

**NAVEGAR AGUAS PROFUNDAS EN BÚSQUEDA DE  
¿REPRESENTACIÓN? REFLEXIONES DESDE UN PROCESO DE  
INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA CON TRABAJADORAS NO  
REMUNERADAS DE CUIDADO EN MÉXICO Y AMÉRICA LATINA**

**NAVIGATING DEEP WATERS IN SEARCH OF ¿REPRESENTATION?  
REFLECTIONS FROM AN ONGOING PROCESS OF PARTICIPATORY  
ACTION RESEARCH WITH UNPAID CARE WORKERS IN MEXICO AND  
LATIN AMERICA**

Jana Vasil'eva

**Resumen:**

Partiendo del marco de las 5 R (reconocer, reducir, redistribuir, recompensar, representar), la primera dimensión de este artículo presenta una revisión de los planteamientos en torno a la representación de los intereses de quienes están al frente de las relaciones de cuidado, así como de las políticas de cuidado. La segunda dimensión contrasta estas conceptualizaciones con los hallazgos preliminares de un proceso de investigación acción participativa que abona a un esfuerzo organizativo de base entre cuidadoras no remuneradas en 11 estados de México, así como en Chile, Perú y Argentina. Este artículo hace un aporte importante al entablar un campo de diálogo entre las deliberaciones en torno a la representación y las políticas de cuidado, por un lado, y las realidades de cuidadoras no remuneradas que se organizan en contextos del Sur Global, por otro.

*Palabras clave:* 5R, cuidadoras no remuneradas, investigación acción participativa, políticas de cuidado transformadoras.

**Abstract:**

In dialogue with the framework of the 5 Rs (recognize, reduce, redistribute, reward, represent), the first dimension of this article presents a review of the approaches around the representation of the interests of those who are at the frontline of caregiving as well as the conceptualization of care policies that arise from this point of reference. The second dimension contrasts these conceptualizations with preliminary findings from a mostly digital participatory action research process that contributes to a grassroots organizational effort of unpaid caregivers in 11 states of Mexico as well as in Chile, Perú and Argentina. This article makes a unique contribution by grounding the deliberations around representation and care policies in the realities of unpaid caregivers who organize in contexts of the Global South.

*Keywords:* 5R, unpaid care workers, participatory action research, transformative care policy.

**Introducción**

De manera inédita, la pandemia del coronavirus ha puesto de relieve la centralidad del cuidado para el sostenimiento de la vida (Shiva, 2021; Power, 2020; Durganova, 2021). Sin embargo, esta crisis multidimensional también acentuó la explotación de la economía del cuidado para sostener una noción de *desarrollo* que en realidad exacerba las desigualdades, la opresión incorporada y arreglos de cuidado que conciben a éste como un asunto esencialmente femenino y privado, a la par de expandir una lógica de crecimiento que funcionaliza todas las formas de vida incluyendo la naturaleza.

El contexto pandémico ha intensificado las deliberaciones en torno a políticas integrales de cuidado en todas las regiones del mundo (p.ej. Kabeer, Razavi & van der Meulen, 2021; Ogando, Rogan & Moussié, 2022; ESCAP, 2021) y particularmente en la región latinoamericana (p.ej. Torres, 2020; Bango & Cossani, 2021). Estas deliberaciones están articulando algunos puntos de confluencia, en medio de un paisaje abigarrado y en plena exploración de consensos y disensos. Una línea de consensos que se hace cada vez más escucha fue detonada por Diane Elson (2008, 2017), quien planteó tres coordenadas para que quienes formulan políticas públicas puedan contar con una brújula a fin de materializar a lo largo y ancho del mundo sociedades que cuidan de manera más responsable y justa: i) *El reconocimiento* de los cuidados no remunerados que realizan

en gran mayoría las mujeres y niñas; ii) La *reducción* de la sobrecarga de las mujeres y niñas; iii) La *redistribución* de estas labores no remuneradas entre los géneros, por un lado; y por otro, entre los actores institucionales del diamante del cuidado planteado por Shara Razavi (2007), es decir entre las familias, el Estado, el mercado y las comunidades.

Construyendo sobre el marco establecido por Diane Elson, así como las normas internacionales de trabajo decente y los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas, la Organización Internacional del Trabajo (Adatti *et al.*, 2018) propuso agregar una cuarta y quinta coordenada a fin de promover políticas de cuidado transformadoras así como condiciones de trabajo más justas para quienes brindan cuidados: iv) La *recompensa* y promoción de más trabajo remunerado de cuidados en condiciones laborales decentes; v) Garantizar la *representación* de las personas trabajadoras de cuidado y los derechos de negociación colectiva de este sector.

Sin embargo, en contraste con estas propuestas, en la práctica, la representación de quienes están al frente de las relaciones de cuidado es sumamente compleja y atravesada por silenciamientos históricos. Específicamente en el contexto mexicano, las experiencias, los conocimientos y las voces de las personas cuidadoras no remuneradas de tiempo completo siguen siendo periferizadas en la mayor parte de los debates públicos, sociales y académicos. Este artículo explora las implicaciones vividas de navegar las aguas profundas de los esfuerzos organizativos de base entre cuidadoras no remuneradas y de largo plazo en latitudes que dialogan con la coordenada de representación.

El primer apartado de este artículo presenta una revisión condensada de las recomendaciones y medidas específicas que van emergiendo en torno a la representación desde ámbitos de deliberación que se mueven en el ámbito de las cinco coordenadas expuestas (el marco de las 5R). Este mismo apartado establece también un campo de diálogo entre las conceptualizaciones de las políticas de cuidado que emanan de este marco de referencia y la ética feminista de los cuidados. Después de haber tendido un puente entre los debates actuales en torno a la coordenada de la representación y las nociones de las políticas en el ámbito de los cuidados desde las éticas feministas, el artículo contrasta estos debates los discernimientos desde un proceso de investigación acción participativa (IAP) que respalda los esfuerzos organizativos de base de cuidadoras no remuneradas en la colectiva Yo Cuido México.

En este sentido, el tercer apartado de este artículo esboza los antecedentes y la metodología específica del proyecto de IAP. Esta sección también presenta una selección de hallazgos preliminares que se manifiestan al navegar procesos que buscan hacer tiempo y espacio para las experiencias, los conocimientos y las voces de cuidadoras no remuneradas. La conclusión reúne los ámbitos de conversación al hacer explícito los campos de tensión identificados y al extender las nociones en torno a la coordenada de representación y las políticas de cuidado transformadoras.

### **La coordenada *Representación* y las políticas de cuidado**

En seguimiento al planteamiento del modelo extendido de las 5R, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) ha planteado una serie de recomendaciones y medidas específicas para propiciar “un entorno de política transformador” (Adatti et al., 2019, p. 290) y “la mejor vía hacia el trabajo de cuidados decente” (Adatti et al., 2019, p. 334). Las recomendaciones se organizan en cuatro dimensiones. Este apartado presenta una revisión condensada de las recomendaciones y medidas específicas en torno a la coordenada “representación” y establece un diálogo con la conceptualización de las políticas de cuidado transformadoras que emana del modelo extendido de las 5Rs.

#### *Aclaraciones conceptuales*

Antes de embarcar en la revisión de las recomendaciones y medidas concretas existentes en torno a la coordenada de la representación, es importante aclarar algunos aspectos conceptuales base para hacer explícito qué marcos de referencia atraviesan este escrito:

#### *Cuidados*

Los cuidados se sitúan en nuestras vidas cotidianas. En este sentido, las palabras que recorren estas páginas parten del posicionamiento que los cuidados son una categoría necesariamente multivocal y dinámica para la cual no puede existir una definición universal que va más allá de algunos sentidos comunes que nos orientan y que nos permiten reconocer cada vez mejor nuestras interdependencias. Pensar los cuidados de esta manera invita a dialogar entre más voces, escucharnos y así buscar un punto de partida para seguir analizando qué injusticias se pueden estar dando y qué prácticas de bienestar vamos consi-

guiendo al colocar la elaboración cotidiana del espacio vital al centro de nuestras deliberaciones. Dicho esto, y en el entendimiento que se trata de un faro para seguir deliberando los significados aterrizados de los procesos en torno al cuidado, este artículo se orienta por una definición amplia de los cuidados. Esta definición fue propuesta por Berenice Fisher y Joan Tronto (1990, p. 40) desde el contexto anglosajón y sigue resonando en muchos espacios hasta el día de hoy:

En el plano más general, sugerimos que el cuidado sea visto como una actividad característica de la especie humana que incluye todo lo que hacemos para mantener, continuar o reparar nuestro ‘mundo’ de tal modo que podamos vivir en él lo mejor posible. Este mundo incluye nuestros cuerpos, nuestras individualidades y nuestro entorno, que intentamos mantener en una red compleja que sostiene la vida.

Considero que es importante hacer una especificación en esta definición, ésta consiste en sumar las palabras “de interdependencias”: “[...] que intentamos mantener en una red compleja de interdependencias que sostiene la vida.” Esta ampliación enfatiza las interdependencias que son inherentes a la vida: Somos vulnerables, todas las personas necesitamos cuidados para sobrevivir, en cada momento de nuestras vidas, y la vida humana depende de la vida en este planeta. Dicha especificación emerge de la motivación que impulsa este escrito y que consiste en abonar a rutas que nos aproximan a paisajes donde la red ineludible de interdependencias que somos deja de ser una historia de explotación y fragilidad para dar espacio a relatos de corresponsabilidad desde el reconocimiento de la vulnerabilidad que nos es común.

#### *Cuidados intensos, extensos y especializados*

El concepto de cuidados intensos, extensos y especializados surge de las reflexiones de las participantes de Yo Cuido México y en particular de la fundadora de esta colectiva, Margarita Garfias (08.06.2021).

La conceptualización de los cuidados intensos, extensos y especializados nos permite entender el mundo desde la noción que todas las personas requerimos cuidados desde el primer respiro hasta el último suspiro de la vida. Sin embargo, hay personas que requieren de más cuidados para poder vivir su día a día. Los cuidados intensos y extensos son provistos por otra persona, en tanto la persona que requiere esos cuidados no es capaz de dárselos por cuenta propia

(por ejemplo, en distintos momentos de la infancia y en algunos casos durante una enfermedad y el periodo de recuperación, durante la tercera edad o ante algunos tipos de discapacidad). Además de ser intensos y extensos, los cuidados especializados requieren de conocimientos previos y formación, son proporcionados por otra persona ya que la persona que los requiere, por su falta de autonomía psíquica, física, motriz, sensorial o todas ellas, no puede satisfacerlos por sí misma.

En este sentido, este escrito se distancia de la noción de relaciones de cuidado que categorizan a las personas en aquellas personas que reciben cuidados y aquellas personas que los brindan. Al contrario, este artículo parte de que todas las personas requerimos siempre cuidados y que la gran mayoría también brindamos cuidados, de manera más o menos extendida. Dicho esto, se reconoce claramente que existen grupos específicos de la población que no podrían vivir su día a día sin el trabajo de cuidados intenso, extenso y/o especializado de otras personas: a) En la primera infancia y la vejez; b) Durante una enfermedad física o emocional o convalecencia temporal; c) Al lidiar con enfermedades crónicas y algunos tipos de discapacidad (Garfías & Vasil'eva, p. 19).

*Asegurar la participación plena y efectiva de las mujeres a todos los niveles en la vida política, económica y pública*

La primera línea de recomendaciones en torno a la coordinada de representación enfatiza la importancia de asegurar la participación plena y efectiva de las mujeres, así como la igualdad de oportunidades para el liderazgo femenino, en todos los niveles de la toma de decisiones en la vida pública, política y económica. Esta dimensión de recomendaciones pone énfasis en promover la presencia de mujeres de grupos infrarrepresentados, como por ejemplo minorías étnicas, pueblos indígenas, personas con discapacidades, personas que viven con VIH. Según esta línea de argumentación, asegurar las presencias diversas de mujeres en los procesos de deliberación y toma de decisiones es una estrategia eficaz para que las realidades y necesidades en torno al reconocimiento, reducción y redistribución de las labores de cuidados no remunerados, así como su debida recompensa, se incorporen con fuerza en las políticas, legislaciones, así como prácticas de los lugares del trabajo remunerado (Adatti et al., 2019, p. 329).

Entre las medidas concretas se mencionan acciones afirmativas, establecidas en línea con la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, así como el Convenio de la OIT sobre la discriminación en el empleo (núm. 111). Las medidas incluyen cuotas de género, campañas de sensibilización, formación y educación para contrarrestar los estereotipos y sesgos de género, así como para promover mejores políticas laborales y servicios de cuidado a fin de que las personas cuidadoras no remuneradas puedan conciliar su vida laboral y personal (Adatti et al., 2019, p. 329).

*Promover la libertad sindical para los trabajadores y las trabajadoras, así como empleadores y empleadoras del cuidado*

La segunda línea de recomendaciones enfatiza que el trabajo remunerado de cuidados, especialmente si se trata de cuidados de larga duración y trabajo del hogar, implica condiciones sumamente precarias para la gran mayoría de las personas que se emplean en estos ámbitos a lo largo y ancho del mundo. Al mismo tiempo, las tasas de afiliación sindical son bajas, generalmente en todos los subsectores de los cuidados. En este sentido, se plantea promover la sindicalización de las personas trabajadoras remuneradas de los cuidados y de quienes realizan trabajo remunerado del hogar (Adatti et al., 2019, p. 330).

Esta dimensión de medidas concretas hace referencia a la capacidad de organización global de las personas trabajadoras del hogar remuneradas. Laborando en uno de los sectores más precarizados, estas trabajadoras lograron organizarse en la Federación Internacional de Trabajadores del Hogar. Dicha Federación reúne y representa a 500 000 trabajadoras y trabajadores en 54 países en África, Asia, América Latina y del Norte, Caribe y Europa. Este ejemplo deja claro que el horizonte de organización sindical es alcanzable, también para otros grupos de trabajadoras y trabajadores de cuidados (Adatti et al., 2019, p. 330).

Otro ejemplo que se nombra se sitúa en Finlandia. En este contexto, la legislación nacional estipula que los municipios son responsables de prestar asistencia personal a las personas con discapacidades que lo requieran. Hoy en día un porcentaje muy bajo de estas personas asistentes personales están sindicalizadas. Desde este lugar, el Sindicato del Sector Público y de Bienestar Social, donde se articulan las trabajadoras y los trabajadores de asistencia personal, está promoviendo una red virtual que recoge y sistematiza los problemas y deseos de las personas asistentes personales para vincularlas con los servicios de

asesoramiento y apoyo por parte del sindicato con la motivación de materializar vínculos entre las personas asistentes sindicalizadas y no sindicalizadas (Adatti et al., 2019, p. 330).

*Promover el diálogo social y fortalecer el derecho de negociación colectiva en los sectores de cuidados*

La tercera línea de recomendaciones desprende del hecho que en ámbitos donde la sindicalización no es un camino posible (y también donde lo es) son clave el diálogo social y la negociación colectiva entre el Estado, las y los empleadores, así como todos los actores en los distintos subsectores de la economía del cuidado. El diálogo social es un camino importante para que las normas de trabajo respondan tanto a los intereses de las y los trabajadores del cuidado como a los intereses de las personas que requieren sus cuidados – ya que mejores condiciones de trabajo mejorarían como consecuencia también la calidad de los cuidados brindados. En este sentido, la recomendación consiste en promover el diálogo social y la negociación colectiva de las trabajadoras y los trabajadores del cuidado, incluyendo aquellas que se encuentran laborando en la economía informal, así como las cuidadoras y cuidadores no remunerados (Adatti et al., 2019, p. 331).

Como ejemplos de prácticas concretas que ya se ejercen, se nombran mecanismos de negociación salarial para fijar los salarios de las trabajadoras y los trabajadores del hogar en Argentina y Uruguay. También se hace referencia a los esfuerzos de las cuidadoras y los cuidadores remunerados a domicilio en California e Illinois de Estados Unidos que siguieron con fuerza hasta obtener el derecho de negociar directamente con estos estados (Adatti et al., 2019, p. 332), así como la acción colectiva de las y los trabajadores de distintos sectores de cuidados remunerados que se unieron en Nueva Zelanda a través de la acción legal para combatir la infravaloración sistémica de los salarios en estos sectores (Adatti et al., 2019, p. 319).

*Promover alianzas amplias*

La cuarta línea de recomendaciones emana del hecho de que la articulación de políticas de cuidados integradas, coordinadas y transformadoras requiere de alianzas sólidas y amplias entre todos los agentes implicados. Las personas que laboran en distintos subsectores de cuidados pueden estar viviendo problemas similares en cuanto a sus condiciones de trabajo. En consecuencia, la creación



de alianzas entre distintos ámbitos de la economía del cuidado puede ser importante a fin de que las personas que laboran en estos sectores vean representados sus intereses (Adatti et al., 2019, p. 331).

Las recomendaciones que emanan de este punto de partida consisten en articular alianzas entre los sindicatos que representan a las trabajadoras y los trabajadores de cuidados, por un lado. Por el otro, esta línea de recomendaciones propicia la materialización de alianzas amplias entre estos sindicatos y las organizaciones que representan a las personas que requieren de cuidados extensos, así como las organizaciones que representan a cuidadoras y los cuidadores no remunerados. Las recomendaciones también indican que la participación de organismos estatales en estas alianzas puede resultar en políticas públicas que respondan mejor a las necesidades y las circunstancias de vida, tanto de las personas cuidadoras remuneradas y no remuneradas como de las personas que reciben estos cuidados (Adatti et al., 2019, p. 331).

Como ejemplos donde estas agendas se han materializado en prácticas, se nombran las experiencias de Uruguay y Costa Rica. Ambos países han institucionalizado mecanismos de coordinación intersectorial y han vinculado sus políticas de cuidado –los llamados Sistemas Integrados de Cuidado– con los respectivos sistemas de protección social. Se nombran también ejemplos de Estados Unidos donde en la campaña *Caring Across Generations* articula a las personas no remuneradas, remuneradas, así como empleadores y las personas receptoras de cuidados con la motivación de generar un cambio general en la política y la cultura en materia de cuidados (Adatti et al., 2019, pp. 332-333).

### **De la representación a las políticas de cuidado y de vuelta**

A lo largo y ancho de las sociedades, los cuidados han sido históricamente asignados a las mujeres, adolescentes y niñas. La mayor parte de esta labor no recibe remuneración alguna, no es considerada como trabajo sino como el destino “natural” femenino y se genera al interior de los hogares y comunidades en condiciones de precariedad. Por esta razón, el trabajo de cuidados es socialmente invisibilizado y su distribución asimétrica implica enormes cargas de trabajo para las personas cuidadoras, quienes frecuentemente no tienen más opción que ejercer esta labor en detrimento de su propia persona. A escala mundial, las mujeres y más aún aquellas que viven en condiciones de pobreza, proveen más de tres

cuartas partes<sup>1</sup> del trabajo de cuidados no remunerado (Adatti et al., 2019, p. 43). Ellas resuelven uno de los mayores problemas públicos de nuestro tiempo, ya que sin este trabajo el resto de las actividades no puede funcionar; esto incluye a los ciclos de la economía monetizada que dependen de la disponibilidad de personas regeneradas y listas para producir.

Partiendo de este contexto global, en términos resumidos, podemos constatar que las deliberaciones existentes en torno a la coordinada de representación buscan asegurar la mayor diversidad posible de las voces, miradas y los saberes de las mujeres en todos los niveles de los procesos de negociación y toma de decisiones. El argumento base es que asegurar estas presencias permite moldear las lógicas de todas las instituciones que coordinan nuestra vida en sociedad. La ruta de recomendaciones concretas que se despliega en esta coordinada incluye medidas en los sectores formales e informales de trabajo remunerado en general. A la par se enfatiza especialmente la importancia de tender puentes entre la multiplicidad de los sectores de cuidados remunerados y no remunerados. En este tenor, se plantea promover la sindicalización de las y los trabajadores remunerados, así como la negociación colectiva, tanto de las personas cuidadoras remuneradas como no remuneradas, a través de alianzas amplias no solo entre quienes brindan cuidados, sino también con quienes reciben estos cuidados.

Desde este lugar de enunciación, las políticas de cuidado y las políticas transformadoras de cuidado son definidas como:

[...] las políticas públicas que asignan recursos para reconocer, reducir y redistribuir los cuidados no remunerados en forma de dinero, servicios y tiempo. Su papel es fundamental para ocuparse del trabajo de cuidados no remunerado, promover la igualdad de género y mitigar

---

<sup>1</sup> Esta estadística fue elaborada basado en encuestas sobre el uso del tiempo llevadas a cabo en 64 países (que representan casi el 70 por ciento de la población mundial en edad laboral). Cabe mencionar que esta cifra es un subestimado ya que las encuestas de uso de tiempo no capturan aspectos sustantivos por basarse en un concepto de tiempo lineal. Muchos procesos del cuidado se traslapan, ocurren en lo paralelo y de manera interdependiente, por lo cual estos conceptos de medición no logran capturar la trascendencia estructural del trabajo, ni la cantidad y variedad ingente de horas invertidas.

las desigualdades a que hacen frente las personas con muchas necesidades de cuidados, así como las mujeres, las niñas y las personas pertenecientes a grupos socialmente desfavorecidos que habitualmente prestan cantidades ingentes de cuidados no remunerados (Adatti et al., 2019, p. 113).

Por políticas de cuidado transformadoras se entiende aquellas que, al mismo tiempo, garantizan los derechos humanos, la actividad y el bienestar de las cuidadoras y cuidadores, tanto remunerados como no remunerados, así como los de las de las personas que reciben los cuidados, evitando potenciales contrapartidas y haciendo de puente entre intereses opuestos (Adatti et al., 2019, p. 113).

Construyendo sobre ello, se identifican cinco ámbitos fundamentales para la formulación, aplicación y la evaluación de políticas de cuidado transformadoras (véase a detalle en Adatti et al., 2019, p. 114).

1. Políticas relativas a licencias (derechos para que personas con un empleo formal puedan tomarse tiempo para cuidar mientras conservan sus derechos de seguridad social).
2. Modalidades de trabajo remunerado conciliables con la vida familiar (medidas que permiten que las personas empleadas cambien sus pautas de trabajo a fin de permitir el equilibrio entre las responsabilidades laborales y de cuidados).
3. Servicios de cuidado directo (servicios de cuidados directos a domicilio y/o institucionales que redistribuyen a través de la prestación de servicios públicos y/o no lucrativos cierta parte de los cuidados no remunerados; énfasis en la primera y segunda infancia, así como en personas adultas mayores y con enfermedades y discapacidades).
4. Prestaciones de protección social (prestaciones en forma de transferencias monetarias o en especie a personas que requieren de cuidados intensos, extensos y/o especializados y a personas cuidadoras no remuneradas).
5. Infraestructuras pertinentes para los cuidados (reducen las cargas de los trabajos del hogar, como conseguir agua, procurar saneamiento y energía eléctrica).

El presente escrito se despliega en la noción que las conceptualizaciones de la coordinada de representación y de las políticas de cuidado revisadas en este apartado, se sitúan en un lugar de enunciación que incorpora puntualmente algunas de las desigualdades que se materializan a lo largo y ancho de las sociedades en el contexto de un modelo socioeconómico que expulsa a una esfera mística llamada “externalidades” los cuidados que sostienen a todas las personas y a la vida no humana. Desde este lugar de enunciación, el fin último consiste en asignar recursos en forma de dinero, servicios y tiempo para que el Estado, en su calidad de garante de derechos, y el mercado, en su calidad de empleador, puedan asumir mayor corresponsabilidad en los cuidados y así contribuir a la disminución de algunas de las desigualdades que afectan desproporcionalmente a las mujeres y niñas, así como de algunas de las desigualdades que se materializan en las vidas de las personas con necesidades más extensas de cuidados.

Según esta lógica, la asignación de dichos recursos permitiría a las personas conciliar mejor las responsabilidades de cuidados familiares, por un lado, y el desenvolvimiento laboral, por otro lado. Se trata entonces de asignar recursos para que las personas en general, y las mujeres en particular, nos podamos insertar mejor al y permanecer en el trabajo remunerado. Aquí se perfila un supuesto base que no está formulado de manera explícita: En esta línea de argumentación, se entiende que el fin último de la existencia humana es el trabajo remunerado que, a su vez, se concibe como un vehículo para hacer frente a desigualdades puntuales que se puedan estar materializando en nuestras vidas. Los cuidados se colocan en una posición periférica, al estar enmarcados como una carga y como un pilar de las desigualdades.

En contraste con las conceptualizaciones revisadas hasta aquí en este apartado, las siguientes páginas de este artículo dialogan con posicionamientos políticos y éticos feministas que, en palabras de Joan Tronto, “trasladan los cuidados de su posición periférica a una ubicación central para la vida humana” (Tronto, 1993, p. 101; traducción J.V.). Tronto argumenta a favor de aproximaciones más políticas y feministas a las deliberaciones en torno a las transformaciones pertinentes y urgentes para navegar hacia sociedades donde el cuidado de todos los procesos que sostienen la vida, es decir la vida humana y no humana, no es un medio sino el fin último. Su línea de argumentación muestra cómo la provisión de la mayor parte de los cuidados que sostienen el mundo

está en manos de las personas que acumulan injusticias y desigualdades vividas a lo largo de sus trayectos vitales; desigualdades e injusticias que se articulan en interacción con el género, la clase, la etnia, procedencia, el color de piel y otras dimensiones que nos colocan en el mundo social. Esto desata ciclos viciosos que desembocan en la devaluación de los cuidados y, por ende, de quienes brindan cuidados (Tronto 1993, pp. 101-126).

Con esta calibración de la brújula que orienta las palabras que recorren estas páginas, este artículo parte de que articular acciones transformadoras en el ámbito de los cuidados implica asignar no solo recursos como dinero, servicios y tiempo a los procesos de cuidado (Adatti et al., 2019, p. 113), sino también importancia. La transformación sucede cuando dejamos de considerar al cuidado y a las actividades de cuidados (Ríos, 2020) como un medio y los pensamos como un fin en sí. La transformación sucede cuando situamos los cuidados en el centro de la política, y desde allí hacemos espacio para las voces, experiencias y los saberes de quienes hasta ahora han sostenido la mayor parte de los cuidados.

A lo largo y ancho del mundo la mayor parte de los cuidados es provista de manera no remunerada: Cada día más de 16.000 millones<sup>2</sup> de horas se dedican a los cuidados no remunerados en todo el mundo. Con el cambio demográfico que implica el envejecimiento de la población mundial, el aumento de enfermedades crónico-degenerativas, así como el crecimiento drástico de los diagnósticos de discapacidades adquiridas (Feigin et al., 2020) y psicoemocionales (WHO, 2022), estas cifras van a aumentar con un impacto desproporcionado en las mujeres (Adatti et al. 2019, pp. 43 y 122).

En América Latina y en México, el trabajo no remunerado de cuidados representa casi la mitad del tiempo de trabajo de la población; las mujeres y niñas proveen tres cuartas partes de este trabajo (ONU Mujeres, 2020; INEGI, 08.10.2020). Quienes brindan los cuidados no remunerados que sostienen la mayor parte de los procesos, vínculos y relaciones del cuidado se desenvuelven en una red sumamente fragmentada. Esto se debe a que, en contextos donde la provisión de los cuidados no se concibe como un asunto público y colectivo, las personas y los hogares resolvemos nuestras necesidades de cuidados según las estrategias a nuestro alcance; en sociedades que son cada vez más desiguales

---

<sup>2</sup> Aquí aplica la misma anotación de nota de pie 2.

estas estrategias son sumamente diferenciadas lo cual cultiva un paisaje abigarrado de arreglos, lógicas y actoras.

El denominador común es que, en la mayor parte de estos arreglos, estamos ante estrategias que se deducen implícitamente de supuestos de que los cuidados son un asunto individual que se ha de resolver en las familias y que es la responsabilidad “natural” de las mujeres (OIT & Gallup, 2017; Galeana & Vargas, 2015). Aquí reside uno de los mayores retos para la articulación de espacios de representación para las voces, las experiencias y los saberes de quienes hoy en día están al frente de las relaciones de cuidado: Se trata de un paisaje de actoras sumamente disperso, compuesto en gran parte por personas cuyas vidas se desenvuelven en ciclos de pobreza de tiempo aguda debido a las sobrecargas que implica cuidar en sociedades que no se corresponsabilizan de los cuidados. Se trata también de un paisaje donde amplias capas de quienes asumen estas labores no las reconocen como un bien público y común que ellas están generando, sino como un deber “natural”, incuestionable e inconsciente.

Desde estas realidades, el camino hacia las alianzas amplias entre quienes brindan cuidados de manera no remunerada y remunerada, así como la negociación colectiva, planteadas en la coordenada de representación, son caminos de largo aliento que a momentos pueden parecer hasta imposibles. ¿Será por esta razón que los planteamientos en torno a la coordenada de representación revisados en este apartado se refieren principalmente a prácticas existentes en los sectores de cuidados remunerados en distintas partes del mundo?

No obstante, aunque luzca complejo y lleno de vientos en contra, muchas actoras a lo largo y ancho de las sociedades están explorando este camino. ¿Qué nos enseñan estas experiencias? ¿Cómo dialogan estas experiencias tanto con las coordenadas de la representación como con los ámbitos de acción estratégicos para articular políticas en pos de la transformación de los arreglos de cuidado que imperan en las sociedades que habitamos? ¿Cómo cultivar escucha comprometida con los mundos de referencia de las personas que sostienen a las sociedades a través de los cuidados? ¿Cómo establecer coordenadas que dialogan con estos mundos de referencia para poder navegar hacia las transformaciones profundas que nos encaminan hacia sociedades que sitúan los cuidados en su centro? ¿Qué papel pueden asumir los procesos de investigación en la construcción de dichas rutas de acción? Los siguientes apartados establecen un

campo de reflexión en torno a estas preguntas a través de los hallazgos preliminares desde un proceso de investigación acción participativa (IAP) con cuidadoras no remuneradas en México.

## **Reflexiones desde un proceso de investigación acción participativa con cuidadoras no remuneradas en México**

### *Antecedentes*

El proyecto se consolidó durante la pandemia del coronavirus que intensificó la injusta organización social de los cuidados, y en cuyas etapas más críticas los hogares se convirtieron en un eje central de la acción pública para responder a ella. Por un lado, la pandemia incrementó las cargas de trabajo y acentuó la crisis de cuidados que la gran mayoría de las cuidadoras no remuneradas enfrentan estructuralmente en su día a día (Garfías & Vasil'eva, 2020). Si bien este contexto parece haber intensificado las deliberaciones en torno a políticas integrales de cuidado específicamente en México, los conocimientos y las voces de las trabajadoras no remuneradas de cuidado<sup>3</sup> de tiempo completo siguen siendo periferizadas en la mayor parte del debate académico, público y social.

Por otro lado, como lo muestra esta iniciativa de IAP, la virtualización de las dinámicas sociales que conllevó la pandemia también fue una oportunidad para ampliar las alianzas y los esfuerzos organizativos de base entre cuidadoras no remuneradas que buscan arreglos de cuidados más justos y soluciones a los enormes retos que enfrentan todos los días. Esto se debe a que las intensas jornadas de trabajo –24 horas al día, 7 días a la semana– confinan a la mayoría de las cuidadoras de tiempo completo a sus hogares y les priva de espacio y tiempo para ser parte de dinámicas presenciales más allá de sus hogares. En ese sentido, esta iniciativa evidencia que las tecnologías digitales y las redes sociales pueden fortalecer la conectividad entre, y abrir espacios para, voces que han sido históricamente silenciadas. Esto puede ser una vía de salida del aislamiento

---

<sup>3</sup> En gran parte, este ensayo se refiere a trabajadoras no remuneradas de cuidado o cuidadoras para reflejar el hecho que son en gran mayoría las mujeres (véase apartado anterior) quienes hoy en día llevan a cabo el trabajo de cuidados no remunerado y remunerado. Por esta misma razón, esta etapa de la iniciativa de IAP sobre la cual reflexiono en este escrito articula espacios de colaboración y un esfuerzo organizativo entre mujeres cuidadoras.

físico y emocional que muchas cuidadoras no remuneradas perciben como parte de su día a día.

### **“Cuidado, venimos marchando”**

El 10 de noviembre de 2019 un grupo de cuidadoras no remuneradas de largo plazo, quienes forman parte de un ecosistema más amplio de organizaciones sociales de distintos lugares del país, llevaron a cabo la primera marcha en México a favor del derecho humano al cuidado. Esta manifestación tuvo lugar de manera simultánea en varias ciudades de México y América Latina, como parte de Yo Cuido<sup>4</sup>, una red regional que reúne a trabajadoras del cuidado y organizaciones de base en Chile (convocado por Mariela Serey), Perú (convocado por Mirella Orbegozo), México (convocado por Margarita Garfias) y Argentina (convocado por Fedra Justo) para abogar por los derechos de quienes están al frente de las relaciones de cuidado y de quienes requieren cuidados intensos, extensos y especializados. En México, más de 350 cuidadoras y sus familias se unieron en esta marcha. Este paso histórico consolidó a la colectiva Yo Cuido México, la cual “Surge como un grito de auxilio ante las desigualdades y retos que viven las personas, en su mayoría mujeres, que cuidamos a familiares con necesidades de cuidados extensos producto de discapacidad, enfermedades poco frecuentes, diagnósticos crónicos, y el paso de los años” (presentación interna de Margarita Garfias, 27.09.2021, p. 3). A diferencia del ecosistema de organizaciones sociales antes mencionado, esta colectiva se formó con el propósito explícito de impulsar el reconocimiento “del trabajo de cuidados y los derechos de las trabajadoras/es del cuidado no remunerado”, así como el reconocimiento “del derecho al tiempo propio de las mujeres” (presentación interna

---

<sup>4</sup> Yo Cuido es una red de base de trabajadoras no remuneradas de cuidados, impulsada en 2017 por Mariela Serey en Villa Alemana, Chile. Mariela fue la cuidadora principal de su hija Amelia, quien vivió con parálisis cerebral hasta su muerte, a la edad de cuatro años. Mariela aboga por los derechos de las cuidadoras, organiza redes territoriales de cuidadoras y se convirtió en delegada ante la Convención Constitucional por el distrito seis de Chile en 2022 (Yo Cuido Chile, 15.08.2018; Serey, 18.10.2022; Andrade, 2022).



de Margarita Garfías, 27.09.2021, p. 3). En palabras<sup>5</sup> de Margarita Garfías (26.02.2022), fundadora de Yo Cuido México, cuidadora principal de Carlos, su hijo de 19 años con discapacidad múltiple y epilepsia fármaco resistente, el esfuerzo organizativo emanó de las siguientes experiencias:

Muchos de los esfuerzos organizativos de las cuidadoras se concentran en las necesidades y retos de los familiares que requieren cuidados intensos y extensos. Entonces las cuidadoras nuevamente están en un segundo plano [...] Y muchas veces cuando entienden esto es porque ya están colapsando, porque ya no pueden más. Porque ya fueron por un ataque de nervios, ya no las dejaron salir del psiquiátrico, porque ya traen una neumonía, una bronquitis, porque ya no las dejaron salir del hospital, y ahora si “¿Quién cuida a mi hijo? Ay, una enfermera, no la puedo pagar.” Se alejaron de la familia o la familia se alejó de ellas y no tejieron esa red, que precisamente requieren las personas de cuidados intensos, extensos y especializados. Por lo regular, cuando nos reconocemos como cuidadoras, como trabajadoras del cuidado, es porque ya no podemos dar ni un paso. Entonces es muy difícil.

Poco después de la marcha del 10 de noviembre de 2019, la pandemia del coronavirus aterrizó en el territorio mexicano e impactó esos esfuerzos organizativos incipientes. Había participado en la manifestación y construido lazos de colaboración con algunas participantes de la colectiva –este esfuerzo me estaba llamando claramente-. Ya desde hace algunos años formaba parte de los esfuerzos de impulsar una organización social más justa de los cuidados en México, principalmente en espacios de incidencia y diseño de políticas públicas desde una organización de la cooperación internacional para el desarrollo. Sin embargo, en 2017 detuve todo lo demás para responder a una emergencia y cuidar a mi madre durante una crisis de salud de ella y a mi hermano de diez años, así como a mi tía en el proceso de enfermedad progresiva y fallecimiento. Estas experiencias fueron formativas y cambiaron mi perspectiva profundamente. Una vez que mi madre fue capaz de retomar su vida, sentí un llamado muy claro a contribuir a los esfuerzos organizativos de cuidadoras no remuneradas.

---

<sup>5</sup> Este ensayo sólo comparte información de las participantes de la iniciativa que así lo han autorizado en forma explícita.

Así, durante las primeras etapas de la pandemia construí una alianza con la estación de radio NoFM y la organización Alta-Voz Social y Cultural A.C. para co-crear un proyecto de radio comunitaria sobre los cuidados. En este momento entendí que quizás este proyecto radiofónico podría ser un vehículo para que las integrantes de Yo Cuido México, quienes después de la marcha y con el inicio de las medidas de confinamiento en el contexto pandémico no tenían muchos momentos de confluencia, podrían coincidir de manera virtual, en una actividad específica, compartiendo sus experiencias y creando una serie de podcasts.

Las compañeras de Yo Cuido México aceptaron la invitación y se unieron al proyecto radiofónico. La creación de los podcasts materializó un proceso vital de aprendizaje compartido y un intercambio de experiencias entre quienes estuvimos implicadas, experiencias que quizás ni siquiera palpábamos de manera consciente antes de encontrarnos en este diálogo. Diseñamos y creamos la serie de podcasts<sup>6</sup> *Escucha con Cuidado*<sup>7</sup> en un ciclo de reflexión en torno a las siguientes preguntas subyacentes: “¿Qué significa cuidar? ¿Cómo suenan los cuidados? ¿Cómo son los espacios donde cuidamos? ¿Cómo son los territorios de los que cuidamos y que nos cuidan? ¿Cómo nos cuidamos? ¿Qué reflexiones emergen entre quienes normalmente cuidamos sin confluir?” Durante cinco meses creamos nueve podcasts (NoFM *et al.*, 2020) en pequeños equipos que se agrupaban en torno a temas que las propias participantes propusimos y el grupo completo discutió en sesiones plenarias virtuales. Estos temas incluyeron al cuidado de sí; la experiencia de cuidar; consejos entre cuidadoras; la construcción del movimiento Yo Cuido y el surgimiento de Yo Cuido México; los tiempos del cuidado; el cuidado comunitario; así como el proceso de creación de los podcasts.

Mientras trabajaba en el proyecto radiofónico, entré al programa de doctorado que curso en la actualidad y consideré que podía seguir contribuyendo a

---

<sup>6</sup> Muchas gracias a Erika Arroyo Guerrero, Ana Martínez De Buen, Mónica Moreno Bayard, Rafael Rodríguez Victoria, Sebastian Morales y Benjamin Eliezer Morales Moreno por todo su dedicación y trabajo en la facilitación del proceso de creación de los podcasts.

<sup>7</sup> En línea: <https://podcasters.spotify.com/pod/show/alta-voz-social-y-cultural>

la generación de tiempo y espacio de confluencia como lo había hecho con *Escucha con Cuidado*. También me di cuenta de que podría hacer esto con las compañeras de la colectiva Yo Cuido México, todavía en proceso de formación, si ellas decidían sumarse a este viaje. Fue así como empezó un proceso gradual de construcción de confianza y colaboración.

### *Metodología*

El proceso de IAP tiene dos objetivos generales: i) Contribuir a la consolidación de un esfuerzo organizativo de base entre cuidadoras con responsabilidades intensas y extensas de cuidado y de largo plazo que se articulan en la naciente colectiva Yo Cuido México y en conexión con el movimiento de Yo Cuido; ii) Articular lógicas y espacios de trabajo donde las participantes de la colectiva y las cuidadoras con quienes ellas colaboran en territorios específicos puedan (re)construir las nociones de sí mismas tras décadas del olvido de sí y reconocerse como sujetas de derechos, como personas con necesidades, experiencias, saberes y experticias valiosas.

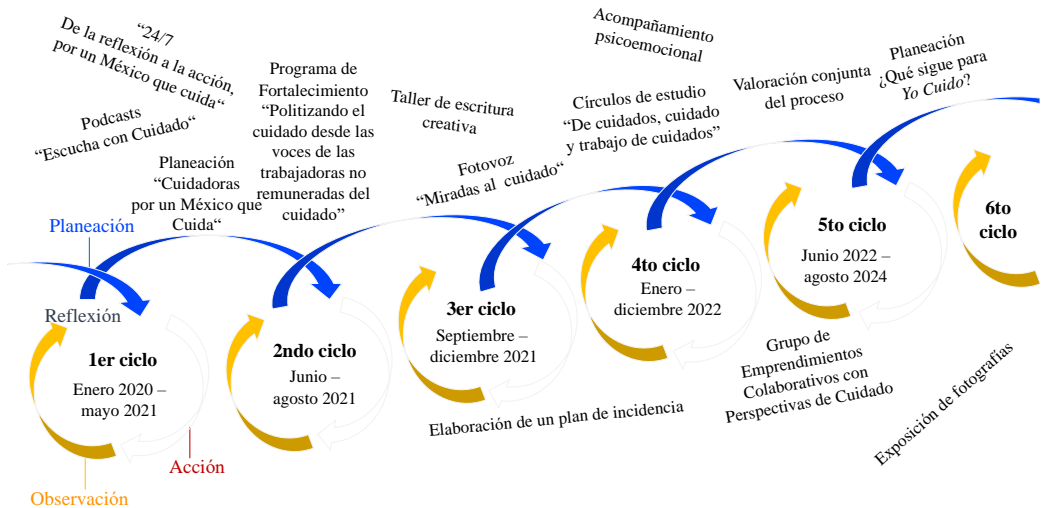
Construimos el proceso de investigación acción participativa principalmente de manera virtual, en múltiples ciclos reiterativos (véase ilustración 1) de planeación-acción-observación-reflexión (en diálogo con Stringer & Ortiz, 2020; Maguire, 1987; Lewin, 1946) que reúnen a cuidadoras no remuneradas de 11 estados de México, así como de Chile y Perú.<sup>8</sup> Inicialmente registramos 50 participantes y hemos llegado a 237 participantes durante el cuarto ciclo de IAP. Con el tiempo el número se fue ajustando y fluctuando, dependiendo de la época del año y las situaciones personales de cada una de las participantes. Este artículo presenta reflexiones y hallazgos preliminares principalmente de dos etapas: tercer ciclo (septiembre 2021 a diciembre 2021) y quinto ciclo (junio 2022 a agosto 2024).

---

<sup>8</sup> Ciudad de México (Cuauhtémoc, Venustiano Carranza, Iztapalapa, Magdalena Contreras, Álvaro Obregón, Benito Juárez, Xochimilco), Estado de México (Ecatepec, Nezahualcóyotl), Jalisco (Zapopán, Tlajomulco, Tonalá, Tlaquepaque, Arandas, Tepetitlán de Morelos), San Luís Potosí (Ciudad de San Luís Potosí), Hidalgo (Pachuca), Sonora (Hermosillo), Coahuila (Torreón), Zacatecas (Sombrerete), Tabasco (Villahermosa), Yucatán (Mérida), Oaxaca (San Pedro Pochutla). Lima, Perú. Región O'Higgins y Región de Valparaíso, Chile.

## Políticas del cuidado y el diálogo con las políticas públicas

Ilustración 1. Proceso de investigación acción participativa con cuidadoras no remuneradas en México y América Latina.



Elaboración propia. Ciclo de investigación acción propuesto por Lewin (1946), adaptado en diálogo con Maguire (1987) y Stringer & Ortiz (2020).

### *Volver a mirarse*

Las primeras etapas del proceso de IAP unieron sobre todo a las mujeres que habían organizado la marcha y que participan activamente en redes de apoyo mutuo entre cuidadoras y/o como activistas en organizaciones de base. A este grupo se unieron una participante de Yo Cuido Chile y tres de Yo Cuido Perú. Debido a que el proyecto inició en el momento más complejo de la pandemia por coronavirus, desarrollamos nuestra colaboración de manera remota a través de plataformas de video llamadas de fácil acceso y de mensajería instantánea. Esto permite a cuidadoras de distintos lugares conectarse. Sin embargo, esto también significa que solamente pueden participar compañeras que cuentan con un teléfono celular y acceso a internet, propio o prestado. Nuestros ciclos de trabajo iniciales se desarrollaron en dos niveles: Por un lado, esos tramos de organización de base articularon dinámicas de intercambio continuo, lo cual fomentó relaciones de confianza y apoyo mutuo; y por el otro, la dinámica desató

un proceso de aprendizaje colaborativo sobre las dimensiones estructurales de la organización social del cuidado y la interacción de éstas con la experiencia vivida de las participantes.

Después de reflexionar sobre las realidades, los retos y problemas, los aspectos de disfrute y las plenitudes así como frustraciones al cuidar, y de llevar a cabo sesiones temáticas con ponentes invitadas para acompañar lo vivido a nivel individual con reflexiones sobre las condiciones estructurales de la actual organización social de los cuidados, o con consejos prácticos y ejercicios que podrían apoyar a las participantes en resolver desafíos y problemas concretos que compartían con el grupo, iniciamos un ejercicio de *fotovoz* (Wang & Burris, 1997; Wang, 1999). Este ejercicio<sup>9</sup> abrió nuevos caminos a nivel individual y en las dinámicas grupales. Conforme se desarrollaba este ejercicio, empezamos a notar que las participantes retrataban distintas facetas de las personas a las que cuidan, así como del espacio que habitan y que no contábamos casi con ninguna fotografía de ellas mismas. De manera colectiva reflexionamos en qué sentidos esto refleja lo que es cuidar de manera intensa y extensa en una sociedad que no cuida. Para muchas cuidadoras cuidar en esas condiciones resulta en sobrecargas de trabajo que propician el olvido de una misma con tal de hacer lo que tiene que hacerse. Acompañadas de estas reflexiones por varias semanas, en nuestra última sesión virtual de *fotovoz* nos tomamos autorretratos y conversamos sobre cómo habíamos vivido la experiencia de trabajar con la fotografía, cómo nos incorporamos a este ejercicio, por qué lo hicimos, y cómo nos sentíamos al respecto. Éstas son algunas de las reflexiones, experiencias y hallazgos de las propias participantes:

Creo que lo que más me ha gustado de compartir con ustedes, es ver un reflejo diferente al mío, pero similar en muchos casos; logré reconocer el dolor, pero también la felicidad del cuidado, algo que también me ha dejado este taller. Y creo que nos hace falta hacer retratos de nosotras fuera del cuidado [la conexión se interrumpe por un momento]. Es un taller que nos hace vernos y también ver. Y eso fue algo muy nutritivo, les agradezco a todas el dejarme entrar a sus vidas en cierta forma. Quisiera cerrar diciendo que mirarse es muy importante,

---

<sup>9</sup> Una de las premisas del proceso de IAP consiste en cultivar conscientemente liderazgos colaborativos. Agradecemos a Malinaly Puente Álvarez por su trabajo en la facilitación de las sesiones de trabajo.

mostrarse es muy importante. Pero mirarnos a todas en este camino en el que compartimos entre dolor y el amor, es ver que la lucha tiene que seguir. No podemos mantenernos en la sombra. Es algo que también me llevo de las fotografías.

Sofía Martínez, 36 años.

Vive en la Ciudad de México

Cuidadora principal de su esposo, quien está enfermo de cáncer, y de sus dos hijos jóvenes.

Para mí fue un enfrentamiento, una introspección. Porque, yo les compartía, para mí no era fácil, porque para mí era también mostrarme muy vulnerable y no quería. Porque siempre había visto como la parte fuerte de mí, ¿no? Y el sentirme vulnerable como no me parece, muy fácil, pues. Y cuando empezamos a compartir las fotos, realmente fue una manera también de respirar, de decir: “Pues sí, mostrarte de esta forma estaba bien”. Y también sentirnos vulnerables, sentirnos hasta cierto punto, aaaahm, débiles, ¿no? Porque cuando muestras las fotos, no siempre eran fotos de mostrar alegría como dicen mis compañeras, ¿no? Era también mostrar que vivimos el cansancio, el enojo que muchas tenemos, la frustración, el cansancio. Y el ver qué es lo que vivimos, es nuestra vida natural. Y para mí fue como enfrentarme. Esteee, pues que era verme a mí, en mi estado vulnerable, que no estaba mal verme así. Porque todo el mundo tiende a decirnos que somos mujeres muy fuertes y guerreras, que con todo lo podemos, y shalala shalala. Y a veces nos la creemos. Entonces queremos tener fotos que muestran esta parte como muy positiva de vivir la discapacidad o el cuidado. Pero cuando vimos las fotos, ¿no?, pero cuando vimos las fotos de cuando cuidamos y cuando tenemos toda esta carga emocional, ay me pega mucho [llora]... para mi creo que fue una gran experiencia, muy, muy enriquecedora porque volteé a ver a mi interior, volteé a ver toda esta parte de mí que no conocía y que estaba bien sentirme, pues vulnerable. Ésta fue una de las cosas que más, más me pegó a mí. Y que también me hizo más fuerte.

## Navegar aguas profundas en búsqueda de ¿representación?

Erika Sevilla, 46 años.

Cuidadora principal de su hija de 14 años, Montse, quien tiene discapacidades múltiples, y de Iker, su hijo de 11 años.

Las reflexiones de Sofía y Erika revelan aspectos importantes de la amplia gama de discernimientos en las dimensiones individuales y colectivas que construimos durante el ejercicio fotográfico, al cual llamamos *Miradas al Cuidado*<sup>10</sup>. Este ejercicio fue una invitación a nombrar y compartir capas profundas de la cotidianidad, y a reconocer aspectos sutiles de la propia vida en las fotografías de las demás. A veces, absortas por el intenso día a día, nuestra mirada se vuelve borrosa o estrecha, y no podemos ver más allá. Esto puede implicar perder consciencia de que lo que vivimos y sentimos está en constante diálogo con un contexto más amplio que no brinda las condiciones adecuadas para cuidar, para recibir los cuidados que requerimos y para cuidarnos. Frente a esto, conocer las historias de otras cuidadoras que, aunque viven en distintos lugares, comparten las mismas experiencias, comenzó a revelar que las experiencias diarias de cada una no son necesariamente consecuencia de acciones individuales o de “malas” decisiones, sino de las dinámicas en una sociedad y economía que no asumen su corresponsabilidad en los cuidados. Éste es un hallazgo sumamente importante para cuidadoras que se organizan para negociar colectivamente arreglos de cuidado más justos, dado que los arreglos que existen hoy están basados en creencias profundamente arraigadas de que cuidar es una vocación esencialmente femenina y un asunto privado (Galeana & Vargas, 2015). Nuestro proceso de trabajo evidencia a lo largo de todos los ciclos de IAP que, rodeadas por estas creencias sociales, muchas cuidadoras sienten la obligación moral de cargar con la provisión de cuidados ellas solas, y experimentan sentimientos profundos de culpa cuando no logran cumplir con esta expectativa. Aun cuando esto sea imposible porque las capacidades de una sola persona son simplemente insuficientes –sobre todo en contextos socioeconómicos que sacrifican al bienes-

---

<sup>10</sup> Estamos planeando una exposición fotográfica para visibilizar los procesos y retos de cuidar entre personas de la comunidad y tomadoras de decisiones de los ámbitos gubernamentales local y nacional.

tar a cambio de un crecimiento económico que genera desigualdades, enfermedades, discapacidades adquiridas y necesidades de cuidados cada vez más extensas (Ríos, 16.02.2022, con base en Ríos, 2020).

Así como Erika encontró una manera de reconocer el discurso que le confronta cada día y le exige cada vez más de sí misma porque *es una guerrera* que puede con lo que sea, muchas participantes observaron las lógicas detrás de sus vidas cotidianas, de sus interacciones consigo mismas y con otras personas. Esto genera conocimientos muy importantes desde la propia vida de quienes participan en el proceso de IAP, conocimiento que abre espacio para tomar decisiones importantes en la propia vida. A partir de esto, y con base en su experiencia vivida, muchas compañeras empezaron a redefinir lo que significan para ellas conceptos como la fortaleza, la vulnerabilidad y muchos otros, no sólo como cuidadoras, sino como las personas que son más allá del trabajo intenso y extenso de cuidados que realizan. Este diálogo abrió muchos portales, entre otros: un proceso de compartirse en capas más profundas y de construir relaciones de confianza entre quienes participamos en el proceso de IAP desde distintas posicionalidades.

En resonancia con el diálogo que floreció a través de *Miradas al Cuidado*, pasamos luego a trabajar con la escritura creativa en colaboración con la escritora Alejandra Eme Vázquez<sup>11</sup> (Vázquez, 2022). Comenzamos por preguntarnos cuál había sido nuestra experiencia con la escritura hasta ese momento, y por qué elegimos explorar la escritura creativa. Entre otras reflexiones, algunas participantes identificaron de manera clara cómo, al nombrar en redes sociales (el medio principal de participación en debates amplios para muchas cuidadoras de tiempo completo) sus experiencias dolorosas como cuidadoras y la discriminación y el abuso que enfrentan en una sociedad que no cuida de manera corresponsable, solían ser silenciadas por familiares, parejas, amistades y personas extrañas.

---

<sup>11</sup> Muchas gracias a Alejandra Eme Vázquez por todo su trabajo comprometido y sabios consejos.



Con base en éste y otros ejercicios, Yo Cuido México lanzó un sitio web<sup>12</sup> y dos blogs<sup>13</sup> en alianza con medios en línea para ofrecer espacio para las voces, las experiencias vividas, los conocimientos, las reivindicaciones y las reflexiones de las trabajadoras no remuneradas de cuidados. Además de generar un rico panorama de discernimientos y reflexiones, este tramo de organización de base vía la IAP articuló, en plena pandemia, relaciones más sólidas entre las partes involucradas, lo cual a su vez permitió a Yo Cuido México imaginar rutas de acción hacia el futuro. En este sentido, a finales de 2021 sus integrantes decidieron convocar a más cuidadoras no remuneradas para fortalecer su esfuerzo organizativo e impulsar un movimiento de base más amplia a través de un modelo replicable de círculos de estudio.<sup>14</sup>

### **Articular políticas de cuidado desde las nociones de quienes están al frente de los cuidados no remunerados**

Desde el momento en que marchamos hemos construido y aprendido mucho, y hemos reconocido que esfuerzos organizativos como Yo Cuido pueden ser una respuesta al silenciamiento, al aislamiento físico y emocional, que muchas cuidadoras perciben como parte de su día a día. En este andar vamos cultivando la noción, no solo razonada sino también sentida, de que la transformación de los arreglos injustos de cuidado que imperan en nuestras sociedades requiere

---

<sup>12</sup> El sitio web está en construcción y está dirigido a cuidadoras, tomadoras de decisiones y personas interesadas en aprender sobre el tema. En línea: <https://www.yocuido.org>

<sup>13</sup> El blog 24/7 articula un espacio para la experiencia, conocimiento y voces de las cuidadoras. En línea: <https://www.animalpolitico.com/24-7/> El blog en *Yo También* tiene un foco específico en la provisión de cuidados a personas con discapacidades. En línea: <https://www.yotambien.mx/tag/yo-cuido-mexico/>

<sup>14</sup> Llevamos a cabo el primer ciclo de los círculos de estudio, que llamamos *De cuidado, cuidados y trabajo de cuidados* de febrero a julio del 2022. Hemos elaborado una sistematización-guía para poder compartir los saberes prácticos que emergen de la organización de dichos círculos con más personas cuidadoras y todas las actoras que se sientan convocadas. Les invitamos a la presentación de dicha sistematización-guía que estaremos anunciando a través de las redes sociales de Yo Cuido México (Twitter/X: @yocuidomexico | FB: @yocuidomex | Instagram: @yocuidomexico | sitio web: <https://www.yocuido.org>).

de la materialización de prácticas de corresponsabilidad que rebasan por mucho a nuestros hogares e involucran a los estados, mercados y nuestras comunidades, por un lado, y de un profundo cambio en las consciencias de todas las personas, por el otro.

Nuestro proceso de IAP evidencia que, para quienes están al frente de las relaciones de cuidado, este cambio en las consciencias implica, entre muchas otras cosas, recuperar las nociones de sí; sobre todo, pero no exclusivamente en el caso de aquellas compañeras que llevan décadas en los cuidados intensos y extensos. Esta consciencia es la base para imaginarse alternativas palpables, tanto para la propia vida como para la vida en sociedad. Desde estas reflexiones encaminamos en junio del 2022 un Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado<sup>15</sup> que ha convocado principalmente a aquellas cuidadoras<sup>16</sup> que han recorrido los círculos de estudio *De cuidado, cuidados y trabajo de cuidados* que organizamos en el mismo año. Dicha convocatoria estaba dirigida a estas compañeras desde la noción que ellas ya han entablado diálogo, lazos de confianza, así como un proceso de reflexión que permite pensarse y sentirse tanto desde los dolores, disfrutes, plenitudes y significados, traumas y culpas que habitan a muchas cuidadoras como consecuencia de los arreglos de cuidados que marcan nuestras vidas, como desde la connotación de la importancia de sus experiencias, conocimientos, experticia y un sentir compartido de que otros mundos son posibles.

En un primer plano, el objetivo del Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado de Yo Cuido México consiste en que las

---

<sup>15</sup> Este apartado del ensayo resalta algunos hallazgos a partir del trabajo del Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado de Yo Cuido México. El Grupo agradece los servicios de asesoría especializada para la gestión de procesos de emprendimiento que recibió de junio 2022 a agosto 2024 por parte del Grupo de Investigación en Economía del Cuidado y Autonomía Económica de la Escuela Superior de Economía del Instituto Politécnico Nacional.

<sup>16</sup> Muchas gracias a Sodelba Alavez Ruíz y Xareni Maya por su dedicación y cofacilitación del proceso de trabajo en el Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado de Yo Cuido México.

cuidadoras que participan en este Grupo encaminen lógicas tras décadas de cuidar en aislamiento para imaginar(se) y (re)construir sus proyectos de vida desde una noción de sí mismas como sujetas de derecho y bienestar.

En un segundo plano, el objetivo del Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado dialoga de maneras concretas con la realidad de que las vidas de muchas cuidadoras que realizan estas labores de manera no remunerada, intensa y extensa, se desenvuelven entre la pobreza monetaria y de tiempo. Muchas no encuentran una puerta de salida de la espiral de las violencias que se desatan con la precarización y explotación de la gran mayoría de las personas que están al frente de las relaciones de cuidado en contextos donde no se cuida de manera corresponsable, así como de la ignorancia y discriminación en contra de las personas con necesidades de cuidados intensos y extensos. El 16 de julio de 2022, nuestra compañera Luz Raquel Padilla, quien se había unido a los mencionados círculos de estudio en busca de un espacio de convivencia, fue quemada viva en un parque cercano a su domicilio, en Zapopan, Jalisco.<sup>17</sup> Luz era la cuidadora principal de Bruno, su hijo de 11 años, quien fue diagnosticado con autismo y epilepsia. Ella no tuvo acceso a vivienda segura que la protegiera de las actitudes intolerantes y violentas de algunos de sus vecinos. Era una cuidadora 24 horas al día, 7 días a la semana, porque Bruno no tenía acceso a instalaciones médicas, terapéuticas, educativas y de cuidado integral, ni acceso suficiente a los medicamentos que requiere alguien con autismo y epilepsia. Luz desempeñaba trabajo de cuidados intensos, extensos y especializados, sin remuneración ni reconocimiento. Todo esto la mantuvo en un círculo vicioso donde la pobreza de tiempo y monetaria no le dejaron más alternativa que vivir en un lugar en el que Bruno era violentado por su condición, y en el que ella era violentada por ser una mujer en condiciones de pobreza, madre soltera y jefa de un hogar con un hijo con discapacidad y enfermedad crónica.

No hay palabras que puedan expresar el dolor, la desolación, los sentimientos de rabia y culpa que se viven cuando la vida de una compañera es arrancada de esa manera. Al mismo tiempo, la partida de Luz dejó claro que los esfuerzos organizativos que estamos articulando son vitales. Luz Raquel no es la única

---

<sup>17</sup> Esta parte del ensayo sólo comparte información publicada en entrevistas y redes sociales.

mujer, madre y cuidadora que ha enfrentado amenazas, intimidación y múltiples formas de violencia. Desde julio del 2022 Yo Cuido México ha recibido llamadas y mensajes de emergencia de cuidadoras de distintos lugares del país. Muchas cuidadoras no remuneradas y remuneradas viven una espiral de violencia que caracteriza a una sociedad como la mexicana, que no asume responsabilidad en los cuidados, que las explota, que violenta sus derechos humanos, y que ignora, discrimina y violenta también a las personas con discapacidades y otras situaciones de vida que profundizan sus necesidades de cuidados por parte de otras personas. Si las cuidadoras con responsabilidades intensas y extensas como Luz logran emplearse fuera de su hogar, muchas de ellas no tienen más alternativa que dejar a sus hijas e hijos solos por largas horas, sin alguien que pueda siquiera acercarles un vaso con agua, ya que la gran mayoría de las personas tienden a cortar sus vínculos con ellas como parte de una sociedad que evita mirar nuestra interdependencia y vulnerabilidad; generando salarios míseros, sin seguridad social; estigmatizadas, acosadas, discriminadas y bajo la amenaza constante de ser despedidas. Así lo han confirmado muchas participantes de los círculos de estudio.

En este contexto socioeconómico, muchas cuidadoras no tienen otro camino que emprender por cuenta propia, generando en su gran mayoría ingresos precarios, en actividades informales y/o en labores que pueden realizar desde sus domicilios, en la mitad de la noche cuando han finalizado su segunda jornada de trabajo. Estas dinámicas de vida no les permiten asociarse con otras personas y dificultan mucho el acceso a cualquier espacio de formación o especialización para llevar sus emprendimientos a un punto de sostenibilidad y autonomía, porque estos espacios no toman en cuenta ni los tiempos, ni las lógicas, y mucho menos las cargas de gestión mental y emocional o las necesidades de cuidado de quienes están al frente de las relaciones de cuidado para poder dedicarse al proceso de formación. Así, muchas cuidadoras con responsabilidades intensas y extensas de cuidado se quedan confinadas a ciclos de trabajo precario que ni siquiera alcanza para sobrevivir, a la soledad, a la falta de espacio y tiempo para movilizar energías y buscar estrategias alternativas.

El Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado de Yo Cuido México responde a esta profunda ausencia de espacios de autonomía económica, trabajo en condiciones dignas, formación y acompañamiento integral para cuidadoras desde una perspectiva de cuidados y feminista.

Se trata de un modelo y un espacio de trabajo en el que las compañeras que conforman este grupo visualizan y encaminan estrategias de vida ante estas realidades.

Actualmente el Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado está trabajando con una primera generación de cuidadoras que recorren un ciclo de trabajo de dos años. Igual que todas las líneas de trabajo en este proceso de IAP, dicho Grupo emana de la noción que encaminar políticas públicas para la transformación de los arreglos injustos de cuidados que imperan a lo largo y ancho de las sociedades, no es suficiente implica ir más allá de la declaración que estas políticas “[...] garantizan los derechos humanos, la actividad y el bienestar de las cuidadoras y cuidadores, tanto remunerados como no remunerados, así como los de las personas que reciben los cuidados, evitando potenciales contrapartidas y haciendo de puente entre intereses opuestos” (Adatti et al. 2019, p.113) y después seguir con el *business as usual* al plantear ámbitos de acción estratégicos pasando por alto los mundos de referencia de estas actoras, sin preguntar a quienes están al frente de las relaciones de cuidado qué significa para ellas que sus derechos humanos y bienestar sean garantizados, igual que los derechos humanos y el bienestar de las personas que requieren estos cuidados y quienes también tienen sus propios esfuerzos organizativos y nociones clave para la deliberación de políticas transformadoras.

Desde este lugar, el Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado de Yo Cuido México (Grupo) ha articulado lógicas de colaboración entre cuidadoras no remuneradas que habitan distintos territorios para que las participantes del Grupo y cada vez más cuidadoras puedan imaginar(se) y (re)construir sus proyectos de vida desde una noción de sí mismas; de que son sujetas de derecho y de bienestar. La premisa base que orienta el quehacer del Grupo es que la experticia por la experiencia de cuidar de quienes están al frente de las relaciones de cuidado es la base irrenunciable para articular soluciones integrales de cuidado tanto para ellas, las personas a quienes están brindando cuidados, como en los territorios y las comunidades que habitan.

A lo largo del proceso de trabajo, las participantes del Grupo conectaron con sus aspiraciones y sueños para visualizar y materializar *emprendimientos colaborativos* que responden a sus necesidades de cuidados, autonomía económica, reconocimiento social, trabajo en condiciones dignas y redes de solidaridad. En palabras de Elvia, la experiencia de participar en el Grupo de Emprendimientos

Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado ha despertado muchos procesos en ella y en su vida:

En un futuro, pues queremos hacer, tenemos como muuuuchas cosas que quisiéramos hacer. Como quizás iniciar una cooperativa de consumo y mmuuuuy a largo plazo, vemos allí luz en el horizonte, quisiéramos también tener la parte de la vivienda colaborativa. Todavía estamos muy lejos, pero sabemos que trabajando en conjunto pues podemos lograr muchas cosas. Porque normalmente las labores de cuidado, las hacemos solas. Y con los pocos recursos que tenemos. Entonces, nos hemos visto muy limitado para que tengamos toda esta expresión emocional, hemos visto que estamos muy sobrecargadas. Y sobre eso va nuestro emprendimiento también, sobre abrirnos espacio de respiro y estrategias de respiro también que a veces no sabemos otorgarnos para tener un mejor trabajo de cuidados.

Elvia Torres (14.09.2023).

Elvia tiene 47 años, es madre soltera y cuidadora principal de 3 hijos en la segunda infancia y adolescencia, uno de ellos con Síndrome de Down.

En frecuencias que dialogan con las experiencias de Elvia, las compañeras que forman parte del Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado están encaminado una variedad tan importante como creativa de *emprendimientos colaborativos*. Algunos ejemplos:

1. Espacios de respiro y espacios para el cuidado de sí, acompañamiento mutuo y cuidado colectivo a través de grupos autogestionados y, en un futuro, cooperativas de consumo, así como proyectos de viviendas colaborativas, sostenibles e integrales (co-creado por las socias de la Tribu, co-liderado por Elvia Torres e Isabel Velarde).
2. Cooperativas de trabajo y cuidado colectivo en condiciones justas y dignas para personas con discapacidades y quienes les brindan los cuidados que requieren (co-creado por las socias del proyecto, liderado en esta etapa por Basilia Cardoza).
3. Granjas integrales como opción de vida para cuidadoras en edad de jubilación para ellas, sus familias, así como un espacio de descanso y

educación sostenible a nivel comunitario (Granja Integral Mirasoles es co-creada por Ma. Concepción González Hernández, Gonzalo Ambriz Gaytán y Elí Gamaliel Ambriz González).

4. Espacios de cuidado mutuo y de radio comunitaria desde y para cuidadoras de la tercera edad que brindan cuidados a personas en la tercera edad (co-creado y co-liderado por Dennise Díaz Pedroza y Dea Isabel Álvarez Díaz).
5. Terapias y cuidado integral para cuidadoras que transitan por situaciones de violencia (liderado en esta etapa por Ana Laura Márquez).

El Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado está consolidando un modelo de trabajo y acompañamiento integral y replicable, tanto en México como en otros territorios, principalmente en la región de América Latina y el Caribe. En un primer plano, los Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado emergen de los saberes, los sentidos del mundo, las experiencias y las aspiraciones de quienes están al frente de las relaciones de cuidado y articulan horizontes concretos de bienestar que se materializan en las vidas de las socias de cada emprendimiento. En un segundo plano, estos mismos emprendimientos son de suma relevancia para los procesos de deliberación y materialización de políticas integrales y sistemas locales de cuidado que están caminando un conjunto de actoras de los gobiernos, sociedad civil, sector privado y sindicatos en un paisaje abigarrado de esquemas organizativos –tanto en México<sup>18</sup> como en muchos países de la región latinoamericana.

### **Conclusión. Elementos clave para seguir deliberando políticas transformadoras en el ámbito de los cuidados**

Las reflexiones presentadas en este artículo han puesto de relieve que los procesos de investigación pueden concretizar espacios tanto para el cuidado de quienes cuidan, como para conferir autoridad epistémica a aquellas voces que, en gran medida, han sido históricamente silenciadas. Específicamente quienes

---

<sup>18</sup> Para conocer un fragmento de este paisaje abigarrado de iniciativas, véase el *Registro de Experiencias Municipales de Cuidados en México 2024-2025* (Coalición por el Derecho al Cuidado Digno y Tiempo Propio de las Mujeres et al., 2024).

cuidan de manera intensa, extensa y no remunerada han sido periferizadas en la formulación de políticas -siendo quienes, a la vez, viven las consecuencias más inmediatas de las intervenciones encaminadas a transformar la organización social de los cuidados. Quienes están cuidando hoy y quienes han cuidado de manera intensa y extensa en algún momento de la vida, conocen exactamente las texturas y las brechas de las sociedades que no cuidan en correspondencia y se han formado de manera intensiva en los procesos del cuidado-. Sus saberes, sentires y voces son clave para la deliberación y la materialización de soluciones efectivas en aras de avanzar hacia la transformación de los arreglos injustos de cuidados que hoy en día imperan a lo largo y ancho de las sociedades.

Sin ser exhaustivo -y en el entendimiento que se trata de una experiencia organizativa entre muchas que conforman un tejido tan plural como multivocal- este escrito cierra con la condensación de algunos hallazgos desde un proceso de investigación acción participativa en curso que abona a un esfuerzo organizativo de base de cuidadoras no remuneradas principalmente México (para mayor detalle véase apartados "*Cuidado venimos marchando*" y *Metodología*):

1. La primera parte de este artículo contrastó la formulación original de la coordinada de representación y de las acciones estratégicas para encaminar políticas transformadoras en el ámbito de los cuidados con la ética feminista de los cuidados. Este paso de reflexión dejó entrever que la formulación original de la coordinada de representación y de las acciones estratégicas para encaminar políticas transformadoras en el ámbito de los cuidados que emanan desde ese lugar de enunciación, no consideran suficientemente los mundos de referencia de quienes brindan la mayor parte de los cuidados que, hasta el día de hoy, sostienen a las sociedades. Es decir, estas formulaciones mencionan a las personas cuidadoras no remuneradas como un elemento adicional en un marco de referencia del *business as usual*, que no sitúa en el centro de la política los vínculos y procesos que nos sostienen. Desde la ética feminista de los cuidados, las políticas transformadoras en este ámbito implican repensar los marcos de referencia que fraguan los planteamientos de acción en pos de arreglos de cuidados más justos y de mayor bienestar para todas las partes implicadas. Es decir, las prácticas y políticas integrales



de cuidado no son acciones puntuales que toman en cuenta algunos aspectos de las responsabilidades de cuidados no remunerados de las y los trabajadores asalariados; al contrario, las prácticas y políticas integrales de cuidado son acciones que se plantean desde una perspectiva que sitúa los procesos del cuidado de la vida humana y no humana al centro de la acción política.

Proceder desde este marco, implica cultivar la disposición de dejar el puerto seguro de las subjetividades que se definen principalmente a través del trabajo remunerado para visualizar rutas de acción también desde los puntos de referencia de quienes cuidan de maneras intensas, extensas y no remuneradas. Esta disposición va más allá de integrar las preocupaciones de las cuidadoras no remuneradas a las coordenadas existentes, sino puede implicar repensar los parámetros fundamentales de estas coordenadas. En este sentido, los hallazgos del proceso de investigación acción participativa que reflexiono en este escrito, indican que en vez de buscar la “representación” en un campo de conversación ya pre-establecido, sería más adecuado hacer espacio para los mundos de referencia de estas actoras. Se trata entonces de *refundar* los términos del debate desde las nociones tan plurales como multivocales tanto de quienes hasta ahora han creado y mantenido los vínculos y procesos que nos sostienen como de quienes requieren de más cuidados.

2. Si el primer paso para plantear acciones estratégicas y políticas transformadoras en el ámbito de los cuidados implica escuchar las voces y reconocer a quienes, a lo largo y ancho de las sociedades, hasta ahora han creado y mantenido los vínculos y procesos que nos sostienen, esto requiere hacer espacio y tiempo de confluencia para las presencias de la diversidad de personas cuidadoras. Crear estos espacios y tiempo de confluencia demanda mucha inteligencia procesual y la disposición de caminar a los ritmos de quienes cuidan de manera intensa y extensa. A la vez este mismo ejercicio puede ampliar los márgenes de la deliberación democrática y encaminar prácticas concretas que no se desentendían de los procesos del cuidado, sino que se articulan en torno a los tiempos del cuidado en vez de privilegiar únicamente los ciclos de la producción para el mercado. Proceder de estas maneras implica *repensar los cómo de la política*. La segunda parte del artículo pone de relieve que este repensar no es un acto abstracto sino parte de las lógicas y prácticas

existentes de cuidado a nivel territorial -en función de las necesidades y demandas de cuidados, que derivan de las dinámicas económicas, sociales, culturales e históricas de cada territorio-. En el caso del esfuerzo organizativo de base aquí reflexionado, hallamos que repensar estos cómo implica articular espacios seguros para que cuidadoras no remuneradas puedan volver a conectarse y a mirarse a sí mismas como sujetas del derecho de sentirse cansadas, enojadas, frustradas y como sujetas políticas con la capacidad de articularse, de construir alianzas y nociones propias de los conceptos centrales de sus vidas, así como ha sucedido en *Miradas al Cuidado*.

3. El conflicto es inevitable al renegociar los arreglos de cuidado; no se trata de una renegociación de dinámicas puntuales, en su núcleo se trata de renegociar los (des)equilibrios en el campo de tensión entre el capital y la vida. Por parte de las personas cuidadoras no remuneradas esto requiere cultivar cada vez más *consciencias críticas*, para poder establecer una masa crítica que reivindica y ejerce sus derechos. Necesitamos cada vez más personas que reconocen cómo operan los arreglos de cuidados en sus vidas, no solo en las capas de nuestras realidades materiales sino también en nuestras vivencias incorporadas y psicoemocionales, para poder visualizar alternativas tanto para nuestras propias vidas, como para la vida en sociedad. Es probable que estas consciencias críticas amplíen de manera significativa las rutas de acción política. Es decir, estas políticas pueden desapegarse de los marcos de referencia que buscan asegurar la empleabilidad de las personas como un fin último, o de políticas que sigan individualizando y fragmentando los vínculos del cuidado, para hacer espacio a marcos de referencia que parten de la interdependencia y aspiran a la autonomía económica -como ha sucedido en el caso de la primera generación del Grupo de Emprendimientos Colaborativos desde Perspectivas de Cuidado de Yo Cuido México-. Aquí emergen líneas de acción como la vivienda colaborativa, espacios de respiro, cuidado de sí, apoyo mutuo, la vinculación entre el consumo y la producción, el ahorro colaborativo, así como de trabajo en los parámetros del cuidado colectivo que rebasan, aunque pueden incluir a las familias nucleares.

4. Las prácticas y políticas de cuidado transformadoras implican una dimensión importante de *prevención y atención de la violencia*. El brutal asesinato de nuestra compañera Luz Raquel y las llamadas de auxilio por parte de cuidadoras a lo largo y ancho de México que ha recibido Yo Cuido México desde ese entonces deja claro que las políticas de cuidado transformadoras no pueden obviar las violencias estructurales y directas que marcan las vidas de muchas personas cuidadoras. Esto implica acciones a múltiples niveles:
  - i) La elaboración de estrategias integrales de cuidado colectivo para esfuerzos organizativos de base entre personas cuidadoras, así como estrategias de seguridad y protección.
  - ii) La articulación de alianzas cada vez más amplias a nivel nacional e internacional, tanto para la prevención como para la atención de situaciones de emergencia.
  - iii) La creación de redes de apoyo territoriales que puedan reaccionar cuando alguna compañera está pasando por momentos de crisis y/o de violencia para que pueda recibir el apoyo necesario.
  - iv) El diseño e implementación de protocolos públicos de prevención y atención a los niveles locales y estatales específicamente de la violencia hacia quienes están al frente de las relaciones de cuidado; así como políticas nacionales y transfronterizas de protección integral para cuidadoras no remuneradas a tiempo completo, incluyendo aquellas compañeras que transitan por procesos de migración.
5. Los esfuerzos organizativos aquí descritos con un grupo de cuidadoras no remuneradas, en un contexto histórico y geopolítico que perpetúa la individualización y la feminización de los cuidados, no pretenden desarrollarse en aislamiento, sino conectar con luchas más amplias que cultivan subjetividades y prácticas basadas en el cuidado corresponsable y la justicia. Es fundamental impulsar iniciativas que generen espacio y tiempo para la articulación de personas cuidadoras de todos los géneros; en los muchos contextos, urbanos y rurales, indígenas e interculturales; en las diversas comunidades migrantes, racializadas, marginadas y estigmatizadas de todo México, las Américas y las demás regiones del mundo. Construir economías y sociedades que pongan en su centro las relaciones y los procesos del cuidado, que visibilicen los cuidados en vez

de ignorarlos, requiere la articulación de esfuerzos –no sólo contra las economías extractivistas que transfieren inequitativamente los cuidados feminizados de las mujeres a los hombres, sino también contra sociedades explotadoras donde los beneficios del cuidado son transferidos de las personas marginadas a las privilegiadas, de los territorios empobrecidos a las urbes afluentes, y de las periferias a los centros del poder y capital global.

Esto implica reflexionar la relación entre las manifestaciones cotidianas del poder y de la violencia que nos rodean y que se materializan en *maneras de ser* hegemónicas. Hacer tiempo y espacio para el cuidado implica reconocer que *cuidar no es una carga per se*, sino que se vuelve una carga para muchas personas cuidadoras cuando sus contextos socioeconómicos convierten al cuidado en un asunto que cada uno resuelva cómo pueda y en una forma de explotación –dentro de las familias, hogares, comunidades, amistades, organizaciones públicas y privadas, movimientos sociales y en la mayoría de los espacios que transitamos diariamente.

*Poner el cuidado al centro* significa reconocer que cuidar es una experiencia formativa que puede articular sistemas de poder que sean diferentes y abrir puertas de salida de un *status quo* que genera violencia y destruye la base común de nuestras existencias cotidianas en interdependencia.

### **Nota**

Gracias infinitas a todas las compañeras de Yo Cuido México por el trabajo colectivo sobre el cual reflexiono en este escrito. Muchas gracias a Margarita Garfias, Erika Sevilla, Sofía Martínez y Elvia Torres quienes compartieron sus reflexiones para este escrito. Muchas gracias a todo el equipo de Fondo Semillas A.C. por sus valiosos aportes a este esfuerzo organizativo de largo aliento.

## Referencias

- Adatti, L., Cattaneo, U, Esquivel, V. y Valarina, I. (2018). *Care work and care jobs for the future of decent work*. International Labour Organization. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms\\_633135.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_633135.pdf)
- Adatti, L., Cattaneo, U, Esquivel, V. y Valarina, I. (2019). *El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente*. Organización Internacional del Trabajo. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/--publ/documents/publication/wcms\\_737394.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/--publ/documents/publication/wcms_737394.pdf)
- Andrade, C. (2022). El cuidado como derecho. Reflexionando sobre el cuidar desde una perspectiva de redistribución y reconocimiento. Mariela Serey, Convencional Constituyente del Distrito 6. *Propuestas Críticas en Trabajo Social*,. 2, (4), 211-220. <https://revistapropuestascriticas.uchile.cl/index.php/RPCTS/article/view/68620>
- Bango, J. y Cossani, P. (2021). *Hacia la construcción de sistemas integrales de cuidados en América Latina y el Caribe. Elementos para su implementación*. CEPAL/ ONU Mujeres. [https://lac.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Americas/Documents/Publicaciones/2021/11/HaciaConstruccionSistemaCuidados\\_15Nov21-v04.pdf](https://lac.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Americas/Documents/Publicaciones/2021/11/HaciaConstruccionSistemaCuidados_15Nov21-v04.pdf)
- Coalición por el Derecho al Cuidado Digno y Tiempo Propio de las Mujeres et al. (2024). *Primer Atlas de las Experiencias Municipales de Cuidados en México*. Basado en el Registro de las Experiencias Municipales de Cuidados en México 2024-2025 (Trabajo inédito).
- Durganova, E. (2020). *Unpaid care work in times of the COVID-19 crisis: Gendered impacts, emerging evidence and promising policy responses*. Paper prepared for the UN Expert Group Meeting “Families in development: Assessing progress, challenges and emerging issues. Focus on modalities for IYF+30”. [https://www.un.org/development/desa/family/wp-content/uploads/sites/23/2020/09/Duragova.Paper\\_.pdf](https://www.un.org/development/desa/family/wp-content/uploads/sites/23/2020/09/Duragova.Paper_.pdf)
- Elson, D. (2008) *The Three R's of Unpaid Work: Recognition, Reduction and Redistribution*, presentado en “Expert Group Meeting on Unpaid Work, Economic Development and Human Well-Being”, UNDP, New York, Noviembre.
- Elson, D. (2017). Recognize, Reduce, and Redistribute Unpaid Care Work. *New Labor Forum* 26 (2), 52-61. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1095796017700135>
- ESCAP (2021). *COVID-19 and the Unpaid Care Economy in Asia and the Pacific*. Bangkok: United Nations Economic and Social Commission for Asia and the Pacific. [https://www.unescap.org/sites/default/d8files/knowledge-products/2021\\_Regional\\_Report\\_Covid19-Care-Economy.pdf](https://www.unescap.org/sites/default/d8files/knowledge-products/2021_Regional_Report_Covid19-Care-Economy.pdf)

- Feigin VL, Vos T, Nichols E, Owolabi MO, Carroll WM, Dichgans M, Deuschl G, Parmar P, Brainin M. y Murray C. The global burden of neurological disorders: translating evidence into policy. *Lancet Neuro* 19(3), 255-265. DOI: 10.1016/S1474-4422(19)30411-9.
- Fisher, B. y Tronto, J. (1990). Toward a feminist theory of caring. En A. Emily y N. Margaret (Ed.), *Circles of Care: Work and Identity in Women's lives* (pp. 36-54). State University of New York.
- Galeana, P. y Vargas Becerra, P. (2015). *Géneros asimétricos. Representaciones y percepciones del imaginario colectivo*. Investigaciones Jurídicas UNAM.
- Garfías, M. y Vasil'eva, J. (2020). 24/7. *De la reflexión a la acción, por un México que cuida*. Friedrich-Ebert-Stiftung. <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/mexiko/17157.pdf>
- Garfías, M. (08.06.2021). *Conceptos clave* [presentación interna]. Programa de Fortalecimiento *Politizando los cuidados desde las voces de trabajadoras del cuidado* de Yo Cuido México, México.
- Garfías, M. (26.02.2022). *Trascender lo cotidiano* [ponencia]. Foro Nacional de Mujeres Cuidadoras. Mujeres que escriben su propia historia. Guadalajara, Jalisco. <https://fb.watch/cUmXbfmA1U/>
- INEGI (08.10.2020). *Encuesta Nacional de Uso de Tiempo 2019. Comunicado de prensa*. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2020/ENUT/Enut\\_Nal20.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2020/ENUT/Enut_Nal20.pdf)
- Kabeer, N., Razavi, S. y van der Meulen Rodgers, Y. (2021). Feminist Economic Perspectives on the COVID-19 Pandemic. *Feminist Economics*, 27 (1-2), 1-29. DOI: 10.1080/13545701.2021.1876906.
- Lewin, K. (1946). Action research and minority problems. *Journal of Social Issues*, 2(4), 34-46.
- Maguire, P. (1987). *Doing Participatory Research: A feminist approach* [tesis de doctorado, University of Massachusetts]. Scholarworks University of Massachusetts Amherst. [https://scholarworks.umass.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1005&context=cie\\_participatoryresearchpractice](https://scholarworks.umass.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1005&context=cie_participatoryresearchpractice)
- Ogando, A., Rogan, M. y Moussié, R (2022). Impacts of the COVID-19 Pandemic and Unpaid Care Work on Informal Workers' Livelihoods. *International Labour Review* 161 (2), 171-94. <https://doi.org/10.1111/ilr.12332>

- OIT y Gallup (2017). *Towards a better future for women and work. Voices of women and men.* [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms\\_546256.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_546256.pdf)
- ONU Mujeres (2020). *Cuidados en América Latina y el Caribe en tiempos de COVID-19. Hacia Sistemas Integrales para Fortalecer la Respuesta y la Recuperación.* ONU Mujeres/ CEPAL (elaborado por Julio Bango). <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/1c41fa60-37ab-4f2f-80a6-3e15320aa08e/content>.
- Power, K. (2020). The COVID-19 pandemic has increased the care burden of women and families, Sustainability. *Science, Practice and Policy* 16(1), 67-73. DOI: 10.1080/15487733.2020.1776561
- Razavi, S. (2007). *The political and Social Economy of Care in a Development Context: Conceptual Issues, Research Questions and Policy Options.* United Nations Research Institute for Social Development.
- Ríos, G. (2020). *El Derecho Humano al Cuidado* [tesis de doctorado, Universidad Autónoma Metropolitana Xochimilco].
- Ríos, G.(16.02.2022). *Contexto del Derecho al Cuidado en México* [presentación durante la primera sesión del círculo de estudio “De cuidados, cuidado y trabajo de cuidados”]. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=TW0UVm0ZIg4>
- Serey, M. (18.10.2022). *Hacia un Sistema Integral de Cuidados* [ponencia en el Seminario internacional: Situación de los cuidados en América Latina. Contexto latinoamericano de los cuidados en Colombia, México, Chile y Argentina]. Semana del Trabajo Social, Tecnológico de Antiquía, Colombia. [https://youtu.be/YE4B\\_g18KOc](https://youtu.be/YE4B_g18KOc)
- Shiva, V. (2021). Planting the Seeds of the Future. En P. Clayton, K. Archie, J. Sachs y Evan Steiner [Ed.]. *The New Possible* (pp.106 – 110). Wipf and Stock.
- Stringer, E. y Ortiz, A. (2020). *Action Research* (quinta edición). Sage Publications.
- Sulmont, A., Sánchez, S., Eden, M., Trejo, Y. y Padilla, A. (2021). *Madres Trabajadoras y COVID-19. Efectos de la Pandemia en Circunstancias del Teletrabajo en México.* Programa de Desarrollo de las Naciones Unidas. [https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/mx/210309\\_MadresTrabajando.pdf](https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/mx/210309_MadresTrabajando.pdf)
- Torres, A. (2020). Los cuidados al centro. Una propuesta feminista. A. Torres (Ed.), *Los cuidados al centro. Una propuesta feminista* (pp. 3-59). Fundación Friedrich-Ebert.
- Torres, E. (14.09.2023). Mucho + Q2, episodio 9, Altavoz Radio (1:29:10 – 1:34:28). <https://altavozradio.mx/#/estacion/web/audioteca/mucho-q2/programa/mucho-q2-episodio-09-14-sep-2023>.
- Tronto, J. (1993). *Moral Boundaries: A Political Argument for an Ethic of Care.* Routledge.
- Vasil’eva, J. (2023). *Sistematización-guía de los círculos de estudio “De cuidado, cuidados y trabajo de cuidados”* (en proceso de publicación).

- Vázquez, A. (2022). *Su Cuerpo Dejarán*. Laboratorio de Escrituras Vivas/ Una Habitación para Nosotras.
- Wang, C. y Burris, M. (1997). Photovoice: Concept, methodology, and use for participatory needs assessment. *Health Education & Behavior* 24 (3), 369-387. DOI: <https://doi.org/10.1177/10901981970240>
- Wang, C. (1999). Photovoice: A participatory action research strategy applied to women's health. *Journal of Women's health* 8 (2), 185-192. DOI: 10.1089/jwh.1999.8.185
- WHO (2022). *World mental health report: transforming mental health for all*. Geneva: World Health Organization.
- Yo Cuido Chile [Yo Cuido] (15.08.2018). *Organización Yo Cuido* [Video]. YouTube. [https://youtu.be/ddleKf\\_6VnE](https://youtu.be/ddleKf_6VnE)