

8 de marzo | Día Internacional de la Mujer

Mujeres en Proyecto Hombre

Sobre visibilizar y acompañar a mujeres con problemas de adicción.

Visibilizar también es acompañar

Incorporar la perspectiva de género es una decisión.

Desde 2013, la presencia de mujeres atendidas en Proyecto Hombre ha ido creciendo de forma lenta pero sostenida. En 2024, **el 19,1% de las personas usuarias han sido mujeres, frente al 80,9% de hombres.** Este dato no responde necesariamente a un incremento del consumo problemático entre mujeres, sino que refleja, en muchos casos, una mayor disposición a pedir ayuda pese a las **barreras estructurales** que aún persisten.

Las mujeres con problemas de adicción enfrentan un doble estigma: mayor exposición a situaciones de violencia y más dificultades para solicitar apoyo. Estas desigualdades condicionan tanto el acceso como la permanencia en el tratamiento y explican, en parte, la brecha existente.

Con este **Especial 8M** presentamos un **dossier** que recoge algunos de los principales datos de nuestro **Observatorio** y analiza las **barreras** específicas a las que se enfrentan las mujeres en relación a la problemática de las adicciones.

Se trata de un recorrido que nos permite comprender mejor **por qué incorporar la perspectiva de género no es una opción, sino una necesidad.**

Además, tres mujeres de Proyecto Hombre: **Elena Presencio**, Directora General de Proyecto Hombre, **Mª Paz de la Puente Martín**, Directora de Proyecto Hombre Valladolid y **Leticia Aranda Alda**, Coordinadora Comunidad Terapéutica de Proyecto Hombre Castellón, comparten en estas páginas su visión sobre cómo se integra esta mirada en nuestros programas, por qué resulta imprescindible reconocer estas desigualdades y qué implica, en la práctica, transformar la intervención desde dentro.

Perfil de las mujeres usuarias

Datos obtenidos de nuestro último Observatorio 2024

19,1%

Durante 2024, un 19,1% de las personas usuarias han sido **mujeres** y un **80.9% hombres**. Desde 2013 se han producido pequeñas oscilaciones en los porcentajes pero con una tendencia al aumento de mujeres.

41/42

Es la **edad media** de las **mujeres** que acuden a los centros de Proyecto Hombre. Más de 2 años superior a la de los **hombres (39.4)**

Alcohol

En el caso de las mujeres adquiere **mayor protagonismo el consumo problemático de alcohol (47.3%)** que el de **cocaína (28.1%)** como **sustancia principal**.

Hipnosedantes

El consumo de **benzodiacepinas y otros hipnosedantes** sigue siendo comparativamente **superior entre las mujeres (1.3%)** frente a los **hombres (0.3%)**

Datos generales

Perfil de las mujeres usuarias

Para comprender en profundidad la realidad de las mujeres atendidas en Proyecto Hombre, es necesario mirar más allá del consumo y atender a los factores sociales que atraviesan sus trayectorias. **El nivel educativo, la situación laboral y los ingresos no son variables aisladas:** influyen directamente en la **vulnerabilidad, en el acceso a los recursos y en las oportunidades de recuperación**. A continuación, presentamos algunos datos que ayudan a contextualizar estas desigualdades.

Educativo y laboral

47,8%

Es el porcentaje de mujeres que tiene **estudios secundarios**, un número superior al de los **hombres (41,5%)**, también hay un porcentaje superior de mujeres con **estudios universitarios (17,1% frente al 9,5% de hombres)**

54,3%

Es el porcentaje de **mujeres que trabajan a tiempo completo** siendo **menor que el de los hombres (71.6%)**

La precariedad es mayor en las mujeres: tanto en la situación de **desempleo** como de **empleo a tiempo parcial** (con horario regular/irregular o temporal) el porcentaje es mayor que el de los hombres.

Perfil de las mujeres usuarias

+70%

De las mujeres usuarias sufre problemas emocionales y psicológicos

Los porcentajes que presentan las mujeres son mayores que en el caso de los hombres, siendo especialmente elevadas las diferencias en **problemas emocionales en general** (74,9% frente a 54,3%), **ansiedad severa** (85,7% frente al 72,9%) y **depresión severa** (78,1% frente al 59,5%)

De las mujeres usuarias ha sufrido violencia emocional

Las mujeres han sufrido abusos de manera mucho más significativa que los hombres (71,6% frente a 46,1% en el caso de **abusos emocionales**, 50,8 frente a 25,2% en el caso de **abusos físicos**). Destaca la alta conflictividad percibida en las mujeres con la pareja.

Barreras

que dificultan el acceso al tratamiento.

Las mujeres con problemas de adicción enfrentan una **doble penalización social y moral** que retrasa su acceso a los tratamientos. El **estigma**, tanto en el ámbito privado como profesional, genera miedo al juicio, a la discriminación y a no ser bien recibidas, incluso por parte de profesionales de la salud. **En muchos casos, la familia minimiza el problema o lo vive con vergüenza**, lo que refuerza el silencio y la ocultación. Este temor se intensifica especialmente entre aquellas que tienen hijos e hijas menores, por el miedo a perder su custodia si reconocen públicamente su situación.

A estas barreras se suman factores estructurales como la **dependencia económica, la precariedad laboral o las dificultades geográficas** para acceder a los recursos. Muchas mujeres priorizan el cuidado de los demás por encima del suyo propio, mientras que otras arrastran experiencias traumáticas como violencia de género, abusos, entre otras situaciones, que condicionan su proceso de recuperación.

El estigma social y la doble penalización moral

El miedo a perder la custodia de sus hijos e hijas

La falta de apoyo familiar y social

La dependencia económica y la precariedad laboral



A las mujeres con problemas de adicciones se las juzga y penaliza especialmente, pues no cumplen con los mandatos sociales de género que dicen que la mujer es cuidadora. Son las malas madres, las malas esposas, las malas hijas.

Elena Presencio, Directora General de Proyecto Hombre

Desde la organización hemos hecho un esfuerzo para tener una **mirada de perspectiva de género en nuestros programas** de atención y de prevención también. Prueba de ello es que cada vez son más las mujeres que acuden a nuestros centros. Han pasado de un 16% a un 19% en estos últimos 5 años.

Más allá de las cifras, estoy convencida de que **lo que se necesita es formación**, como la que tenemos en nuestros cursos especializados. Y hablo de cursos de género, pero también hablo de nuevas masculinidades. Todos y todas tenemos una corresponsabilidad.

Se necesitan estudios, como los que tenemos en el **observatorio**, que aportan recomendaciones de calidad basadas en datos. Y se necesita también una **sensibilización**, como la que trabajamos con nuestras campañas específicas con el tema de mujeres y adicciones.

Y todo esto lo hacemos conjuntamente en la asociación. Y tenemos un objetivo muy claro: **facilitar a nuestros centros que ofrezcan la mejor calidad posible de atención a nuestras mujeres.**

Nuestras mujeres necesitan un acompañamiento con mayúsculas, centrado y adaptado a sus necesidades.

En primer lugar, es imprescindible una acogida en la que se encuentren con una **mirada de respeto, de cuidado, que devuelva la confianza y la motivación** para hacer el cambio que necesitan, porque piensan que no son capaces, que no sirven. Tienen una imagen muy culpabilizadora, muy descarnada de sí mismas.

Elena Presencio, Directora General de Proyecto Hombre

En segundo lugar, es necesario que se conozcan para saber de dónde vienen sus problemas y gestionar de otra manera el malestar emocional que han venido anestesiando con el consumo.

Y en tercer lugar, también es clave una **reinserción social y laboral**, para que sean autónomas en su vida. Superar su dependencia no sola a la sustancia. Me refiero también a la dependencia económica, emocional, social. No se imaginan la importancia que tienen para ellas decidir en función de sí mismas y no en función de los demás.

Y el cómo también es clave. Hablamos de un **plan individualizado** que incluya todas las áreas de su vida, laboral, psicológica, de salud física y mental, ocio, familia. **Hablamos de un abordaje biopsicosocial con profesionales cualificados de distintas disciplinas** que trabajen juntos en una misma dirección, **poner en el centro a la persona**.

Es emocionante ver personas que en muchos casos han sufrido experiencias traumáticas como violencia de género, abusos que se levantan cada día decididas a superar sus problemas.

Por eso es tan importante **contar con recursos** que ayuden a superar estas barreras. Por ejemplo, hay cuestiones prácticas como centros residenciales para mujeres con hijos a cargo o centros que ofrecen un horario para conciliación familiar. Pueden ser muchos los ejemplos, lo importante es que pongamos el foco en ello.

Por último, **acompañar significa hacer que el otro sea protagonista. Acompañar significa darle el sitio. Y por ello trabajamos día a día.**

**MUJERES
CON PRO
YEC
TO**





Acompañar una realidad como la de las mujeres con problemas de adicción es humanizar, legitimar su dignidad, su valor inherente, su ser esencial.

M^a Paz de la Puente Martín, Directora Proyecto Hombre Valladolid

La problemática asociada al consumo de sustancias ha sido históricamente un fenómeno masculino ya que **el consumo en la mujer ha estado invisibilizado** o doblemente penalizado.

Por eso, **la perspectiva en el tratamiento ha sido esencialmente masculina**. De hecho, muchos centros de tratamiento y las comunidades terapéuticas han reproducido, y muchos aún hoy reproducen desigualdades de género. Todo esto ha traído consigo que el acceso de las mujeres al tratamiento y su adherencia haya sido muy difícil.

Es necesario trabajar con mujeres en programas diferenciales, con profesionales formados, que aborden de manera especializada cada situación.

Vemos que **ellas suelen asumir un fuerte peso en las responsabilidades familiares**, ya que continúan siendo, en muchos casos, las principales cuidadoras de hijos, hijas u otras personas dependientes.

Esto hace que el ingreso en un recurso residencial o el abandono temporal del hogar resulte especialmente difícil. Por ello, **es fundamental diseñar actuaciones que minimicen el impacto de su ausencia y faciliten el acceso y la permanencia en el tratamiento.**

Además, sus redes de apoyo psicosocial suelen ser más frágiles, por lo que **los programas deben incorporar desde el inicio estrategias que fortalezcan estos vínculos** y actúen como factores protectores durante el proceso terapéutico y la posterior reinserción.





Si una mujer siente que está en el lugar adecuado y con la ayuda específica que necesita, que se tienen en cuenta sus necesidades concretas, permanece en tratamiento más tiempo

Leticia Aranda Alda, Coordinadora Comunidad Terapéutica de Proyecto Hombre Castellón.

La realidad es que en nuestros centros y con nuestros tratamientos siempre **intentamos individualizar al máximo**, ya que con las personas no se puede trabajar de forma general. En mi opinión, cuando se intenta tratar de forma general en realidad no estás tratando a nadie... tan solo a "personas ficticias". Dicho esto **¿Cómo no se va a individualizar en el caso de las mujeres?, no se trata igual a un colectivo que a otro**. Las mujeres tienen sus propias características, han recibido una educación diferente y eso se transmite en la forma en la que se relacionan con su entorno, en la forma de consumo, en las sustancias consumidas, en cómo afectan las

sustancias a su salud, en cómo se relacionan dentro del mundo de las drogas para conseguirlas.

Simplemente porque tienen unas necesidades diferentes es importante dar respuesta desde recursos específicos.

En una Comunidad Terapéutica cuando se reconocen estas necesidades y barreras lo primero que cambia es la **accesibilidad al tratamiento**, acceden más rápidamente porque confían en que

van a estar reconocidas sus necesidades. Otro de los cambios es la **adherencia al tratamiento** y por tanto la consolidación de la abstinencia.

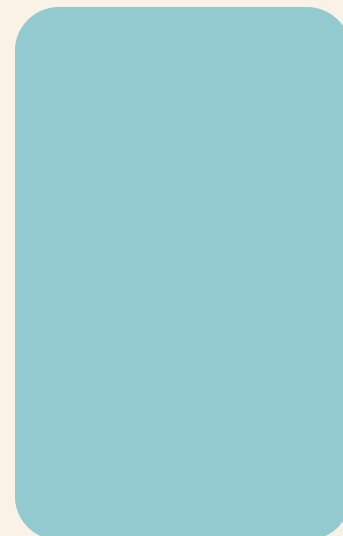
Si una mujer siente que está en el lugar adecuado y con la ayuda específica que necesita, que se tienen en cuenta sus necesidades concretas, permanece en tratamiento más tiempo y por tanto **mejora en todas las áreas de su vida, fortalece su autoestima y está más cerca de poder realizar una reinserción social y laboral.**

Contáctanos

Vivimos en una sociedad que muchas veces mira con miedo, con rechazo o con distancia. Que juzga y estigmatiza a quienes están en los márgenes. Para que estas mujeres rearmen su proyecto de vida necesitan un espacio seguro. **Una mirada que no juzgue. Una mirada que reconozca su dignidad.**

Si tú o alguien que conoces necesita apoyo, contáctanos.

**Conoce nuestros
Programas de
Mujeres en todos los
Centros de Proyecto
Hombre de España.**





www.proyectohombre.es