

Tendencias

'Madres alfa', mujeres todoterreno del siglo XXI

El 58% está al tanto de las tendencias de moda, el 76% come variado y equilibrado y el 53% usa cremas antiedad



C.S.
estar bien

Educadas, profesionales, en puestos de responsabilidad y con hijos menores a su cargo. Assumen tareas domésticas aunque no disfrutan haciéndolo y, además, impulsarán las compras *online* en el futuro. Se trata de un nuevo perfil de mujeres; hablamos de las *madres alfa*, según el estudio Mikroskopia 2015, realizado por la firma MyWord.

Este trabajo se basa en una macro encuesta de 8.387 entrevistas *online* a una muestra representativa de la población residente en España y con un extenso cuestionario que recoge hasta 1.730 atributos.

Así, tal y como asegura Belén Barreiro, presidenta del Centro de Investigaciones Sociológicas y directora de MyWord, "la mujer sigue siendo el motor del consumo en diferentes ámbitos".

Pero, ¿qué ha provocado la aparición de este colectivo?

Barreiro explica que no se trata de una irrupción, sino de una consecuencia de la revolución libertaria.

"Trabajamos con distintos propulsores de cambio: la crisis económica, la revolución ecológica, la revolución tecnológica y la conquista creciente de espacios de libertad", apunta.

Las *madres alfas* tienden a hacerse cargo de todo y, en cierta medida, el mandar "va en su carácter". No obstante, a diferencia de otras mujeres que han conseguido mayor igualdad en sus hogares, las *madres alfa* "cargan con todo", incluso se vuelcan en los estudios de sus hijos y se preocupan de que sean buenos estudiantes. "Es exigente con ellos; va en su carácter", apostilla.

Para ser una madre todoterreno, parece que no hace falta creer en la magia, sino encontrar el equilibrio entre el trabajo, la familia, la pareja, la vida social y cultural y el cuidado personal.

En este sentido, la psicóloga Elisa Sánchez subraya que "hay que tener claras las prioridades, tomar decisiones, saber decir que no asertivamente, disciplina y autocontrol para la alimentación, estar dispuesta a ayudar y a aportar a los demás, etcétera". Si se quiere, se puede.

"La gestión del tiempo y la utilización de las nuevas tecnologías son herramientas im-

portantes" para poder llevar la teoría a la práctica. "Realmente, no me sorprende, una persona que se organiza y es productiva en el trabajo, suele organizarse también bien en su vida personal, si dispone de unas habilidades es frecuente que las utilice tanto en el ámbito profesional como laboral", dice. "En mi experiencia y opinión, las personas que organizan bien su tiempo suelen organizarse bien económicamente, son competencias psicológicas que se aplican en diferentes esferas de la vida", agrega Sánchez.

El único dato del estudio en donde las *madres no alfa* se sitúan, levemente, por encima de las *madres alfa* es en cuanto a la organización de actividades de ocio (39%, frente 38,1%).

Consecuencias

Aparentemente, indica Barreiro, este perfil de mujer tiene todo a su favor. Es una mujer satisfecha laboralmente, económicamente, con su familia, amigos, salud, etc.

"Muestra altos grados de felicidad tanto de forma directa como indirecta", apunta. Asimismo, en el estudio se pone de manifiesto que este tipo de mujer está enganchada a la meditación y de ahí se extrae la lección de que consigamos mantener el equilibrio en todas las esferas de su vida. "Es una vía de escape".

Sánchez se muestra de acuerdo y remarca que en principio, todas las consecuencias son positivas, ya que disfruta del tiempo que pasa con sus hijos, desarrolla su carrera profesional y mantiene hábitos de vida saludables del cuidado de la alimentación y la salud. Quizás, prosigue, algunas de las consecuencias negativas que puede llevar consigo ser una *madre alfa* están en línea con la elevada exigencia hacia la educación de los hijos o la no satisfacción con la realización de las tareas domésticas.

De acuerdo con Barreiro, estas mujeres representan la imagen de la mujer moderna. En un futuro, según Sánchez, puede que también hablemos de padres *alfa*. Mientras tanto, esas mujeres que no pertenecen a este colectivo, a seguir haciendo encaje de bolillos.



el 4,3%

de la población mundial femenina ya son consideradas *madres alfa*, constituyendo una microtendencia emergente y en alza.

Los 2/3 del total de...

...*madres alfa* declaran que pasan suficiente tiempo con sus hijos, por encima del 54% del resto de mujeres. Con ellos, se muestra tolerante, aunque estricta en relación con los estudios. Dado que este perfil de madre conoce las exigencias de la vida laboral, es probable que proyecte en ellos la necesidad de prepararse cuidadosamente para el futuro.

'Consumidor rebelde'

El 25 por ciento de los ciudadanos admite sentir rechazo por las grandes empresas y corporaciones desde el comienzo de la crisis económica, según Mikroskopia.

El perfil del *'consumidor rebelde'* no es el de una persona subversiva, ni radical. Tampoco está necesariamente muy insatisfecho con los productos y servicios que proporcionan las empresas, sino con el rol social que estas desempeñan. La investigación revela que más de la mitad de los ciudadanos (54%) afirman haber descendido de clase social durante la recesión. Además, ha modificado sus hábitos de consumo y compra, asumiendo medidas de ahorro e, incluso, de 'economía de guerra'. También ha transformado su escala de valores y se inclina más por prácticas de consumo alternativo y colaborativo.

