

UNA PROPUESTA METODOLÓGICA PARA ABORDAR CUALITATIVAMENTE EL TRABAJO INTENSIVO DE CUIDADO

A METHODOLOGICAL PROPOSAL TO QUALITATIVELY ADDRESS INTENSIVE CARE WORK

David Arturo Sánchez Garduño

Resumen:

Este es un artículo de reflexión metodológica en el que se abordan tres problemáticas. Primero, analizo el despojo de tiempo en México en su cruce con el trabajo de cuidados, destacando que sostener el bienestar social sobrecarga los tiempos de las mujeres. En segundo lugar, analizo las ventajas y desventajas de las encuestas del uso del tiempo para captar los cuidados y sus componentes afectivos-subjetivos. Finalmente, planteo la importancia de incluir el parámetro de la intensidad del trabajo de cuidados como complemento al estudio del uso del tiempo, cuestionando la noción cronológica del uso del tiempo que persiste en las encuestas. De este modo, las políticas públicas y los sistemas de cuidados podrían contemplar y atender una esfera invisibilizada de extracción de mano de obra femenina.

Palabras clave: Trabajo de cuidado, uso del tiempo, intensidad del cuidado, despojo de tiempo.

Abstract:

This is a methodological reflection article that addresses three issues. First, I analyze the dispossession of time in Mexico as it intersects with care work, highlighting that sustaining social welfare overburdens women's time. Second, I analyze the advantages and disadvantages of time-use surveys to capture caregiving and its affective-subjective components. Finally, I argue the

importance of including the parameter of the intensity of care work as a complement to the study of time use, questioning the chronological notion of time use that persists in surveys. In this way, public policies and care systems could contemplate and address an invisible sphere of female labor extraction.

Keywords: Care work, time use, care work intensity, dispossession of time.

Desde la reflexión feminista, es importante resaltar que el derecho al cuidado de cada persona incluye el derecho a cuidarse y al tiempo propio.

24/7 de la reflexión a la acción. Margarita Garfias & Jana Vasil'eva

El despojo de tiempo en México

En México, el cuidado¹ se organiza bajo un régimen *familista y feminizado* que impone una obligación patriarcal sobre los hombros de las mujeres y no una obligación pública al Estado mexicano. Prevalece en este país un modelo de atención a los cuidados que se sostiene en gran medida de una sobrecarga de cuidados para las familias y, en su interior, una sobrecarga al tiempo de las mujeres. Las políticas públicas encaminadas a contrarrestar estas desigualdades género-específicas, como los sistemas integrales de cuidados, deben considerar que el despojo de tiempo es un fenómeno complejo y multicausal, que no se capta con justeza a partir de cronometrar la dedicación al cuidado, sino que coloniza la autonomía mental de las mujeres y la posibilidad de gozar de su tiempo libre.

En 2018, la Organización Internacional del Trabajo presentó un informe donde destaca que son mujeres quienes realizan el 76,2 por ciento del trabajo no remunerado de cuidados global, dedicando en promedio 3.2 veces más

¹ Entiendo por cuidado/s todas las actividades que permiten “regenerar día a día el bienestar físico y emocional de las personas” (Pérez Orozco y García Domínguez, 2014, p. 8). En este artículo, me refiero a cuidados o trabajo de cuidado para aludir a todas estas actividades.

tiempo que los hombres a estas actividades.² Cerrar esta brecha de género en cuanto a la dedicación al trabajo no remunerado de cuidados, tomaría 210 años debido a la retardada incorporación de los hombres a este sector y las actitudes patriarcales que perpetúan la división sexual del trabajo de cuidados (OIM, 2018). A esto respecto, Lucía Pérez Fragoso apuntó que “no hay que olvidar que existen personas que, pudiendo ser autosuficientes, se convierten en dependientes en virtud de la división sexual del trabajo que es parte estructural de la organización social” (Pérez, 2017, p. 172).

La saturación de los tiempos por las cargas de trabajo no remunerado conlleva a una situación de *pobreza de tiempo*³, entendida como una falta de tiempo para el ocio y el autocuidado. Arlette Covarrubias (2019) estudió la pobreza de tiempo en México, resaltando que 30 por ciento de la población trabaja más de 86.6 horas a la semana o 12.37 horas al día de lunes a domingo; esto significa “tener 6 o menos horas al día, los siete días a la semana para todas las actividades de recreación y autocuidado (incluido el sueño), por lo que este tipo de privación de tiempo puede tener serias consecuencias en la salud física y mental de las personas” (Covarrubias, 2019, p. 10). Según este estudio, el género es la variable clave para caracterizar a quienes son más proclives a sufrir este tipo de pobreza: las mujeres.

Es importante analizar por qué el tiempo se torna una categoría relevante para entender los esquemas generizados de extractivismo de trabajo de cuidados. En el caso de México, Carmen Contreras (2020), detalla que la brecha de género en trabajos de *cuidados directos* (actividades directas y específicas de atender y brindar apoyo) y *cuidados pasivos* (actividades simultáneas como *estar al pendiente*) para mujeres mayores de doce años es de 9.3 horas semanales de cuidados directos más que para los hombres y de 21.7 horas más si se incluyen

² Estimaciones con base en encuestas de uso del tiempo aplicadas en 64 países y que comprenden el 66,9 por ciento de la población mundial en edad de trabajar. Tomado el 15 de octubre del 2022 de: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_633168.pdf

³ La pobreza medida en ingresos no considera los déficits de tiempo que implica el trabajo diario de reproducción de la vida, por lo que la *pobreza de tiempo* alude a los procesos generadores de privaciones de tiempo necesarios para alcanzar y sostener un nivel de vida (Antonopoulos et al., 2012).

los cuidados pasivos. Así, las cargas y responsabilidades de trabajo de cuidado no remunerado en los hogares impactan diferencialmente a hombres y mujeres.

Esta situación se ve exacerbada durante la pandemia por SARS-CoV-2, en la cual la suspensión de clases a nivel básico implicó que cerca de 25 millones y medio de estudiantes en México se quedaran en casa; la carga de trabajo de cuidados aumentó para las mujeres con al menos cinco horas de acompañamiento escolar al día (Amilpas, 2020, p. 114). En plena pandemia, los cuidados en las familias y las labores domésticas aumentaron su número de horas, mientras que disminuyeron las actividades que requerían salir del hogar; con mayor crecimiento, se encuentran los cuidados de salud en el hogar (9.4 por ciento más), limpieza y mantenimiento de la vivienda (7.5 por ciento), apoyo a otros hogares (7.3 por ciento) y tareas de alimentación (4.8 por ciento) (INEGI, 2021).

Si bien, estas cifras nos dan un atisbo de cuán profundas son estas desigualdades, Margarita Garfias y Jana Vasil'eva puntualizan que estos datos subestiman aspectos sustantivos de los cuidados al no considerar los traslapes temporarios de actividades que ocurren en paralelo (Garfias y Vasil'eva, 2020). En otras palabras, la noción lineal del tiempo que subyace en estas series cronológicas de datos no capta con justicia la expropiación del tiempo propio y del tiempo para el descanso, el desgaste en la salud física, mental y emocional, ni las condiciones precarias en las que acontecen estos trabajos. Se torna necesario profundizar en las implicaciones que presenta el estudio del uso del tiempo.

Claroscuros en los estudios del uso del tiempo y los cuidados

La metodología por excelencia para visibilizar los arreglos intrahogar del trabajo de cuidados es el análisis del uso del tiempo. Se trata de un punto de inflexión que arroja luz sobre actividades que habían permanecido «ocultas» y permiten avanzar en el estudio de las desigualdades de género (Carrasco, 2015). Mediante encuestas de uso del tiempo, ya sea en forma de cuestionarios estandarizados o de diarios, se puede cuantificar cómo los miembros del hogar distribuyen sus actividades personales y su dedicación al trabajo remunerado y no remunerado a lo largo del día. Analizar el uso del tiempo también permite medir el impacto de la inversión pública en infraestructuras que mejoran la calidad de vida de las personas (suministro de luz y de agua, cercanía de escuelas y hospitales, entre otras) (Folbre, 2021).

Una propuesta metodológica para abordar cualitativamente el trabajo intensivo

Gracias a los esfuerzos de la economía feminista por insertar la perspectiva de género en los estudios del uso del tiempo, se puede constatar la masiva subvención que realizan las mujeres a la riqueza de las naciones. En México, la aportación económica de la Cuenta Satélite de Trabajo No Remunerado en los Hogares 2020 fue de 6.4 billones pesos mexicanos (27.6 por ciento del PIB en México), de los cuales 26.7 por ciento fue contribución de los hombres y el 73.3 por ciento de las mujeres, aportando 2.7 veces más valor económico que los varones (INEGI, 2021).

A nivel global, algunos de los hallazgos más consistentes de este cuerpo de investigaciones (Ceballos, 2013; Scuro y Vaca-Trigo, 2017; Pacheco, 2020) son:

- Los hogares destinan más tiempo al trabajo no remunerado que al trabajo remunerado
- Los cuidados de otras personas en el hogar son realizados mayormente por mujeres
- Las mujeres realizan más trabajo no remunerado y los hombres más trabajo remunerado
- Las cargas de trabajo varían por pertenencia étnica, clase social, ámbito rural/urbano, pero siempre son mayores en las mujeres
- La distribución feminizada de los cuidados permanece con independencia de la participación de las mujeres en empleos remunerados, por lo que sus jornadas de trabajo remunerado y no remunerado se traslapan
- La *carga de trabajo global* (suma del tiempo invertido al trabajo remunerado más el trabajo no remunerado) de las mujeres es mayor a la de los hombres

La dimensión temporal es crucial para entender por qué se habla de una lógica extractivista y de acumulación por despojo (de tiempo) en los trabajos de cuidados, pues impacta en la producción de diferencias y desigualdades de género. Sin embargo, el tiempo lineal o tiempo del reloj que se cronometra en las encuestas y en los diarios de uso del tiempo no sólo ilustra las desigualdades, sino que también puede invisibilizar sus dimensiones, sobre todo en cuanto a la dimensión subjetiva y afectiva de los cuidados.

La naturaleza afectiva y emocional de los trabajos de cuidados, así como su componente de responsabilidad continua, resultan esquivas para las aproximaciones cuantitativas que caracterizan a las encuestas de uso del tiempo. Para Cristina Carrasco (2015), los aspectos subjetivos sólo pueden ser valorados por la persona entrevistada, no mediante aproximaciones cuantitativas. Nancy Folbre considera factible la medición del tiempo de dedicación a actividades, pero no su dimensión de responsabilidad y sus implicaciones morales. Esta autora señala que “la experiencia subjetiva de las personas sobre el estrés temporal no siempre se determina simplemente por la cantidad de tiempo dedicado a actividades específicas, sino también por la calidad de éste” (Folbre, 2021, pp. 11-12).

Otra serie de planteamientos no desechan el valor de la medición de los cuidados, sino que cuestionan su capacidad para realmente medirlos. En las encuestas de uso de tiempo se han detectado problemas metodológicos sobre la redacción de las preguntas y el vaciado de la información, problemas de sobreestimación y subestimación del tiempo relacionados a la recordación de actividades; también se han detectado problemas conceptuales sobre la noción del tiempo, del trabajo de cuidados y problemas de clasificación en la simultaneidad de actividades, por la ambigüedad de caracterizar cuáles son primarias y cuáles secundarias (Parker y Gandini, 2011; Domínguez, 2020; Charmes, 2021; Folbre, 2021).

Se ha señalado que las encuestas de uso del tiempo no pueden distinguir si el uso de medios de comunicación (llamar por teléfono, buscar en internet o mandar un correo electrónico) corresponde en realidad a actividades relacionadas con el trabajo remunerado o con la gestión de los cuidados de otras personas (agendar citas, coordinar tiempos y traslados, supervisar el trabajo de cuidadoras remuneradas, entre otras) (Rodríguez, 2015; Folbre, 2021). Esta información resulta de particular interés si consideramos las actividades de escuchar, hablar y aconsejar a través de llamadas, mensajería instantánea y videollamadas facilitadas por nuevas tecnologías, denominadas *cuidados a distancia* (Yeates, 2012; González, 2013).

María Ángeles Durán (2002) señaló algunos problemas en las encuestas de uso del tiempo y sus dificultades para captar la simultaneidad de actividades en los cuidados, los tiempos de gestión mental y tiempos de transporte, la priorización de actividades y sus posibles consecuencias, el número de pausas, así

Una propuesta metodológica para abordar cualitativamente el trabajo intensivo

como la transgresión al tiempo de ocio, tiempo de vacaciones y días «de asueto» por actividades no remuneradas de cuidados. Asimismo, Yazmín Pérez Haro aclara que el tiempo libre no necesariamente se traduce en un tiempo de descanso y no trabajo, sino que está “sujeto a imposiciones materiales y subjetivas que debilitan de forma sustantiva su cualidad autónoma y [resulta] opuesto a un tiempo libertario” (Pérez, 2018, p. 13).

Pérez Fragoso, en su *Diagnóstico sobre los servicios públicos de cuidado en la Ciudad de México*, ya señalaba la carencia de indicadores para valorizar el trabajo de cuidado, por la competencia, tiempo y esfuerzo que implica. Esta autora menciona algunas brechas posibles, como el *costo de oportunidad* (lo que dejan de hacer las personas para cuidar a otras personas) y el *esfuerzo mental* (paralelo al esfuerzo físico) (Pérez, 2017). Por estos motivos, las propuestas de abordajes mixtos y enfoques híbridos parecen ser las más adecuadas para atender el contenido relacional del uso del tiempo en sus dimensiones subjetivas y agenciales, habilitando un mayor margen para sortear problemas de recordación y priorización de actividades, sin descuidar la dimensión material y financiera que implica cuidar y autocuidarse.

La propuesta de mezclar etnografías, entrevistas a profundidad, grupos focales con encuestas estilizadas y/o los diarios, cumplirían con este criterio ampliado (Carrasco, 2015; Pacheco, 2020; Charmes, 2021; Folbre, 2021). Jaques Charmes incluso sugiere “diseñar cuestionarios sobre el uso del tiempo especialmente para la recogida de actividades simultáneas dedicadas exclusivamente al cuidado (pasivo) de los niños y las niñas o al cuidado de personas adultas” (Charmes, 2021, p. 51). Cristina Carrasco (2015, pp. 379-380) propone un abordaje metodológico que se enfoque en:

- 1) Detectar el posible bien-estar o mal-estar en el uso del tiempo (falta de tiempo, agobio, intensificación en su uso, posibilidades reales de gestión del mismo)
- 2) Preguntar por los deseos relacionados con el trabajo y la forma de vida (horarios, remuneración, tiempo propio, satisfacción y alternativas)
- 3) Captar las dificultades para compatibilizar y combinar actividades
- 4) Averiguar apoyos emocionales que se brinden a terceras personas

- 5) Indagar sobre situaciones de *estar atenta* y sobre diversos cuidados de supervisión
- 6) Conocer cómo es el tipo de relación entre personas cuidadora y persona cuidada (tensiones, fatiga, obligación, satisfacción) y el tipo de arreglo (público, privado, remunerado, intergeneracional)
- 7) Destacar los efectos o consecuencias sobre quienes realizan cuidados (en su salud, vida profesional, ocio, vida familiar)
- 8) Conocer su nivel de felicidad y satisfacción

La propuesta que presento rebasa la constatación del despojo de tiempo y busca delinear un parámetro que refleje de mejor manera el carácter subjetivo de los cuidados, de la mano de las propuestas de las autoras que han sugerido enriquecer el abordaje cuantitativo desde un prisma cualitativo. Antes, quiero aclarar que no se trata de desechar la noción temporaria que se estudia a través del uso del tiempo, sino de complejizar su carácter diacrónico. Para ello, suscribo algunas conceptualizaciones alternativas a la noción del tiempo cronométrico para dar un fundamento epistemológico a esta propuesta.

Apuntes críticos sobre la noción lineal del tiempo

En su *Ensayo sobre los datos inmediatos de la conciencia*, Henri Bergson (1999) planteó la idea de la *duración* como la forma que toma la sucesión de nuestros estados de conciencia en una serie temporal que se abstiene de separar el estado presente de los estados anteriores; en ese sentido, la experiencia temporaria no consiste en una organización yuxtapuesta de estados de conciencia, sino en su íntima compenetración. Parafraseando a este autor, para la conciencia no cabe hablar de condiciones temporarias homogéneas, el tiempo matemático no es el tiempo de la conciencia; un parámetro de intervalos sucesivos y mensurables resulta necesario para predecir, por ejemplo, los movimientos de los astros, los eclipses y la trayectoria vectorial que dibujan los objetos en movimiento. Pero el estudio del movimiento a través de un parámetro temporario fijo conduce a geometrizar los fenómenos, sin tocar nunca el poder de devenir que el movimiento manifiesta; no es más que una descripción del transporte en el espacio de un objeto que nunca cambia. Para la conciencia, que bajo la influencia de las

Una propuesta metodológica para abordar cualitativamente el trabajo intensivo

condiciones externas yo no me conduzca hoy como me conduje ayer, no tiene nada de extraño, porque *yo cambio*, porque *yo duro* (Bergson, 1927, 1999).

Para la socióloga mexicana Guadalupe Valencia (2007), en su estudio sobre las formas del tiempo sociohistórico, el tiempo de la memoria, de las utopías, de los proyectos personales y las luchas colectivas no se corresponde con las manecillas del reloj. Esta autora distingue el tiempo que es históricamente construido (dimensión objetiva del tiempo o naturaleza extrínseca del tiempo), de los ritmos temporales de las realidades sociales (dimensión subjetiva del tiempo, de naturaleza intrínseca). En su dimensión objetiva, habla de la *construcción social del tiempo* y se refiere al tiempo de las máquinas y los astros, una síntesis simbólica que acompasa nuestra relación ontológica con el mundo. El tiempo de la percepción, el tiempo de la duración es también condición y límite de toda experiencia humana, por lo que la autora se refiere a esta dimensión subjetiva como la *construcción del tiempo social*. Esta diferencia entre cualidades y cantidades temporarias ya estaba presente en la mitología griega: *Cronos*, dios del tiempo, un gigante devorador de sus propios hijos que nos consume y nos acerca a la muerte, es la deidad de la temporalidad sucesiva, lineal y *cronometrable* —de ahí su raíz etimológica—; *Kairós*, un dios representado como un duende minúsculo cuyo reino es el tiempo de la experiencia interior, la dimensión espiritual y el tiempo del cambio (Valencia, 2007).

Desde el feminismo, autoras como Carmen Leccardi y Barbara Adam plantean que el tiempo se experimenta de forma diferente para hombres y mujeres, por lo que el *tiempo medido* (cronometrable, homogéneo, traducible en valor de cambio) se distingue del *tiempo experimentado*, no determinado por el reloj sino por las necesidades y relaciones con otras personas. El tiempo de la subjetividad, de la finitud corporal y de la experiencia también está marcado por procesos sociales y políticos del pasado y del presente, que se proyectan hacia el futuro, matizando nuestras interdependencias y lazos intergeneracionales. La construcción simbólica del tiempo de las mujeres convive con los procesos de industrialización y globalización que han reproducido un entorno socioambiental de relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres. La gestión de los tiempos familiares se ha mantenido como una responsabilidad femenina pese a las transformaciones en los horizontes de vida y, en ese sentido, las mujeres tienen una *doble presencia* marcada por el tiempo del reloj y por la dimensión asignada de responsabilidades en los tiempos familiares y de cuidados (Leccardi, 2002; Adam, 1992, 2002).

Desde el activismo feminista y la agenda de cuidados se tiene claro que “es importante resaltar que el derecho al cuidado de cada persona incluye el derecho a cuidarse y al tiempo propio” (Garfias y Vasil’eva, 2020, p. 12). El Derecho al tiempo es un tema de mayúscula importancia que recientemente, y en paralelo al Derecho al cuidado, ha sido incluido en la Constitución Política de la Ciudad de México, Artículo 13 Ciudad habitable, inciso F:

En la Ciudad de México, toda persona tiene derecho a tener tiempo para la convivencia, el esparcimiento, el cuidado personal, el descanso, el disfrute del ocio y a una duración razonable de sus jornadas de trabajo. En atención al principio de igualdad sustantiva, las autoridades impulsarán políticas sociales, económicas y territoriales que liberen tiempo y permitan a las personas alcanzar el bienestar (Jefatura del Gobierno de la Ciudad de México, 2017).

Si bien, es un avance de la agenda de cuidados, no olvidemos el entramado de obstáculos y violencias estructurales que revisten el contexto en el que cuidamos a otras personas y nos autocuidamos. La pobreza de tiempo y las condiciones precarias en las se cuida llevan a Garfias y Vasil’eva a afirmar que resulta “violento cuidar en este contexto que empobrece y enferma porque la única manera de cuidar significa descuidarse y sacrificarse a sí misma” (Garfias y Vasil’eva, 2020 p. 33). Por ello, resulta imprescindible considerar tanto las condiciones espacio-temporales como el entramado de relaciones de poder en las que se gestan las propuestas de ley en la agenda pública de los cuidados, de modo que consideren los contextos situados que habilitan o inhabilitan el goce efectivo del derecho al tiempo.

También es importante subrayar que, como todo trabajo, cuidar implica un desgaste de la mano de obra; las actividades laborales y las demandas cognitivas, afectivas y comportamentales que implica su desempeño, tienen una relación directa con la calidad de vida y la salud mental de las personas. Se ha documentado que proveer *cuidados informales* (realizados en el ámbito doméstico, de forma intensiva, cotidiana y sin remuneración) genera cansancio, estrés y desgaste en la salud de las personas cuidadoras (Cannuscio, et al., 2004;

De Los Santos y Carmona, 2012; Schiffirin et al., 2013; OECD, 2018). El esfuerzo y el tiempo necesario para recuperar la energía invertida en realizar un

Una propuesta metodológica para abordar cualitativamente el trabajo intensivo

trabajo es determinante para nuestro bienestar psicológico y físico. Encuentro viable explorar el tiempo experimentado, no cronométrico, del trabajo de cuidados mediante el estudio de su *intensidad*, como explico a continuación.

Los cuidados como un trabajo-intensivo

En la literatura de cuidados, existe un común acuerdo sobre la naturaleza intensiva de este trabajo, en tanto que excede los parámetros temporales de cualquier jornada laboral e incorpora elementos que le complejizan. Algunos de estos elementos son la pobreza de tiempo, la simultaneidad de actividades, el grado de conocimiento y habilidades que implica dar cuidados de calidad, las múltiples interrupciones y discontinuidades en su realización, la *carga mental*⁴, el grado de (in)satisfacción e (in)felicidad que generan, así como las posibles consecuencias positivas o negativas de no realizarlos. También es menester incluir el análisis del tipo de vínculo que exista entre quien provee y quien recibe los cuidados, considerando la dimensión corporal y sexual del trabajo de cuidados derivada del uso del cuerpo como herramienta laboral (Borgeaud, 2018).

Entiendo la *intensidad del trabajo de cuidados* como se ha estudiado en el mundo del trabajo remunerado, en concatenación con los estudios feministas del uso del tiempo. La intensidad del trabajo se define como “el ritmo de trabajo físico y mental de las tareas realizadas durante la jornada laboral” (Green, 2001, en Burke et al., 2010, p. 56); los elementos que intensifican el trabajo son la complejidad de las tareas, la simultaneidad de tareas, las consecuencias de realizar (o no) cierta actividad, el número de interrupciones, las condiciones de trabajo, los salarios, los horarios, el nivel de satisfacción con el trabajo, así como el grado de conocimiento y habilidades para realizarlo (Burchell et al, 2014; Burchell y Fagan, 2002).

La intensidad es un parámetro que permitiría captar al tiempo experimentado y visibilizar actividades de cuidado que se encuentran subrepresentadas por su carácter subjetivo e intangible. Mi propuesta es la siguiente: incluir el análisis de la intensidad del trabajo puede ampliar nuestra comprensión sobre el carácter afectivo, moral y generizado de los cuidados, al atender los vacíos

⁴ Por *carga mental* me refiero a la relación entre las exigencias de alguna tarea dada, las circunstancias en las que debe ser desempeñada y los recursos cognitivos y afectivos que tienen las personas para realizarlas (de Arquer, 1999).

metodológicos y conceptuales en los estudios cuantitativos del uso del tiempo, enfocados en cuantificar la carga horaria cronológicamente, sin aproximarse a la dimensión subjetiva del cuidar.

Como parte de mi investigación doctoral⁵, la presente propuesta describe la metodología que empleo para evaluar la intensidad del trabajo de cuidados en contextos de migración intrarregional cuyo epicentro es la Ciudad de México. Esta propuesta es especialmente potente para analizar los contextos de migración, ya que en ellos se despliega una *organización social transnacional* de los cuidados en la que entran en juego su ausencia física y su presencia virtual. A continuación, profundizo en cómo lo he abordado desde la implementación de dos técnicas de recolección de información creadas ex profeso: *redes de cuidados* y *pasteles del uso del tiempo*.

Se trata de dos métodos cualitativos que me han permitido complementar los hallazgos de los estudios sobre el uso del tiempo, atendiendo el carácter fluido, relacional e intensivo del trabajo de cuidados bajo dos premisas: visibilizar el trabajo de construcción de *redes de cuidados* y visibilizar el *tiempo experimentado*, el cual está generizado por el mandato de ser-para-otro, en el caso de las mujeres. Ambas técnicas me permiten captar la intensidad de los cuidados a partir de indagar en prácticas elusivas a los estudios del uso del tiempo, como son: la simultaneidad de actividades, el componente de responsabilidad moral y emocional, el trabajo de construcción de redes (también denominado *trabajo de parentesco*), la gestión mental, la vigilia cuidadora, los cuidados a distancia, la carga mental y la dimensión afectiva de los cuidados.

Propuesta metodológica

Durante los meses de octubre, 2022 a mayo, 2023, realicé una investigación de corte cualitativo-exploratorio. He realizado entrevistas a profundidad a 20 mujeres migrantes. Todas ellas son latinoamericanas que han emprendido un proyecto migratorio a largo plazo hacia México, por lo que cuentan con residencia (temporal o permanente) o se encuentran naturalizadas (5 de ellas). El tiempo

⁵ Investigación que realiza el autor en el Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora, en el marco del Doctorado en Estudios del Desarrollo: Problemas y Perspectivas Latinoamericanas, generación 2020-2024.

Una propuesta metodológica para abordar cualitativamente el trabajo intensivo

de estancia varía entre los 3 y los 22 años. Sus países de origen son: Argentina (1), Bolivia (1), Brasil (1), Chile (2), Colombia (5), Costa Rica (1), Cuba (4), El Salvador (1), Guatemala (1), Nicaragua (1), Uruguay (1) y Venezuela (1).

Su nivel de estudios abarca desde licenciatura hasta posdoctorado, por lo que entran en los flujos de migración calificada. Sobre su ocupación, casi todas se encuentran vinculadas al trabajo académico, aunque algunas de ellas tienen sus propios emprendimientos (no necesariamente relacionados a sus credenciales académicas) y algunas dejaron de participar en el mercado de trabajo remunerado para atender labores de cuidados de tiempo completo. He priorizado que sean madres y que vivan con sus hijos, independientemente de su estado civil o tipo de unión (de haberla). Con una única excepción, todas tienen 1 o 2 hijas/os; su rango de edad oscila entre los 7 meses y los 29 años, mientras que la edad de ellas está entre los 33 y 55 años, etapa en el ciclo de vida de mayor dedicación al trabajo productivo y reproductivo (Szasz, 1994).

Las entrevistas recuperan su experiencia como cuidadoras en México y a la distancia, considerando una *organización transnacional de los cuidados*⁶ que es multilocal y multidireccional en sus flujos de trabajo de cuidados. Cada entrevista tiene una duración aproximada de tres a cuatro horas, por lo que se trata de una entrevista completa y a profundidad (McGoldrick y Gerson, 1985), divididas en dos sesiones: 1) *redes de cuidado* y 2) *pastel del uso del tiempo*.

Redes de cuidado

Me he propuesto conocer la extensión e intensidad de sus vínculos en lo que denomino *redes de cuidados*. Se trata de una representación visual del mapa relacional en el que fluyen prácticas de dar y recibir cuidados, más o menos recíprocos, entre diferentes miembros de la familia, amistades y otras personas (vecinas, otras madres de familia del colegio, colegas del trabajo) e instituciones (escuelas, actividades extracurriculares, estancias infantiles, centros de salud, etc.). Estos lazos conforman un tejido transnacional en tanto las personas que

⁶ Retomo la definición de la *organización social de los cuidados*, entendida como “la manera en que cada sociedad establece una correlación entre sus necesidades de cuidados (específicas para cada sociedad) y la manera en que les da respuesta” (Pérez Orozco y García Domínguez, 2014, p. 34), extrapolando este arreglo más allá de las comunidades nacionales y las delimitaciones territoriales.

conforman la red no se encuentran todas en las mismas coordenadas geográficas. Este método abrevia de dos técnicas frecuentemente utilizadas en el sector salud (medicina, trabajo social y psicología) y en la antropología: el *genograma* (también conocido como familiograma o árbol genealógico) y el *átomo social*.

Lisa Platt y Elizabeth Skowron describen el genograma como un “diagrama pictórico de una familia, utilizando los datos recogidos durante una entrevista semiestructurada, para evaluar diversos elementos del funcionamiento familiar, como el conflicto, la separación, la integración y otros patrones de relación familiar” (Platt y Skowron, 2013, p. 35). El proceso consiste en: a) elaborar la estructura del genograma (de al menos tres generaciones – por ejemplo, abuelas, madre e hijas –), b) recopilar la información de cada miembro (rol en la red de cuidados, parentesco – biológico o no –, lugar de residencia, enfermedades o condiciones relevantes – desempleo, discapacidad, autonomía económica –), y c) indagar, por medio de una entrevista a profundidad, sobre las relaciones entre miembros.

En la entrevista del genograma familiar abordé aspectos relacionados al proyecto migratorio, su sentido de pertenencia (nacional, transnacional o desapego) y los sentimientos de bienestar o malestar en cada vínculo; les pedí graficarlo utilizando simbología, como sugiere la literatura (McGoldrick y Gerson, 1985; Espronceda, 2011). Sin embargo, también he modificado el proceso de realización del genograma y he implementado mi propia técnica, tomando ventaja de la falta de estandarización o de un protocolo de entrevista a partir del genograma (Platt y Skowron, 2013).

La primera gran divergencia con el proceso estandarizado es que le he pedido a cada entrevistada que dibuje su propia red de cuidados. Si bien se sugiere que sea quien entrevista (personal de salud) la persona que realice el genograma con colaboración de quien es entrevistada (Palomino y Suárez, 2006), he optado por sacrificar precisión técnica para humanizar radicalmente este diagrama. Mi decisión de dejar en manos de ellas la elaboración de sus redes de cuidado apunta a la apropiación del genograma por parte de quien lo elabora, de modo que permita expresar la mayor riqueza emocional posible y las relaciones de poder percibidas en sus vínculos. Recupero las sugerencias realizadas por la cartografía alternativa para romper con la rígida y hegemónica representación geográfica en los mapas que, en su corrección política, invisibilizan las relaciones de poder (van Houtum & Bueno, 2020).

Una propuesta metodológica para abordar cualitativamente el trabajo intensivo

El diagrama de la red de cuidados tampoco se apega al parentesco biológico, pues considera redes más amplias de amistad o entre vecinos, ya que, en los procesos migratorios, la red familiar se suele ver disminuida y en cambio, se introducen múltiples actores (individuales, colectivos e institucionales) entre quienes fluyen cuidados. Este diagrama se va enriqueciendo a lo largo de la entrevista y las entrevistadas pueden complementar, matizar, o corregirlo durante todo el proceso. Se trata de una representación íntima y personalísima, un mapa personal de las constelaciones de cuidados y la comunidad imaginada de cada persona; esta representación les vincula con procesos de creación de identidad y pertenencia, a la vez que permite la expresión de sentimientos y hace más fluida la entrevista.

Hemos utilizado elementos del proceso estandarizado, como la demarcación de miembros que viven en el mismo hogar, o la distinción entre el símbolo para hombres (triángulo) y para mujeres (círculo). Hay una aclaración a este respecto: he aprovechado la ocasión de explicar esta distinción por género, aclarando que esta simbología se puede cambiar y ajustar a la percepción que tengan de sí mismas y de otras personas, incluso si resulta ambigua. Conuerdo con Teresa de Lauretis cuando reflexiona sobre la forma en que se acepta o asimila el género, refiriendo a las casillas para indicar tu «sexo» que vienen comúnmente en formularios y encuestas: “Desde el primer momento que ponemos una cruz en la M de un formulario [o en la H], realizamos nuestro ingreso oficial en el sistema sexo/género” (de Lauretis, 2000, p. 46). Es importante mencionar que la alternativa a desgenerizar y transformar los símbolos en el genograma fue ofrecida y que ninguna los cambió.

En cambio, sí utilizaron nuevos símbolos para referirse a lugares, instituciones (la escuela, por ejemplo), para sus mascotas (algo ya presente en la literatura, ver Rodríguez Ceberio y Díaz Videla, 2020), y otras puntualizaciones. Se utilizaron indicaciones para aludir a la muerte de seres queridos, como sugiere la literatura (McGoldrick y Gerson, 1985; Palomino y Suárez, 2006), y su *presencia* social. Para Jacob Levy Moreno, “la muerte es una función vital, tiene una realidad social” (1947, p. 81) por lo que sigue presente y se conecta con la vida de muchas personas de forma estructurante⁷.

⁷ Monica McGoldrick y Randy Gerson (1985) resaltan la importancia de rastrear quién fue al funeral o quién sale en el testamento para comprender el desarrollo histó-

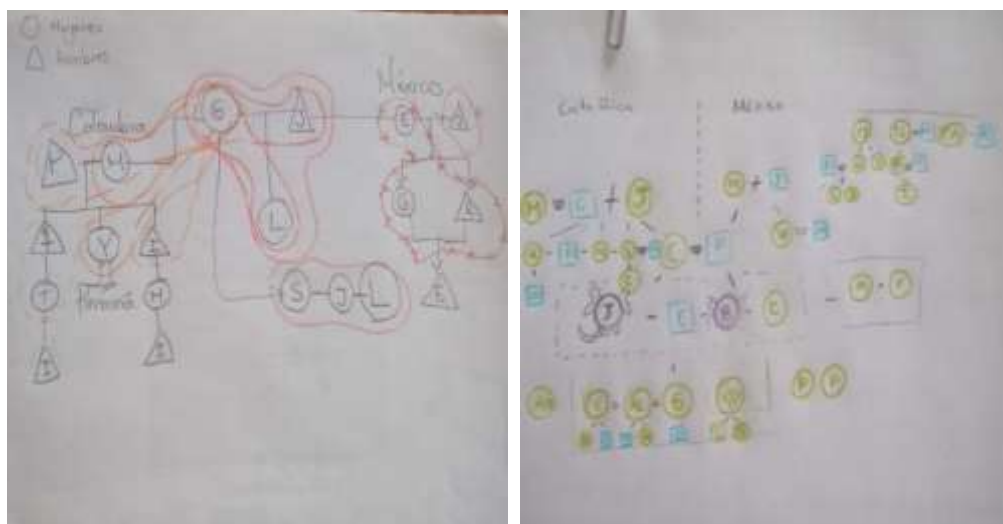
En un genograma, se ilustran los vínculos con colores o líneas diferentes (dobles, triples, quebradas, punteadas) para indicar el tipo de relación y los sentimientos que genera. Puedo decir que se usó una simbología individual y *ad libitum*, sobre la base general del diagrama, pero que fue enriquecido lo más posible para ilustrar las conexiones importantes que nutren las relaciones, la carga conflictiva entre la familia y su mundo, el flujo de recursos, pérdidas, deprivaciones, de forma similar al átomo social de Jacob Levy Moreno (Espronceda, 2011).

Para Jacob Levy Moreno (reconocido por ser el fundador del psicodrama), “el átomo social es la unidad social más pequeña, no el individuo” (Moreno, 1947, p. 80), es la constelación más pequeña de relaciones psicológicas. Para este autor, “más allá de las fuerzas culturales impersonales, [los átomos sociales] son elementos inmersos en la estructura de la sociedad que no se manifiestan abiertamente como configuraciones superficiales (escuela comunidad, fábrica o familia)” (Moreno, 1946, p. 543). En ellos se pueden analizar las relaciones emocionales y el aura de atracción y rechazo entre personas; también permite visualizar la afinidad y los niveles de preferencia (por sujetos y objetos), así como la formalidad-informalidad de las agrupaciones. Para Dani Yaniv (2014), el átomo social se puede analizar cualitativamente (si estudiamos el flujo de emociones y la intensidad de las relaciones) y cuantitativamente (según el número de vinculaciones involucradas).

Con motivo del diagrama de redes de cuidados, he pedido a las mujeres entrevistadas que piensen en su red como un mapa afectivo en el cual todos los elementos son significativos; esto incluye la ubicación dentro del diagrama – central o periférico –, así como geográfica (país de residencia).

rico de una familia. En ese sentido, indagar sobre la muerte permite mapear la afectividad, el apego al país de origen, las transiciones en el ciclo de vida y las decisiones sobre el proyecto migratorio.

Figura 1. *Redes de cuidados.*



Fuente: Elaborados por las mujeres migrantes durante las entrevistas.

Pasteles del uso del tiempo

Por otro lado, he indagado sobre el arreglo intrahogar del trabajo de cuidados a partir de la utilización de *pasteles del uso del tiempo*. En estos, se marcan las actividades de un día de la semana donde se empalmen las jornadas de trabajo remunerado y trabajo no remunerado. Se trata de una representación de la multiplicación de jornadas de trabajo de forma que, a partir de ella, se pueda desprender una segunda entrevista a profundidad. Este es un método exploratorio diseñado ex profeso para esta investigación; su finalidad es captar la *doble presencia* de las mujeres migrantes desde un parámetro del tiempo no determinado por el reloj, sino por las necesidades y relaciones con otras personas, sus interdependencias y lazos intergeneracionales. Y si bien esta propuesta nos sumerge en una dimensión intangible (no cronometrable) del tiempo, su alcance no se circunscribe a comprender una subjetividad individualista, sino que permite evidenciar la sedimentación de patrones género-específicos en su contexto específico.

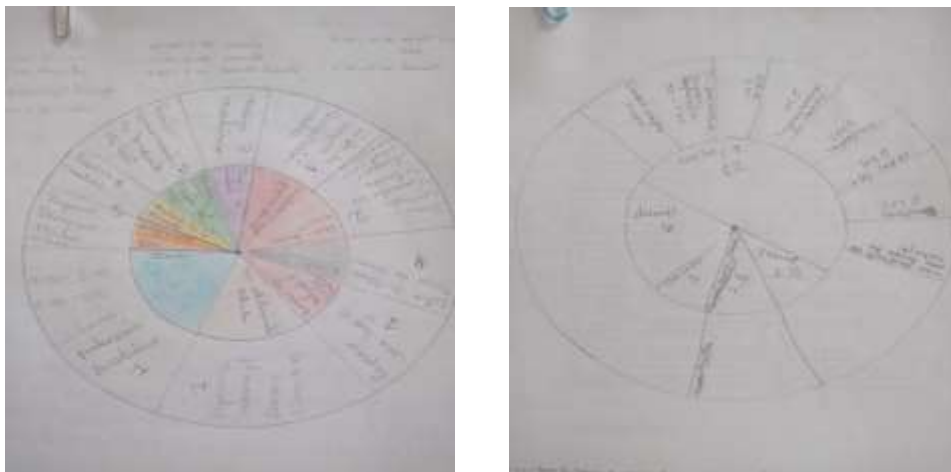
El proceso consiste en graficar las actividades (*primarias*) de un día hábil en un círculo interno. A partir de esto, se desprende una entrevista a profundidad

Políticas del cuidado y el diálogo con las políticas públicas

en la que se van indicando poco a poco las actividades que se traslapan (*secundarias*) y generan doble presencia en un círculo externo. He puesto especial atención en actividades de cuidados esquivas a su cuantificación temporal: mantener una disponibilidad continua para cuidar, la vigilia cuidadora, la simultaneidad espacio-temporal de actividades (remuneradas y no remuneradas de cuidados simultáneamente), el componente de responsabilidad moral y afectiva, la gestión mental (organizar, priorizar y gestionar la ejecución de los cuidados), la simultánea presencia en los espacios virtuales y físicos, el traslape de actividades en un mismo bloque de tiempo, así como el trabajo de mantener y sostener sus redes de cuidados.

Por último, he pedido a las mujeres entrevistadas que hagan una valoración de la intensidad percibida de cada una de estas actividades. Les he solicitado que den una valoración a cada bloque temporal utilizando una escala Likert, en donde 1 es lo menos intenso y 5 lo más intenso. Esta valoración la han escrito directamente en su pastel del uso del tiempo por bloque o por actividad. Se trata de un juicio valorativo que resulta de gran valor heurístico para visualizar la intensidad de los trabajos de cuidado en diferentes segmentos del día.

Figura 2. *Pasteles del uso del tiempo.*



En el círculo interior se escriben las actividades primarias; en el círculo exterior, las secundarias. Elaborados por las mujeres migrantes durante las entrevistas.

A modo de cierre

Encuentro necesario complementar los estudios del uso del tiempo para incorporar la naturaleza relacional, superpuesta y afectiva de los cuidados cotidianos. Los cuidados están injustamente representados por el tiempo cronológico debido a su componente de simultaneidad y superposición de actividades, subestimando la responsabilidad y la carga mental que implican. Por lo tanto y atendiendo la propuesta de diversas autoras sobre una aproximación mixta para cubrir los vacíos sobre aspectos intangibles de los cuidados (Carrasco, 2015; Pacheco, 2020; Charmes, 2021), mi propuesta metodológica apunta a realizar un ejercicio de estimación de la intensidad del trabajo de cuidados no remunerados.

Planteo esta reflexión con el convencimiento de que problematizar los aspectos subjetivos del trabajo de cuidados desde el parámetro de su intensidad puede contribuir a:

- Dimensionar el desgaste de la fuerza de trabajo femenina no remunerada en múltiples dimensiones que incluyan su carácter afectivo y de responsabilidad moral
- Aportar elementos objetivos a las reivindicaciones de igualdad de género que puedan ser retomados por las propuestas de política pública en la agenda de cuidados
- Contribuir a la transformación de la organización social, política y transnacional del cuidado

A lo largo de esta investigación, he podido corroborar la presencia de algunas de las actividades más elusivas a los estudios del uso del tiempo, como lo son estar al pendiente, la vigilia cuidadora, la gestión mental y la carga mental, factores asociados a la intensidad del trabajo de cuidados. El uso de las dos técnicas de recolección de información, las redes de cuidados y los pasteles del uso del tiempo, me ha permitido visibilizar la importante presencia de otras actividades que intensifican el trabajo de cuidados y que se hallan subrepresentadas en la literatura, como lo son la carga mental, los cuidados a distancia y el trabajo de tejer redes de cuidado.

Sabemos que el componente emocional y de responsabilidad moral resultan elusivos a las mediciones del uso del tiempo debido a la noción cronométrica y

cuantitativa que subyace al parámetro del tiempo. En ese sentido, encuentro que la intensidad del trabajo de cuidados ofrece ventajas analíticas y heurísticas para dimensionar la situación de las mujeres cuidadoras en México, la organización intrahogar del trabajo de cuidados no remunerados y el despojo de su tiempo.

Estudiar la intensidad del trabajo de cuidados lleva una intención: profundizar en los pliegues del uso del tiempo para visibilizar el despojo de tiempo y el extractivismo del trabajo de las mujeres. Por ello, una propuesta para las políticas públicas es poner el derecho al tiempo al centro, junto con el derecho al cuidado. El derecho al tiempo es un eje central dentro de las propuestas de redistribución y revalorización de los trabajos de cuidados y un componente esencial del derecho al cuidado para la efectiva concreción de la igualdad de género. Cabe aclarar que el tiempo al que me refiero no es el tiempo del reloj (o no sólo ese), sino el que es multidimensionalmente explotado a partir de la falta de corresponsabilidad social y de género.

Es mi recomendación atender la dimensión subjetiva, emocional y moral en paralelo a otros parámetros fijos (cronometrables) con la intención de complementar la medición del uso del tiempo, expandir la comprensión y valorar el trabajo de las mujeres cuidadoras. Esta incipiente aportación puede implementarse tanto en la fase de formulación como en la evaluación de las políticas públicas. Es desde ese mirador que planteo el derecho al tiempo como un componente esencial del derecho al cuidado, fundamental para la transición de privilegios a derechos, pues de lograr garantizarse, apunta a una efectiva concreción de la igualdad de género, la autodeterminación y la autonomía.

Referencias

- Adam, B. (1992). Modern times: The technology connection and its implications for social theory. *Time & Society*, 1 (2). 175-191. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0961463X92001002003>
- Adam, B. (2002). The gendered time politics of globalization: Of shadowlands and elusive justice. *Feminist Review*, 70 (1). 3-29. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1057/palgrave.fr.9400001?journalCode=fera>
- Amilpas, M. (2020). Mujeres, trabajo de cuidados y sobreexplotación desigualdades de género en México durante la pandemia por COVID-19. *Espacio I+ D: Innovación más*

- Desarrollo*, 9 (25). 100 – 117. <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/247/790>
- Antonopoulos, R., Masterson, T., y Zacharias, A. (2012). *La interrelación entre los déficits de tiempo y de ingreso: Revisando la medición de la pobreza para la generación de respuestas de política*. PNUD. [https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/2EA3CB1F85AC-CDE505257C1900674977/\\$FILE/atando_cabos_3_esp%C3%B1ol_050213.pdf](https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/2EA3CB1F85AC-CDE505257C1900674977/$FILE/atando_cabos_3_esp%C3%B1ol_050213.pdf)
- Bergson, H. (1927/1999). *Ensayo sobre los datos inmediatos de la conciencia*. España: Ediciones Sígueme. <https://www.sigueme.es/docs/libros/ensayo-datos-inmediatos-web.pdf>
- Borgeaud, N. (2018). *El trabajo de cuidado*. Argentina: Fundación Medifé Edita. <https://www.fundacionmedife.com.ar/sites/default/files/Edita/el-trabajo-de-cuidado.pdf>
- Burchell, B., Sehnbruch, K., Piasna, A., y Agloni, N. (2014). The quality of employment and decent work: definitions, methodologies, and ongoing debates. *Cambridge journal of economics*, 38 (2) 459 – 477. <https://academic.oup.com/cje/article-abstract/38/2/459/1712154>
- Burchell, B., y Fagan, C. (2002). *Gender, Jobs and Working Conditions in the European Union*. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. <https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/2002/gender-jobs-and-working-conditions-european-union>
- Burke, R., Singh, P., y Fiksenbaum, L. (2010). Work intensity: potential antecedents and consequences. *Personnel Review*, 3 (39). <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/00483481011030539/full/html>
- Cannuscio, C., Colditz, G., Rimm, E., Berkman, L., Jones, C. y Kawachi, I. (2004). Employment status, social ties, and caregivers' mental health. *Social science & medicine*, 58 (7). 1247-1256. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14759673/>
- Care Needed: Improving the Lives of People with Dementia*. (2018). OECD. <http://dx.doi.org/10.1787/9789264085107-en>
- Carrasco, C. (2015). El tiempo más allá del reloj: las encuestas de uso del tiempo revisitadas. *Cuadernos de relaciones laborales*, 34 (2). 357 – 383. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5771508>
- Ceballos, G. (2013). La intensidad de los trabajos de cuidados no remunerados de las mujeres en los hogares urbanos de México. Análisis con datos de la ELCOS 2012. En E. Pacheco (Coord.). *Los cuidados y el trabajo en México. Un análisis de la Encuesta Laboral y de Corresponsabilidad Social ELCOS 2012* (pp. 125- 188). México: INMUJERES. http://web.inmujeres.gob.mx/transparencia/archivos/estudios_opiniones/cuadernos/ct40_editado.pdf

- Charmes, J. (2021). *Medición del uso del tiempo: Una evaluación de los problemas y desafíos en la elaboración de encuestas sobre uso del tiempo, con especial énfasis en los países en desarrollo. Inconsistencias metodológicas, estrategias de armonización y diseños revisados*. México: ONU Mujeres. <https://mexico.unwomen.org/es/digiteca/publicaciones/2021/10/medicion-del-uso-del-tiempo-evaluacion-de-los-problemas-elaboracion-encuestas-sobre-uso-del-tiempo>
- Contreras, C. (2020, diciembre 11). *El año cero en la Ciudad de México. ¿Cómo caminar hacia una ciudad “cuidadora”?* Medium. <https://utopia-urbana.medium.com/el-a%C3%B1o-cero-en-la-ciudad-de-m%C3%A9xico-c%C3%B3mo-caminar-hacia-una-ciudad-cuidadora-f2d8e1391e08>
- Covarrubias, A. (2019). La pobreza de tiempo de los mexicanos. *Acta universitaria*, 29. 1 – 25. <https://www.actauniversitaria.ugto.mx/index.php/acta/article/view/2325>
- Cuenta Satélite de Trabajo No Remunerado de los Hogares de México, 2020. Comunicado de prensa Número 710/21. (3 de diciembre 2021). INEGI. <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/tnrh/cst-nrh2020.pdf>
- De Arquer, M. I. (1999). *NTP 534: Carga mental de trabajo: factores*. España. Instituto Nacional de seguridad e Higiene en el Trabajo. <https://saludlaboralydiscapacidad.org/wp-content/uploads/2019/05/NTP-534-Carga-mental-de-trabajo-Factores.pdf>
- De Lauretis, T. (2000). *Diferencias. Etapas de un camino a través del feminismo*. España: Horas y horas. <https://kolektivoporoto.cl/wp-content/uploads/2015/11/De-Lauretis-Teresa-Diferencias-Etapas-De-Un-Camino-A-Traves-Del-Feminismo.pdf>
- De los Santos, P. y Carmona, S. (2012). Cuidado informal: una mirada desde la perspectiva de género. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 4. 138-146. <https://revistas-ojs.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/4647>
- Domínguez, M. (2020). Lecciones aprendidas en la medición de los tiempos de cuidados. En Karina Bathhyány (Coord.) *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp. 471 – 503). CLACSO. <https://www.clacso.org/wp-content/uploads/2020/12/Miradas-latinoamericana.pdf>
- Durán, M. (2002). *Si Aristóteles levantara la cabeza*. España: Junta de Andalucía. <https://digital.csic.es/handle/10261/100355>
- El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente*. (2019). OIM. https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_633135/lang-es/index.htm
- Espronceda, M. (2011). Métodos para el estudio de la familia: Pertinencias y alcances del familiograma y sus usos. *Santiago*, (125). 72 – 92. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/145110205>

- Folbre, N. (2021) *Cuantificación del cuidado: problemas de diseño y armonización en las encuestas sobre uso de tiempo*. México: ONU Mujeres. <https://mexico.unwomen.org/es/digiteca/publicaciones/2021/10/cuantificacion-del-cuidado-problemas-diseno-y-armonizacion-encuestas-uso-del-tiempo>
- Garfías, M. y Vasil'eva, J. (2020). De la reflexión a la acción, por un México que cuida. 24/7. <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/mexiko/17157.pdf>
- González, H. (2013). Los cuidados en el centro de la migración. La organización social de los cuidados transnacionales desde un enfoque de género. *Migraciones*, (33), 127-153. <https://revistas.comillas.edu/index.php/revistamigraciones/article/view/1024>
- Leccardi, C. (2002). Tiempo y construcción biográfica en la sociedad de la incertidumbre: Reflexiones sobre las mujeres jóvenes. *Nómadas*, (16). 42-50. <https://www.re-dalyc.org/pdf/1051/105117941004.pdf>
- McGoldrick M. y Gerson, R. (1985). *Genograms in Family Assessment*. EUA: Norton. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/9d5df21ba422f10d1bc6e535efda74b5.pdf>
- Moreno, J. (1946). The sociometric view of the community. *The Journal of Educational Sociology*, 19 (9). 540-545. <https://www.jstor.org/stable/i329337>
- Moreno, J. (1947). The social atom and death. *Sociometry*, 10 (1). 80-84. <http://www.psychodrama.gr/sitepics/library-pdf5.pdf>
- Pacheco, E. (2020). El trabajo de cuidados directo e indirecto, retos y posibilidades para su medición. En *Miradas latinoamericanas a los cuidados*, (pp. 411-470). CLACSO. <https://www.clacso.org/miradas-latinoamericanas-a-los-cuidados/>
- Palomino, Y., y Suárez, M. (2006). Instrumentos de Atención a la Familia: El Familiograma y el APGAR familiar. *RAMPA 2006*, 1 (1). 48 - 57.
- Parker, S., y Gandini, L. (2011). Cuantificación de sesgos en la contabilización del uso del tiempo a partir de metodologías de diarios y cuestionarios. México: INMUJERES. http://web.inmujeres.gob.mx/transparencia/archivos/estudios_opiniones/cuadernos/ct30.pdf
- Pérez, A. y García, M. (2014). *Por qué nos preocupamos por los cuidados*. México: ONU Mujeres. <https://colectivaxk.net/wp-content/uploads/2020/01/por-quc3a9-nos-preocupamos-por-los-cuidados.pdf>
- Pérez, L. (2017). *¿Quién Cuida en la Ciudad?* ONU. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/42424-quien-cuida-la-ciudad-aportes-politicas-urbanas-igualdad>
- Pérez, Y. (2016) *En busca del tiempo liberado. Experiencias de autonomía y desigualdad de tiempo en Jefas de Hogar de la Ciudad de México*. México: Universidad Autónoma Metropolitana. <https://bindani.izt.uam.mx/concern/tesiuams/8c97kq59w?locale=fr>
- Platt, L. y Skowron, E. (2013). The family genogram interview: Reliability and validity of a new interview protocol. *The Family Journal*, 21 (1). 35-45. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1066480712456817>

- Rodríguez, C. (2015). Economía feminista y economía del cuidado. *Nueva Sociedad*, (256). <https://nuso.org/articulo/economia-feminista-y-economia-del-cuidado-aportes-conceptuales-para-el-estudio-de-la-desigualdad/>
- Rodríguez, M. y Díaz, M. (2020). Las mascotas en el genograma familiar. *Ciencias Psicológicas*, 14 (1). <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/cienciaspsicologicas/article/view/2112>
- Schiffrin, H., Rizzo, K., y Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 22 (5). 614-620. https://scholar.umw.edu/psychological_science/3/
- Scuro, L., y Vaca, I. (2017). La distribución del tiempo en el análisis de las desigualdades en las ciudades de América Latina. CEPAL. https://www.cepal.org/sites/default/files/presentations/lucia_scuro.pdf
- Szasz, I. (1994). Migración y relaciones sociales de género aportes de la perspectiva antropológica. *Estudios demográficos y urbanos*, 9 (1). 129-150. <https://estudiosdemograficosyurbanos.colmex.mx/index.php/edu/article/view/903>
- Valencia, G. (2007). *Entre cronos y kairós. Las formas del tiempo sociohistórico*. España: Antropos. <https://www.redalyc.org/pdf/859/85919840010.pdf>
- Van Houtum, H. y Bueno Lacy, R. (2020). The migration map trap. On the invasion arrows in the cartography of migration. *Mobilities, Taylor & Francis Journals*, 15 (2). 196-219. <https://ideas.repec.org/a/taf/rmobxx/v15y2020i2p196-219.html>
- Yaniv, D. (2014). Tele and the social atom: The oeuvre of JL Moreno from the perspective of neuropsychology. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 13. 107-120. <https://cris.haifa.ac.il/en/publications/tele-and-the-social-atom-a-neuropsychological-perspective>
- Yeates, N. (2012). Global care chains: a state-of-the-art review and future directions in care transnationalization research. *Global Networks*, 12 (2). 135-154. https://lekuvam.se/wp-content/uploads/2020/03/5.-YEATES-2012-Global_Networks.pdf