

Cuidar para transformar. Caminos hacia una sociedad del cuidado

Arely Madai Martínez Valencia

Universidad Autónoma de Baja California Sur

ORCID: 0009-0009-6325-8125

¿ALGUNA VEZ NOS DETENEMOS A PENSAR en el día a día?, está lleno de momentos, prácticas y actividades cotidianas, performativas e invisibles que se miden incluso bajo la lupa de los afectos, las relaciones familiares, y sin las cuales, la vida misma no tendría razón de ser. Hablamos de aquellas necesidades humanas que salvaguardan la salud física y mental, que aparecen cuando una persona recién nacida llega al mundo, pero también se observan cuando enfermamos, cuando algún familiar requiere una mano para la compra de víveres, la limpieza del hogar o la preparación de alimentos y también cuando comienzan los grandes retos al sumar años a nuestras experiencias de vida. Estos momentos se desarrollan en el ámbito privado, son invisibles, se encuentran incluso circunscritos al ámbito del hogar, no son remunerados, se menosprecian porque no generan un valor monetario y son definidos como exclusivos de las mujeres por su capacidad de dar vida, se adjudica el rol de la maternidad como destino y esa capacidad innata para hacer varias cosas a la vez, la cual es requerida para cuidar la vida y la naturaleza.

Este artículo sostiene que, derivado de la desigual distribución del trabajo de cuidados, se reproduce la división sexual del trabajo y, con ello, perpetúa la subordinación de las mujeres bajo la lógica biologicista patriarcal que impone normas de género sobre el “ser mujer”, “ser madre”, “ser buena hija” a través de los significados del amor y la responsabilidad como parte de la feminidad misma que, al invisibilizarlos, refuerzan jerarquías sociales y desigualdades de género al grado de ser borrados política y simbólicamente.

Se estructura en tres apartados: En el primero, se examinan los fundamentos teórico-conceptuales del trabajo de cuidados y su vínculo con la desigualdad de género desde una perspectiva feminista crítica. En el segundo, se analizan las



implicaciones socioculturales y económicas de la división sexual del trabajo que asigna a las mujeres la responsabilidad exclusiva de labores de cuidados y cómo esta impacta sobre su autonomía y bienestar. Finalmente, en el tercer apartado, se reflexiona sobre la necesidad de transitar hacia un modelo de corresponsabilidad social y justicia del cuidado que revalore su dimensión social, económica y política, y permita avanzar hacia la igualdad sustantiva y caminar hacia una sociedad del cuidado.

El análisis teórico se centra en los aportes de la economía feminista que conciben el cuidado como un trabajo esencial para la sostenibilidad de la vida en un ámbito históricamente invisibilizado y desigualmente distribuido, articulado con la teoría de la justicia de género y con aportes del feminismo crítico-marxista, todo a fin de visibilizar las bases ideológicas y materiales que perpetúan la feminización del cuidado y aportar elementos a la discusión contemporánea sobre la igualdad sustantiva.

La tesis de Hanisch sobre la politización de lo personal permite desarticular la dicotomía público-privado,¹ evidenciando que el sistema de cuidados no es una carga natural, sino un subsidio invisible que sostiene la estructura social: es cuando las mujeres se permiten reconocer que los cuidados están subsidiados por su sobrecarga de trabajo y su cansancio, que no es natural ni privado, y además limita el alcance de la igualdad sustantiva, el derecho a una vida libre de violencia y, por supuesto, el derecho humano al cuidado. Si las aristas del mercado únicamente refieren a la categoría de análisis de la generación de plusvalía y al papel que cada sexo habría de interpretar para que el engranaje girara constantemente, podemos reflexionar desde la mirada económica para argumentar que el ingreso atraviesa por las relaciones de poder, donde la oferta y la demanda de productos no generan bienestar por sí mismos, sino que es necesario transformar en bienes y servicios que posibiliten un incremento en la calidad de vida.

La transformación del salario en bienes y servicios refiere al trabajo no remunerado realizado por las mujeres. No es suficiente solo tener ingresos, y no sirve de nada si no se transforman en bienes y servicios; equipararlo al mercado nos posiciona en el pago y/o contratación por la preparación de alimentos, lavandería, el cuidado a través del personal de salud, niñeras, personal de limpieza en el hogar, etcétera. En suma, el salario mínimo no es suficiente para sostener estas tareas de cuidado, que suelen realizarse desde el amor y el compromiso hacia personas que nos importan. Este acto cargado de afectividad se encuentra marcado por un velo patriarcal que históricamente ha impuesto sobre las mujeres la responsabilidad de

¹ Carol Hanisch, "The personal is political", en Shulamith Firestone y Anne Koedt (eds.), *Notes from the Second Year: Women's Liberation; Major Writings of the Radical Feminists*. New York, Radical Feminism, 1970, pp. 76-78.

cuidar, quienes con frecuencia sacrifican su propio bienestar y autocuidado en aras de salvaguardar la vida de ese ser amado.

De acuerdo con los resultados de la Encuesta Nacional de Uso de Tiempo (ENUT) publicada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI),² en 2025 las mujeres dedicaron 61.1 horas y los hombres 58.0 al trabajo semanal, el cual se manifiesta a través de la participación en el trabajo no remunerado doméstico, de cuidados, comunitario y voluntario bajo el cual las mujeres dedicaron 21.5 horas más a la semana que los hombres. Específicamente, las mujeres dedicaron 39.7 horas a la semana al trabajo no remunerado doméstico, de cuidados, comunitario y voluntario, mientras que los hombres, 18.2. En el trabajo de cuidado de personas de 0 a 5 años, las mujeres dedicaron 18.2 horas a la semana, frente a las 8.8 de los hombres; en el cuidado de personas con enfermedad crónica, temporal o discapacidad las mujeres invierten 12.8 horas a la semana, frente a las 7.5 de los hombres, lo que detalla una brecha de 9.4 horas a la semana al cuidado de la primera infancia y 5.3 al de personas con alguna enfermedad o discapacidad.

Los cuidados pasivos también se miden; estos consisten en actividades de vigilancia o atención general que se presta a personas que requieren cuidado. No hay una participación directa y activa, pero implica disponibilidad para estar al pendiente y supervisar. Además, forman parte del trabajo no remunerado que se realizan en los hogares y son clave para el bienestar de la sociedad. En este tipo de cuidados, la brecha se amplía, ya que las mujeres dedican 33.4 horas a la semana en comparación con las 14.8 dedicadas por los hombres.

Gracias a la Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México (CSTNRHM) 2023, podemos conocer que el valor económico del trabajo de cuidados y el trabajo doméstico en los hogares que realiza la población de 12 años y más fue de 8.4 billones de pesos vigentes al momento de la aplicación de la encuesta. Lo anterior equivale al 26.3% del Producto Interno Bruto (PIB) de la economía nacional. Este porcentaje superó otras actividades económicas como la industria manufacturera (20.3%) y el comercio (18.6%). En esta aportación, el 71.5% fue contribuido por mujeres y 28.5% por hombres.

El trabajo de cuidados revela las tensiones entre la reproducción de la vida y la acumulación capitalista.³ Comprender el trabajo de cuidados como una cuestión política y de justicia social implica superar la medición de la calidad de vida de

² La Encuesta Nacional de Uso de Tiempo (ENUT) se diseñó para captar el tiempo que las personas de 12 años y más ocupan en realizar actividades diarias. La encuesta distingue entre las actividades productivas y dentro de estas las de trabajo remunerado y no remunerado y las no productivas que son las que se realizan con fines de estudio, cuidado personal y entretenimiento. Véase https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/enut/enut2024_RR.pdf.

³ Silvia Federici, *Revolución en punto cero. Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas*. Brooklyn, Gráficas Lizarra, 2013; y Nancy Fraser, “Una deformación que hace imposible el reconocimiento” en Nancy Fraser y Axel Honneth, *¿Redistribución o reconocimiento? Un debate político-filosófico*. Madrid, Morata, 2003, pp. 149-176.

las personas hacia análisis económicos cuantitativos e incorporar las necesidades que permitan posicionar la sostenibilidad de la vida al centro⁴ como una prioridad que junto a un sistema integral de cuidados permita alcanzar una sociedad del cuidado a través de la corresponsabilidad con las redes familiares para compartir las cargas que implica satisfacer necesidades humanas de bienestar, cuidado y afecto; pero donde el Estado, al mismo tiempo, proporcione políticas públicas de género transformadoras, que permitan la inversión materializada en infraestructura de cuidados, educación a través de capacitación docente, incorporación en los planes de estudio en todos los niveles educativos acompañado de un monitoreo continuo que permita evaluar y medir el impacto en las aulas, así como sensibilización pública a través de campañas, materiales inclusivos para desnaturalizar la responsabilidad exclusiva de las mujeres en las labores domésticas y de cuidados para promover marcos regulatorios que eliminen las desigualdades de género.

En México, 2001 representa la culminación de una larga lucha por los derechos de las mujeres. Ese año se expidió la Ley del Instituto Nacional de las Mujeres, y el INMUJERES entró en funciones, marcando así una nueva era para materializar dichas luchas en políticas públicas con perspectiva de género. Gracias a ello, observamos la evolución del Programa Nacional para la Igualdad de Oportunidades y No Discriminación contra las Mujeres (PROEQUIDAD 2001-2006) al Programa Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres (PROIGUALDAD 2009-2012), cuyo objetivo principal fue la transversalidad de la perspectiva de género en las políticas públicas a través de siete objetivos estratégicos alineados con Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012 y los compromisos internacionales.

El Sistema Nacional para la Igualdad en México emana de la Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres en su Art. 23, que lo define como:

El conjunto orgánico y articulado de estructuras, relaciones funcionales, métodos y procedimientos que establecen las dependencias y las entidades de la Administración Pública Federal entre sí, con las organizaciones de los diversos grupos sociales y con las autoridades de los Estados, el Distrito Federal y los Municipios, a fin de efectuar acciones de común acuerdo destinadas a la promoción y procuración de la igualdad entre mujeres y hombres.⁵

A partir del PROIGUALDAD 2020-2024, los ejes transversales giran hacia la Igualdad Sustantiva. Esta se alcanzará cuando las mujeres no enfrenten limitacio-

⁴ Cristina Carrasco, "La sostenibilidad humana ¿un asunto de mujeres?", en *Mujeres y trabajo: cambios imposterables*. Porto Alegre, Veraz Comunicação, 2003, pp. 5-25; y Amaia Pérez Orozco, "Economía del Género y Economía Feminista. ¿Conciliación o Ruptura?". *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer*, vol. 10, núm. 24, 2005, pp. 43-64.

⁵ Ley General Para La Igualdad Entre Mujeres y Hombres publicada en el Diario Oficial de la Federación el 2 de agosto de 2006 y su reforma al 2011 y 2012. Disponible en: www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGIMH.pdf.

nes de género para contar con ingresos propios suficientes que les permitan alcanzar autonomía propia, y se visibilice cómo la división sexual del trabajo ha colocado a las mujeres como las responsables casi exclusivas de las labores domésticas y de cuidados. Los esfuerzos también se enfocan hacia la corresponsabilidad de los cuidados, al ser necesarios para alcanzar la igualdad sustantiva en nuestro país y los cuales representan obstáculos para ejercer su derecho al bienestar y la salud, así como restricciones en su libertad para tomar decisiones en los distintos ámbitos de la vida de las mujeres al verse sometidas a formas de control machista y exclusión, así como el derecho a decidir sobre sus vidas, su cuerpo, su sexualidad, el uso de sus ingresos familiares, su ocupación y el uso de su tiempo libre, el cual se limita debido a las constantes responsabilidades domésticas y de cuidados.

Las necesidades de cuidados atraviesan por grandes rubros plasmados a través de derechos fundamentales en nuestro país, como la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, y a través de tratados internacionales, como la CEDAW.⁶ El derecho humano al cuidado, propuesto por Ríos-Cázares, busca entender el cuidado como un bien común, permite dotar de una exigencia universal que promueva la necesidad de formar parte de las agendas públicas y donde el Estado pueda promover políticas de cuidado con perspectiva de género, en el cual se garantice que las personas dependientes de cuidados traspasen las barreras socio-culturales y se haga explícita una nueva forma de hacernos cargo como sociedad y con corresponsabilidad entre mujeres y hombres.⁷ Por ello, es vital materializarlo a través del ejercicio de derechos plasmados en nuestra Constitución.

En materia de una sociedad del cuidado en México, la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos no nombra una realidad donde la vida requiere cuidados sin los cuales ningún ser humano puede subsistir,⁸ y como parte de la salvaguarda de esta, se encuentra intrínsecamente ligado a otros derechos humanos motivo aún mayor de enunciar constitucionalmente El Derecho Humano al Cuidado como una necesidad vital para el desarrollo y la continuidad de la vida. El Art. 3º refiere a la necesidad de incorporar la perspectiva de género y una orientación integral. En lo que respecta al cuidado, hace énfasis en el del medio ambiente y, la protección de los animales, entre otras;⁹ en el art. 4º, referente al cuidado, se contemplan derechos fundamentales relacionados con la salvaguarda de una vida digna, la educación, la salud, se establece la prohibición del maltrato a los animales,

⁶ Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), su importancia radica en el reconocimiento a nivel internacional como la Carta Internacional de Derechos de las Mujeres, fue aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 18 de diciembre de 1979 y es firmada en México en 1980 y ratificada el 23 de marzo de 1981. Véase <https://www.scjn.gob.mx/igualdad-de-genero/cedaw>.

⁷ Estefanía Hechenberger Zavaleta, Laura Ríos Quiroz y Elba Rosario Martínez Romero (coords.), *Diccionario de los cuidados. Un enfoque universal e incluyente*. México, Oxfam, 2021.

⁸ *Diario Oficial de la Federación*, 17 de enero de 2025.

⁹ *Diario Oficial de la Federación*, adicionado el 15 de mayo de 2019, reformado el 2 de diciembre de 2024.



garantiza su protección y cuidado. Contamos con la Ley General de Bienestar Familiar en México, en el cual se establecen principios para la protección de la familia, el bienestar y derechos de las infancias y mujeres en situación de vulnerabilidad, la cual emana de los arts. 1º, 4º y 73, así como la Convención sobre los Derechos del Niño de las Naciones Unidas adoptada en 1990, Ley General de Salud y la Ley para la Protección de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Incluso contamos con la Ley General en Materia de Bienestar, Cuidado y Protección de los Animales.

Posibilitar la transformación social a través de políticas públicas género transformadoras que permitan atender los intereses estratégicos de mujeres y hombres con el fin de alcanzar la igualdad sustantiva implica la generación e implementación de estas a través del Estado Mexicano con el fin de posibilitar la creación de una Política Nacional hacia una sociedad del cuidado que sea integral y que promueva la igualdad sustantiva y la corresponsabilidad a través de la educación en todos los niveles donde se ejerciten los derechos como principio normativo y la igualdad de oportunidades como principio de justicia, esta acompañada de capacitación docente y una campaña masiva que llegue a los hogares, a aquellas personas que viven desde la diversidad de las familias, donde se involucre a la sociedad y posibilite la creación de un sistema integral de cuidados que priorice la sostenibilidad de la vida, que proporcione infraestructura a través de centros de cuidados acordes a las necesidades laborales de las personas y donde el mercado de trabajo responda a los cambios sociales y a las nuevas necesidades para ampliar las prestaciones como licencias de paternidad.

Es difícil concebir una sociedad del cuidado cuando el mismo mercado capitalista no ofrece derechos ni beneficios que permitan elevar la productividad económica y al mismo tiempo elevar la productividad social, de vida y de cuidado. Los malabares entre la vida familiar y personal parecieran ir en detrimento de la salvaguarda de derechos humanos.

El trabajo no remunerado y de cuidados se aviva como el fuego cuando estos no son garantizados, y lo pudimos palpar cuando “las mujeres pararon el mundo”. Nuria Varela visibiliza la materialización del movimiento feminista, cuyo bagaje teórico y político sorprendió al propio movimiento en 2018, cuando millones de mujeres, en más de ciento setenta países, redefinieron el concepto de trabajador/a. Lo anterior nos mostró la importancia del trabajo remunerado y no remunerado de las mujeres en el mundo. Esa huelga que atraviesa todas las esferas de la vida y que se definió como una huelga laboral, de cuidados, de consumo y estudiantil, anticipa una Cuarta Ola Feminista desde un lugar de enunciación donde las nuevas generaciones han crecido con el discurso de igualdad entre mujeres y hombres, donde las huelgas demuestran el enorme potencial político de las mujeres.¹⁰

¹⁰ Nuria Varela, *Feminismo: La Cuarta Ola*. Barcelona, Penguin Random House, 2019.

En términos de justicia de género, Nancy Fraser alberga un análisis sobre la redistribución de los recursos económicos y el reconocimiento de las identidades y las diferencias culturales clave para abordar desde las luchas feministas. Visibilizar las desigualdades estructurales que colocan a las mujeres en desventaja económica, promueven la división sexual del trabajo, la feminización de la pobreza y la precarización laboral que impactan sobre la autonomía económica de las mujeres, las somete a múltiples formas de control, manipulación y ejercicios de violencia y/o discriminación por razones de género, además de responsabilizarlas casi exclusivamente de las labores domésticas y de cuidados. Por ello la necesidad de abordar ambas dimensiones:

Al principio de la modernidad, el alcance de la igualdad liberal se restringía a la libertad religiosa y la igualdad ante la ley. Sin embargo, más tarde, su alcance se extendió a más campos de la interacción social, incluyendo la política (gracias a las luchas por el sufragio universal), el trabajo (gracias a los sindicatos y los partidos socialistas), la familia y la vida personal (gracias a los movimientos de liberación feminista y gay) y la sociedad civil (gracias a las luchas a favor del multiculturalismo).¹¹

Además, señala que la igualdad se ha ampliado: pasó de la creencia en la suficiencia de la igualdad formal a lo que implica en la interacción social real; es decir, de las condiciones sociales de su ejercicio de manera que llegue a adquirir el significado de la paridad participativa.

La transformación hacia un futuro de cuidado capaz de consolidar una sociedad del cuidado se materializa a través de la implementación de políticas de género transformadoras, que impacten de manera directa en las generaciones jóvenes, quienes han crecido con una visión más igualitaria, libre de roles y estereotipos de género. Nos referimos a políticas que permitan fortalecer la presencia de mujeres y personas de diversidad sexo-genérica en sectores tradicionalmente masculinizados, como las carreras de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas (STEM), así como otros sectores históricamente excluyentes. Se incluyen políticas de corresponsabilidad social y cultural que transformen las bases patriarcales de la división sexual del trabajo, desde las cuales se implementen políticas laborales corresponsables con horarios flexibles y jornadas con perspectiva de género, licencias de paternidad y maternidad igualitarias.

Promover la equidad en la distribución del trabajo doméstico a través de la sensibilización de la población en general es fundamental para llegar a los hogares y desmitificar la idea de que el cuidado es una responsabilidad exclusiva de las mujeres, incluso aquellas que deciden ejercer la maternidad podrán aligerar las cargas que recaen sobre ellas y disfrutar de esta etapa sin la culpa por no alcanzar

¹¹ *Ibid.*, p. 174

los estándares impuestos socialmente como la abnegación, el sacrificio y donde el autocuidado no sea visto como un acto egoísta que deba ser postergado por el cuidado de otras personas, sino como una condición legítima y necesaria.

Reconocer que tanto la lógica capitalista como la reproducción social se encuentran inmersas en injusticias de género que perpetúan las desigualdades de género permite comprender como se perpetúan las desigualdades estructurales que desvalorizan el trabajo de cuidados,¹² lo asocian a la naturaleza de las mujeres y lo excluyen a pesar de su papel central en la sostenibilidad de la vida misma.¹³ Impulsar cambios estructurales implica superar esta invisibilización y exige instituir el cuidado como un derecho y bien público, una necesidad social que incluya en la legislación el derecho a cuidar, a ser cuidado y a no cuidar de manera obligada de manera explícita.

Ya podemos visibilizar la sobrecarga de las mujeres gracias a Encuestas Nacionales como la de Uso de Tiempo o la del Trabajo No Remunerado en los Hogares. Requerimos impactar mediante políticas con enfoque de género transformador. La normativa mexicana debe responder a las necesidades sociales para caminar hacia esa sociedad del cuidado que erradique las violencias simbólicas y estructurales.



Gabriel Rodríguez, *Bitácora de viento A* / 2017.

¹² *Idem.*

¹³ C. Carrasco, art. cit.; y A. Pérez, art. cit.