

image not found or type unknown



# La carga mental femenina

**Samanta Villar, Sara Brun Moreno**

**Fecha de publicación:**

19/02/2019

La lucha por la igualdad empieza en tu casa.

**Sello Editorial:**

Editorial Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Isabel Santos

**Teléfono:** 91 423 03 33

**Email:**

isantos@planeta.es

**Nombre:**

INTERNACIONAL:

Patricia Jiménez

**Teléfono:** 93 492 82 76

**Email:**

pjimenezl@planeta.es

**Nombre:** Laura Franch

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:**

lfranch@planeta.es

**Nombre:**

INTERNACIONAL:

Eduardo Martín

**Teléfono:** 93 492 89 06

**Email:**

emartines@planeta.es

**Nombre:** Laura Verdura

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:**

lverdura@planeta.es

**Nombre:** Fátima Santana

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:**

fsantana@planeta.es

«Hace un año, estaba en Málaga grabando un reportaje cuando recibí la peor llamada de mi vida. Mi hijo Damià acababa de entrar en quirófano. Tardé doce horas en poder llegar a Barcelona y tenerlo entre mis brazos. Cuando llegué, ya había tomado la decisión: no quería estar nunca más separada de mis hijos siendo tan pequeños. ¿Un padre hubiera tomado la misma decisión que yo?»  
La declaración de Hacienda, la reunión de padres, la lista de la compra, llamar al seguro, la colada... La carga mental es el síndrome de las mujeres que viven abrumadas por el cúmulo de responsabilidades de su vida cotidiana. Porque, mal que nos pese, la lucha por la igualdad en el ámbito profesional no ha ido pareja a un reparto equilibrado de las tareas del hogar. El resultado: mujeres que viven con el doble peso de su vida laboral y familiar.  
El libro aborda este problema dándole visibilidad y asumiendo un hecho inequívoco: que la conciliación no existe. Son historias cotidianas las que conforman el libro, protagonizadas por madres desbordadas cuya vida se ha convertido en un juego de equilibrios imposibles. Porque, como dice Samanta, «hemos asumido como naturales comportamientos y tareas que no lo son, y darles el apellido de carga mental es una manera de reconocer que algo tenemos que cambiar nosotras si queremos sentirnos liberadas».

image not found or type unknown



## **Samanta Villar**

Samanta Villar, nacida en Barcelona y licenciada en Ciencias de la Comunicación, empezó trabajando en el canal autonómico catalán TV3 como ayudante de realización. En 2005 se convirtió en reportera de *España directo* y en 2009 dio el salto profesional de asumir todo el peso de un programa de máxima audiencia, 21 días, de Cuatro, cadena en la que más adelante dirigió y condujo *Conexión Samanta*. Su último programa, *9 meses con Samanta*, seguía de cerca su embarazo y el alumbramiento de sus mellizos. Ha sido galardonada con una Antena de Plata, una Antena de Oro y el Ondas.



## **Sara Brun Moreno**

Licenciada en Periodismo por la Universidad de Navarra, éste es su cuarto libro del programa «España Directo». Compagina su labor de escritora con la de guionista de documentales históricos.