%	55,9%	80,5%
			La mitad	14,5%	10,9%	21,8%	25,4%	15,7%	14,3%	19,7%	11,9%	23,5%	17,1%
			Menos de la mitad	3,2%	13,0%	11,5%	8,5%	6,0%	10,4%	15,5%	11,9%	5,9%	0,0%
			No soy responsable	4,8%	6,5%	3,4%	1,4%	4,6%	2,6%	4,2%	1,5%	14,7%	2,4%

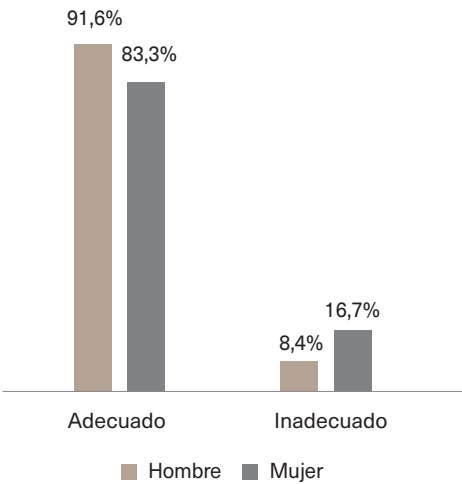
Fuente: Elaboración propia mediante los resultados de ENCALMA2024.

**CONSIDERAR ADECUADO O INADECUADO ESTE REPARTO DE TAREAS EN CASA SEGÚN EL GÉNERO**

En último término, como indica el Gráfico 4, el reparto de las tareas de la cocina en los hogares españoles en líneas generales es considerado adecuado en ambos casos. Es decir, la mayor parte tanto de hombres como mujeres consideran razonable cómo se distribuye todo lo que se cocina en sus casas. Bien es cierto que esto es declarado en mayor medida por los hombres (91,1%).

Además, son ellas quienes refieren esta división como inadecuada en mayor proporción (16,7%), aunque de manera minoritaria. No obstante, como se comenta, los datos sugieren un contexto actual marcado por un reparto del trabajo doméstico alimentario apropiado, tanto para ellos como para ellas.

**GRÁFICO 4. Considerar adecuado o inadecuado el reparto de tareas en casa según el sexo (porcentajes)**



**CONCLUSIONES**

En este artículo se expone el contexto actual en los hogares españoles en cuanto al reparto de las tareas domésticas alimentarias, poniendo el foco en la situación de la mujer, encargada histórica y habitual de estas, y su implicación, además describiendo para este fin los distintos perfiles de hombres más implicados, así como de aquellas mujeres con menor implicación.

Este estudio nos permite afirmar que las labores de cocina en los hogares siguen siendo ejercidas en gran medida por las mujeres. Ellas son quienes asumen toda o mayoritariamente la responsabilidad de lo que se prepara en sus casas por regla general.

No obstante, a pesar de ello, observamos ligeras tendencias hacia un reparto más igualitario y una mayor corresponsabilidad en el trabajo doméstico por parte de los hombres. Ya que, en líneas generales, estos se implican cada vez más, y existe una evolución hacia una implicación progresivamente más alta en sus casas, donde se encargan de la mitad de esta responsabilidad con las mujeres con las que conviven de manera creciente.

Sin embargo, es de vital importancia en el análisis de los cambios en el reparto de las tareas alimentarias y la situación actual de las mujeres en ellas para atender a los casos específicos, ya que la responsabilidad y el reparto alimentario varía en función de los perfiles que analicemos.

La edad resulta clave en cuanto a esto ya que, a mayor edad, mayor es la responsabilidad que asumen

sobre todo las mujeres, que se encargan de la cocina en su totalidad o al menos mayoritariamente, especialmente las más mayores. Esto podría deberse, entre otros motivos, a estructuras familiares y roles de género más tradicionales y estrictos, donde se han encargado históricamente de las labores domésticas prácticamente al completo. Lo que ocurre para los hombres de mediana edad en su caso, entre los 36 y los 55 años.

No obstante, es entre los y las más jóvenes donde observamos una tendencia a una mayor corresponsabilidad y reparto más igualitario de las tareas alimentarias, tanto para hombres (35%) como para mujeres (46,8%). Cabría pensar que este grupo ha sido socializado en una coyuntura marcada por la aparición en la agenda del feminismo y la lucha por la igualdad entre hombres y mujeres, siendo el hogar uno de los principales escenarios donde se desarrolla. Además, parece probable que este grupo haya crecido en hogares con mujeres (sus madres principalmente) trabajadoras. No podemos obviar tampoco la posibilidad de que convivan en pisos compartidos con otras personas de distinto género, compañeras o compañeros de piso y/o trabajo, con quien tienen que repartir las labores de un hogar común.

Por su parte, con quién vivimos en nuestros hogares y nuestra posición dentro de ellos marca diferencias y desigualdades en el reparto de las labores de cocina. Los hombres asumen esta tarea de manera mayoritaria o total únicamente cuando conviven solos, o bien cuando lo hacen con sus hijos. Sin embargo, cuando esta convivencia se comparte con una mujer, ella pasa a ser la encargada principal de la cocina, bien sea pareja/cónyuge o madre. De este análisis se puede considerar que las mujeres se encargan de toda la manipulación y transformación alimentaria, mientras que el hombre asume otras responsabilidades más acordes con su posición dentro de la familia y a la masculinidad hegemónica dominante (Szabo, 2019). Es decir, siempre que haya una mujer en el hogar se hará cargo de la cocina en mayor medida. Lo cual refuerza una división sexual del trabajo doméstico, y alimentario en particular, afianzando los roles de género y desigualdad en cuanto a labores tradicionalmente significadas femeninas como es la cocina.

En lo que respecta al nivel de estudios, este es clave en cuanto al reparto de la cocina en casa, sobre todo para los hombres, ya que al aumentar el nivel de estudios comparten en mayor medida esta tarea



(Domínguez et al., 2018). En el caso de las mujeres, si bien es cierto que un mayor nivel de estudios implica un reparto más equilibrado de las labores culinarias, se sigue observando una implicación importante en otros niveles como EGB, ESO o similar, y FP. Cabe destacar entonces que, a pesar de la implicación todavía mayoritaria por parte de las mujeres, el nivel de estudios supone un factor de impacto hacia un cambio en la distribución de todo lo que se cocina en casa, conllevando una mayor igualdad, sobre todo entre los hombres.

En materia de nivel de ingresos, los hombres asumen la totalidad o la mayoría de la responsabilidad de la elaboración de las comidas en aquellos hogares que menos ingresos perciben mensualmente. Sería posible considerar que esto sea así dada la presencia de hijos o hijas en el hogar con quienes conviven solos lo que, sumado a la falta de recursos, lleva a una implicación total o en mayor medida de las tareas domésticas al completo, entre ellas la cocina.

Al revés ocurre en los hogares con mayor nivel de ingresos, donde asumen menos responsabilidades, posiblemente ante la posibilidad de disponer de



---

**La ideología política, es una de las variables que más influyen en cuanto al reparto de las tareas culinarias en el hogar. Es decir, dónde nos situamos en la escala o qué ideología adscribimos influye de manera directa en cómo abordamos la cocina y su reparto con quienes convivimos. Así, en el caso de los hombres, aquellos adscritos a ideología de izquierdas son los que tienden a asumir más responsabilidad en sus hogares, donde se encargan de la mitad de estas labores. Esto podría explicarse por una mayor inclinación hacia planteamientos feministas y de igualdad y corresponsabilidad con las mujeres en todos los ámbitos desde las ideologías de izquierdas, siendo el hogar uno de los principales.**

---

otros medios alternativos que no impliquen su intervención en lo alimentario. En el caso de las mujeres, asumen la responsabilidad al completo o al menos mayoritaria en mayor medida en hogares con un menor nivel de ingresos.

La ocupación de la población es de suma importancia en cuanto a la distribución o no distribución de estas tareas. A pesar de asumir prácticamente en todos los casos las mujeres el grosor de la transformación de los alimentos para su consumo, cuanto más alto es el cargo profesional que se ocupa, mayor y más equilibrado es el reparto de la cocina, sobre todo para los hombres. Posiblemente aunado a un mayor nivel educativo como veíamos previamente, los horarios menos flexibles y las mejores condiciones de trabajo permitan la posibilidad de atender las distintas tareas de sus hogares con mayor libertad, que se traduzca en una implicación mayor, y en una tendencia hacia una mayor igualdad en el trabajo doméstico alimentario en sus hogares.

La ideología política, por su parte, es una de las variables que más influyen en cuanto al reparto de las tareas culinarias en el hogar. Es decir, dónde nos situamos en la escala o qué ideología adscribimos influye de manera directa en cómo abordamos la cocina y su reparto con quienes convivimos. Así, en el caso de los hombres, aquellos adscritos a ideología de izquierdas son los que tienden a asumir más responsa-



bilidad en sus hogares, donde se encargan de la mitad de estas labores. Esto podría explicarse por una mayor inclinación hacia planteamientos feministas y de igualdad y corresponsabilidad con las mujeres en todos los ámbitos desde las ideologías de izquierdas, siendo el hogar uno de los principales.

Las mujeres, por el contrario, cuanto más conservadoras, asumen esta responsabilidad al completo o mayoritariamente en mayor medida. Es decir, cuanto más a la derecha, más se encargan de las labores alimentarias. Cabría pensar en que una ideología más conservadora lleva a una división sexual y por género del trabajo todavía persistente con cierta fuerza en estructuras familiares más tradicionales en las que puedan estar insertas, en las que cocinar es un acto primordialmente femenino, mientras que los hombres tienden otras tareas habitualmente consideradas masculinas.

Aun así, vemos que, de manera generalizada, los hombres atienden en mayor medida estas labores, lo cual puede arrojar luz sobre un cierto cambio, aunque leve, hacia una mayor asunción de responsabilidad en el hogar. O, dicho de otra forma, hacia una menor desigualdad tan manifiesta y una brecha tan amplia como ha sido hasta ahora.

En suma, las mujeres siguen siendo las responsables y encargadas primordiales de todo lo que se cocina en sus casas, donde enfrentan, como bien plantea Hochschild (2021), una doble jornada fruto de sus obligaciones dentro y fuera del hogar. No obstante, como consecuencia de esto y junto a los cambios sociales en las últimas décadas, la implicación de los hombres ha variado a su vez. Con este estudio se apunta a un cierto avance en su implicación, y una tendencia hacia un mayor reparto y corresponsabilidad, especialmente desde aquellos más jóvenes, con estudios superiores, ocupaciones y cargos profesionales de la escala de directivos, científicos, etc., y de ideologías progresistas, lo que contribuye a equiparar la brecha que todavía hoy existe.

Así, aunque sigue habiendo una brecha y una desigualdad entre los géneros patente. Los datos apuntan a una cierta equiparación para determinados grupos poblacionales. Resulta relevante continuar este estudio en el contexto de creciente cambio para poder caminar hacia una igualdad en las tareas domésticas alimentarias real y efectiva. ■

## BIBLIOGRAFÍA

- Díaz-Méndez, C. & Sánchez, S. (2024). ¿Está la sociedad española satisfecha con el sistema alimentario? *Distribución y Consumo*, 4(180), 47-56. Disponible en [https://www.mercasa.es/wp-content/uploads/2024/11/Mercasa\\_distribucion\\_y\\_consumo\\_180\\_web.pdf](https://www.mercasa.es/wp-content/uploads/2024/11/Mercasa_distribucion_y_consumo_180_web.pdf). Consultado el 10 de octubre de 2025.
- Domínguez, M.; Muñiz, L. & Rubilar, G. (2018). "El trabajo doméstico y de cuidados en las parejas de doble ingreso. Análisis comparativo entre España, Argentina y Chile". *Papers: Revista de Sociología*, núm. 1. 2019, vol. 1. (págs. 1-38). Disponible en <https://doi.org/10.5565/rev/papers.2576>. Consultado el 10 de octubre de 2025.
- Forste, R. & Fox, (2012). "Household Labor, Gender Roles, and Family Satisfaction: A Cross-National Comparison". *Journal of Comparative Family Studies*, núm. 5. 2012, vol. 43. (págs. 613-631). Disponible en 10.1037/t55086-000. Consultado el 10 de octubre de 2025.
- Gracia-Arnaiz, M. (2014). "Alimentación, trabajo y género. De cocinas, cocineras y otras tareas domésticas". *Panorama Social*. 2014, vol. 19 (págs. 25-36). Disponible en [https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS\\_PS/019art03.pdf](https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS_PS/019art03.pdf). Consultado el 10 de octubre de 2025.
- Hochschild, A. R. (2021). *La doble jornada: Las familias trabajadoras y la revolución en el hogar*. 1ª edición. Capitán Swing S. L., Madrid.
- Martín Criado, E. (2008). "El valor de la buena madre. Oficio de ama de casa, alimentación y salud entre las mujeres de clases populares". *Revista Española de Sociología*, núm. 4. 2008, vol. 4. (págs. 93-118). Disponible en <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/64944/39354>. Consultado el 9 de octubre de 2025.
- Szabo, M. (2019). "I'm a real catch": The blurring of alternative and hegemonic masculinities in men's talk about home cooking". *Women's Studies International Forum*, núm. 1. 2019, vol. 44 (págs. 223-235). Disponible en 10.1016/j.wsif.2013.08.003. Consultado el 8 de octubre de 2025.

