

**Universidad Miguel Hernández**  
**Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche**  
**Trabajo Fin de Grado**  
**Grado en Comunicación Audiovisual**



**UNIVERSITAS**  
*Miguel Hernández*

***Huellas invisibles: mujeres en sectores masculinizados.***

***Un podcast con perspectiva de género***

Autora: Laura Carrasco Sánchez

Nº expediente. 263

Tutor: Sergio Javaloy Ballester

Tipo de trabajo: de carácter práctico y/o profesional

Curso académico: 2024/2025



*A mis padres, Sergio y Toya, por ayudarme y estar ahí siempre que lo necesito. Ha sido un camino largo y complicado pero gracias a vosotros lo he conseguido. Vuestro apoyo diario ha sido esencial. Esto solo acaba de empezar.*

*A mi hermano Sergio, por hacerlo todo más fácil y ayudarme en todo momento a mejorar. Siempre mano a mano.*

*A Sergio Javaloy, mi tutor, muchas gracias por ayudarme en todo lo que he necesitado y por estar ahí.*

*A mis amigos, por estar ahí durante los cinco años al pie del cañón. Gracias por recordarme cuánto valgo e impulsarme a ser mejor. Sois muy importantes para mí.*

*A mis abuelos y abuelas, sé que ahí arriba estáis muy orgullosos de mí. Os echo mucho de menos.*

*A Araceli, muchas gracias por proponerme la idea de este proyecto y colaborar en él, siempre me ayudas en todo lo que puedes.*

*A Constan, por ser mi apoyo incondicional cada día, no sé qué habría hecho sin ti. Muchas gracias por celebrar conmigo cada paso que doy. Sé más que de sobra que vas a cumplir todo lo que te propongas, no dudes nunca de ello, eres el mejor.*

*Os quiero.*



## **Índice**

|                                                                                    |           |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Introducción.....</b>                                                        | <b>11</b> |
| 1.1. Justificación del interés del tema.....                                       | 11        |
| 1.2. Objetivos del trabajo.....                                                    | 12        |
| 1.3. Estado de la cuestión.....                                                    | 13        |
| 1.3.1. Historia de la desigualdad de género en el trabajo.....                     | 13        |
| 1.3.2. Sectores seleccionados y su situación actual.....                           | 14        |
| 1.3.3. Representación sonora o podcasting con perspectiva de género.....           | 15        |
| <b>2. Metodología: realización del proyecto.....</b>                               | <b>16</b> |
| 2.1. Fases de trabajo y técnicas de investigación.....                             | 16        |
| 2.2. Recursos y herramientas utilizadas.....                                       | 20        |
| <b>3. Resultados del proyecto.....</b>                                             | <b>21</b> |
| <b>4. Conclusiones y discusión.....</b>                                            | <b>24</b> |
| 4.1. Impacto del podcast en la audiencia.....                                      | 25        |
| 4.2. Recomendaciones para incrementar la igualdad de género en estos sectores..... | 26        |
| <b>5. Bibliografía.....</b>                                                        | <b>28</b> |
| <b>6. Índices de tablas, gráficos y figuras.....</b>                               | <b>30</b> |
| <b>7. Anexos.....</b>                                                              | <b>31</b> |
| 7.1. Anexo I. Guiones.....                                                         | 31        |
| 7.2. Anexo II. Transcripciones de las entrevistas.....                             | 48        |
| 7.3. Anexo III. Inspiración.....                                                   | 48        |



## **Resumen**

El presente Trabajo Fin de Grado tiene como objetivo la creación, desarrollo y análisis del *podcast Huellas invisibles*, un proyecto comunicativo que pretende visibilizar a las mujeres que trabajan en sectores históricamente masculinizados, como la agricultura, el cuerpo de bomberos, el fútbol, las Fuerzas Armadas y la ingeniería. A través de entrevista en profundidad, narración, en primera persona y un diseño sonoro cuidado, el *podcast* busca generar una reflexión social sobre la desigualdad de género en el ámbito laboral y contribuir a la ruptura de estereotipos que aún persisten en nuestra sociedad.

El proyecto se sustenta en una metodología cualitativa, combinando el periodismo narrativo con técnicas propias de la investigación feminista. La selección de los perfiles entrevistados se ha realizado con criterios de diversidad y representatividad, buscando mostrar distintas trayectorias vitales que tienen en común: haber roto barreras en sectores de difícil acceso para las mujeres. Cada episodio del *podcast* está construido como una pieza sonora única, con un relato estructurado en torno a la experiencia de una protagonista, reforzado por recursos de diseños sonoros y una voz que guíe el discurso es una perspectiva reflexiva y crítica.

*Huellas invisibles* consta de cinco capítulos, dedicados respectivamente a los sectores mencionados. La duración de los episodios oscila entre los ocho y los once minutos aproximadamente, permitiendo una escucha pausada. Este formato favorece su difusión tanto en plataformas digitales como en espacios educativos o de sensibilización.

El trabajo incluye una revisión teórica sobre la historia de la desigualdad de género en el trabajo, así como un análisis específico de la situación actual en los sectores estudiados. A pesar de los avances legislativos y sociales de las últimas décadas, los datos reflejan una baja representación femenina en muchos ámbitos, así como una persistente brecha de género en salarios y cargos de responsabilidad y visibilidad mediática. En este contexto, *Huellas invisibles*, se presenta como una herramienta de comunicación con valor educativo, periodístico y social.

Además de generar conciencia crítica en la audiencia, el proyecto busca inspirar a otras mujeres, especialmente jóvenes, que pueden verse reflejadas en las historias narradas. Su potencial como recurso pedagógico lo convierte en una propuesta útil para talleres, aulas o campañas de igualdad.

*Huellas invisibles* es un ejercicio de comunicación con perspectiva de género que combina, sensibilidad, rigor y compromiso social. Más allá de su valor académico, constituye una propuesta ética y narrativa para contribuir a una sociedad más equitativa, plural e inclusiva.

**Palabras clave**

Género; *podcast*; comunicación feminista; desigualdad laboral; mujeres; sectores masculinizados.



## **Abstract**

This Final Degree Project aims to create, develop, and analyze the podcast *Huellas invisibles* (Invisible Footprints), a communication project that seeks to highlight the voices of women working in historically male-dominated sectors such as agriculture, firefighting, football, the armed forces, and engineering. Through in-depth interviews, first-person narration, and careful sound design, the podcast aims to generate social reflection on gender inequality in the workplace and contribute to breaking down stereotypes that still persist in our society.

The project is based on a qualitative methodology, combining narrative journalism with techniques from feminist research. The selection of interviewees was carried out using criteria of diversity and representativeness, with the aim of showcasing different life paths that share a common trait: having broken barriers in sectors traditionally inaccessible to women. Each episode of the podcast is crafted as a unique sound piece, structured around the personal experience of one protagonist, enhanced by sound design resources and a guiding voice that provides a critical and reflective perspective.

*Huellas invisibles* consists of five episodes, each dedicated to one of the aforementioned sectors. The duration of the episodes ranges from approximately eight to eleven minutes, allowing for a calm, immersive listening experience. This format supports dissemination across both digital platforms and educational or awareness-raising spaces.

The project includes a theoretical review of the history of gender inequality in the workplace, as well as a specific analysis of the current situation in the sectors studied. Despite legal and social advances in recent decades, data still show low female representation in many fields, along with a persistent gender gap in salaries, leadership roles, and media visibility. In this context, *Huellas invisibles* is presented as a communication tool with educational, journalistic, and social value.

In addition to raising critical awareness among listeners, the podcast aims to inspire other women—especially young ones—who may see themselves reflected in the stories told. Its potential as a pedagogical resource makes it a valuable tool for use in workshops, classrooms, or equality campaigns.

*Huellas invisibles* is an exercise in gender-conscious communication that combines sensitivity, rigor, and social commitment. Beyond its academic value, it stands as an ethical and narrative proposal contributing to a more equitable, diverse, and inclusive society.

**Keywords**

Gender; podcast; feminist communication; labor inequality; women; masculinized actors.



# 1. Introducción.

## 1.1. Justificación del interés del tema.

A lo largo de la historia, las mujeres han desempeñado un papel fundamental en la sociedad, aunque muchas veces su labor ha sido invisibilizada o minimizada en los registros históricos, culturales y mediáticos. Esta invisibilidad se ha manifestado especialmente en el ámbito laboral, donde las mujeres siempre se han enfrentado a barreras estructurales, estereotipos de género y una discriminación persistente que ha limitado su acceso, reconocimiento y participación en algunas profesiones. Aunque en las últimas décadas se han logrado avances importantes en materia de igualdad de género, aún son notables las desigualdades que sufren muchas mujeres en numerosos sectores como son los estudiados en este Trabajo Fin de Grado: la agricultura, el cuerpo de bomberos, el fútbol, las Fuerzas Armadas o la ingeniería.

En este contexto surge el *podcast Huellas invisibles*, un proyecto comunicativo que busca dar voz a mujeres que se han abierto camino en ámbitos profesionalmente masculinizados. A través de entrevistas personales y narrativas de cada una de las invitadas, el *podcast* pretende generar un espacio de reflexión y empoderamiento que visibilice la lucha, los logros y los desafíos que enfrentan estas y muchas otras mujeres cada día de su vida.

La relevancia de esta propuesta no solo reside en su dimensión comunicativa y social, sino también su aportación académica, al permitir analizar desde una perspectiva crítica y feminista la representación de las mujeres en sectores poco explorados por los medios de comunicación tradicionales. En un contexto donde los formatos digitales como el *podcast* han ganado fuerza como herramientas de divulgación y transformación social, *Huellas invisibles* se presenta como una propuesta que combina el rigor del periodismo con la sensibilidad del relato humano por parte de las mujeres entrevistadas, ofreciendo así una mirada mucho más profunda y comprometida con la igualdad de género.

El interés del tema de este trabajo radica en mi experiencia personal como mujer y en el deseo de visibilizar aquellas que han superado barreras en sectores

dominados históricamente por hombres. Este proyecto no solo busca celebrar sus logros, sino también inspirar a una nueva generación de mujeres a que persigan sus metas, sin importar las dificultades.

Elegí este tema, porque considero que la comunicación tiene un papel clave en la construcción de imaginarios colectivos y en la transformación social. Desde muy pequeña he sentido una gran sensibilidad hacia las injusticias de género y, como futura profesional del ámbito de la comunicación, siento la responsabilidad de utilizar las herramientas que tengo a mi alcance para generar conciencia y dar voz a quienes muchas veces no la tienen.

Además, el formato *podcast* permite un tratamiento más pausado, reflexivo y emocional de las historias, lo cual es idóneo para abordar temas que requieren profundidad como este. *Huellas invisibles* no solo pretende informar, sino también emocionar, conectar con la audiencia y transformar ciertas ideas. Justamente por eso, creo que este proyecto no sólo responde a una necesidad académica, sino también ética, social y humana.

## **1.2. Objetivos del trabajo.**

El objetivo principal de este Trabajo Fin de Grado es la creación, desarrollo y análisis de un *podcast* titulado *Huellas invisibles*, centrado en la visibilización de mujeres que desempeñan su labor profesional en ámbitos tradicionalmente dominados por hombres, con el fin de contribuir a la reflexión sobre la igualdad de género en el mundo laboral y cuestionar los estereotipos que aún perviven en nuestra sociedad.

Los objetivos secundarios son:

- Investigar el contexto histórico y actual de la desigualdad de género en el trabajo.
- Seleccionar y analizar distintos sectores profesionales con baja representación femenina.
- Diseñar una estructura narrativa y sonora para el *podcast*, que combine información, emoción y profundidad.

- Entrevistar a mujeres referentes en cada sector, documentando sus trayectorias, dificultades y logros.
- Generar un impacto social que motive a más mujeres jóvenes a considerar carreras profesionales en sectores con baja representación femenina.

### **1.3. Estado de la cuestión.**

#### **1.3.1. Historia de la desigualdad de género en el trabajo.**

La desigualdad de género en el ámbito laboral es un fenómeno estructural y persistente que se ha desarrollado a lo largo de la historia. Durante siglos, el trabajo de las mujeres fue relegado al ámbito doméstico y reproductivo, mientras que el trabajo remunerado en el espacio público fue considerado propio de los hombres (*Los Factores de Desigualdad de Género En el Empleo*, s. f.). La revolución industrial marcó un punto de inflexión, ya que permitió la incorporación masiva de mujeres al mercado laboral, aunque en condiciones de gran precariedad y sin reconocimiento alguno.

En el siglo XX, especialmente tras las dos guerras mundiales, las mujeres asumieron roles tradicionalmente masculinos debido a la ausencia de los hombres, que se encontraban en el frente de batalla. Sin embargo, tras el retorno a la normalidad, muchas fueron nuevamente expulsadas del mercado de trabajo. A pesar de ello, este proceso activó una conciencia feminista que iría en aumento en las décadas posteriores.

El acceso a la educación superior, los cambios legislativos y las luchas feministas permitieron a las mujeres conquistar derechos laborales fundamentales, como la igualdad salarial o la protección frente al acoso. No obstante, todavía hoy existe una clara brecha de género: en salario, en tasas de ocupación, encargos de responsabilidad, en conciliación y en sectores profesionales (*Guía del Complemento Para Reducir la Brecha de Género - Revista Seguridad Social - Seguridad Social*, s. f.).

Según el informe *Global Gender Gap Report 2024* del Foro Económico Mundial (2024), la igualdad de género en el trabajo aún tardará casi 134 años en alcanzarse al ritmo actual, una cifra que evidencia la magnitud del reto.

### **1.3.2. Sectores seleccionados y su situación actual.**

Agricultura: en el ámbito rural, las mujeres han sido fundamentales para el sostenimiento de las explotaciones familiares, pero su trabajo ha sido invisibilizado históricamente. Aunque la [Ley de Titularidad Compartida \(2011\) en España](#) (*Ley 35/2011, de 4 de Octubre, Sobre Titularidad Compartida de las Explotaciones Agrarias*, 2011) pretendía avanzar hacia la igualdad en el sector agrario, su implementación ha sido limitada. Las mujeres rurales enfrentan una doble discriminación: por su género y por la falta de servicio en el entorno rural.

Cuerpo de bomberos: este sector continúa siendo uno de los más masculinizados. En España, las mujeres representan menos del 5 % del total de efectivos, una cifra que varía ligeramente según la comunidad autónoma. Las exigencias físicas, los estereotipos de género y la falta de referentes femeninos han limitado su acceso y permanencia. Además, muchas bomberas, denuncian, situaciones de discriminación, falta de adaptación en instalaciones y escasa visibilidad dentro del propio cuerpo, lo que perpetúa la poca representación que tienen. (*¿Cuántos Bomberos Hay En España?*, 2024).

Fútbol: el fútbol femenino ha vivido un auge en los últimos años, pero sigue lejos de la visibilidad, profesionalización y retribución del fútbol masculino. El reciente triunfo de la selección española en el mundial 2023 y las reivindicaciones públicas de las jugadoras han visibilizado las desigualdades existentes (*Campaña Para Reivindicar Más Igualdad En el Fútbol*, 2025). Aun así, las futbolistas siguen enfrentándose a condiciones laborales precarias, falta de inversión y sexismo institucional. En el caso del arbitraje femenino son muy pocas las mujeres que arbitran partidos profesionales.

Fuerzas Armadas: aunque las mujeres tienen acceso legal al ejército desde hace décadas, su incorporación ha sido doliente con múltiples obstáculos. La presencia femenina ronda el 13 % en las Fuerzas Armadas españolas, y las misiones de alto rango o estratégicas, continúan siendo predominantemente masculinas. A esto se le suma la escasa visibilización mediática de las mujeres militares (*Informe 2024 de la Evolución de la Mujer En las FAS: El Doble de Generales*, 2025).

Ingeniería: las carreras STEM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas) han sido históricamente masculinizadas. En España solo el 16 % del alumnado en carreras técnicas son mujeres (*Libro Blanco de las Mujeres En el Ámbito Tecnológico*, 2019), y la representación en puestos de liderazgo dentro de las ingenierías sigue siendo mínima. Factores como la falta de referentes, los estereotipos desde la infancia, la cultura organizacional machista explican parte del fenómeno.

### **1.3.3. Representación sonora o *podcasting* con perspectiva de género.**

En los últimos años, el *podcasting* ha emergido como un medio clave para la producción y difusión de narrativas diversas, entre ellas, aquellas centradas en cuestiones de género. Esta herramienta sonora, accesible y flexible, ha permitido visibilizar voces, históricamente marginadas, promoviendo una comunicación más inclusiva y participativa.

El *podcast* ha evolucionado de ser un simple formato *amateur* a una plataforma con potencial político y cultural, ideal para el activismo feminista. En este sentido, el *podcast* feminista no solo informa, sino que también genera comunidad, identidad colectiva y reflexión, crítica sobre las desigualdades estructurales.

Varios estudios destacan como el *podcast*, puede ofrecer nuevas formas de representación más allá de los modelos patriarcales dominantes. Bianca Sánchez Gutiérrez, Sara Rebolledo-Bueno y María Sánchez Ramos en el capítulo 14 del libro *Feminismo digital. Violencia contra las mujeres y brecha sexista en Internet* (2020), analizan el papel del nuevo formato radiofónico online, el *podcast*, como canal para diseminar ideologías radicales como el feminismo.

En el ámbito educativo y comunicativo, el *podcast* tiene un alto potencial narrativo para contar historias desde un enfoque inclusivo. En el caso de *Huellas invisibles*, los testimonios personales de las cinco entrevistadas pueden generar empatía y dar la vuelta a los mensajes tradicionales que refuerzan las desigualdades.

Por tanto, el diseño de un producto sonoro con perspectiva de género implica no sólo la elección de temas, sino también una estética auditiva crítica: desde quién habla y cómo lo hace, hasta qué sonidos se incluyen o excluyen. En este marco, *Huellas*

*invisibles*, se plantea como un ejemplo de resistencia simbólica, al poner en valor las voces de mujeres que han roto techos de cristal en sectores históricamente masculinizados.

## **2. Metodología: realización del proyecto.**

### **2.1. Fases de trabajo y técnicas de investigación.**

El proceso de realización del *podcast Huellas invisibles* se estructuró en varias fases que permitieron llevar a cabo un proyecto riguroso, coherente, con los objetivos propuestos y con una sólida base metodológica. Este enfoque combinó el trabajo periodístico con herramientas audiovisuales.

#### Fase 1: documentación previa y planteamiento teórico.

La primera fase consistió en una revisión bibliográfica y documental. Se consultaron artículos académicos, informes institucionales y leyes, específicas para conocer el estado actual de la igualdad de género en sectores masculinizados, como la agricultura, el fútbol, las Fuerzas Armadas, la ingeniería o el cuerpo de bomberos. Esta etapa permitió definir los ejes conceptuales del proyecto, identificar problemas estructurales y establecer criterios de selección para los perfiles de entrevistadas, también se construyó el marco teórico del trabajo, desde una perspectiva de género

#### Fase 2: selección de entrevistadas y enfoque narrativo.

En esta fase se elaboró una lista preliminar de posibles entrevistadas, con base en criterios de diversidad, sector profesional, edad, nivel de experiencia, localización geográfica. Se contactó a las candidatas mediante un mensaje de *WhatsApp* o redes sociales explicándoles el objetivo del proyecto y solicitando su participación. Una vez confirmadas, se investigó su trayectoria profesional y elaboraron cuestionarios individualizados para cada entrevista. Este cuestionario no era rígido, sino que se adaptaba en función de la conversación, manteniendo siempre una estructura que facilitará el relato de sus experiencias desde una perspectiva personal y emocional. Se adoptó un punto de vista ético, asegurando el consentimiento informado de las participantes y garantizando que sus testimonios se recogieran con respeto y fidelidad.

### Fase 3: producción y entrevistas.

Esta etapa incluyó la preparación técnica y se grabaron los episodios. Las entrevistas se realizaron con un micrófono de grabación de sonido (Razer Seiren Mini) buscando siempre espacios sin ruido para asegurar una calidad adecuada. En caso de las entrevistas telemáticas, se utilizó la plataforma *Cleanfeed* que recoge el audio de la entrevista de manera completa. La empatía y la escucha activa fueron claves para conseguir relatos auténticos.

### Fase 4: redacción de guiones.

Una vez realizada la documentación y las entrevistas a las cinco protagonistas del *podcast*, se procedió a la redacción de los guiones para cada uno de los episodios. El objetivo fue construir una narrativa coherente, emotiva y clara que articulara los testimonios con una voz en off que aportara contexto, datos y reflexión. Se elaboró un guion por capítulo, adaptado al perfil y la historia de cada entrevistada. Cada uno partía de una estructura común: introducción con ambientación sonora, presentación del sector profesional, dato relevante del sector, desarrollo del testimonio intercalado con fragmentos, informativos, y cierre. No obstante, se cuidó que cada episodio tuviera su propio ritmo y personalidad sonora, respetando el tono de la entrevistada y el carácter de su entorno laboral. Durante esta fase se prestó especial atención al equilibrio entre voz en off y voz protagonista, priorizando que la narración no eclipsara el relato de las mujeres entrevistadas, sino que sirviera de hilo conductor. Asimismo, se incorporaron recursos expresivos, como silencios, música, ambiente y paisajes, sonoros para enriquecer la experiencia auditiva.

Los cinco guiones redactados corresponden a las siguientes entrevistadas:

- Ana María Sánchez Sarrión, una agricultora de 64 años, representante del sector primario y del medio rural. De jovencita trabajó en el campo de manera eventual, en labores de vendimia de olivos y almendros.
- Una bombera, Ana Laura Gil de Sola Piqueras, de 35 años. Compartió su experiencia en un entorno marcado por la exigencia física y la escasa representación femenina en el cuerpo de bomberos de la ciudad de Albacete.

- Marta Huerta de Aza, árbitra profesional de fútbol y referente en el deporte español. Fue la primera mujer en pitar un partido de liga profesional masculina en España, concretamente en la Segunda División.
- Una integrante de las Fuerzas Armadas, Karla María Santana, una joven canaria que con 18 años decidió entrar en la academia del Ejército del Aire y del Espacio. Su primer y único destino (hasta la fecha) es la Base Aérea de Albacete Los Llanos.
- Celia Garrido Hidalgo, doctora en ingeniería industrial y profesora titular de Sistemas Embebidos en la Escuela de Ingeniería Industrial de Albacete. Abordó la falta de referentes femeninos en el ámbito STEM.

Cada guion fue revisado y ajustado para mantener la duración media establecida por episodio, entre ocho y 11 minutos y asegurar así la cohesión del conjunto del *podcast*.

#### Fase 5: Grabación de capítulos y cabecera.

En esta fase se grabaron las voces que estructuran el *podcast*. La voz narradora fue realizada por la propia autora del proyecto, Laura Carrasco Sánchez, con un tono cercano y reflexivo, que guía al oyente entre testimonios. La cabecera fue grabada por Araceli Palacios Inocencio, la mujer que inspiró la temática del *podcast*, aportando un valor simbólico al inicio y al final de cada episodio.

#### Fase 6: edición, montaje y diseño sonoro.

Una vez recogido todo el material sonoro, comenzó el proceso de edición, que incluyó la transcripción total de las entrevistas, la selección de los fragmentos más significativos y su posterior montaje. El programa utilizado para la edición fue *Audacity*. Se incorporaron recursos como música instrumental suave, sonidos ambientes y alguna que otra pausa para reforzar el tono emocional del *podcast*, sin restar protagonismo a la voz de las entrevistadas. La narrativa de cada episodio fue pensada como una historia cerrada, con introducción, desarrollo, y conclusión, utilizando la voz en off de la creadora del *podcast*.

#### Fase 7: diseño de imagen del *podcast*.

El logotipo de *Huellas invisibles* se diseñó con el objetivo de reflejar la esencia del proyecto: dar visibilidad a mujeres en sectores tradicionalmente masculinos. Para ello

se creó una portada principal con una estética clara y sencilla, utilizando una paleta de colores suaves y tipografía legible. El diseño se llevó a cabo con ayuda de Canva y Adobe Fresco. La imagen del *podcast* no solo cumple una función estética, sino que también contribuye a reforzar la identidad y el mensaje del proyecto en plataformas digitales.



Figura I. Logotipo del *podcast*.

#### Fase 8: publicación en plataformas.

Finalmente, se publicaron los capítulos en plataformas como *YouTube*, *Spotify* e *iVoox*. Además, se ha compartido de manera interna vía *WhatsApp*.

Figura II. Proceso de subida de los episodios a iVoox.

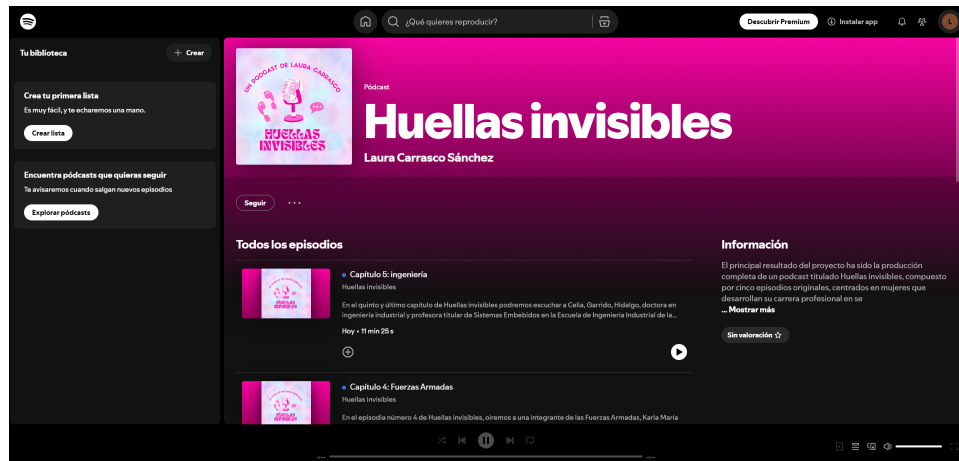


Figura III. Capítulos subidos en Spotify.

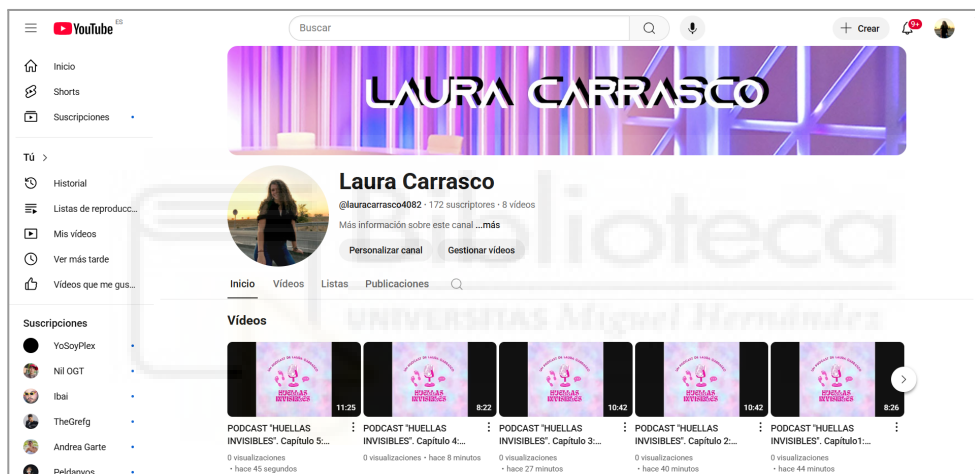


Figura IV. Capítulos subidos en YouTube.

## 2.2. Recursos y herramientas utilizadas.

El desarrollo de *Huellas invisibles* requirió tanto recursos técnicos como metodológicos y humanos.

La combinación de estos elementos fue fundamental para obtener un producto final de calidad, coherente con los objetivos, comunicativos y académicos del trabajo.

Recursos técnicos:

- Equipo de grabación: se empleó un micrófono supercardioide, es un tipo de micrófono direccional que se caracteriza por su patrón de captación en forma de corazón, similar al cardioide, pero con un ángulo de respuesta más estrecho y mayor rechazo al sonido ambiental y un portátil para recoger la grabación. Este micrófono permitió captar un sonido limpio y reducir el ruido de fondo de las entrevistas presenciales.
- Software de edición: *Audacity* fue el principal programa utilizado para la edición de los capítulos, es un software muy sencillo y útil.

Recursos metodológicos y conceptuales:

- Técnicas de investigación: el trabajo se basó en la metodología cualitativa, utilizando entrevistas en profundidad como técnica principal.
- Marco teórico: se recurrió a textos clave sobre feminismo, comunicación, representación mediática y desigualdad de género en el ámbito laboral. También se consultaron informes recientes como el *Global Gender Rap Report 2024*, documentos de organismos como el Instituto Nacional de Estadística y el Instituto de la Mujer.

### **3. Resultados del proyecto.**

El principal resultado del proyecto ha sido la producción completa de un *podcast* titulado *Huellas invisibles*, compuesto por cinco episodios originales, centrados en mujeres que desarrollan su carrera profesional en sectores tradicionalmente masculinizados. Cada episodio presenta una historia real contada en primera persona, con una estructura narrativa, guiada por una voz en *off* y acompañada por ambientación sonora, música, ambiente y edición cuidada.

**Episodios producidos:**

**Capítulo 1**

Duración: 8:25

Sector: Agricultura.

Protagonista: Ana María Sánchez Sarrión.

**Capítulo 2**

Duración: 10:41

Sector: cuerpo de bomberos.

Protagonista: Ana Laura Gil de Sola.

**Capítulo 3**

Duración: 10:14

Sector: Fútbol.

Protagonista: Marta Huerta de Aza.

**Capítulo 4**

Duración: 7:46

Sector: Fuerzas Armadas.

Protagonista: Karla María Santana Domínguez.

**Capítulo 5**

Duración: 11:25

Sector: Ingeniería.

Protagonista: Celia Garrido Hidalgo.

Cada episodio sigue una estructura común: cabecera, introducción del sector, desarrollo del testimonio, datos relevantes, cierre... La voz narradora acompaña la historia sin interrumpir el protagonismo de cada entrevistada.

Los episodios se pueden escuchar en diferentes plataformas como son YouTube, iVoox o Spotify:

**Youtube:** <https://youtube.com/@lauracarrasco4082?si=3eba4D-sDdwPYEeS>

Capítulo 1: [https://youtu.be/EEUD9RMy\\_Po](https://youtu.be/EEUD9RMy_Po)

Capítulo 2: <https://youtu.be/CLKmYBN4-14>

Capítulo 3: <https://youtu.be/xtU-D8ldJbk>

Capítulo 4: <https://youtu.be/Ynz5JPLLpOI>

Capítulo 5: <https://youtu.be/gVcfEQQSo2s>

**iVoox:** <https://go.ivoox.com/sq/2713469>

Capítulo 1: <https://go.ivoox.com/rf/153469778>

Capítulo 2: <https://go.ivoox.com/rf/153470079>

Capítulo 3: <https://go.ivoox.com/rf/153470320>

Capítulo 4: <https://go.ivoox.com/rf/153470669>

Capítulo 5: <https://go.ivoox.com/rf/153471095>

**Spotify:**

<https://open.spotify.com/show/3cUHIh2GJ6d1SXce2Q1Vuu?si=E8o5TkbNRWyISHVWf2AtvQ>

Capítulo 1:

<https://open.spotify.com/episode/0uhlq4bhWu1BccOt62sl4x?si=d0DoXFapQxumSY243N9PLg>

Capítulo 2:

<https://open.spotify.com/episode/5g0tN7kpNoVmlywWLDNBxL?si=K9yoBqZRRrOr7AtUXagMJw>

Capítulo 3:

<https://open.spotify.com/episode/76Dxgq5URkZkTaBEIc8D5a?si=rWDqz0sUSbOMLIy-zVsAuw>

Capítulo

4: <https://open.spotify.com/episode/5g0sJpQJQluh6ZeouQLSvY?si=iE-K2QaSSEaNsQwgvuRimA>

Capítulo 5:

<https://open.spotify.com/episode/3xe3tFNUxgZE7dRUaju2yV?si=rEreY-79SjeCE4g8cGtyXQ>

## 4. Conclusiones y discusión.

El *podcast Huellas invisibles* ha sido concebido como un proyecto que busca contribuir, desde la comunicación, a la lucha por la igualdad de género en el ámbito laboral. A través de la creación de un producto sonoro con enfoque feminista y narrativo, se ha conseguido visibilizar las trayectorias de mujeres que desempeñan su labor en sectores masculinizados, ofreciendo una mirada cercana, emocional y reivindicativa que se proyecta con alto potencial de impacto.

Entre las principales conclusiones del trabajo, destacan las siguientes:

- La invisibilización de las mujeres en sectores, como la ingeniería, el ejército, el cuerpo de bomberos, el fútbol o la agricultura no responden a una falta de capacidad, sino a barreras estructurales y simbólicas profundamente arraigadas. Las historias recogidas demuestran que las mujeres no solo están presentes en este espacios, sino que aportan un valor transformador.
- La elección del formato *podcast* ha resultado ser especialmente idóneo para este tipo de proyecto. Su naturaleza íntima y su capacidad de generar escucha activa, permiten abordar temas sensibles con profundidad emocional, creando un espacio de conexión entre la audiencia y las protagonistas.
- El uso de técnicas narrativa sonoras como las como la voz en *off*, los silencios intencionados o la ambientación musical, ha enriquecido el discurso y contribuido a construir un relato cuidado, coherente y respetuoso con las experiencias de las entrevistadas.
- La metodología cualitativa aplicada, ha permitido construir un contenido auténtico, que pone el foco en la vivencia personal, sin perder la perspectiva crítica ni el rigor informativo.
- Este trabajo confirma el papel esencial que tiene la comunicación en la transformación social. Desde la práctica periodística y audiovisual se pueden generar discursos alternativos, amplificar, voces, silenciadas y cuestionar los estereotipos tradicionales.

Además, el análisis conjunto de las entrevistas ha permitido identificar una serie de patrones comunes en las experiencias de las protagonistas, lo que ha derivado en recomendaciones claras: fomentar la presencia de referentes femeninos en medios

y entornos educativos, diseñar campañas de sensibilización que desafíen los roles de género, y promover políticas institucionales que favorezcan entornos laborales más equitativos. Estas conclusiones pueden servir de base para futuras investigaciones, acciones de comunicación o intervenciones sociales.

En términos generales, *Huellas invisibles* es un proyecto que ha servido no solo como ejercicio académico y profesional, sino como experiencia vital. Como autora del mismo, este trabajo ha supuesto un compromiso ético, con las mujeres entrevistadas, con la audiencia y con la construcción de una comunicación más justa, plural y consciente.

Ojalá, a futuro, se pudiese continuar el proyecto con una segunda temporada o extenderlo a nuevos sectores. Asimismo, el formato y el enfoque del *podcast* ofrecen un alto potencial de proyección más allá del entorno universitario: su publicación en medios especializados, la participación en festivales de *podcast* o su utilización como herramienta pedagógica en talleres, centros educativos o programas de formación en igualdad podrían contribuir a multiplicar su impacto y alcance.

Como próximos objetivos a realizar, se difundirán los 5 capítulos en *Instagram*, así se podrá conectar con diferentes públicos.

#### **4.1. Impacto del *podcast* en la audiencia.**

Se prevé que su impacto en la audiencia sea significativo, tanto desde el punto de vista social como educativo y emocional. El formato, el enfoque narrativo y la elección de los perfiles de las entrevistadas, lo convierten en una herramienta con gran potencial. Se prevé que su impacto en la audiencia sea significativo, tanto desde el punto de vista social como educativo y emocional. El formato, el enfoque narrativo y la elección de los perfiles de las entrevistadas, lo convierten en una herramienta con gran potencial transformador.

En primer lugar, se espera que el *podcast* actúe como una forma efectiva de visibilización y representación para mujeres que históricamente han sido invisibilizadas en determinados sectores profesionales. Escuchar voces reales, relatos en primera persona y experiencia de lucha y superación en ámbitos como ingeniería, el ejército o en el arbitraje deportivo permitirá a muchas oyentes, reconocerse en estas historias o

descubrir trayectorias que desconocían por completo. La conexión emocional que puede generarse mediante este formato sonoro será clave para propiciar la empatía y el interés por los temas tratados.

Desde un enfoque educativo, *Huellas invisibles*, tiene también el potencial de ser utilizado como material didáctico en centros escolares, institutos o espacios de formación en igualdad. Por su tono divulgativo, la claridad del lenguaje y la profundidad de los testimonios, puede servir como recurso para promover el pensamiento crítico sobre los estereotipos de género, así como para fomentar vocaciones de sectores con baja presencia femenina. En este sentido, se prevé un impacto, especialmente valioso en adolescentes y jóvenes mujeres que están comenzando a definir su identidad profesional y necesitan referentes reales.

A nivel comunicativo, se espera que el *podcast* circule en redes sociales y plataformas de audio como Spotify, YouTube o iVoox, lo que permitirá llegar a un público diverso y geográficamente disperso. La narrativa basada en historia reales puede conectar con comunidades feministas, periodistas, docentes, colectivos rurales o asociaciones profesionales que encuentren en estos episodios, un contenido relevante y poco habitual en los medios de comunicación convencionales.

La sensibilidad de los relatos, unida a la calidad sonora y narrativa, puede ser que el *podcast* no solo informe o entretenga, sino que también inspire e incide en la transformación de imaginarios colectivos.

Finalmente, el propio proceso de difusión del *podcast*, contribuirá a aumentar su alcance e impacto, potenciando su visibilidad y fomentando la interacción con la audiencia. La previsión es que el *podcast Huellas invisibles*, no sea un producto efímero, sino una propuesta con valor a medio y largo plazo, que pueda seguir siendo escuchado, compartido y utilizado en diferentes contextos con el paso del tiempo.

## **4.2. Recomendaciones para incrementar la igualdad de género en estos sectores.**

El análisis de las entrevistas ha permitido identificar patrones comunes en los distintos sectores analizados, así como una serie de recomendaciones que podrían aplicarse desde diferentes ámbitos: institucional, educativo, empresarial y mediático.

**1. Potenciar los referente femenino desde la infancia:** es imprescindible que las niñas puedan ver modelos a seguir en todos los sectores profesionales, especialmente en aquellos donde la representación femenina es baja. La inclusión de mujeres en libros de texto, campañas públicas y medios de comunicación es clave.

**2. Mejorar la implementación de leyes existentes:** normativas como la ley de titularidad compartida en Agricultura, o los planes de igualdad de empresas públicas, deben aplicarse con mayor firmeza, seguimiento y dotación presupuestaria.

**3. Incorporar perspectiva de género en la formación profesional y técnica:** tanto en escuelas de ingeniería, como academias de bomberos o centros deportivos, es urgente incluir formación en igualdad, acoso y lenguaje inclusivo.

**4. Fomentar políticas activas de conciliación y corresponsabilidad:** la falta de medidas reales para conciliar la vida laboral y personal sigue siendo una barrera para muchas mujeres. Es necesario garantizar horarios flexibles, permisos parentales equitativos y redes de apoyo institucional.

**5. Transformar la cultura organizacional:** más allá de las leyes, muchas instituciones continúan funcionando bajo lógicas masculinas que excluyen o limitan a las mujeres. Se necesita un cambio profundo en valores, estructuras de poder y dinámicas internas.

**6. Apoyar la producción de contenidos inclusivos en los medios:** proyectos como este *podcast* son una herramienta poderosa para cambiar imaginarios colectivos. Las instituciones públicas deberían financiar y promover contenidos que visiten la diversidad y promuevan la igualdad.

## 5. Bibliografía.

- Campaña para reivindicar más igualdad en el fútbol. (2025). *Control Publicidad*.  
<https://controlpublicidad.com/sostenibles-marcas-y-esg/campana-para-reivindicar-mas-igualdad-en-el-futbol/>
- ¿Cuántos bomberos hay en España? (2024, abril 8). *Asociación Nacional de Directores de Seguridad*.  
<https://directoresdeseguridad.es/2024/04/08/cuantos-bomberos-hay-en-espana/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20los%20%C3%BAltimos%20datos%20disponibles,ciudadan%C3%ADa%20frente%20a%20diversas%20emergencias>
- *Feminismo digital. Violencia contra las mujeres y brecha sexista en Internet: Vol. N.º 24 de la colección Conocimiento Contemporáneo* (1.ª ed.). (2021). Dykinson S.L.  
<https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/64759/1/Feminismo%20Digital.pdf>
- INE - Instituto Nacional de Estadística. (2025, enero 25). *Encuesta de Población Activa (EPA). Cuarto trimestre de 2024*. [Comunicado de prensa].  
<https://www.ine.es/dyngs/Prensa/EPA4T24.htm>
- INE - Instituto Nacional de Estadística. (2025). Ocupados por ramas de actividad, por tipo de ocupación, por situación profesional y por tipo de puesto laboral. En *INE - Instituto Nacional de Estadística*.  
[https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es\\_ES&c=INESeccion\\_C&cid=1259931459725&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout¶m1=PYSDetalle¶m3=1259924822888](https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259931459725&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout¶m1=PYSDetalle¶m3=1259924822888)
- Ley 35/2011, de 4 de octubre, sobre titularidad compartida de las explotaciones agrarias. Boletín Oficial del Estado, de 5 de octubre de 2011, núm. 240.  
<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2011-15625>

- Ministerio de Defensa. (2025). Informe 2024 de la evolución de la mujer en las FAS: el doble de generales. En *Ministerio de Defensa*.  
<https://www.defensa.gob.es/comun/slider/2025/02/250207-informe-mujeres-fas-2024.html#:~:text=En%202024%20se%20duplic%C3%B3%20el,%2C2%25%20del%20a%C3%B1o%20anterior>
- Ministerio de Economía y Empresa, Mateos Sillero, S., & Gómez Hernández, C. (2019). *Libro Blanco de las mujeres en el ámbito tecnológico*.  
<https://spainaudiovisualhub.mineco.gob.es/content/dam/seteleco-hub-audiovisual/recursos/pdf/LibroBlancoFINAL.pdf>
- Ministerio de Igualdad. (s. f.). Mujeres en Cifras. En *Instituto de las Mujeres*.  
<https://www.inmujeres.gob.es/MujerCifras/Home.htm>
- Ministerio de Inclusión Seguridad Social y Migraciones. (2024, 1 abril). Guía del Complemento para reducir la brecha de género. *La Revista de la Seguridad Social*.  
<https://revista.seg-social.es/-/guia-complemento-reducir-brecha-genero>
- Ministerio de Trabajo y Economía Social. (s. f.). *Los Factores de desigualdad de género en el empleo*.  
[https://www.mites.gob.es/uafse\\_2000-2006/equal/descargas/Folleto2-Igualdad-genero-empleo.pdf](https://www.mites.gob.es/uafse_2000-2006/equal/descargas/Folleto2-Igualdad-genero-empleo.pdf)
- Morett, M. (s. f.). Estructuras narrativas de *podcast* en español. *Podcaster@s*.  
<https://podcasteros.com/estructuras-narrativas-de-podcast-en-espanol/>
- Para Todas las Mujeres y las Niñas. (s. f.). El progreso de las mujeres en el mundo. En *ONU Mujeres*.  
<https://www.unwomen.org/es/digital-library/progress-of-the-worlds-women>
- Resultados Ranking CYD 2025: el ranking que ayuda a decidir universidad y estudios. (2025, 2 junio). *Fundación CYD*.

<https://www.fundacioncyd.org/resultados-ranking-cyd-2025-el-ranking-de-universidades-espanolas-con-la-informacion-mas-completa/#:~:text=Contribuci%C3%B3n%20al%20Desarrollo%20Regional%3A%20Pa%C3%ADs,Aut%C3%B3noma%20de%20Madrid%20y%20Ramon>

- Situación actual de la brecha salarial de género. (2025). En *Observatorio Igualdad y Empleo*. Observatorio Igualdad y Empleo.  
<https://observatorioigualdadyempleo.es/situacion-actual-de-la-brecha-salarial-de-genero/#:~:text=La%20brecha%20salarial%20de%20g%C3%A9nero%20en%20Espa%C3%B1a%20se%20encuentra%20alrededor,de%20g%C3%A9nero%20no%20podemos%20esperar%E2%80%9D>.
- Universidad Nebrija. (2024). *Cómo suenan los podcasts en España y Argentina: Radiografía de la producción original, plataformas y productoras de audio en 2023*.  
<https://www.nebrija.com/catedras/observatorio-nebrija-espanol/pdf/tendencias-produccion-podcasting-EyA.pdf>
- Usart, M., Sánchez-Canut, S., & Lores, B. (2022). Artículo El ámbito de las STEM no atrae el talento femenino. *Fundación «la Caixa»*.  
<https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/es/-/el-ambito-de-las-stem-no-atrae-el-talento-femenino>
- World economic forum. (2024). *Global Gender Gap 2024*.  
[https://www3.weforum.org/docs/WEF\\_GGGR\\_2024.pdf](https://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2024.pdf)

## 6. Índices de tablas, gráficos y figuras.

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| Figura I. Logotipo del podcast.....                        | 19 |
| Figura II. Proceso de subida de los episodios a iVoox..... | 19 |
| Figura III. Capítulos subidos en Spotify.....              | 20 |
| Figura IV. Capítulos subidos en YouTube.....               | 20 |

## 7. Anexos.

### 7.1. Anexo I. Guiones.

| <b>Título: “Huellas Invisibles” cap. 1 (agricultura)</b><br><br><b>Autora: Laura Carrasco</b><br><br><b>Entrevistada: Ana María Sánchez Sarrión.</b><br><br><b>Duración: 5-10’</b> |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sección                                                                                                                                                                            | Voz               | Desarrollo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Inicio                                                                                                                                                                             |                   | Música de introducción.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Cabecera                                                                                                                                                                           | Araceli (A)       | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco Sánchez. Capítulo 1, agricultura.”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Escena sonora                                                                                                                                                                      | Sonidos ambientes | Se escuchan de fondo gallos cantando, motores de tractores, botas caminando en el campo... (sonidos relacionados con el campo y la naturaleza).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Escena descriptiva                                                                                                                                                                 | Laura (L)         | Amanece en el campo. Se escucha el canto de los gallos, los tractores a lo lejos y el crujido de las botas sobre la tierra húmeda. Así comienzan los días de Ana María, nuestra invitada de hoy. Sin horarios ni pausas, con el cielo como techo y el esfuerzo como rutina.                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Musical                                                                                                                                                                            |                   | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Introducción                                                                                                                                                                       | L                 | La vida de una agricultora cuenta historias que pocos habrán escuchado. Historias de esfuerzo, de sacrificio, de tierra mojada y de días sin fin. En un sector tradicionalmente dominado por hombres, las mujeres agricultoras han tenido que abrirse su camino entre miles de prejuicios y dificultades. Hoy, en el primer capítulo de “Huellas Invisibles” vamos a mirar de frente a una realidad poco visible, pero profundamente arraigada. Escucharemos la historia de Ana María, una mujer de 64 años, que ha dedicado más de dos décadas de su vida al campo. |
| Musical                                                                                                                                                                            |                   | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Dato relevante                                                                                                                                                                     | L                 | Según un estudio del Instituto Nacional de Estadística, en 2024, de las más de 10 millones de empleadas en España, sólo un 2% de ellas se dedicaron a la agricultura. Además, dentro de este pequeño porcentaje son ellas quienes muchas veces sostienen la economía familiar o trabajan la tierra, aunque su labor siga siendo invisibilizada.                                                                                                                                                                                                                      |
| Corte de voz                                                                                                                                                                       | Ana María (AM)    | (Presentación y resumen de su trayectoria).<br>CORTE PRESENTACION.wav<br>Mi nombre es Ana María Sánchez Sarrión, tengo 64 años y mi vida ha sido en un pueblo basado en la agricultura, entonces todo he estado rodeado en ese tema de agricultura, he sido ama de casa, aparte de otras aficiones que he podido tener, pero principalmente ha sido, yo soy agricultora autónoma y dedicarme a eso.                                                                                                                                                                  |

|              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Locución     | L  | A lo largo de la historia, la figura de la mujer ha sido fundamental para el nacimiento y el desarrollo de la agricultura, pero sigue teniendo obstáculos. Todas ellas, han desempeñado roles cruciales, a pesar de que muchas veces su trabajo no ha sido valorado de forma equitativa al de los hombres. En muchas ocasiones, se enfrentan a situaciones complicadas o dificultades que les impiden seguir su camino. La agricultura no ha sido nunca su sueño, pero sí su realidad.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Corte de voz | AM | (Experiencia personal sobre algunas dificultades que ha tenido a lo largo de su trayectoria).<br>CORTE BARRERAS.wav<br>“Mis inicios eran acompañando a mi padre, que me apuntaba a esto, me llevaba alguna vez alguna cosa y barreras porque muchas cosas no me llevaba porque era una chica, entonces era tarde, había una reunión, no, tú no, otras veces me decía ven que hoy vienen a comprar la almendra, vamos a ver cómo hacemos el trato y yo participaba o estaba allí, bueno participaba lo justo, pero algunas cosas sí, pero la mayor parte de las cosas es que eres una mujer, entonces era como que tenían que reservarte, que protegerte en lugar de lanzarte y dejar que te enfrentes a todo porque es lo que te va a valer para el futuro, pero a mí me protegía también un poco mi padre.” |
| Locución     | L  | Pero, a pesar de todo, hay que seguir adelante. El amor por la tierra, las necesidades que cada una tiene o la imposición por mantener una tradición familiar viva, hace que muchas mujeres como Ana María, luchan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Corte de voz | AM | (Explicación del por qué le tocó dedicarse al campo aunque no fuese lo que más le gustara).<br>CORTE EXPLICACIÓN.wav<br>“Me tocó porque tenía que coger las riendas del tema, o era venderlo todo, y eso tampoco me apetecía, yo quería tener algo mío, entonces me tocó, eso sí hubiera sido una fábrica de zapatos, pues hubiera seguido con una fábrica de zapatos, que no es que me guste mucho, ni una cosa ni otra, pero que fue por imposición, porque no tenía más remedio .”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Locución     | L  | En los últimos años, han surgido iniciativas para impulsar el papel de la mujer en la agricultura. La Ley de Titularidad Compartida, aprobada en 2011, buscó dar visibilidad y derechos a las agricultoras, aunque hoy en día su aplicación todavía sigue siendo limitada.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Corte de voz | AM | (Opinión sobre ciertas mejoras o impulsos que ha habido en el sector y qué cambios se pueden hacer).<br>CORTE MEDIDAS.wav<br>“Pues medidas las que en cualquier otro trabajo y en cualquier otro ámbito, las mismas, que se pueda conciliar en el trabajo, la casa, los niños, el que quiera tener una familia y el que la pueda tener sea hombre o sea mujer, lo mismo que en cualquier otro sitio.<br>“Creo que ahora cada vez va mejor y se debería seguir como se va, pero que hubiera más mujeres que quieran, porque últimamente no solo las mujeres no quieren mucho campo, es que los hombres tampoco, todo el que puede se va.”                                                                                                                                                                     |
| Locución     | L  | El camino del campo nunca ha sido, ni será fácil. Quienes lo trabajan lo saben bien: exige muchos sacrificios, madrugones, temporadas de incertidumbre y una fuerza que no siempre vemos desde fuera, pero Ana                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                    |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    |        | María lo ha vivido en carne propia. Sabe lo que es trabajar sin descanso, aunque también para ella el campo puede ser un lugar de orgullo. Actualmente, la brecha de género persiste, pero el cambio aún es posible, por eso Ana María les aconseja esto a las nuevas generaciones:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Corte de voz       | AM     | (Consejo para jóvenes agricultoras).<br>CORTE CONSEJO.wav<br>“Pues casi mejor que se encuentre otra cosa, hasta que esto no cambie, o lo cambien porque todo se vive de la agricultura, es la base de la vida, mientras no, porque el tema de las subvenciones, para qué quieres una subvención, lo que quieres es que sea justo lo que tú gastes con lo que produzcas, con lo que ganes, si te dan una subvención por tener un año una tierra sin cultivar, pues yo creo que es dinero perdido, pues más vale que se haga de otra manera, las mentes pensantes, la gente que es inteligente y sabe tanto, que piensen medios para solucionar el problema y que la gente no abandone las tierras”.                                                                                                                              |
| Locución           | L      | El consejo de Ana María es claro: hay que persistir, formarse y luchar. Las nuevas generaciones de agricultoras tienen cada vez más herramientas.<br>Las huellas de mujeres como Ana María están en cada cosecha, en cada campo labrado y en cada pueblo donde la vida rural resiste. Historias como la de nuestra querida invitada nos recuerdan que el campo y la agricultura también tienen nombre de mujer.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Corte de voz       | AM     | (Corte de voz final).<br>CORTE FINAL.wav<br>Lo más difícil de ser agricultora, pues es que yo pienso que la aceptación de los hombres, lo primero, para que te tomen en serio, y no piensen que te estás metiendo ahí en una cosa y dices, vamos a dejarle, porque si no ahora cualquiera le dice nada a una mujer, es que también ahora parece que piensan, cualquiera le dice algo, cualquiera, vamos a dejarle, que no, que tendría que ser de otra manera, que te tomen tan en serio como a los hombres, porque yo conozco mujeres que llevan adelante su explotación mucho mejor que cualquier hombre, y también alguna vez he oído alguna mofilla así de decir, esta, tal, o cual, que yo, de mí no la he oído personalmente, pero a lo mejor sí ha pasado, yo no la he oído de mí, pero de otras personas sí lo he oído. |
| Reflexión personal | L      | Escuchar a Ana María me hizo replantearme lo mucho que damos por sentado las cosas algunas veces. Detrás de cada fruta, hortaliza o verdura en nuestra mesa, hay historias invisibles de mujeres como ella. Historias que merecen ser contadas y mujeres que merecen ser admiradas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Musical            | Música | Música de cierre.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Locución           | L      | Este ha sido el primer capítulo de “Huellas Invisibles”. Nos escuchamos en el próximo episodio.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Cierre             | A      | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco Sánchez. Capítulo 1, agricultura.”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Musical            |        | Música final y agradecimientos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

| <b>Título: “Huellas Invisibles” cap. 2 (bombero)</b><br><br><b>Autora: Laura Carrasco</b><br><br><b>Entrevistada: Ana Laura Gil de Sola Piqueras</b><br><br><b>Duración: 5-10’</b> |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sección                                                                                                                                                                            | Voz                | Desarrollo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Inicio                                                                                                                                                                             |                    | Música de introducción.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Cabecera                                                                                                                                                                           | Araceli (A)        | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 2, bombero”.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Escena sonora                                                                                                                                                                      | Fondos ambientes   | Se escuchan de fondo sirenas de bomberos, pasos con botas, cascos abrochándose... (sonidos relacionados con el cuerpo de bomberos).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Escena descriptiva                                                                                                                                                                 | Laura (L)          | Sirenas que se encienden, botas que pisan firme el suelo del parque, cascos colocados con precisión. Todo está preparado en segundos. El cuerpo alerta y la mente enfocada. Así transcurre la rutina de nuestra invitada de hoy, una bombero: entre la calma y la urgencia y el humo y la esperanza. Es un oficio que no da tregua, y en el que cada día todo puede cambiar.                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Musical                                                                                                                                                                            | Música             | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Introducción                                                                                                                                                                       | Laura (L)          | Hay profesiones que se asocian a la fuerza, al riesgo, al heroísmo. Pero pocas veces nos detenemos a mirar quién se esconde detrás de ese casco, ese uniforme y esa vocación. Hoy, en el segundo capítulo de “Huellas invisibles”, conoceremos a una mujer que desafía estereotipos y rompe esquemas: Ana Laura Gil de Sola con tan solo 35 años, es bombero, licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, madre de dos hijos y ejemplo de constancia y superación.                                                                                                                                                                                 |
| Musical                                                                                                                                                                            | Música             | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Dato relevante                                                                                                                                                                     | L                  | En 2018, la Asociación “SER BOMBERO”, realizó un estudio para conocer la proporción de hombres y mujeres que había en los servicios de extinción de incendios. Las cifras han podido variar algo a lo largo de estos 7 años, pero en 2018 solamente había 168 mujeres que trabajaban en todo el país como bomberas, de los más de 20.000 profesionales que se dedican al oficio. Este dato se corresponde con el 0,83%.<br>Un dato que no solo refleja la realidad desigual, sino que también nos recuerda que muchas veces las vocaciones femeninas encuentran puertas más cerradas y caminos más complicados.                                                     |
| Corte de voz                                                                                                                                                                       | Laura Bombero (LB) | (Breve resumen de su trayectoria y alguna barrera a lo largo del camino).<br>CORTE TRAYECTORIA Y BARRERA.wav<br>Pues yo cuando era chiquitita quería ser bombero, pero con 18 años mi madre me dijo que tenía que estudiar una carrera porque en esa época todo el mundo tenía que estudiar carrera, así que hice Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en Madrid y cuando terminé la universidad, pues decidí atacarle a la oposición.<br>Pues barrera está la social de un poco misoginia de algunas personas que piensan que como las mujeres por fisiología tenemos menos fuerza, pues creen que no podemos hacer el trabajo de la misma manera. Además |

|              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |    | como para acceder tenemos las clases físicas baremadas, pues se creen que no es justo pero bueno yo creo que poco a poco la mentalidad de las personas va cambiando y espero que poco a poco se vaya igualando el porcentaje de chicas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Locución     | L  | Ana Laura vive en Valencia, pero nació y trabaja en Albacete. Su camino hasta aquí no fue inmediato. Primero se formó en la universidad, se licenció en Ciencias del Deporte y después apostó por opositar a bombera, una profesión que combina el esfuerzo físico con el compromiso humano.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Corte de voz | LB | (Experiencia personal sobre algunas dificultades que ha tenido a lo largo de su trayectoria, formación, retos en las oposiciones).<br>CORTE EXPERIENCIA.wav<br>Desde que yo entré la diferencia es que yo he visto que hay muchas más mujeres opositando que antes. Como que hay muchas más chicas que quieren ser bomberas. Antes éramos pocas, éramos tres, y ahora pues a raíz de que hemos ido entrando poco a poco, pues poco a poco se van animando más. Porque antes lo tenías como algo que, jope, esto es imposible de hacerlo. De hecho yo de los ocho años que estuve opositando, uno de ellos no oposité porque lo dejé porque dije que pensé que era imposible. Cuando yo llevaba cinco años opositando me creía que iba a ser imposible aprobar y me salí de la oposición. Pero sí es duro la verdad.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Locución     | L  | A veces, la mayor emergencia está dentro de casa. Conciliar una profesión tan exigente como la suya con la maternidad no ha sido tarea fácil. Turnos largos, servicios imprevistos, madrugones... y dos niños pequeños esperándola en casa.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Corte de voz | LB | (Habla de cómo ha compaginado su trabajo con la crianza, anécdotas familiares).<br>CORTE CONCILIACIÓN.wav<br>A nivel horario, es que como somos funcionarios, ahí es todo igual. Todas las excedencias, todas las maternidades, todo es igual. Sí es verdad que yo he sido mami, dos veces, y yo, por ejemplo, las excedencias me las cojo distintas. Yo he sido la única persona en el parque de bomberos que me ha cogido una excedencia para cuidar a mis hijos, porque no me apetecía dejar a mi bebé con cinco meses 24 horas sola, pero eso fue algo personal. Mis compañeros, pues al final no es una cosa que sientan necesaria. Yo por ejemplo, claro, tú cuando te quedas embarazada ya no puedes trabajar, pero desde el minuto uno, porque obviamente es un trabajo incompatible. Entonces, por ejemplo, con el primer hijo estuve trabajando de telefonista que, bueno, no estuvo mal, la verdad es que normal. Y luego con el segundo hijo ya directamente fui a la mutua y me he quedado en casa. Y, hombre, en ese sentido, pues un hombre, por mucho que su mujer se quede embarazada, va a seguir trabajando. Yo tengo la oportunidad de poder quedarme en casa, la oportunidad o la desgracia, porque a mí la verdad es que sí que me habría apetecido seguir trabajando, pero no puedes, no por ti, sino por lo que llevas dentro. |
| Locución     | L  | Para Ana Laura sus hijos son su mayor logro. “Son dos soles”, nos decía. Y aunque no haya buscado dejar huella, su testimonio ya es inspiración para muchas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Corte de voz       | LB | (Reflexión personal sobre su historia).<br>CORTE REFLEXIÓN.wav<br>Mi referente femenino ha sido Gema, que es la chica que había trabajado cuando yo entré. O sea, Gema ha sido como, por así decirlo, decir, macho, si esta chica puede, ¿por qué no puedo yo? Porque yo al principio me pensaba que no era posible, cuando yo empecé a opositar no había ninguna mujer en el ayuntamiento de Albacete. Pero ya me dijeron que había una chica que había aprobado, que estaba a punto de empezar a trabajar y luego ya ella empezó a trabajar y luego ya la conocí. Y dije, macho, pues si esta chica puede, pues yo también.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Locución           | L  | Aunque ella aun no lo sepa, Ana Laura forma parte de una generación de mujeres que están cambiando los cimientos de profesiones muy masculinizadas como puede ser el cuerpo de bomberos y bomberas. Y, aunque no siempre se vea, cada paso suyo abre camino para otras bomberas que vendrán en un futuro no muy lejano.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Corte de voz       | LB | (Opinión sobre cómo ve el futuro del cuerpo de bomberos).<br>CORTE FUTURO.wav<br>De cara al futuro, lo que deberían hacer es baremar bien las pruebas físicas. O eso, o poner unas pruebas físicas funcionales que lo que miren es que el trabajo se puede o no se puede hacer iguales para todos, pero funcionales. Que sea algo normal. No mil metros en menos de tres minutos, o tres veinte. Cosas así... Yo que sé, es que ahora mismo, por ejemplo, en Andalucía han sacado ahora una ley en la que sacar un 10 para una mujer es igualar el récord de España en 60 metros, o en 100 metros, ¿sabes? Es que es una locura, es una barbaridad. O sea, tú tendrías el récord de España y si sacases ese 10. Y un hombre no tiene ese récord de España, puede sacar un 10, es más difícil, pero lo puede hacer, no tiene que ser... Es que es una locura. Es que hay veces que las cosas están más baremadas y claro, se te cae el techo encima.                                                                                  |
| Locución           | L  | A las niñas que sueñan con ser bomberas o a las jóvenes que dudan si pueden con todo, Ana Laura les lanza este mensaje:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Corte de voz       | LB | (Consejo para las nuevas generaciones de bomberas).<br>CORTE CONSEJO.wav<br>A las chicas que vienen detrás de mí, yo lo que les digo es que intenten disfrutar del proceso porque es un proceso muy largo y muy duro. Que si alguien les dice que no puede, que no les haga caso porque hay muchas personas que les van a decir que no pueden y no les pueden hacer caso. Tienes que intentar mirar para otro lado porque al final eso anímicamente te hunde o te enerva, ¿sabes? Y eso no te suma para nada, te resta. Que busquen sitios en los que las pruebas físicas estén baremadas o miren cuál es su condición física y sean realistas, ¿sabes? No puedes optar a una cosa a la que típicamente no puedes. Entonces, lo bueno es que como hay muchos sitios donde opositar, si en ese sitio hay muchas mujeres o han podido hacer mujeres, será porque a lo mejor las facilidades o las condiciones son las mismas para los hombres. Si no las hay es porque les han subido las condiciones de las mujeres y no las quieren. |
| Reflexión personal | L  | Sus palabras son sencillas, pero muy poderosas. Ana Laura no presume de medallas ni alza la voz. Pero su historia, como la de tantas mujeres que aparecen en este <i>podcast</i> , merece ser escuchada. Porque su trabajo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|              |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |        | no solo apaga incendios: también enciende referentes. Sus huellas siempre marcarán el camino para las mujeres que vienen detrás.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Corte de voz | LB     | Corte final (agradecimiento, frase emotiva o motivadora, reflexión...).<br>CORTE SEREMOS MÁS.wav<br>Poco a poco vamos siendo más y vamos a ser más porque poco a poco hay más opositoras y las opositoras que ahí se lo toman muy en serio. Tú no te metes en una oposición así por meterte, ¿sabes? Entonces, al final, poco a poco va a haber más personas. Seguro, vamos, vamos a ir abriéndonos puertas, pero ya te digo, muy poco a poco, ¿eh? O sea, a esto le quedan por lo menos 50 o 60 años para que se iguale, por lo menos.                                                                |
|              | L      | Escuchar a Ana Laura me hizo pensar en todo lo que damos por hecho. En quienes, mientras dormimos, están listas para enfrentarse al fuego, al peligro, y a lo inesperado. Y más aún, en quienes lo hacen mientras crían, cuidan y se exigen el doble por ser mujeres en un mundo (que aún) no siempre las ve.<br>Su historia no es solo la de una bombera, sino la de una mujer que no ha renunciado a ser madre, profesional y ejemplo, todo al mismo tiempo. Me doy cuenta que las verdaderas huellas no siempre están en los grandes titulares, sino en esos pequeños gestos de resistencia diaria. |
| Musical      | Música | Música de cierre.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Locución     | L      | Nos escuchamos en el próximo episodio, donde seguiremos descubriendo historias que merecen ser contadas y mujeres que merecen ser admiradas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Cierre       | A      | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 2, bombera”.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Musical      |        | Música final y agradecimientos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Título: “Huellas Invisibles” cap. 3 (árbitra de fútbol profesional)</b> |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Autora: Laura Carrasco</b>                                              |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Entrevistada: Marta Huerta de Aza</b>                                   |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Duración: 5-10’</b>                                                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Sección</b>                                                             | <b>Voz</b>        | <b>Desarrollo</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Inicio                                                                     |                   | Música de introducción.                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Cabecera                                                                   | Araceli (A)       | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 3, fútbol.”                                                                                                                                                                                                |
| Escena sonora                                                              | Sonidos ambientes | Se escuchan sonidos de fútbol: sonidos de un estadio, gritos de afición, silbatos, botas golpeando el balón, pitidos de inicio del partido...                                                                                                                                             |
| Escena descriptiva                                                         | Laura (L)         | Un silbato corta el aire. Decisiones firmes, ojos atentos. Marta entra al campo, no como espectadora, sino como figura central del juego. Ella guía el balón. Así empieza cada jornada de Marta Huerta de Aza, nuestra invitada de hoy, entre el ruido de las gradas y la presión de cada |

|                |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                   | segundo. Es árbitra profesional, mujer, referente. Su historia es una carrera de fondo donde cada paso ha sido pionero.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Musical        | Música            | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Introducción   | Laura (L)         | Hoy, en el tercer capítulo de “Huellas invisibles”, escucharemos a una mujer que ha convertido el que era su hobby en historia del fútbol español. Marta Huerta de Aza nació en Palencia hace 34 años y actualmente reside en Tenerife. Árbitra internacional de la FIFA desde 2016, ha dirigido partidos en competiciones como la Eurocopa Femenina, la Champions League o el Mundial. Y en 2024, marcó un antes y un después al convertirse en la primera mujer en arbitrar un partido de fútbol profesional masculino en España. Marta no solo arbitra partidos, también rompe barreras.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Musical        | Música            | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Dato relevante | L                 | Según el Informe arbitral de la temporada 2024/25 para las categorías profesionales las árbitras que han pitado partidos internacionales han sido 12 de los 32 colegiados que hay en esta categoría. Lo que equivale al 37,5%. Estos datos son esperanzadores de cara al futuro ya que el crecimiento de esta cifra ha ido creciendo en los últimos años. Marta ha sido la primera árbitra en pitar en un partido de liga profesional en la Segunda División masculina de nuestro país.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Corte de voz   | Marta Huerta (MH) | Presentación y resumen de su trayectoria.<br>CORTE PRESENTACIÓN.wav<br>Soy Marta Huerta de Aza, árbitra de fútbol profesional y árbitra internacional. Desde el 2005, fue cuando me colgué el silbato por primera vez y ahora mismo tengo 34 años. Yo tomé la decisión con 15 años, pero es verdad que no era mi vocación ser árbitra de fútbol, ni yo tenía familiares que en mi caso hubiese visto el arbitraje como algo normal. Sino que, bueno, siempre me había gustado el deporte en general, el fútbol lo he practicado, lo típico, en el patio del colegio, con los amigos, las pachangas. Pero nunca tuve la suerte de practicarlo en un equipo federal, porque hace 20 y pico años no hay las facilidades que hay ahora para poder jugar al fútbol una chica. Y bueno, como todo pasa por algo, teníamos unos amigos en comunes que eran árbitros y nada, me animaron a dar ese paso y yo creo que es de las mejores decisiones que he tomado en mi vida, porque creo que en los terrenos de juego no se han perdido ninguna jugadora estrella y bueno, parece que en el arbitraje no me está yendo nada mal. |
| Locución       | L                 | Desde que empezó a arbitrar con tan solo 15 años, Marta ha convivido con la exigencia y el juicio constante. Ha tenido que demostrar, una y otra vez, que estaba más que preparada para asumir el control de los partidos más importantes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Corte de voz   | MH                | Barreras enfrentadas.<br>CORTE BARRERAS.wav<br>Bueno, es verdad que he chocado un poco, ¿no? Hace 20 años pues había chicas que eran árbitras, pero no son como a día de hoy, que yo creo que gracias a Dios pues se ha trabajado mucho con el arbitraje femenino y es muy común ver a compañeras en los estrenos de juego. Entonces, bueno, sí que es verdad que yo tuve mucho apoyo del Comité de la Delegación de Palencia y desde el primer momento que dije que quise ser árbitra, bueno, pues noté ese respaldo. Pero bueno, sí que es                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |    | <p>verdad que luego pues las chicas que habían empezado solían dejarlo a los pocos años, pero entonces era como que el tema de los ascensos, ellos te cuidaban más para que el tiempo que estuvieses estuvieras bien que más que enfocándote a temas de ascensos. Pero bueno, yo desde un principio lo tuve muy claro y yo sabía que eso me gustaba y que era para tiempo y que quería seguir ascendiendo todo lo posible. Vamos, nunca me imaginé llegar al fútbol profesional, pero bueno, sí que es verdad que llegué hasta la categoría de preferente y eso chocó un poco porque nunca había habido una chica en categoría preferente. Entonces, bueno, dar el salto a tercera pues fue bastante complicado y es más, bueno, me vine para Tenerife y fue aquí donde realmente di el salto a tercera división porque allí no es que fueran barreras, pero bueno, tampoco fueron facilidades y bueno, pues también el destino quiso que me viniese para Canarias y la verdad que aquí he conseguido la mayoría de mis éxitos.</p> |
| Locución     | L  | <p>Pero Marta no solo ha tenido que abrirse en los estadios. También es madre y docente, y ha aprendido a equilibrar el fútbol con su vida personal y su casa.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Corte de voz | MH | <p>(Organización en casa y vida personal).<br/>CORTE ORGANIZACIÓN.wav</p> <p>Lo que comenzó siendo un hobby, al final se ha convertido en mi profesión, o sea que imagínate el cambio tan abismal, algo que tú haces porque te gusta, porque te acaba enganchando y cada fin de semana estás pensando en el siguiente partido, pero más a nivel de ocio, a que se haya convertido en tu profesión y que gracias a esto, que fue un hobby, puedas vivir. Entonces el cambio es abismal en todo, en las rutinas, ahora, pues bueno, mi día a día se basa mucho, enfoca al partido del fin de semana, los viajes, cómo gestiono, pues en mi casa también, la semana va en función también del arbitraje, de qué días estoy fuera y qué días estoy en casa.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Locución     | L  | <p>Ser árbitra en un deporte masculinizado como el fútbol no ha sido un camino fácil. La mirada crítica, el prejuicio y la constante necesidad de demostrar valía han estado presentes en muchos momentos de su carrera. El reglamento es el mismo para todos y por ello Marta nos cuenta si ha sufrido algún tipo de diferenciación.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Corte de voz | MH | <p>(Diferenciación o discriminación por ser mujer).<br/>CORTE DIFERENCIACIÓN.wav</p> <p>No, es verdad que yo he tenido esa suerte, que dentro del arbitraje, a mí se me ha considerado como una más, y las distinciones incluso dentro del mundo del arbitraje, cuando he ido ascendiendo, era como noticia ¿no? Marta asciende a, por ejemplo, a la segunda división, pero bueno, dentro de lo que es el colectivo, no ha sido tanta noticia, pues bueno, ha subido Marta, como ha subido Manuel, como ha subido, sabes, más compañeros, al final soy una más, lo que pasa que a nivel a lo mejor social o mediático, sí que llama más la atención que lo que es dentro del colectivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Locución     | L  | <p>Marta es pionera, pero no quiere ser la única. Su ejemplo ya inspira a otras jóvenes que se forman con la esperanza de seguir su camino. Y gracias a ella, ese camino está cada vez menos embarrado.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                    |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Corte de voz       | MH     | (Futuro y cambios del arbitraje).<br>CORTE FUTURO.wav<br>Yo creo que un cambio positivo que se hizo pues fue eso, el crear la división femenina y profesionalizar que al final eso le ha dado un plus de calidad donde muchas árbitras se dedican exclusivamente ahora al arbitraje. Entonces, tener esos referentes cada fin de semana en los partidos ya no solo femeninos sino también de los comités donde niñas que estén paseando por ahí puedan verlo y decir bueno, quiero probar. Yo creo que lo que nos hace falta es tener una mayor captación de árbitras porque hasta que no tengamos un número mayor compararnos con el arbitraje masculino no tiene ningún sentido porque al final en números son los que son. Entonces, cuando realmente ese porcentaje de árbitras aumente yo creo que es cuando realmente podamos hablar realmente si hay igualdad o si no la hay porque a día de hoy que haya un árbitra en pueblo profesional si comparamos con todas las licencias, vamos, licencias árbitros masculinos a árbitros femeninos que hay yo creo que hemos hecho un avance muy grande porque estamos tres asistentes en primera división y luego en segunda estudio de árbitra y una asistente también. Entonces, bueno, creo que si nos vamos a tres, cuatro años atrás esto era impensable y ojalá que si miramos en futuro a dos, tres años pues nos ríamos de estas cifras porque sean todavía mayores. |
| Locución           | L      | A las niñas que sueñan con ser árbitras Marta les deja este gran consejo:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Corte de voz       | MH     | (Consejo a las nuevas generaciones).<br>CORTE CONSEJO.wav<br>Pues que la constancia es súper importante porque aunque se vean los éxitos y los ascensos detrás ha habido mucho trabajo, mucho sacrificio, muchas lágrimas y yo creo que lo importante al final es poner en una balanza todo lo positivo que tiene el arbitraje e insistir y persistir para conseguir las metas que cada uno nos marquemos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Reflexión personal | L      | Escuchar a Marta es escuchar a una mujer que no ha pedido permiso, pero que poco a poco ha ido abriendo puertas. Que no ha gritado, pero que ha sido escuchada. Que no ha jugado partidos, pero los ha dirigido. Su historia nos recuerda que el fútbol también se juega con silbato... y que ese silbato también puede tener voz de mujer.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Musical            | Música | Música de cierre.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Locución           | L      | Nos escuchamos en el próximo episodio, donde seguiremos descubriendo historias que merecen ser contadas y mujeres que merecen ser admiradas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Cierre             | A      | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco Sánchez. Capítulo 3, fútbol.”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Musical            |        | Música final y agradecimientos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

| <b>Título: “Huellas Invisibles” cap. 4 (Fuerzas Armadas)</b><br><br><b>Autora: Laura Carrasco</b><br><br><b>Entrevistada: Karla María Santana</b><br><br><b>Duración: 5-10’</b> |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sección                                                                                                                                                                         | Voz                      | Desarrollo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Inicio                                                                                                                                                                          |                          | Música de introducción.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Cabecera                                                                                                                                                                        | Araceli (A)              | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 4, Fuerzas Armadas.”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Escena sonora                                                                                                                                                                   | Sonidos ambientes        | Marchas militares, pasos firmes sobre el hangar, aviones en maniobra, voces de mando, puertas metálicas abriéndose...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Escena descriptiva                                                                                                                                                              | Laura (L)                | El silencio de la pista se rompe con el vuelo de un avión. El uniforme está perfectamente colocado y las botas firmes en el suelo. Así empieza otro día para Karla María Santana, sargento del Ejército del Aire y del Espacio. Su destino está en el Ala 14 en la Base Aérea de Albacete Los Llanos, pero su vocación vuela mucho más alto. Entre motores y mucha disciplina, ella ha trazado su propio camino.                                                                                                                                                                                                           |
| Musical                                                                                                                                                                         | Música                   | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Introducción                                                                                                                                                                    | Laura (L)                | En este cuarto capítulo de Huellas Invisibles, nos adentraremos en un entorno donde aún predominan los hombres: Las Fuerzas Armadas. Y lo hacemos de la mano de Karla María Santana, una joven militar que, con solo 18 años, dejó atrás su hogar para entrar en la academia. Hoy, es un claro ejemplo de compromiso, vocación y normalización en un mundo que, poco a poco, deja de ser tan masculino.                                                                                                                                                                                                                    |
| Musical                                                                                                                                                                         | Música                   | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Dato relevante                                                                                                                                                                  | L                        | Según el informe anual de 2024 del Observatorio Militar de Igualdad del Ministerio de Defensa, las Fuerzas Armadas españolas cuentan con 16.260 mujeres, lo que supone un 13,2% del total del personal militar. Y lo más destacable es que cada vez ocupan más espacios de liderazgo: este año se duplicó el número de mujeres generales, pasando de 5 a 10, 2 de ellas generales de división.<br>El Ejército del Aire y del Espacio, al que pertenece Karla, es el que mayor porcentaje femenino tiene; un 14,7%. Este crecimiento refleja que la igualdad ya no es solo una promesa, sino una realidad que va avanzando. |
| Corte de voz                                                                                                                                                                    | Karla María Santana (KM) | Presentación y resumen de su trayectoria.<br>CORTE PRESENTACIÓN.wav<br>Soy Carla María Santana Domínguez, soy sargento del Ejército del Aire y del Espacio. Y bueno, estoy destinada en el ALA-14, llevo aquí destinada cuatro años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Locución                                                                                                                                                                        | L                        | Karla no tenía referentes militares en casa. Ningún familiar, ningún amigo... pero desde pequeña, sentía una atracción por el mundo de los aviones. Fue una amiga de su madre quien le habló del Ejército, y esa curiosidad inicial se convirtió en su carrera.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Corte de voz                                                                                                                                                                    | KM                       | (Explicación de sus inicios en el mundo de las Fuerzas Armadas).<br>CORTE INICIOS.wav                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |    | Pues la verdad es que no tengo ni familia, ni amigos, ni siquiera tenía conocidos militares. Pero bueno, siempre había querido trabajar con aviones y bueno, fue una amiga de mi madre la que me recomendó que me informara sobre el Ejército porque, bueno, su hijo también está dentro. Y la verdad es que me abrió las puertas de un mundo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Locución     | L  | Entró con 18 años. Tres años de formación en mantenimiento aeromecánico, y después su destino: Albacete. En estos 4 años, Karla ha vivido experiencias únicas, de las que no todo el mundo puede presumir.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Corte de voz | KM | (Experiencias y trayectoria).<br>CORTE EXPERIENCIA.wav<br>Pues la verdad es que creo que he crecido mucho, tanto profesionalmente como personalmente. Al final yo me fui de casa, como te acabo de decir, con 18 años. Y de ahí los tres años de academia y luego venir a Albacete como primer destino. Aquí llevo ya esos cuatro añitos, que en esos cuatro años he vivido muchísimas experiencias nuevas, muchas oportunidades que me ha brindado esto, que a lo mejor de otras maneras no hubiese podido experimentar o vivir. Y la verdad es que me siento muy afortunada y estoy muy orgullosa de la trayectoria que llevo hasta ahora.                            |
| Locución     | L  | En un entorno tan estructurado como el militar, muchas veces se espera que las mujeres tengan que esforzarse el doble. Pero nuestra invitada de hoy lo deja claro: en su caso, la igualdad es real. Condiciones, sueldos, ascensos... todo es igual. Y, afortunadamente, no ha sentido nunca un trato discriminatorio.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Corte de voz | KM | (Buen trato y compañerismo que tiene con los compañeros).<br>CORTE NO DISCRIMINACIÓN.wav<br>No, para nada. De hecho, todos mis compañeros y mis compañeras tienen y hacen el mismo trabajo que yo, hago el mismo trabajo que absolutamente todo el mundo, y nunca he sentido ningún trato diferenciado, y mucho menos por ser mujer, por suerte. Tanto yo como mis compañeras, siempre hemos tenido muy buen trato con todos nuestros compañeros, además hay muchísimo compañerismo en nuestra sección, y con nuestros superiores también siempre hemos tenido buen trato, nunca hemos tenido ningún problema, ni mucho menos, y la verdad es que tenemos mucha suerte. |
| Locución     | L  | En su unidad hay compañerismo. Los superiores la valoran por su trabajo, no por su género. Y aunque reconoce que todavía hay personas mayores que se sorprenden al verla en uniforme, ella ya forma parte de una generación que está normalizando lo que antes parecía imposible.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Corte de voz | KM | (Personas de la tercera les recuerdan lo valientes que son).<br>CORTE MAYORES.wav<br>Sinceramente creo que está cada vez más normalizado que las mujeres sean partícipes de las Fuerzas Armadas, pero sí que es verdad que las personas de la tercera edad, sobre todo las mujeres de la tercera edad, sí que aprovechan cada oportunidad que tienen para decirnos lo valientes que somos, para echarnos muchos piropos, incluso a mí me han llegado a decir muchas que ojalá ellas hubiesen tenido las mismas oportunidades que nosotras en su época, y la verdad es que se agradece mucho.                                                                            |
| Locución     | L  | Karla no tuvo referentes, pero aspira a serlo. Y esa meta (inspirar a otras) se ha convertido en una motivación más en su carrera.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                    |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Corte de voz       | KM     | (Explicación de si ha tenido o no referentes).<br>CORTE REFERENTES.wav<br>Yo referente como tal no he tenido porque, como te he dicho antes, no tenía ni familia, ni conocidos, ni nada que fueran militares, pero sí que espero algún día poder serlo yo para alguien y me haría sentir muy orgullosa la verdad.                                                                                                                                                                                                                                 |
| Locución           | L      | Las Fuerzas Armadas avanzan. Pero también necesitan visibilidad, apoyo institucional y representación real. Karla confía en que campañas, testimonios y referentes como el suyo sigan animando a más chicas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Corte de voz       | KM     | (Avance que han tenido las Fuerzas Armadas).<br>CORTE AVANCES.wav<br>Yo creo que en las Fuerzas Armadas ya hay equidad como tal, todos tenemos las mismas condiciones salariales, todos tenemos las mismas oportunidades de ascender, los mismos accesos a puestos de trabajo y demás, todo es cuestión de esfuerzo y perseverancia, y bueno, es verdad que estamos haciendo sobre todo campañas de redes sociales y demás para intentar fomentar y atraer a las mujeres para que se animen a entrar, pero bueno, es un proceso que lleva tiempo. |
| Locución           | L      | A las jóvenes que sueñan con vestir el uniforme, Santana les lanza este mensaje:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Corte de voz       | KM     | Consejo que da a las más jóvenes).<br>CORTE CONSEJO.wav<br>Pues yo le diría que si realmente es su vocación, o que si cree que puede ser su vocación, que lo intentara y que de verdad se lanzara, y que si tiene sobre todo alguna duda, que se acerque a alguna subdelegación de defensa porque ahí le van a dar toda la información que necesite y le van a ayudar en todo lo que puedan.                                                                                                                                                      |
| Reflexión personal | L      | La historia de Karla María es la de una joven que decidió volar alto sin seguir ninguna pista marcada. Y que hoy, entre motores, disciplina y compromiso, demuestra que el valor también se conjuga en femenino.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Musical            | Música | Música de cierre.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Locución           | L      | Este ha sido el cuarto capítulo de “Huellas Invisibles”. Nos escuchamos en el próximo episodio, donde seguiremos descubriendo historias que merecen ser contadas y mujeres que merecen ser admiradas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Cierre             | A      | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 4, Fuerzas Armadas.”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Musical            |        | Música final y agradecimientos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

| <b>Título: “Huellas Invisibles” cap. 5 (ingeniera)</b><br><br><b>Autora: Laura Carrasco</b><br><br><b>Entrevistada: Celia</b><br><br><b>Duración: 5-10’</b> |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sección                                                                                                                                                     | Voz                | Desarrollo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Inicio                                                                                                                                                      |                    | Música de introducción.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Cabecera                                                                                                                                                    | Araceli (A)        | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 5, Ingeniería”.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Escena sonora                                                                                                                                               | Sonidos ambientes  | Se escuchan clics de teclado, zumbidos de laboratorios, sonidos electrónicos suaves, pasos por pasillos...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Escena descriptiva                                                                                                                                          | Laura (L)          | Cables, pantallas, códigos... Pero también pizarras llenas de fórmulas y estudiantes atentos. Así transcurre el día a día de Celia Garrido Hidalgo, ingeniera, investigadora y profesora. En un entorno donde las mujeres aún son minoría su voz resuena con la misma claridad que sus ideas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Musical                                                                                                                                                     | Música             | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Introducción                                                                                                                                                | Laura (L)          | En este último episodio de Huellas invisibles, nos adentramos en el mundo de la ingeniería, la investigación y la docencia. Un mundo de precisión y pasión, donde mujeres como Celia van abriendo camino. Con 31 años y una trayectoria que combina ciencia y vocación, su historia es ejemplo de cómo se construye, poco a poco, una carrera sólida en un terreno tradicionalmente masculino.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Musical                                                                                                                                                     | Música             | Fundido de música.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dato relevante                                                                                                                                              | L                  | Según datos de la Fundación Social La Caixa, en España, solo el 16% de los profesionales del área de las STEM son mujeres, y muy pocas adolescentes, el 0,7%, están interesadas en estudiar un grado relacionado con las tecnologías digitales, frente al 7% de los hombres. Además, son ellas las que ocupan apenas el 22% de las cátedras universitarias, lo que evidencia que aun habiendo talento, su presencia en roles de mayor responsabilidad sigue siendo reducida.<br>Celia forma parte de esa minoría que no solo llega, sino que se abre camino y accede a puestos de liderazgo en ingeniería, un campo históricamente masculino.                                                                                                                                                                                                           |
| Corte de voz                                                                                                                                                | Celia Garrido (CG) | (Presentación y resumen de su trayectoria).<br>CORTE PRESENTACIÓN.wav<br>Mi nombre es Celia Garrido Hidalgo. Soy profesora en la Universidad de Castilla-La Mancha. Estoy en el Departamento de Ingeniería Eléctrica, Electrónica, Automática y Comunicaciones. Y nada, pues básicamente empecé mi trayectoria. Pues hice los estudios de grado en Ingeniería Electrónica y Industrial Automática. Terminé en 2015 y en 2015 pues empiezo en el mundo un poco de la investigación. En paralelo pues voy desarrollando los estudios de máster. Voy trabajando, ya colaborando en distintos proyectos de investigación. Y pues en 2018 terminé el máster, empiezo mi tesis doctoral. Y hasta que bueno, terminé en 2022 aproximadamente. Y a partir de ese momento pues sigo con la línea de la investigación y cogiendo un poco la línea de la docencia. |

|              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Locución     | L  | Celia no tenía claro desde el principio que quería ser ingeniera. Pero poco a poco, la curiosidad por la tecnología y los dispositivos, la llevó a un mundo que le ofreció mucho más de lo que esperaba. En sus primeros años, fue una de solo dos mujeres en una clase de 100 personas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Corte de voz | CG | (Masculinización en sus inicios).<br>CORTE INICIOS MASCULINIZADOS.wav<br>Pues realmente desde mi punto de vista no lo termino de entender. Porque es cierto que somos muy pocas las que cogemos estos estudios. Pero yo creo que muchas veces es por el miedo a lo que piense la gente. Por ejemplo yo en la ESO, en bachillerato, cogí unos estudios más de la rama tecnológica. Era como la rara, como que nadie quería... Y realmente en ese momento ya me quedé sola en un ámbito muy masculinizado. Y luego por ejemplo en mi primero de carrera éramos dos mujeres en una clase de 100 personas más o menos. Pero bueno, poco a poco vas encontrando tu camino y no sé. Desde mi punto de vista no lo entiendo. Desde luego las mujeres que he tenido como alumnas, como estudiantes, suelen rendir incluso mucho mejor que los hombres. Porque normalmente hay un patrón mucho más organizado, mucho más claro en cuanto a apuntes. Entonces bueno, a ver si animamos algunas más. |
| Locución     | L  | Durante su formación, no encontró grandes obstáculos... Pero sí pequeñas piedras en el camino. Comentarios de familiares más mayores, trato desigual de algún profesor o microgestos que muchas mujeres han vivido. Ella no se dejó frenar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Corte de voz | CG | (Cómo veía la gente mayor que estudiase ingeniería).<br>CORTE CHOCANTE.wav<br>Sí es cierto que muchas veces tienes que escuchar ciertos comentarios que a lo mejor no son los más agradables. Sobre todo pues viniendo de gente mayor, por ejemplo. De hecho sin ir más lejos, mi propia abuela, con lo que me quiere, pero ella me decía que no entendía por qué estudiaba. Y mucho menos una ingeniería, que yo tenía que casarme y tenía que vivir de mi marido. Entonces bueno, es un poco chocante. Pero bueno, es cierto que sobre todo la gente más mayor. Ahora ya no es algo tan raro, por suerte.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Locución     | L  | El mundo de la investigación, al que se dedica con pasión, es exigente. Conseguir una beca, mantenerse, buscar financiación... No es fácil. Menos aún si eres mujer, en un campo donde, como ella misma cuenta, hay menos referentes y muchas más dudas iniciales.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Corte de voz | CG | (Situación salarial y condiciones).<br>CORTE SALARIAL.wav<br>La situación salarial es un poco particular. Porque es cierto que depende. Primero la suerte de haber en mi caso podido tener una beca de investigación y haber tenido un salario. Que eso no siempre es lo normal. Conozco muchos casos que han hecho una tesis totalmente sin financiación. Y sí es cierto que es un poco estancado en los primeros años. Porque depende del tipo de beca que consigas. En el ámbito de investigación normalmente el salario es muy bajito. Y ya sí es cierto que una vez has conseguido entrar las condiciones mejoran progresivamente. Tienes complementos por antigüedad. Te valora mucho más tu trabajo, por decirlo de alguna forma. Pero es cierto que en esos últimos años de                                                                                                                                                                                                       |

|              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |    | doctorado sientes que necesitarías algo más después de la experiencia que tienes. En este caso es igual. Los cambios vienen dados por la comunidad autónoma o por el tipo de convocatoria que tengas. Es cierto que ahora a las mujeres se les está priorizando muchas convocatorias de investigación. El hecho de ser mujer, si tú eres la investigadora principal de un proyecto, ese proyecto recibe una puntuación ligeramente superior. Entonces es la forma de incentivar en un mundo donde no solo en la ingeniería, normalmente ha sido el hombre quien ha sido el investigador principal, que las mujeres empiecen a coger las riendas y a tener más protagonismo.                                                                                                                 |
| Locución     | L  | Ser mujer en ingeniería, no debería ser algo extraordinario. Pero hoy todavía lo es. Ella fue la primera profesora en su área, y reconoce que, aunque la acogida ha sido muy buena, no se olvida del peso que implica ser “la primera”.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Corte de voz | CG | (Cuenta su experiencia como primera profesora).<br>CORTE SITUACIÓN PERSONAL.wav<br>Yo hablo por mi situación personal aquí en la plaza que estoy ahora mismo. Y la verdad es que es muy bueno. El trato es muy receptivo. De hecho, yo he sido la primera profesora que ha tenido el área nunca. Porque siempre han sido hombres aquí en Albacete. Y somos 12 profesores. Y yo he sido la primera que he conseguido entrar como profesora. Y me han tratado súper bien. Todas las facilidades. Me han apoyado en todo. A la hora de dirigir proyectos, de colaborar, ellos siempre intentan que tengamos más oportunidades. Por mi parte, un 10.                                                                                                                                            |
| Locución     | L  | El salario y las oportunidades son iguales entre hombres y mujeres, al menos sobre el papel. Pero los ritmos no siempre lo son. En la investigación, una baja maternal puede suponer quedarse atrás. Porque aquí todo avanza rápido, y parar, aunque sea por derecho, se paga caro.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Corte de voz | CG | (Diferencia de ritmos entre hombres y mujeres).<br>CORTE COSTOSO.wav<br>Sí, está todo bastante reglado. Pero bueno, sí es cierto que el tema de la conciliación no es mi caso. Pero sí que tengo compañeras que con el tema de las bajas de maternidad el mundo de la investigación es un poco agresivo en el sentido de que avanza muy rápido. Tienes que estar al nivel. Tú no puedes parar y no puedes parar de aprender. Entonces sí es cierto que una baja de maternidad, por ejemplo, al final en tu trayectoria profesional es un bloqueo que luego tienes que recuperar de una forma mucho más agresiva. Porque el mundo avanza muy rápido y no puedes desconectar. Desconectas una o dos semanas y ha cambiado todo. Entonces en ese sentido es un poco más costoso. Pero bueno... |
| Locución     | L  | Pero no todo es negativo. Cada vez hay más ayudas, más visibilidad y más espacios donde las mujeres lideran. Ella misma se inspira en otras mujeres que abrieron camino antes, como su directora de tesis, una catedrática que tuvo que superar prejuicios tan extremos, como que un colega extranjero se negara a hablarle... solo por ser mujer.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Corte de voz | CG | (Referente que Celia ha tenido a lo largo de su trayectoria).<br>CORTE REFERENTE.wav<br>Pues fíjate, de hecho, se da una situación también muy particular. Yo tuve también una directora de tesis, que también era mujer. Una mujer también muy particular, porque ahora ella es Teresa Olivares, profesora                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                    |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    |        | catedrática también aquí en la escuela. Y ha tenido que luchar muchísimo porque tiene tres hijos, dos de ellos gemelos. Y ha tenido que luchar muchísimo para llegar a donde está. Y ella sí es cierto que pasó situaciones que a lo mejor a los que hemos venido por detrás nos han inspirado. Ella hizo, hace un montón de años, hizo una estancia de investigación, como hemos hecho muchos. Ella se fue a Hong Kong. Y cuando llegó a Hong Kong, lo que le dijo el profesor, después de organizar el viaje, preparar todo y llegar allí, le miró a la cara y le dijo pensaba que eras un hombre. Y ella se quedó totalmente impactada. Y este hombre no le hablaba. No le hablaba porque era mujer. Y es un lugar donde tienes que entender qué es lo que hay. Y ella pasó una semana, en torno a una semana, diez días, nos contaba que este hombre no le hablaba, ella no conseguía, tampoco podía trabajar, porque este hombre no quería compartir información confidencial con ella. Hasta que ya este profesor pudo hacerse a la idea de que iba a trabajar con una mujer, lo intentó normalizar y consiguió hacer allí una estancia. |
| Locución           | L      | A las chicas que sueñan con ser ingenieras, Celia les deja un claro mensaje:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Corte de voz       | CG     | (Consejo que Celia da a las nuevas generaciones).<br>CORTE CONSEJO.wav<br>Pues nada, simplemente que no haga caso a lo que escuche, que no escuche, que hay que seguir adelante y que si, no es mi caso, pero si alguna vez se encuentra en una situación difícil, se les hace cualquier tipo de crítica o si ven cualquier tipo de que se sienten menos valoradas que sus compañeros, por ejemplo, que lo luchen. Que lo hablen, que lo luchen, que son cosas que gracias a Dios hoy en día son normales en esta sociedad. Hablar las cosas y hacerlo todo de forma transparente y que no importe lo que piensen los demás, que tienes que hacer lo que te guste. Y ya está.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Reflexión personal | L      | Celia no construye puentes ni edificios, pero con cada clase, cada artículo o cada estudiante que inspira, está diseñando algo más valioso: un nuevo modelo. Uno en el que la ingeniería también tiene rostro de mujer. Porque las verdaderas huellas, a veces no se ven en el suelo, sino en las mentes que logran transformar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Musical            | Música | Música de cierre.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Locución           | L      | Este ha sido el quinto y último capítulo de “Huellas Invisibles”. Gracias por oír estas historias que merecen ser contadas y mujeres que merecen ser admiradas. Gracias por acompañarme en este viaje. Seguiremos escuchando y contando, porque estas huellas no se borran.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Cierre             | A      | Voz en off: “Huellas invisibles, un <i>podcast</i> de Laura Carrasco. Capítulo 5, Ingeniería”.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Musical            |        | Música final y agradecimientos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## **7.2. Anexo II. Transcripciones de las entrevistas.**

Se adjunta enlace a carpeta donde se encuentran las transcripciones de las cinco entrevistas realizadas: [📁 Transcripciones entrevistas](#) .

## **7.3. Anexo III. Inspiración.**

Se adjunta enlace a carpeta donde se encuentran documentos que han servido de inspiración para realizar este Trabajo Fin de Grado: [📁 Inspiración](#) .

