



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA

**“NARRATIVAS DEL CANSANCIO NO DICHO: ESTUDIOS
DE CASO DE MUJERES QUE REALIZAN TRABAJO
DOMÉSTICO NO REMUNERADO Y TAREAS DE
CUIDADO, EN EL BARRIO DE SAN MIGUEL
TOTOLTEPEC, TOLUCA, ESTADO DE MÉXICO”**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL**

P R E S E N T A

FLOR CASTILLO FLORES

DIRECTORA DE TESIS:
M.A.S. LUZ ALEJANDRA BARRANCO VERA



TOLUCA, MÉXICO, MARZO 2026.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	6
CAPÍTULO 1. ACERCAMIENTO TEÓRICO.....	12
1.1 Antropología del Género	12
1.1.1 Género	16
1.1.2 Roles de género, estereotipos y mandatos	19
1.2 Espacio público y privado	21
1.2.1 División sexual del trabajo.....	24
1.3 Trabajo doméstico no remunerado y de cuidados	28
1.3.1 Economía de género	33
1.4 Antropología de las emociones	37
1.4.1 Emociones culturales, biológicas y sociales.....	39
1.5 Antropología del cuerpo	43
1.5.1 Construcción del cuerpo y la corporalidad	44
1.5.2 Cruce género, emociones y cuerpo.....	46
CAPÍTULO 2. ETNOGRAFÍA DE SAN MIGUEL TOTOLTEPEC	49
2.1 Ubicación	50
2.1.2 Contexto histórico de San Pedro Totoltepec	51
2.2 San Miguel Totoltepec.....	54
2.2.1 Clima	55
2.2.2 Uso de suelo y vegetación	55
2.2.3 Hidrografía	56
2.3 Contexto sociodemográfico e índices de violencia en San Miguel Totoltepec	57
2.3.1 Organización Política	59
2.3.2 Sistema de creencias	62
2.3.4 Actividades económicas	64
2.3.5 Servicios y Educación	65
2.3.6 Actividades deportivas y artísticas.....	66
2.4 Taller de bordado: “A-bordando diálogos, remendando dolencias”	68
2.4.1 Entre telas, hilos y palabras: emergencias discursivas	72

2.4.2 El bordado como herramienta de comunicación	87
CAPÍTULO 3. HILOS INVISIBLES: ETNOGRAFÍA DEL TRABAJO DOMÉSTICO NO REMUNERADO Y DE CUIDADOS.	91
3.1 La repetición que sostiene la vida: cotidianidad del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados	91
3.1.2 Uso del tiempo	99
3.1.3 Autocuidado	111
3.1.4 Tipos de obligaciones: filiales, maritales y maternas.	118
3.1.5 Violencia doméstica	127
CAPÍTULO 4: VIVENCIA CORPORAL Y EMOCIONAL	135
4.1 Emociones silenciadas y el cansancio no dicho.	136
4.2 Síntomas y enfermedades no expresadas, sentidas o cuidadas	143
4.3 Hacer en nombre del amor	151
4.5 Capacidad de agencia, resistencia y resignificaciones: el taller de bordado	156
4.4 ¿Cuándo podrán ya no hacer?	163
CONCLUSIONES.....	165
BIBLIOGRAFÍA	170
ANEXOS	181

INTRODUCCIÓN

La ciencia antropológica, desde sus inicios (y aunque no siempre de la misma manera), se ha interesado por las distintas formas de vida en la otredad. La antropología es la disciplina que tiene a su cargo el estudio de la humanidad, de los pueblos antiguos y modernos y de sus estilos de vida (Harris, 1990). Adentrándose a campos de estudio como son: la economía, la alimentación, la organización política, la religión, los sistemas de parentesco; por mencionar algunos de manera general. Así como también, en la distribución del trabajo, de manera particular; donde se halla el espacio público y privado; en este último se desarrolla el trabajo doméstico y las tareas de cuidados, mismos que son esenciales para el desarrollo del ser humano en cada cultura.

El sostenimiento de la vida requiere entonces de actividades para la subsistencia, desde la preparación de alimentos hasta cuidados físicos y soporte emocional, que permitan la continuidad de la misma. Siendo el trabajo doméstico de suma importancia, pero a la vez invisibilizado, permaneciendo históricamente sin ser reconocido en términos de contribución al desarrollo económico y social, ni al bienestar de las familias y comunidades. Un trabajo que también se encuentra mayormente feminizado y fuertemente estructurado por el género.

Las mujeres participantes en la presente investigación y dentro del taller de bordado, cuentan con características compartidas; en tanto funjan y/o realicen trabajo doméstico sin remuneración y de cuidados (aunque cabe mencionar que algunas de ellas realizan trabajo extra doméstico dentro del comercio informal). Asimismo, que tuvieran interés y/o nociones básicas de bordado, o supieran bordar y radicarán en el barrio de San Miguel Totoltepec, Toluca; Estado de México.

Para realizar esta investigación, se tiene como pregunta central: ¿Cómo se organiza, significan y experimentan corporal y emocionalmente las mujeres el trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidado en el barrio de San Miguel Totoltepec, Toluca, Estado de México?

De igual forma, la hipótesis parte del supuesto de que el trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidados no solo implican una carga material y temporal para las mujeres, sino que también producen efectos subjetivos, corporales y emocionales que suelen permanecer poco visibilizados en ámbito familiar y social. En este sentido, se considera que dichas actividades se encuentran organizadas desde roles, mandatos y estereotipos de género que se han naturalizado. La investigación busca explorar estas experiencias desde las narrativas de las propias mujeres, atendiendo tanto las condiciones estructurales que organizan el trabajo doméstico como a las formas en que este es vivido, significado y habitado.

El objetivo guía consiste en analizar las narrativas de las mujeres que realizan trabajo doméstico no remunerado y tareas de cuidado, con el fin de comprender cómo estas actividades, organizadas desde roles de género producen experiencias corporales y emocionales que inciden en la construcción de sus subjetividades en la vida cotidiana.

Y como objetivos específicos, los siguientes:

- 1.- Escuchar, documentar y analizar los sentires, pensares y experiencias corporales y emocionales; de las mujeres que realizan trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, para comprender cómo se construyen sus subjetividades atravesadas por mandatos de género.
- 2.- Analizar las narrativas producidas por las mujeres participantes sobre la división sexual del trabajo en su vida cotidiana, particularmente en relación con el trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidado, así como sus efectos en el uso de su tiempo y bienestar.
- 3.- Explorar las formas de agencia, resignificación y resistencia que emergen en las experiencias de las mujeres, a partir del taller de bordado como espacio colectivo de reflexión sobre los roles de género y el trabajo doméstico.

De este modo, Verena Stolcke (1996), menciona que ha sido la ciencia antropológica la que ha demostrado que las nociones de persona y de individuo no responden a realidades ontológicas propias de la especie, sino que son

construcciones culturales e históricas, unidas a tiempos ideológicos y a los sistemas ideológicos y culturales que le son propios. Así pues, la construcción de los roles de género, relacionados con la división sexual del trabajo y las actividades que les son “propias” a hombres y mujeres, responden a contextos culturales de cada sociedad.

Por su parte, la antropóloga Margaret Mead (1935), quien fue pionera en los estudios de género, mostró que muchas conductas suelen asumirse como propias de una supuesta naturaleza femenina o masculina no son universales ni invariables, sino que responden a configuraciones culturales específicas. A partir de sus estudios comparativos, evidenció que rasgos como la emotividad, la agresividad o la disposición al cuidado varían de una sociedad a otra, lo que permite cuestionar las explicaciones biologicistas entre hombres y mujeres.

A partir de la década de los años sesenta del siglo pasado comenzó la apertura a los estudios de género, donde se amplió la perspectiva sobre el papel que representaban las mujeres en los distintos ámbitos. De Barbieri (1993), señala que los estudios de género surgen como un esfuerzo por producir conocimiento situado sobre las condiciones de vida de las mujeres, visibilizar sus aportes históricos, culturales y cotidianos, así como cuestionar las formas en que han sido excluidas de los relatos dominantes. En este marco, el concepto de género permitió diferenciar el sexo biológico de los significados culturales, simbólicos y sociales que se asignan a los cuerpos.

La introducción de los estudios de género supone una redefinición de todos los grandes temas de las ciencias sociales. El género se torna en una categoría de análisis que recorre todos los ámbitos y niveles de la sociedad (Cobo, 2005).

La antropóloga Marta Lamas (2013), describe que la categoría “género” comenzó a tener visibilidad y sus antecedentes se localizan también en la obra realizada por Simone de Beauvoir *El Segundo Sexo*¹, donde se plantea que las características consideradas como femeninas no derivan naturalmente del sexo, sino que son adquiridas mediante procesos sociales complejos. En este sentido, el género no

¹ Simone de Beauvoir, *El segundo Sexo*, siglo XX, Buenos Aires, 1962.

nombra simplemente una diferencia entre hombres y mujeres, sino que permite analizar cómo se construyen normas culturales, expectativas y jerarquías a través de instituciones como la familia, la religión, el derecho, la política y la economía.

Desde esta perspectiva, el género opera como una categoría crítica para el análisis social y cultural, ya que permite cuestionar las distinciones basadas en el sexo que se presentan como naturales, pero que en realidad organizan relaciones de poder, desigualdad y distribución del trabajo, particularmente en el ámbito doméstico y de los cuidados.

Gayle Rubin (1986), propone que un sistema “sistema sexo/género” es el conjunto de disposiciones por el que una sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana, y en el cual se satisfacen esas necesidades humanas transformadas. Donde es a través de esta distinción de los sexos y de los espacios que “deben” ser ocupados por hombres y mujeres, que se refuerza el estereotipo de que las actividades domésticas y de cuidados son esencialmente para las mujeres, lo que representa un mayor beneficio económico y social.

A partir de lo planteado por Scott (1998), puede entenderse que el género no solo organiza diferencias simbólicas entre hombres y mujeres, sino que estructura relaciones de poder que producen jerarquías concretas en la vida social. Podemos inferir que la asignación de estas diferencias configura experiencias desiguales, donde los hombres son exaltados por su participación y trabajo en el ámbito público y las mujeres relegadas con un trabajo desvalorado en el ámbito de lo privado (en lo doméstico).

La distinción entre las esferas socialmente asignadas a mujeres y hombres, así como la ocupación diferenciada del espacio, se construyó históricamente a partir de las diferencias sexuales. Como ya se ha ido describiendo; esta organización se sustenta primero en la división sexual del trabajo y posteriormente en la separación de las actividades del espacio público y privado, este último designado y ocupado por las mujeres, donde además de existir una desigualdad en tiempo, actividades y cuidados, se considera un trabajo de menos importancia en comparación con el espacio público. Del Valle (1993) propone que, el análisis de las actividades

reproductivas y productivas no debe centrarse en quiénes las realizan desde una diferencia sexual, sino en cómo estas relaciones organizan y reproducen desigualdades sociales.

Nombrar los roles asignados a las mujeres permite identificar que, en el orden patriarcal, su autonomía no se configura como principio, pues se trata de una construcción de género que las disponen socialmente a hacerse cargo de la vida de otras personas (Lagarde, 2023). A su vez enunciar y nombrar permite reconocer las formas de resistencia sobre las desigualdades cotidianas que atraviesan las mujeres en las actividades dentro del trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidado.

Por su parte, Ortner (2006), apunta que el género puede entenderse como un lenguaje que posibilita interpretar las formas en que se construyen socialmente las diferencias sexuales, así como otras dimensiones vinculadas al poder, el cuerpo o la reproducción. En este sentido, el lenguaje no solo expresa estas configuraciones, sino que también funciona como herramienta para analizar las narrativas de las mujeres como formas de comprender la realidad social que habitan y las experiencias que las atraviesan.

Dar cuenta de la existencia de desigualdades en la realización del trabajo doméstico no remunerado y tareas de cuidado, relacionadas a la asignación de roles de género, donde Lamas (1999), refiere que el género facilita un modo de decodificar el significado que las culturas otorgan a la diferencia de los sexos y una manera de comprender las complejas conexiones entre varias formas de interacción humana.

La incorporación definitiva del concepto de género como una categoría analítica eficaz y resolutive que permite transformar investigaciones en estudios amplios y globales en los que la aplicación del género se constituye como una excelente herramienta para el análisis social (Moncó, 2011). Permittiéndonos subrayar que la antropología de género abarca un amplio campo de estudio (desde los diversos contextos, geografías, latitudes, tiempos y espacios), el cual tiene como objetivo abonar al análisis y la comprensión de la existencia de una estructura dominante.

Esta estructura impone al mundo una ordenación jerárquica y contiene la simiente de las relaciones de poder en la sociedad (Segato, 2003).

Para la antropología, el género abre camino a la crítica, a la reflexión; para evidenciar las brechas, así como a la comprensión de los cambios y aportes para abatir las desigualdades dentro de un sistema patriarcal. Mismo sistema donde las mujeres realizan el trabajo doméstico y las tareas de cuidado; un espacio económico y social, complejo, donde también predominan las relaciones de poder, la subordinación, las jerarquizaciones a través del género, que desencadenan y perpetúan diversos tipos de violencia. Pero también, un espacio que debería comenzar a ser dignificado ya que en él se consolidan las actividades necesarias y más importantes para la continuidad de la vida. Basaglia (1983), argumenta que desde un punto de vista político la antropología contribuye con argumentos sólidos a combatir ideas fosilizadas en la concepción del mundo dominante, en relación al carácter absoluto, ahistórico de las mujeres, sustentado en una supuesta naturaleza femenina.

Asimismo, reconocer a través del testimonio de las mujeres nos conduce a la reflexión continua de que las desigualdades y violencias están relacionadas con la asignación de los roles de género, mismas que se desarrollan en este fenómeno social y que no deberían continuar invisibilizadas. Dejar de observar esta cotidianidad como un hecho aislado, permitirá desarticular a los ciudadanos de la responsabilidad delegada casi exclusivamente a las mujeres y proponer una redistribución del trabajo doméstico y de los cuidados. Mazariegos (2022), nos propone trazar el camino a la resistencia, pensar, crear y transformar en colectivo, donde la producción académica jamás se da en el vacío, sino que se construye desde la colectividad, ya que, la diferencia, precisamente, la marca la experiencia y el lugar desde el que nos situamos.

CAPÍTULO 1. ACERCAMIENTO TEÓRICO

Desde la ciencia antropológica, el ámbito doméstico no solo se concibe como un lugar físico, sino también como una de las principales instituciones sociales; un espacio que propicia la construcción misma de la cultura, cargado de significados, tanto simbólicos como afectivos, de normas, acuerdos y también de tensiones. En este sentido, el presente capítulo tiene por objetivo analizar los principales aportes teóricos de la antropología del género sobre el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, así como los roles, estereotipos y mandatos de género, la división sexual del trabajo y la relación entre el cuerpo, emociones y espacio doméstico, con el fin de construir un marco conceptual que permita interpretar las experiencias etnográficas desarrolladas en los capítulos posteriores.

1.1 Antropología del Género

El estudio y la investigación de la cultura humana han adquirido relevancia y han trazado la línea rectora de la ciencia antropológica, que toma al ser humano en su relación con los demás como creadores de cultura como su punto nodal. Por eso, uno de sus intereses ha sido esclarecer si ciertas características y conductas humanas son aprendidas mediante la cultura o son innatas (Lamas, 1986). Existe una relación indisoluble entre antropología y género, misma que desde hace varias décadas se ha convertido en tema de interés para los estudios antropológicos. Asimismo, el surgimiento de la antropología del género permitió el acercamiento a la crítica y a la reflexión sobre diversos fenómenos sociales, entre ellos el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados; que generalmente se han mantenido como trabajos casi exclusivos de las mujeres, siendo invisibilizadas y desvalorizadas a través de la historia; sin el debido reconocimiento de ser nombrado como trabajo, siendo este fundamental para el sostenimiento de la vida y la reproducción social.

Las investigaciones pioneras, realizadas por la antropóloga Margaret Mead, se distinguen por el análisis de las características sociales y culturales de los sexos, además de considerar a las mujeres como informantes imprescindibles para los

estudios antropológicos. En su obra *Adolescencia, Sexo y Cultura en Samoa* (1928), apunta a que las distintas formas de vida no son inherentes a los seres humanos, ni decretadas por la naturaleza, sino que son el resultado de procesos culturales que pueden ser analizados a través de las diversas instituciones sociales. Dichas investigaciones giraron en torno a la comparación entre diversas culturas, que aportaron al rompimiento de prejuicios que en esa época se encontraban basados en una “naturaleza” respecto a los comportamientos de hombres y mujeres, haciendo una separación de las características biológicas y culturales.

Por su parte, la filósofa Simone de Beauvoir, representa un referente importante con su obra *El Segundo Sexo* (1945), en la cual explora las diversas formas de opresión hacia las mujeres; asimismo realiza una crítica al biologismo, a partir del cual se instala la desigualdad entre hombres y mujeres, develando que no existe una “naturaleza de la mujer”, sino que se llega a ser mujer a través de las condiciones sociales dadas y de las pautas culturales donde se desarrolle.

Aurelia Martin (2021), describe que a principios de la década de los años sesenta, alentado por el movimiento feminista, surgen los “Estudios de la Mujer” como una respuesta crítica a la falta de consideración de las mujeres, tanto en las ciencias, como en la sociedad en general, incluyendo a los estudios antropológicos tradicionales, explica que “la especialidad que hoy conocemos como *Antropología del Género* comenzó designándose *Antropología de la Mujer (o de las mujeres)* y posteriormente se llamó *Antropología Feminista o Antropología del Género*, reflejado así la evolución epistemológica del objeto de estudio y enfoques empleados” (p.19). Ya que durante décadas y específicamente la antropología se centró en los hombres como principales investigadores y actores sociales, designando a las mujeres un papel secundario dentro de la cultura, la sociedad y la creación de conocimiento.

La antropóloga Beatriz Moncó (2011), describe que las décadas de los años setenta y ochenta ampliaron el espacio de realización de ciertas variaciones terminológicas y de uso categorial, en un primer momento centrado en lo que fue denominado como *Antropología de la Mujer*, que se había centrado en la visibilidad y denuncia del

androcentrismo que hasta entonces había caracterizado los análisis etnográficos, y un segundo periodo que se inició en los años ochenta, donde el género se configuró entonces como una categoría de análisis antropológico.

Tras el establecimiento de la categoría género, surgieron estudios diversos donde los principales postulados abonaron a la investigación, el análisis y la reinterpretación de datos etnográficos; de estos últimos, tomando en cuenta a las mujeres como informantes clave para los estudios, y no ya solo a los hombres. Apartando las visiones androcéntricas que invisibilizaban su importancia dentro de los estudios culturales; además, se establece que las relaciones de hombres y mujeres inciden en lo social, lo político, lo económico y lo cultural (Martín, 2021), analizando así también la desigualdad en las relaciones sociales.

El concepto de género se introdujo como una categoría de análisis científica, fundamental para estudiar la realidad social, cultural e histórica; primero, respecto a las mujeres, quienes históricamente se encontraban invisibilizadas, y posteriormente para debatir sobre la condición histórica y actual de las mujeres. Cobo (1995) refiere que, “la noción de género surge a partir de la idea de que lo femenino y lo masculino no son hechos naturales o biológicos, sino construcciones culturales” (p.55), mismas que se dan a partir de los procesos de enculturación.

Por su parte, Verena Stolcke (2004), en su artículo *La mujer es puro cuento: la cultura del género*, apunta a que el concepto analítico de género pretende poner en cuestión el enunciado esencialista y universalista de que “la biología es destino”. Apartando el biologicismo y traduciendo las relaciones entre mujeres y hombres como construcciones culturales, al atribuirles significados sociales, culturales y psicológicos a las identidades sexuales biológicas. Señalando que el género, por lo tanto, no es una categoría natural ni universal, sino más bien una construcción cultural que varía en cada contexto y permanece entre diversas culturas y sociedades.

El género es el resultado de la producción de las normas culturales sobre el comportamiento de hombres y mujeres y se encuentra mediado por la compleja interacción que existe en el amplio espectro de instituciones económicas, sociales,

políticas y religiosas (Lamas, 2013). Las diferencias de género, así como los roles y expectativas asociados a hombres y mujeres, no son el resultado de diferencias biológicas innatas, sino que son producto de procesos sociales, culturales y políticos específicos; desde la antropología, el género, permite cuestionar los roles y cómo las marcadas diferencias son construidas culturalmente, y mantenidas a través de prácticas sociales.

Marcela Lagarde (2021), describe que Judith Butler, Luce Irigaray, Donna Haraway, también han profundizado ampliamente en el análisis complejo de la diferencia, del sexo y del género, y develan como en realidad el género es normativo, pero también lo es el sexo y como a partir de ello se da una compleja dinámica de configuraciones de género entre las personas, las sociedades y su cultura. De igual forma, Lagarde (2021) en su libro *“Los cautiverios de las mujeres. Madresposas, monjas, putas, presas y locas”*, expone que los estudios antropológicos han mostrado que las sociedades organizan a mujeres y hombres en posiciones socialmente construidas a partir del sexo, estructurada en un sistema de oposiciones binarias, oposiciones que van desde la marginación/interiorización, a la expropiación/aprobación y a la completud/incompletud, ligados a una heteronormatividad. Dichas posiciones son asignadas a hombres y mujeres, se configuran en determinantes para ocupar espacios, así como la distribución desigual de actividades dentro de estos espacios, que, en el caso del espacio privado/doméstico, estas condiciones permiten la configuración de hasta dobles jornadas laborales para las mujeres o en casos más extremos, la violencia doméstica.

Por otra parte, durante las últimas décadas, estas discusiones han abierto la posibilidad de analizar las desigualdades generadas a partir de las distinciones entre los sexos, así como a las estructuras de poder, aportado a generar una comprensión más matizada de la diversidad de experiencias de género en diferentes contextos culturales. El género actualmente, no hace referencia solo a las mujeres, o a los hombres, aún, sin embargo, prevalece la apreciación de un sistema binario desde la heteronormatividad, donde el género masculino también está fuertemente edificado sobre mandatos y estereotipos exigidos para todos los hombres, dictando

cómo deben comportarse según está definida la masculinidad en su cultura (Varela, 2005), otorgándoles atributos y espacios para develar dicha masculinidad.

Las elaboraciones teóricas y los debates que surgieron en años recientes amplían el panorama, una nueva visión para ofrecer a la antropología del género diversas vías de investigación (Martín, 2021). La teoría de género, en sus diversas vertientes, nos brinda distintas herramientas conceptuales para analizar y comprender las relaciones de poder en las que nos hallamos inmersos como miembros de una sociedad (Delgado, 2008), donde preciso señalar, que en años recientes surge el interés e iniciativa a las investigaciones por los estudios sobre masculinidad, así como también por las disidencias y/o la teoría queer, adicionando nuevas vías que amplían las ópticas culturales de las diversidades e identidades sexuales.

1.1.1 Género

El género como concepto ha sido una herramienta fundamental para diversos campos de estudio, (dentro y fuera de las ciencias sociales), ya que aporta al análisis, comprensión y reflexión de diversos fenómenos sociales que configuran cada cultura; que también permite adentrarnos al trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, las diversas directrices que los atraviesan y las experiencias que giran en torno a los mismos.

La diferenciación del género con el sexo, es que este último, hace referencia a las características biológicas y fisiológicas que distinguen a los seres humanos. El sexo es el conjunto de características fenotípicas y genotípicas diferenciales, definidas por sus funciones culturales en la reproducción biológica y a partir de ello se construye el género (Lagarde, 2021). Estela Serret (2008) por su parte, refiere que el sexo es el que identifica entre hembra o macho; y es a partir de que el género construye los conceptos de mujer y hombre, los cuales tienen una carga cultural, simbólica, identitaria y política que recae en el cuerpo; donde el género se encuentra contenido en la cultura para asignar características y atribuciones a hombres y mujeres.

Gradualmente se fue estableciendo la definición de género como la organización social de las relaciones entre los dos sexos, con énfasis en los orígenes sociales de las identidades subjetivas de hombres y mujeres (Castellanos, 1994). A diferencia del sexo, que refiere a las características biológicas y físicas, el género se sitúa como un conjunto de normas y prácticas establecidas para cada uno de los sexos. Gayle Rubin (1975, citada en Delgado, 2008), precisa que el género es una división de los sexos socialmente impuesta, producto de las relaciones sociales. Como parte de sus propuestas, se encuentra la reorganización del sistema sexo/género a través de acciones políticas, donde se elimine el sistema social que ha creado el sexismo.

La antropóloga Marcela Lagarde (2021), define al género como “el conjunto de cualidades económicas, sociales, psicológicas, políticas y culturales atribuidas a los sexos, las cuales, mediante procesos sociales y culturales, constituyen a los particulares y a los grupos sociales” (p.78). Las diferencias de sexo son anatómicas/biológicas, pero el género abarca todos los rasgos que una cultura atribuye, designa e inculca a hombres y mujeres (Phillip, 2006). A partir de estas construcciones es que se moldean los comportamientos desde la diferencia sexual, a través de las distintas instituciones; asignando roles, comportamientos, expectativas, identidades, normas y prohibiciones a los seres humanos en función de su sexo.

Fried (citado en Phillip, 2006) propone que el sexo como parte de la naturaleza biológica de hombres y mujeres [debería ser vista] no como un estrecho recinto limitador del organismo humano, sino más bien como una amplia base sobre la que puede construirse toda una variedad de estructuras; es decir aproximarse a su análisis y reflexión denotando cómo es que esta diferencia sexual crea distintas experiencias en que se habita y habilita a los seres humanos para relacionarse en sociedad. Urrea (1994), expone que, “se trata de pensar la dimensión de género mediada por múltiples instancias, complejos socioculturales y grupos étnicos, clases sociales, generaciones y ciclo de vida, como espacio de articulación de otras categorías a través de procesos históricos” (p.75), donde se entrelazan las distintas vertientes culturales de las que formamos parte como seres sociales.

El género no es una construcción fija ni universal, varía según el contexto histórico, cultural y geográfico. Judith Butler (2007), describe que, como fenómeno variable y contextual, el género no designa a un ser sustantivo, sino a un punto de unión entre conjuntos de relaciones culturales e históricas específicas. En dicho sentido Teresa del Valle (2012), apunta que:

la convergencia de tiempo, espacio, y género proviene de su peso referencial ya que define en unos casos y permea en otros la experiencia humana: experiencia común y simultáneamente diversa cuya referencia última reside en el hecho de que la especie humana es sexuada y creadora a su vez de una gama amplísima en cuanto a lo que ello expresa y significa (p.96).

Es decir, a través del género se marca cómo son desarrolladas las experiencias para cada ser humano desde la configuración de su sexo, experiencias corporales y simbólicas, que dictan cómo actuar, vestir, sentir, relacionarse y posicionarse.

De esta manera surge una diferenciación, el sexo como una categoría biológica, mientras que el concepto de género refiere a la construcción social del hecho biológico de ser hombre o mujer, las expectativas y valores que se les atribuyan, la interrelación entre hombres y mujeres y las diferentes relaciones de poder y subordinación existentes entre ellos en una sociedad determinada (Arellano 2003, citado en Aguilar et al., 2013). Asimismo, Marta Lamas (2013), menciona al género como el conjunto de ideas, representaciones, prácticas y prescripciones sociales que una cultura desarrolla, para asignar a hombres y mujeres, desde las diferencias anatómicas, que simbolizan y construyen socialmente lo que es propio de los hombres y de las mujeres (lo masculino y lo femenino, respectivamente).

Esta categoría permite la investigación, análisis y reflexión de cómo la diferencia entre los sexos, cobra una dimensión de desigualdad en diversos aspectos, buscando comprender como los actores sociales se encuentran inmersos en un sistema dinámico y una estructura dominante que puede ser cambiante; hombres, mujeres, diversidades y disidencias.

1.1.2 Roles de género, estereotipos y mandatos

Existen conceptos que contribuyen a la interpretación de los fenómenos sociales en relación al género, sus implicaciones políticas, económicas y culturales en las distintas sociedades, sin embargo, las variantes comportamentales, sentimentales y de pensamiento se atribuyen más a la influencia de la cultura (Aguilar et al., 2013) en el tiempo y el espacio.

Los *roles de género* son asignados a hombres y mujeres y reproducidos generacionalmente (aunque con cambios graduales), marcando su experiencia cultural, corporal y social. El género identifica que los roles son socialmente contruidos, estos expresan conductas, actividades y actitudes que rigen los comportamientos dentro de la esfera social. Laura Guzmán (1994, citada en Velásquez, 2021) señala que los roles de género se definen como construcciones sociales de lo que se espera sea el comportamiento de mujeres y hombres, mismos que contienen autoconceptos, características psicológicas, así como roles familiares, ocupacionales, políticos e inclusive religiosos, donde también se asumen responsabilidades, en función de cada sexo.

La palabra rol destina la función que una persona desempeña en un determinado contexto, con ello las tareas y actividades que cada cultura determina a los sexos, (Phillip, 2006). En este sentido, la carga de feminización que se le atribuye al trabajo doméstico y específicamente el que se realiza sin remuneración, se ha mantenido de manera histórica delegado a las mujeres, con lo que ello pueda englobar, el cuidado de las infancias, de adultos mayores, de personas enfermas o con alguna discapacidad; las tareas de cuidado, la alimentación, las prácticas afectivas, entre otras.

Aurelia Martín (2021), refiere que los roles de género son actividades, comportamientos y tareas o trabajos que cada cultura asigna a cada sexo. Estos roles varían según las diferentes sociedades a lo largo de la historia, influidos por diversos factores como la economía, la religión o la etnicidad. Los roles de género son existentes en todas las sociedades a partir de lo que determina su cultura, sin embargo, varían dependiendo de las condiciones y el contexto en cada tiempo.

Para el caso de los *estereotipos de género*, Martín (2021), apunta que “son construcciones sociales que forman parte del mundo de lo simbólico y constituyen una de las armas más eficaces contra la equiparación de las personas” (p.51). Son descritos como actitudes y/o formas de comportamientos que suponen el cumplimiento de un deber ser asignado para hombres y mujeres.

Asimismo, Marcela Lagarde, en su libro *Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres* (2023), enuncia que “todas las culturas elaboran cosmovisiones sobre los géneros con ideas, prejuicios, valores, interpretaciones, normas, deberes y prohibiciones sobre la vida de las mujeres y los hombres” (p.21). Dando las pautas para la aplicación de estereotipos, en un nivel simbólico y tenue, que rigen de manera imponente la vida de los cuerpos sexuados, y que son asumidas como ideas preconcebidas hacia hombres y mujeres.

Dichos estereotipos crean la asignación simbólica y física de espacios, de prohibiciones, normas sociales, morales, maneras de sentir, de experiencia corporeizada y la división sexual del trabajo, que van construyendo una idea consensuada sobre características apropiadas para hombres y mujeres, entendidas en términos de feminidad y masculinidad.

Ambos conceptos, en su conjunto (roles y estereotipos de género), marcan también la diferente participación de los hombres y las mujeres en las instituciones sociales, económicas, políticas y religiosas, incluyen las actitudes, valores y expectativas que una sociedad dada conceptualiza como femeninos o masculinos (Lamas, 1986). Esta distinción, se genera en el espacio público y privado. Cabe mencionar que las mujeres en las últimas décadas han incursionado y propiciado espacios laborales y mayor participación dentro de la esfera pública, pese a ello, continúan a cargo del trabajo doméstico.

Estos elementos son aprendidos mediante el proceso de socialización que refuerza los comportamientos diferenciados a partir de los sexos. Ana Fernández (1993), enuncia que la identificación de la mujer como esposa, madre y protectora de la familia ha sido impuesta y a la vez legitimada por el modelo patriarcal y por los *mandatos de género* que se manifiestan social y culturalmente. El objeto de

transmitir mandatos de género, tiene como uno de sus objetivos principales el introyectar códigos morales diferentes para uno y otro sexo, para el caso de las mujeres, los códigos dirigidos hacia ellas las colocan en un lugar de desigualdad y sumisión (Sánchez, 2019). A su vez, generan una división sexual del trabajo que confinan a las mujeres al ámbito privado y de lo que se ha considerado doméstico, en donde las tareas de cuidado son vistas como una actividad central de y para ellas (García, 2023) y en contraparte, el espacio de lo público, lo productivo y de reconocimiento social, es un espacio ocupado en general por los hombres.

Los mandatos de género son internalizados en los miembros de una sociedad y pueden limitar su libertad, oportunidades, y condicionar formas de expresión, repercutiendo en la vida personal, en el ámbito laboral, educativo y social, traduciéndose en desigualdades y reforzando jerarquías de poder basadas en el género.

El análisis de los roles, estereotipos y mandatos es crucial para enunciar las experiencias y narrativas de las mujeres que se encargan de llevar a cabo el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, así como también las condiciones y como influyen en el hacer cotidiano, pero también para comprender como se crean acciones de resistencia, desarrolladas para cuestionarlos, desafiarlos y modificarlos.

1.2 Espacio público y privado

La distinción entre espacio público y privado es una de las divisiones que predomina y prevalece en la organización de algunas las sociedades, dichos espacios son legitimados en lugares que delimitan y definen el género, en los cuales se desarrollan los procesos de socialización (Velásquez, 2021). Estos espacios no sólo delimitan ámbitos físicos, sino que producen y legitiman fronteras simbólicas que organizan la vida social, asignando funciones diferenciadas género.

Doreen Massey (1994, citada en García, 2023) describe que el espacio se entiende como una construcción social donde las relaciones transforman el espacio y viceversa, mismo que se encuentra determinado por la temporalidad y el contexto,

para dar pie a las relaciones sociales y la configuración de experiencias a partir de sus interacciones. Por su parte Linda McDoweel (2000, citada en García, 2023), apunta que el espacio también se construye por las relaciones de poder que determinan las normas y los límites sociales espaciales, dado que en cada espacio se delimita quien debe pertenecer y de qué manera, cómo ocupar cada espacio, así como quién no y por qué no se deberían ocupar ciertos espacios o quedar excluidos de ellos.

Mientras que históricamente los hombres han podido movilizarse ampliamente por el espacio público y privado, en contraparte las mujeres experimentan el espacio de manera distinta y desigual, con dificultad para abrirse paso en el espacio público, y con una amplia invisibilización en el espacio privado. Lourdes Fernández (2005), sostiene que:

Una división/exclusión de la propia vida, que genera por un lado un espacio “público” productivo, remunerado, moderno, con progreso científico, técnico, con movilidad, conectado con el comercio, la política y los asuntos internacionales; y por el otro lado un espacio “privado”, reproductivo, estático, tradicional, conservador y no remunerado, donde el acceso y uso de los espacios se encuentran determinadas por posiciones de poder donde influyen el género, la clase, la educación, la edad, el color de piel y la orientación sexual (p. 334).

Arquetípicamente los espacios públicos y privados son determinados por el sistema heteronormativo, propiciando las condiciones y ventajas necesarias para el establecimiento de jerarquías de poder (Velásquez, 2021). Dentro de esta determinación generalmente las mujeres son destinadas a encontrarse en una posición de subordinación, ante diversas limitantes para acceder al espacio público, o a ser asignadas al espacio privado, teniendo como principal actividad el trabajo doméstico. En consecuencia, el espacio público se ha asociado con lo masculino de manera histórica en diversas culturas, donde se ha esperado que los hombres sean actores y protagonistas; controlando la política, la religión, la economía y el comercio. Esta asociación ha llevado a la percepción de que los hombres tienen mayor acceso y autoridad en la esfera pública. Yamile Delgado (2008) añade al respecto:

En ese espacio “público” se espera que el hombre ostente sabiduría, poder, ejercicio del dominio y demuestre su excelencia y eficacia, su racionalidad. Este espacio es visible, tangible, es el único en donde el trabajo es remunerado, “medible”. En el ámbito público el poder económico, político, jurídico, científico, religioso, bélico ha estado y está fundamentalmente en los hombres. Lo femenino, asignado a la mujer, se ubica de modo exclusivo en el ámbito privado, doméstico, familiar. El ámbito “privado” aparece como el propio de la mujer, la cual por naturaleza podría desempeñarse mejor en ese sentido. Este es el espacio del cuidado, de la atención a los otros, de los afectos, de la reproducción de la vida, del trabajo no remunerado e invisible (p.117).

Para el caso de las mujeres a las que se ha asignado el espacio privado, son vistas como las principales responsables del hogar, delegándoles las tareas relacionadas con el cuidado y la reproducción, lo que ha contribuido a una división sexo-genérica que limita y/o no permite su participación en el espacio público.

Aunque los límites del espacio privado no son fáciles de definir, las bases de este corresponden a la institución de la familia, con la variedad de costumbres, tradiciones y expresiones que se encuentran ligadas a las relaciones, como ideologías o creencias que se refuerzan por instituciones de apoyo, como los sistemas de herencia, la religión, los medios de información y la familia misma (Benería, 2019), situando a la mujer en un espacio del cuidado de los demás sin el reconocimiento.

El espacio ejerce un papel fundamental en el proceso de las relaciones sociales de hombres y mujeres, donde, como menciona Velásquez (2021), se plantea una división sexual de emplear los quehaceres conforme al rol de género en el grupo social al que se pertenece. Dentro de la dicotomía de lo público y lo privado, existe movilidad por la diversidad de los sistemas de valores y todo lo que engloba el carácter multicultural de las distintas sociedades (Delgado, 2008), es decir, al igual que los roles, estereotipos o mandatos de género, dicha movilidad tampoco permanece estática, y varía según el contexto.

Los espacios son designados y delimitados, publico-privado, hombres-mujeres, haciendo notables las jerarquías que estratifican los trabajos, ocupaciones,

actividades, quehaceres y tareas; posicionando a los hombres con el mayor reconocimiento de valor social, obteniendo poder y ventajas, mientras que para las mujeres reducen, dificultan y limitan las posibilidades.

1.2.1 División sexual del trabajo

El trabajo es la actividad por la cual los humanos modifican la materia, la utilizan para sus fines y los posibilitan a cubrir sus necesidades. Javier Rodrigo (2023), apunta que el trabajo se concibe como actividades realizadas por las personas, que implican esfuerzo físico, mental o mixto, y que tiene por objeto la producción de bienes y servicios, con un valor económico o simbólico, y que constituye un aspecto esencial de y para su existencia. Vilma Sousa (2012), en su artículo *Empleo, condiciones de trabajo y salud*, expone al respecto:

El trabajo es un componente esencial de la vida humana. Representa las relaciones entre los seres humanos y la naturaleza, que producen bienes y dan forma a las interacciones sociales, proporcionando las bases de la producción económica que se refleja en la vida social y política. El trabajo es, además, un concepto central para entender la manera en que la sociedad distribuye la riqueza y el poder e integra o excluye a ciertas poblaciones, encauzando una distribución de bienes y acceso a recursos que puede ser más o menos justa (p. 101).

El trabajo también se muestra como espacio creativo, social y cultural, como un conjunto de actividades, que implica capacidades y destrezas, conocimientos, relaciones sociales, normas, concepciones, tradiciones y creencias que realizan los seres humanos para vivir, transformando la naturaleza, la sociedad y la cultura (Lagarde, 2021). Todo lo que el trabajo como actividad representa, también se encuentra delimitada por una división al igual que el espacio, que se da a través de los sexos y las acotaciones de género, estipuladas para hombres y mujeres. En el mismo sentido, la autora refiere que el trabajo es uno de los espacios vitales, ligado a las diferencias por el género, a partir de características sexuales de hombres y mujeres, mismos que se definen de manera decisiva frente al trabajo.

La división sexual del trabajo, señala la asignación de diferentes tipos de trabajo basándose en la distinción de sexo a través del género. Las relaciones primarias de

subordinación/dominio entre los sexos se sitúan en la esfera reproductiva del hogar, donde las relaciones familiares patriarcales, la socialización de hombres y mujeres se dan a través de los roles (Benería, 2019), ya el sistema patriarcal se sostiene en gran medida por la rigidez de las fronteras entre el espacio público y privado, las cuales impiden la participación equitativa de las mujeres en la vida pública (Lamas, 2014) y perpetúan su subordinación confinándolas dentro del hogar.

La designación de las actividades se da a través de los supuestos atributos de hombres y mujeres, según el tipo de sociedad, de factores demográficos, económicos, tecnológicos y políticos, así como de índole cultural e ideológica que inciden en esta división sexual del trabajo (Amorós, 1995). Hombres y mujeres alcanzan definiciones impuestas con la división sexual del trabajo y estos los diferencian frente al trabajo, a la vez que el trabajo marca los roles que se va tejiendo con el desarrollo de las actividades cotidianas.

Se establece un modo de producción y una socialización de las personas a través de una división sexual (concreta) del trabajo, que orienta a las mujeres hacia el cuidado y la atención a los demás y a los hombres hacia la producción de bienes para el mercado (Abasolo, 2010). Velásquez (2021), indica al respecto:

El lugar que le corresponde a cada sexo dependerá del rango de edad y las habilidades para disponer una tarea dictaminada por el grupo, de igual forma el lugar de cada grupo sexual se notará conforme a los ejes enmarcados por el grupo hacia los sexos, que es la forma en la cual se podrán distribuir tareas a un rango más amplio ya no solo el familiar, de igual forma los espacios de interacción donde los hombres y mujeres desarrollen tareas para un bien común se verá afectado por esta, el papel que desempeñen corresponderá a el lugar asignado por el conjunto de habitantes que cohabitan en conjunto, dentro de un territorio determinado (p.15).

La historia de la separación del hogar-trabajo ha estado atravesada por una división sexual, en la que las actividades realizadas en el ámbito público han sido reconocidas socialmente como “trabajo”, mientras que aquellas desarrolladas en el espacio doméstico han sido desvalorizadas; además de que esta división selecciona y organiza la información de tal modo que resaltan las diferencias funcionales y biológicas entre mujeres y hombres, lo cual termina de legitimar e

institucionalizar estas diferencias como base de la organización social (Emporo, 2024). Cada mujer u hombre sintetiza en la experiencia de sus vidas, así como el trabajo y la división que le corresponde conforme lo que culturalmente le ha sido asignado. “La división sexual del trabajo es un rasgo universal, aunque varíe la forma adoptada entre unas sociedades y otras”, (Comas, 1995, p.17, citada en Martín, 2021), y aunque existe un auge de mayor incursión en el mercado laboral por parte de las mujeres, esto a comparación del siglo pasado, prevalece también una mayor carga con la responsabilidad que implica el trabajo en el ámbito doméstico.

La división del trabajo y las relaciones de género en las organizaciones productivas son un reflejo de las relaciones sociales. De esta manera podemos ver que la incorporación de las mujeres en tal ámbito laboral se dio en condiciones desiguales, en precarización laboral, sin seguridad social, percibiendo salarios inferiores por falta de experiencia y por la oposición de los hombres a ceder espacios a las mujeres (Emporo, 2024). La separación de la división sexual del trabajo provoca la invisibilización de la participación de las mujeres, ya que se les confiere un espacio no reconocido socialmente.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados no tiene tanta legitimidad como aquellos realizados en el espacio público, aunado al poco o nulo reconocimiento; existiendo discriminación por ejercer el trabajo doméstico, tanto a nivel económico como en la desigual distribución de labores y tiempo dedicado a dicho trabajo, siendo estos esenciales para el sostenimiento de la vida. Ana Amorós (1995), menciona que la división sexual del trabajo se traduce en la jerarquización en cuanto a la valoración social y económica otorgada a las funciones que unas y otros desempeñan, valoración que se realiza en perjuicio de las mujeres, y que se traduce en desigualdad.

Karina Batthyány (2015, citada en García, 2023) considera que la división sexual del trabajo se ha definido y estructurado en tres actividades: el trabajo productivo, el trabajo doméstico y la crianza de los hijos. A pesar de que cada sociedad y en cada momento histórico han existido diversos modos de producción, la separación

entre estos dos espacios ha sido muy marcada, ya que las mujeres se han ocupado del trabajo reproductivo y doméstico. La división sexual del trabajo es histórica y espacial, manifestando una desigualdad estructural que imposibilita a las mujeres a una vida justa e igualitaria, ya que las actividades atribuidas a las mujeres son concebidas como un deber ser, a menudo casi como extensión su condición de mujer-madre-esposa, como lo es el trabajo doméstico y las tareas que llevan a cabo dentro del espacio privado, consideradas típicamente trabajo femenino, no masculino.

En el orden de género está implícita la división sexual del trabajo, la cual es una configuración que pone en riesgo a la sociedad, puesto que determina los lugares aptos para lo femenino y lo masculino (Ferreyra, 2022, citada en García, 2023). La desigual división de tareas y valores, provoca desigualdad en oportunidades para las mujeres, otorgándoles poca participación política y laboral, un uso inequitativo del tiempo, rezagándolas de oportunidades educativas, aumentando la precarización laboral, violencia de género y en casos más extremos, violencia feminicida.

Los roles que se han otorgado a las mujeres dentro del espacio privado y el ámbito familiar se definen a través de sus condiciones biológicas, después, por la construcción cultural a través del género y aunque han logrado insertarse en el ámbito público no dejan de cumplir más de una jornada. A través de un proceso histórico, esta división ha sido justificada y legitimada por las ideas esencialistas que asocian la biología con capacidades y roles específicos, como la maternidad y la crianza, naturalizando así las diferencias de género dentro de una estructura social diferenciada para hombres y mujeres.

Sin embargo, dicha división no es natural, sino una construcción social que varía a lo largo del tiempo en las distintas sociedades; permeando una división sexual del trabajo que se organiza en la vida cotidiana.

1.3 Trabajo doméstico no remunerado y de cuidados

El trabajo doméstico representa el conjunto de actividades que se realizan en la esfera doméstica y que están destinadas a la satisfacción de necesidades de primer orden. Vega (2007), refiere que, “este trabajo ha sido ligado a la naturaleza femenina como un atributo genérico” (p.180), como una extensión casi incuestionable de un deber ser que se les ha impuesto.

Bastaría diferenciar la tipificación del trabajo doméstico remunerado y no remunerado; el primero, en su mayoría, emplea a mujeres y perciben un salario, denominadas “personas trabajadoras del hogar”, las cuales son remuneradas al realizar actividades de cuidados, aseo, asistencia o cualquier otra actividad inherente al hogar (Pérez, 2020), generando una relación laboral. Y que, sin embargo, aunque se perciba una remuneración sigue representando un problema de discriminación hacia las trabajadoras del hogar, que no se limita solo a que reciban salarios bajos y carezcan de prestaciones como el acceso a la seguridad social, de contratos formales; también tiene que ver con otros aspectos, como la falta de claridad en relación con sus funciones, jornada laboral y horarios de descanso (GIRE, 2022). Para el caso del trabajo no remunerado, el Instituto Nacional de las Mujeres señala:

Por su parte, el trabajo no remunerado es aquel que se realiza sin recibir algún salario o ingreso a cambio. Algunos ejemplos de trabajo no remunerado también se basan en funciones de cuidado, servicios de salud y educación, realizados por mujeres y niñas hacia familiares y miembros de la comunidad; el valor del trabajo que estas personas llevan a cabo es muy alto, incluso significa una disminución de la carga financiera para el Estado, ya que le exime del gasto dirigido al cuidado de niñas, niños, adolescentes, personas con discapacidad, enfermedad o edad avanzada (INMUJERES, s/f).

La Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México (CSTNRHM), define el trabajo no remunerado de los hogares (TNRH) como «el tiempo que se utiliza en las labores domésticas y de cuidados, y que realizan los miembros del hogar para producir servicios destinados al consumo de este sin obtener un pago o remuneración» (INEGI, 2023). El trabajo doméstico no

remunerado difiere del trabajo denominado económico, no sólo por el hecho de que no se remunera, sino por la naturaleza y forma que asume el proceso de generar bienes y servicios (Campillo, 2000), así como el impacto en los miembros de la sociedad. El trabajo doméstico sin remuneración y de cuidados que se realiza dentro de los hogares, sin que sea pagado o que genere de manera “directa” dinero, es esencial para alcanzar un desarrollo y bienestar de las sociedades, tanto como el trabajo remunerado.

El trabajo doméstico no remunerado se encuentra en relación con la asignación de roles de género; Marcela Lagarde (2021), apunta que, “las mujeres siempre han trabajado. Pero existen dificultades para definir su trabajo porque se juzga a partir de la división sexual histórica del trabajo como natural, como característica sexual” (p.115). Lourdes Benería (2019), señala que la mayoría de las sociedades ha asignado universalmente a la mujer otros dos aspectos fundamentales de la reproducción de la fuerza de trabajo: el cuidado de los hijos y el conjunto de actividades relacionadas con el mantenimiento cotidiano de la familia. Dicha asignación se deriva del control ejercido sobre las actividades reproductivas de las mujeres, y sobre su sexualidad, control que reduce su movilidad y convierte al hogar en su espacio principal de actividad.

El trabajo doméstico consiste en servir, física, emocional y sexualmente a los demás, implica la crianza y cuidado de hijos e hijas quienes se convertirán en futuros trabajadores o en futuras cuidadoras (Federici, 2013). Existen diferentes niveles de trabajo doméstico y de cuidados, material y afectivo, necesidades físicas, simbólicas y sociales. El núcleo del trabajo doméstico es pues, el conjunto de actividades de mantenimiento requeridas para reproducir diariamente la fuerza de trabajo (Benería, 2019) y comprende la transformación de bienes y de servicios. Podemos inferir que el trabajo doméstico cumple con un papel transformador, ya que da sostén a la clase trabajadora, deriva en grandes ganancias para la economía mundial, pero sobre todo es el pilar de la subsistencia humana; desde esta mirada los cuidados se conciben como pieza clave para la reproducción de la vida.

En la mayoría de las sociedades, el trabajo doméstico (con y sin remuneración) ha sido delegado y legitimado como un trabajo casi exclusivo de las mujeres en todas sus edades. La razón de esto se encuentra en la idea central del papel reproductor que representan las mujeres, esta función biológica insustituible ha sido la base de la asociación de la mujer con el cuidado de las infancias y con otras tareas relacionadas con el mantenimiento cotidiano (Benería, 2019) así como lo es la fuerza de trabajo remunerada, masculinizada, valorada económica y socialmente.

Lagarde (2021) menciona que las mujeres son las encargadas del llamado trabajo doméstico, del quehacer, del cuidado de los niños, de la atención del marido, de la procreación; es decir, del conjunto de actividades de reproducción que se realizan, lo que la autora señala como “madresposa”, actividades realizadas para la sobrevivencia de todos. Dando continuidad, la periodista Daniela Rea (2022), señala que “la sociedad ha construido, creído y sostenido que las niñas y adolescentes, las mujeres y sus cuerpos son para otros” (p.201), en dicho sentido, en ellas se deposita la responsabilidad de ejercer el trabajo para sostener y satisfacer las necesidades vitales que permiten a otros su desenvolvimiento y desarrollo.

El antropólogo Bronislaw Malinowski (1978, citado en Lagarde, 2021), planteó la existencia de un conjunto de necesidades básicas que el ser humano debe satisfacer en cualquier circunstancia histórica, lo hace para sobrevivir y para reproducir de manera amplia la sociedad y la cultura; dichas necesidades, cubiertas, hacen posible la reproducción de bienestar físico y cultural. Mónica Amilpas (2022), en correlación apunta que el concepto de cuidados está relacionado con la necesidad de ser atendidos que tienen todas las personas, sin importar edad o género para poder sobrevivir, crecer y aprender, siendo necesarios el cuidado físico, mental y emocionalmente a lo largo de su vida.

Este concepto, permite analizar el trabajo como relación interpersonal, pero también como relación socialmente construida que se inscribe en contextos socioeconómicos particulares (Esquivel, 2012 citado en Águila 2013); como en este caso particular el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados donde las

mujeres son habilitadas y naturalizadas para cuidar de las demás personas. Lagarde (2023), señala que las actividades dentro del espacio doméstico implican en efecto trabajo, pero a la vez es mucho más que hacer un trabajo; ya que las mujeres se encargan de realizar actividades creativas, que implican tanto la aplicación de su fuerza de trabajo, de sus capacidades emocionales e intelectuales para recibir al otro y vivificarlo, no es solo fuerza de trabajo, sino una fuerza vital.

La esfera doméstica queda entonces designada como el espacio de realización de tareas meramente reproductivas, y pensada para la satisfacción de las necesidades básicas de los miembros de la familia (Vega, 2007). Las mujeres realizan trabajo intelectual y manual, también trabajo físico, desde la procreación; abarcando su cuerpo que se encuentra situado para criar y cuidar, anteponiéndolas ante su cuidado propio por el de los demás. “La economía feminista sugiere que el trabajo doméstico sin remuneración, abarca acciones destinadas a satisfacer las necesidades de cuidado propias o de otras personas, ya sean en términos económicos, morales e incluso emocionales”, (CEPAL, s/f, p.18), mismas que incluyen la provisión de bienes esenciales para la vida, la transmisión de conocimientos, valores sociales y prácticas relacionados con la crianza.

Existe escasa valoración de las actividades que se realizan dentro del hogar como trabajo, ya que es concebido como algo “natural” por añadidura a las funciones biológicas y reproductivas de las mujeres, identificándolas como madres y cuidadoras de los miembros del hogar para la reproducción social. El cuidado, ya sea en el ámbito privado, o en el ámbito público/profesional (enfermeras, maestras, etc.), suelen ser labores que se asocian casi exclusivamente a las mujeres. Fabiola Campillo (2000), describe que la diferencia del trabajo remunerado, ya sea de un trabajo en el espacio público o bien el trabajo doméstico remunerado, es que el trabajo doméstico y de cuidados sin remuneración, no se contabiliza, no se valora, y discrimina; sobre todo, es realizado principalmente por las mujeres del mundo, sin distinción de edad, raza o etnia.

Los tipos de cuidados varían dependiendo de la edad, las condiciones de salud y las condiciones físicas de los dependientes. En dicho sentido el campo de acción

de las mujeres al realizar trabajo doméstico no remunerado y de cuidados no es fácil de determinar, pues en algunas tareas se confunde con expresiones de afecto y se anteponen los vínculos filiales, familiares y afectivos, valores como solidaridad, altruismo, protección a los más frágiles, todo lo cual ayuda a entender que este trabajo tenga relación con la economía de mercado, por medio de vínculos ideológicos (Campillo, 2000), y justificaciones sociales basadas en emociones sociales y que son ligadas al género.

La atención de los hijos, personas que presenten discapacidades, enfermos y personas mayores se ha considerado una obligación femenina en detrimento a su propia salud, educación y desarrollo profesional (Galena, 2024). Ana Fernández (1993), expone que a las mujeres siempre se les ha exigido llevar las riendas de la educación de los hijos, la atención de los enfermos y ancianos, y del esposo; donde deben brindar afecto por su condición de madres-esposas protectoras y sacrificadas, orientadas a los demás. Ya Marcela Lagarde (2021), plantea que las mujeres son seres para otros, otorgando a otros su tiempo, su cuerpo e incluso anteponiendo su autocuidado y bienestar propio.

Aunque el trabajo doméstico ha permanecido asignado a las mujeres en la mayoría de las sociedades, existe una distinción entre las características, el contexto y el espacio en que son dadas sus condiciones; por ejemplo, las muchas horas de trabajo de las mujeres en el ámbito rural incluyen no sólo el mantenimiento cotidiano de la familia y las actividades reproductivas, sino también una participación directa en la producción social de valores de uso y de cambio (como la producción agrícola y el cuidado del ganado), actividades de la circulación (comercialización de productos y pequeño comercio), así como trabajo asalariado (Benería, 2019), pero que no es reconocido su aporte a sustento familiar.

La no contabilidad del trabajo doméstico y de cuidados, del que no se percibe una remuneración, queda estigmatizada bajo la consideración de que lo que no produce riqueza directa no puede ser registrado como un proceso económico. Implícitamente, además, supone que el tiempo de las mujeres es de una infinita flexibilidad y su cuerpo debe estar a disposición y al servicio de otros. Al ser las

mujeres quienes realizan mayoritariamente este proceso, su trabajo es desvalorizado económicamente y, por consiguiente, socialmente, dando lugar a relaciones de subordinación y discriminación (Campillo, 2000), contrarias a las condiciones de igualdad.

En la actualidad, “este escenario no se ha podido superar; por el contrario, se profundizan las brechas salariales y el aumento de empleo en situación de precariedad, con lo cual el manto de la pobreza femenina se incrementa” (Delgado, 2008, p.116). Aunque existe una mayor inserción al campo laboral (espacio público) para las mujeres, el trabajo doméstico sigue considerándose una tarea casi exclusiva de y para ellas, sin que llegue a darse una verdadera corresponsabilidad entre todos los integrantes del hogar en el espacio privado, o una redistribución equitativa; en especial y en menor colaboración de los hombres, quienes se deslindan de las actividades domésticas esenciales, tanto materiales, emocionales y de cuidados.

1.3.1 Economía de género

La organización del trabajo responde a un sistema de género que se vincula al sistema económico. El género crea una realidad performativa, ser hombre o mujer también se (re)construye en las interacciones (Ferraris, 2022). El espacio privado o el hogar, desde una óptica antropológica, es entendido como una unidad económica en la cual sus miembros comparten y ponen a disposición común recursos de todo tipo, de este modo es configurado como objeto de análisis, puesto que se trata de un espacio de reproducción intrageneracional e intergeneracional, pero también de negociación, tensión, resistencias y conflicto constante (Rodríguez, 2012), que conforma el sistema sociocultural. El hogar no es una unidad aislada, sino que constituye un microcosmos cuyas funciones productivas y reproductivas dependen de la sociedad (Benería, 2019), transformando o manteniendo los patrones culturales.

El hogar también es un espacio económico y laboral donde se visibilizan desigualdades sociales, históricamente construidas a través del género, en la reproducción social y de las mismas condiciones que sostienen a la sociedad. Parte de esta producción que corresponde a la sociedad en conjunto y el mantenimiento

de la vida como trabajo, se designa mayoritariamente a las mujeres, la economía de género se caracteriza entonces, por buscar la inclusión de las mujeres como sujeto y objeto de estudio (Pérez, 2005), visibilizando los discursos androcéntricos que excluyen a las mujeres de los procesos económicos en los que participan.

Los límites en los cuales se define la economía dominante son estrechos y propician la exclusión, ya que solo se considera la economía que “produce”, que es la de mercado, una economía monetaria de producción y consumo. En consecuencia, se margina, invisibiliza y desvaloriza todos los trabajos que se realizan por fuera de esta, como los que se refiere al trabajo doméstico y de cuidados, que es asignado social y culturalmente a las mujeres (Carrasco 2021, citado en Ferraris 2022). “La economía de género asumió como una tarea prioritaria el replanteamiento de una estructura androcéntrica que valoriza solo la económica en relación a lo monetario” (Pérez, 2005, p.46), brindando con este aporte una definición más amplia sobre el trabajo doméstico, remunerado y no remunerado, las actividades de cuidados dentro del espacio doméstico, donde se visibilice la incidencia en la economía; apartando la mirada exclusiva hacia los mercados.

Por su parte, la economía feminista se manifiesta como una corriente crítica que apuesta por visibilizar las dimensiones de género dentro de la economía y sus implicaciones para la vida de las mujeres. La economista Corina Rodríguez (2015), señala que la economía feminista acompañada de la noción de «economía del cuidado» ha contribuido a actualizar el debate feminista sobre las formas de organización de la reproducción social y a reconocer el impacto de estas en la reproducción de la desigualdad. Por tanto, al hacer visible las aportaciones de las mujeres dentro de la economía, también se busca visibilizar el papel fundamental que tienen las mujeres dentro de la sociedad como clave indispensable del sistema económico, para hacer frente a las injusticias, desde donde se toma la apertura para llegar a la creación y aplicación de políticas públicas que abonen a las desigualdades que representa el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados.

La teórica feminista Silvia Federici (2017), señala que esta economía profundiza en el trabajo no pagado, en la lucha para construir otro tipo de economías como las

basadas en el apoyo mutuo y en la resistencia contra el Estado y el control de las vidas de las personas considerando solo la economía “productiva” tradicional. Un aspecto relevante para la economía de género es que ha puesto en el centro las desigualdades de género, el no reconocimiento y devaluación del trabajo doméstico y de cuidados (Espinosa et al., 2021), pero también la existencia de formas de cooperación en las relaciones sociales.

Donde además se da una apertura al reconocimiento de los cuidados en sus diversas formas, como trabajos que habían permanecido excluidos de los análisis económicos. Los problemas de desigualdad y desarrollo a nivel global evidencian la necesidad de mirar la economía desde una óptica que ponga en el centro el bienestar de las personas, que comprenda la integralidad de los procesos económicos y sociales y que preste atención a la desigualdad (ONU, 2012 citado en Espinosa et al., 2021), que se crea a través del género.

Sin embargo, la posibilidad de configurar nuevos contratos de género en relación con la distribución de las cargas del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, puede visualizarse como una posibilidad que se gesta principalmente a través de las nuevas generaciones y que implica cambios culturales graduales pero significativos para lograr una transformación a favor de la equidad de género (Enríquez, 2014). A partir de la economía de género y sus aportes se ha cobrado conciencia de la importancia del trabajo doméstico, con y sin remuneración, y de los cuidados, mismos que son indispensables para el desarrollo social y económico, y propician la generación de amplios debates e investigaciones, que abonan al abatimiento de la desigualdad tanto social como de género. Con ello se incide a la propuesta de crear políticas públicas para la redistribución de cargas de trabajo y uso equitativo del tiempo, que permitan un mejor desarrollo para las mujeres (Galeana, 2024). El tema de la economía del cuidado ya se ha abordado en instrumentos internacionales. A continuación, se enuncian algunos de ellos son:

- Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW, 1979), establece garantizar a las mujeres iguales condiciones laborales incluyendo salarios y seguridad social; así como

promover la corresponsabilidad en el hogar. En su Recomendación N.º 17, reconoce el valor económico del trabajo doméstico no remunerado.

- Plataforma de Acción de Beijing (1995), destaca la existencia de una amplia desigualdad que existe en la distribución desigual del trabajo doméstico y otorga reconocimiento al valor económico que representa el trabajo de cuidados.
- En el año 2011, la OIT en el Convenio N.º 189 reconoce formalmente al trabajo doméstico como tal, mencionado que quienes realizan esta labor tienen derecho a contar con condiciones laborales justas, dignas y equitativas.
- La agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas del 2015, convoca a reconocer y valorar los cuidados y el trabajo doméstico no remunerados a través de políticas públicas de protección social y responsabilidad compartida (Galeana, 2024).

Lourdes Velasco (2024), menciona que, aunque todas las personas necesitamos de cuidados, estos requerimientos se intensifican en algunas etapas y condiciones del curso de vida, tales como la infancia, la adolescencia, la vejez o en casos de enfermedad, discapacidad o dependencia permanentes.

...Las cargas de cuidado para las próximas generaciones, de acuerdo con las proyecciones demográficas para el caso de América Latina advierten sobre la urgente necesidad de generar políticas públicas incluyentes que favorezcan las relaciones complementarias y equitativas en clave de género y generacional, entre las instituciones públicas, las organizaciones de la sociedad civil y las familias en su diversidad (CEPAL 2009, 2009a citado en Enríquez 2014, p.155).

Se precisa hacer una revaloración del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados que desarrollan las mujeres, una redistribución equitativa de este y de los tiempos que destinan a cada actividad, así como establecer estrategias que eviten la discriminación y favorezcan la corresponsabilidad social, que lleve a sistemas de protección social que favorezcan el desarrollo social de los ciudadanos (Observatorio de Igualdad de Género en América Latina, 2012). Nombrar y reconocer la función y aporte que desempeñan las mujeres y su contribución al desarrollo económico, social y vital, posibilita nuevas formas de socializar el cuidado, y corresponde también al Estado la creación y aplicación de políticas

públicas que garanticen un pleno reconocimiento y mejores condiciones a este trabajo.

1.4 Antropología de las emociones

Considerar las emociones desde un plano social, antropológico, es construirlas como una categoría analítica. La emoción ayuda a explicar y comprender otros fenómenos, pues nos habla de las prácticas y discursos sobre las personas y la cualidad de los vínculos sociales (Jacobo, 2022). La antropología de las emociones como campo de estudio investiga y analiza cómo las emociones se construyen, experimentan y se expresan en diferentes contextos culturales, que además de ser respuestas biológicas también son moldeadas por la cultura variando de una sociedad a otra.

El cuerpo es, en sí mismo, plural y, por tanto, las emociones y los universos emocionales son expresados, comunicados, significados y conceptualizados de diferente manera, (Davis, 2004; Viveros, 2016; citadas en Mazariegos, 2022), estas pueden ser analizadas desde la interseccionalidad con variables como el género, clase, raza, etnia, la adscripción religiosa o el espacio en el que desarrollen su vida social.

Las emociones son experiencias que se gestan en un primer momento desde el plano de lo individual y que al mismo tiempo son consideradas como fenómenos sociales y culturales que reflejan y moldean la vida en comunidad. Las emociones o la emocionalidad están inscritas en lo que Edith Calderón (2014) caracteriza como *universos emocionales*, que son una serie de valores y significados inscritos en las emociones compartidas socialmente.

Las formas en que se espera que los seres humanos sientan, expresen o repriman ciertas emociones se encuentran ligadas a la construcción de género, la organización social, y las dinámicas de poder en cada sociedad. Las emociones articulan los nexos entre las ideas culturales, los arreglos estructurales y muchos otros elementos sobre los sentimientos, tales como la manera en que deseáramos sentirnos, la manera en que intentamos sentirnos, la manera en que mostramos lo

que sentimos, (Hochschild, 1990 citada en Cuevas, 2014), pero también la atención a ciertas emociones y el sentido que les damos.

Las emociones, además, revelan el lugar sobre el que se inscribe y desde el cual se manifiesta la cultura; son aprendidas y adquiridas mediante procesos de socialización, las cuales generan y organizan prácticas y representaciones. En dicho sentido, las formas de ser y estar, las formas de expresar, de sentir y de reprimir o gestionar las emociones, frente a las realidades sociales que se experimentan, y que son impuestas por los roles de género a cada sexo, mismas que han sido determinantes para su desenvolvimiento en cada contexto sociocultural.

Las emociones pueden ser comprendidas desde su dimensión social e histórica, donde la familia representa la primera institución de socialización y mediante el proceso de enculturación son aprendidas ciertas normas emocionales. Donde se tiñe de especial importancia el proceso de la formación de género y la transmisión de patrones culturales sobre el cuerpo y los afectos. La socialización emocional, por tanto, permite analizar cómo se enseña a sentir las emociones y cómo se expresan; en el caso de las mujeres que realizan el trabajo doméstico y de cuidados, se muestran un conjunto de sentimientos que deben ser expresados por amor a través de cada acción, motivos principales por el cual lo realizan (Rodríguez, 2014). Rocío Enríquez (2014), en su artículo *Las emociones y el cuidado en las familias con miembros envejecidos*, señala que describir y analizar las emociones que favorecen las prácticas de cuidado entre los seres humanos es una tarea central, ya que desde ahí se parte como punto central para las experiencias frente al trabajo doméstico y de cuidados. La autora continúa mencionando que, ello implica conocer los sistemas de creencias y valores que hacen deseables o legítimas ciertas expresiones emocionales o capacidades para prever reacciones o respuestas ante la manifestación de una de ellas, adentrándose en las emociones que movilizan cada experiencia.

Las experiencias y emociones, suelen mostrar las diferencias y desigualdades con las que mujeres y hombres afrontan el cuidado de la vida en su cotidianidad. El

trabajo doméstico no remunerado y de cuidados puede abordarse desde varias directrices, además de la articulación de un contexto socioeconómico, las emociones y las percepciones tanto físicas como simbólicas influyen e impactan en cómo las mujeres encargadas de llevar a cabo dichos trabajos, asumen esta responsabilidad. Enríquez (2014), precisa que:

La dimensión social de las emociones exige entenderlas como portadoras de significados e interpretaciones del contexto social y cultural que las define y modela la manera como deben ser experimentadas, las circunstancias, los momentos, la intensidad con que deben expresarse, (re)creándose en las interacciones intersubjetivas (p.157).

Ahondar en las emociones nos aproxima a entender prácticas, nos brinda información del contexto cultural del que se forma parte, así como de quien expresa y cómo expresa ciertas emociones; siempre en relación con otros actores clave en su contexto. Por lo tanto, nos permite comprender cómo se conforman la organización social, las relaciones de género o de poder, que son y hacen parte de las dinámicas observadas. Se puede concluir que la emoción está espacial y temporalmente situada, y puede ser abordada desde manifestaciones culturales, expresiones orales, pero también corporales (Jacobo, 2022) o como veremos más adelante en expresiones a través del bordado.

1.4.1 Emociones culturales, biológicas y sociales

Las emociones son un elemento íntimo en la experiencia humana, que atraviesan la cotidianidad, las interacciones sociales y la construcción de la identidad. Deben ser entendidas a pesar de la individualidad, no solo como respuestas biológicas innatas, ya que son también productos culturales y sociales que varían ampliamente entre diferentes sociedades y contextos históricos. Esta interrelación entre lo biológico, lo cultural y lo social es fundamental para comprender cómo las emociones configuran las experiencias humanas. A continuación, se abordarán tres aspectos importantes que intervienen de manera relacional en las emociones:

1. Aspecto biológico

En su dimensión biológica, las emociones pueden ser vistas como respuestas fisiológicas automáticas, que tienen la funcionalidad de ayudar a los seres humanos a enfrentar diversas situaciones. “La perspectiva biológica desde la cual se plantea que las emociones se activan a partir de procesos cerebrales como productos bioquímicos del cerebro límbico, que forma parte de la evolución humana en un sentido darwiniano, se ha construido como un elemento de la vida psíquica y desencadena reacciones físicas” (Reyes & Pérez, 2014, p.188). En respuesta, las emociones son universales en diversos sentidos, biológicamente permiten reaccionar de manera física ante estímulos como el peligro, la pérdida, o la alegría. Sin embargo, incluso a este nivel, las emociones están sujetas a la influencia cultural y social, que pueden moldear la forma en que se experimentan y expresan estas respuestas biológicas.

Para el caso del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, Abasolo (2010), precisa que hay que enfatizar esta asociación sobre las emociones, ya que existe el hecho de que las mujeres son consideradas “naturalmente seres emocionales” en mayor medida que los hombres (y, en consecuencia, más capaces para cuidar), lo que ha derivado en una construcción social que conforma uno de los principales instrumentos de subordinación social, ya que diferencia y jerarquiza las acciones, los espacios y las emociones.

2. Aspecto cultural

Culturalmente, las emociones son entendidas y expresadas de manera diversa ya que cada cultura dicta qué emociones son apropiadas para cada sexo, en cada situación, cómo deben ser expresadas, y cuál es su significado dentro del contexto social. Heller (1980, p.28; citada en Reyes & Pérez, 2014) apunta que “toda acción está determinada socialmente y, por lo tanto, las emociones son construcciones sociales en las que el espacio-tiempo jugará un papel importante para el desencadenamiento del actuar y pensar de los individuos”. Abasolo (2010), añade al respecto sobre trabajo doméstico y los cuidados:

Las diferentes formas de entender y de vivir las emociones y los sentimientos en distintas sociedades o grupos sociales no son ajenas a las relaciones de poder. Las emociones no son algo dado, sino que son maneras de valoración general sobre el mundo y las relaciones sociales. Al margen de que la capacidad emocional humana sea universal, sentimos en unas determinadas coordenadas sociales, políticas y económicas, y las emociones sirven para canalizar dilemas, conflictos, tensiones, como todo lo relativo a la sostenibilidad de la vida. Es un contexto moral y político el que hace que las mujeres desarrollen esa forma de vivir y practicar el cuidado (p.7).

Las emociones como experiencias en la cotidianidad permiten entender los motivos que mueven los diversos aspectos de la vida; asimismo, son el reflejo de estados afectivos personales y colectivos, influyen las relaciones interpersonales y grupales, que expresan reacciones ante valores, costumbres y normas socio-culturales que dan cuenta de las diferencias emocionales (Guedes y Álvaro Estramiana, 2010; citados en Reyes & Pérez, 2014), que son atribuibles a hombres y mujeres.

En este sentido, Enríquez (2014), señala que el principio de lo femenino es culturalmente asociado con la pasividad, medida, sensibilidad y otras cualidades que son socialmente aprendidas desde la niñez; mientras que para los hombres el sentido de la masculinidad se configura a partir de la represión emocional y la omisión en consecuencia del llanto (por ejemplo), considerado signo de “debilidad; promoviendo patrones de adscripción de las emociones de acuerdo con el género al cual se pertenece. Mismos que están sujetos social y culturalmente a distintas emociones “relativas” a su sexo, hallando esta diferencia institucionalizada y apareciendo como una dimensión de lo “natural”.

3. Aspecto social

En el plano social, las emociones se encuentran contenidas de marcadas diferencias y normas sociales establecidas, que interfieren en la manera como deber ser sentidas y expresadas, cuáles son válidas o respetables, y cuáles deben ser controladas o reprimidas. Implícitamente, esta diferenciación refuerza las estructuras de poder y jerarquías sociales, puesto que las emociones también reflejan y configuran las dinámicas de poder. Kemper (1990, citada en Bericat, 2000), explica que las prácticas emocionales son moldeadas por las estructuras

sociales, es decir, dependiendo de cada cultura y sus prácticas los individuos controlan o no sus emociones.

Ágnes Heller (1980), nos muestra que las emociones no son un absoluto biológico, sino que están condicionadas por las normas sociales y participan de la reflexividad característica de todo fenómeno social. Asimismo, cada cultura determina los contextos y los roles en los que deben ser expresadas un cierto tipo de emociones (Hochschild, 1990, citada en Cuevas, 2014), y reglas que determinan el manejo de las mismas.

Tabla 1. Tabla comparativa de la construcción social y cultural de las emociones por género

ASPECTO	HOMBRES	MUJERES
Natural	Respuestas fisiológicas automáticas, que implican reacciones corporales. Donde existen diferencias biológicas, físicas y anatómicas entre hombres y mujeres; mismas que no determinan de manera “natural” su comportamiento ni de sus emociones.	
Cultural	-Se espera que muestren fortaleza emocional. -Tendencia a reprimir emociones que no son consideradas propias a los hombres, como la tristeza.	-Se valora la empatía, la contención y son habilidades para la sumisión. -Se asumen emociones propias de las mujeres como la tristeza, el miedo.
Social	-Se perpetúa la asociación a emociones como la ira o el enojo (denotando que existe fuerza física y por tanto fuerza emocional).	-Existe mayor permisividad para que las mujeres expresen emociones que denotan “debilidad”. -Se asocia que sean afectivas, demuestren cariño, afectos o mayor sensibilidad (el llanto, por ejemplo).

Fuente: elaboración propia, a partir de investigación documental (2024).

Rocío Enríquez (2014), afirma que “las emociones y el cuidado muestran las diversas formas relacionales en las que el género y los vínculos familiares intergeneracionales se encarna cotidianamente en los procesos marcados por la

desigualdad social” (p.173), es decir que, a través de las emociones involucradas hacia los vínculos afectivos familiares, se justifican con legitimidad las desigualdades ejercidas por parte de los miembros del hogar hacia las mujeres. Existiendo una falta de distribución equitativa de las actividades domésticas, siguiendo esta idea, la autora apunta que:

A cada situación social le corresponde un nodo de emociones que se configuran/constelan de manera diferenciada. Así pues, en el caso de los procesos y tendencias sociales en el cuidado, tales como la precarización, feminización, familiarización o colectivización, existen ciertas emociones nodo que están íntimamente emparentadas con otras emociones, y conjuntamente dan cuenta de las formas en que las emociones se reproducen o bien favorecen la transformación en las prácticas asociadas al cuidado (p.161).

Por tanto, a pesar de la “emocionalidad” con que han sido configuradas las experiencias de las mujeres dentro del espacio doméstico; con miras a nuevos horizontes a través de las emociones, existe la posibilidad de crear de redes afectivas, donde las mujeres encargadas de este trabajo también sean cuidadas y sostenidas, donde los cuidados y el trabajo doméstico no remunerado puedan comenzar a pensarse y consolidarse de una forma justa y distinta.

1.5 Antropología del cuerpo

Del cuerpo parten dimensiones físicas y simbólicas que se relacionan con las estructuras sociales, culturales y políticas, se reconoce que el cuerpo no es solo una entidad biológica, sino también cultural ya que está permeado profundamente por las normas. Del cuerpo nacen y se propagan las significaciones que constituyen la base de la existencia individual y colectiva. Por lo tanto, el cuerpo comprenderá, además de la dimensión biológica, la psíquica, social, histórica y cultural, donde las prácticas relacionadas de forma directa con la dimensión física o material del cuerpo se realizan y se interpretan dentro del marco sociocultural (Le Breton, 2002) que a su vez están en interrelación con el medio natural y social.

Es decir, existen normas para desacralizar el cuerpo como espacio privado y permitir la invasión de lo público. En consecuencia, el cuerpo y sus significaciones no tienen

carácter estático (Delgado, 2008). Como lo menciona la socióloga Eugenia Zicavo (2013), el cuerpo es el efecto de múltiples mediaciones (sociales, políticas, económicas, de género); el modo en que nos vemos es el resultado de un complejo proceso cultural en interacción constante.

Por ende, hablar de género también es observar cómo los cuerpos biológicos se vuelven sociales, ya que también son contruidos socialmente y moldeados por la cultura (Delgado, 2008), observando de qué manera el cuerpo se instaura en un elemento estructurador de vivencias, experiencias y sensaciones.

Las mujeres realizadoras del trabajo doméstico y de cuidados, experimentan la construcción de sus cuerpos a través de los roles diferenciadores de género, encarnando sus vivencias corporales a través de la reproducción y también de la producción de la fuerza de trabajo, asimismo es a través de sus cuerpos que mantienen estas actividades durante largos periodos de su vida y en su cotidianidad.

Al respecto, Beatriz Moncó (2011), refiere que, hay que tener presente que, “las representaciones sociales están condicionadas por formas de pensamiento y, por lo general, se entiende que la norma debe surgir de los cuerpos sexuados y a partir de estos se diseñan y construyen las relaciones de género” (p.158). La división en géneros, basada en la anatomía de las personas, supone además formas determinadas –frecuentemente conceptualizadas como complementarias y excluyentes– de sentir, de actuar, de ser (Lamas, 1986, p.56). Donde los roles a los que son expuestas las mujeres han sido utilitarios beneficiando a un sistema económico y socio-cultural, que además impone la manera en cómo deben posicionarse corporalmente a través de la diferenciación sexual.

1.5.1 Construcción del cuerpo y la corporalidad

Además de la perspectiva biológica y material del cuerpo, este es moldeado a través del proceso de enculturación, y es a partir del cuerpo como se forja la identidad y se elaboran discursos sobre quiénes somos y cómo nos representamos. Nada aparenta ser más propio y “natural” que el cuerpo, y, sin embargo, también es el efecto de múltiples mediaciones (sociales, políticas, económicas, de género); el

modo en que nos percibimos y percibimos a las y los otros es el resultado de un complejo proceso cultural (Zicavo, 2013). La antropóloga Marta Lamas (2014) refiere:

El cuerpo, un ente/artefacto simultáneamente físico y simbólico experimenta en el sentido fenomenológico distintas sensaciones, placeres, dolores y pulsiones mientras que la sociedad le impone acuerdos y prácticas psicolegales coercitivas. El hecho de que el cuerpo tenga un valor social previo y distinto por su sexuación y por el género tiene un efecto en la mente de todos los seres humanos. La vivencia de lo social ocurre en el cuerpo (p.19).

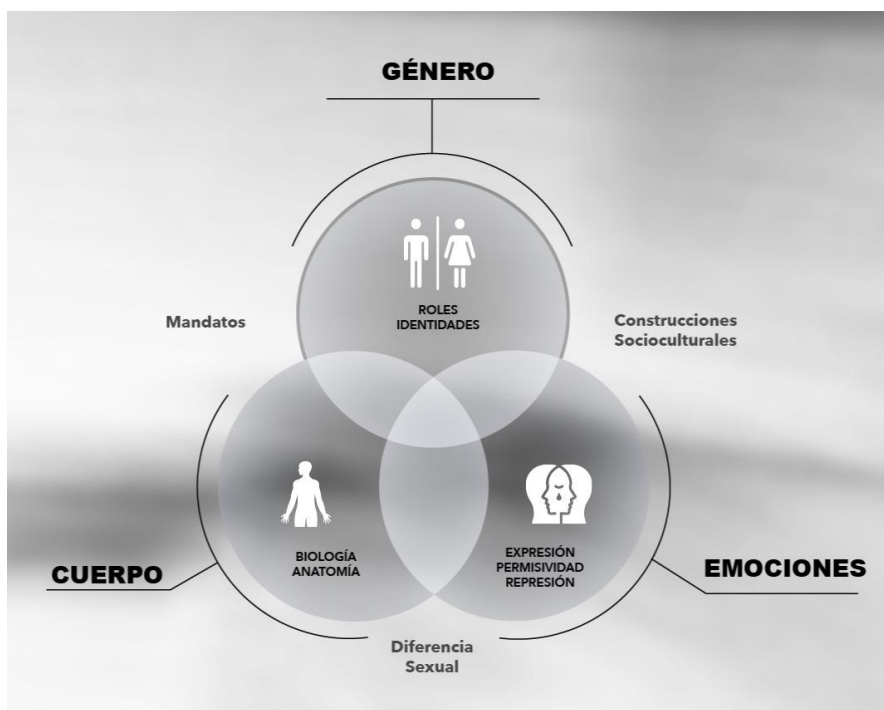
La cultura condiciona y moldea al cuerpo; como portador y productor de signos, el cuerpo habla y es hablado por las pautas culturales (Zicavo, 2013). Entonces, a través de la cultura se conforma la corporalidad a partir de normas y valores que establece cada sociedad, entendida como un proceso dinámico.

Las sociedades en diversos contextos y a través de la cultura atribuyen significados específicos al cuerpo, como la apariencia, las conceptualizaciones estéticas o de salud. Estos significados están cargados de valores culturales que son variantes y cambiantes. La corporeidad femenina, entonces, atiende a una cierta manera de ser/hacer/estar en el mundo. Desde la perspectiva de una cultura dominante, el cuerpo de la mujer atiende a prestaciones como objeto, madre, esposa, compañera y otras utilidades al servicio de una sociedad ideada por hombres, para los hombres (Pateti, 2007), donde el cuerpo de las mujeres se convierte en mercancía y en objeto.

Integrar las dimensiones biológicas, culturales y sociales permite una comprensión más completa de cómo se construye y vive la corporalidad. Donde a su vez, el cuerpo no solo es un sitio de conformidad a las normas culturales, sino también un espacio de resistencia, transgresión y negociación. Las personas pueden desafiar y subvertir las normas establecidas a través de las prácticas corporales alternativas, de resistencias, movimientos políticos y culturales, y expresiones individuales de identidad.

1.5.2 Cruce género, emociones y cuerpo

Diagrama 1. Cruce género, emociones y cuerpo



Fuente: elaboración propia, a partir de investigación documental (2024).

Las emociones son procesos físicos y mentales, neurofisiológicos y bioquímicos, psicológicos y culturales, pueden ser breves con apariciones abruptas y con manifestaciones físicas (Marina, 2006, citada en Fernández, 2011). Y es a través del cuerpo donde se experimenta el mundo de lo social, donde se construye el cuerpo como realidad sexuada y como depositario de principios de visión (Bourdieu, 2000) así como la división social a partir del género.

La interrelación entre el cuerpo, las emociones y el género es una dinámica compleja en la que cada elemento influye en los otros. “La proximidad de la experiencia corporal y de los signos que la manifiestan a los otros, el hecho de compartir ritos vinculados con la sociabilidad, son las condiciones que hacen posible la comunicación, la constante transmisión de los sentidos dentro de una sociedad dada” (Le Breton, 2002, p.121). Donde las experiencias emocionales y corporales están limitadas por el género y que estas experiencias a su vez, atraviesan las

prácticas y representaciones de los seres humanos en las distintas culturas, ya que el género no solo define qué roles y comportamientos se consideran apropiados para hombres y mujeres, sino que también establece normas sobre cómo deben ser presentados, experimentados y vivenciados los cuerpos.

Existen diversas condicionantes sociales que intervienen en la construcción de las corporalidades, como lo son los mensajes transmitidos por los medios de comunicación e internalizados en las personas, el sector social de pertenencia, las condiciones laborales y económicas, la generación y el género. Para el caso de los cuerpos de las mujeres, esta construcción ha permanecido habilitada para ejercer trabajo doméstico y de cuidados, ligado a la construcción de una corporalidad que tiene la capacidad de procrear, atender, cuidar y dedicarse a otros.

Desde una perspectiva social de las emociones, pueden ser entendidas a partir de las interacciones en la vida cotidiana, en la que los seres humanos a través de las relaciones sociales cara a cara permiten el encuentro de las subjetividades que los caracteriza, construyen relaciones intersubjetivas en las cuales el *otro es yo* y *yo soy el otro*, mediados por una producción simbólica que se construye en el espacio-tiempo de cada contexto sociocultural (Reyes & Pérez, 2014). El cuerpo, las actividades cotidianas y las representaciones de género se unen indisolublemente, y es a través del mismo cuerpo que se expresan los códigos de cada cultura.

Silvia Federici (2022), menciona que, del capitalismo en tanto sistema basado en la explotación del trabajo humano, ha definido a las mujeres como cuerpos, es decir, como seres dominados por su biología, en la medida en que se hace una apropiación de su capacidad reproductiva y la dispone al servicio de la reproducción de la fuerza de trabajo para el mercado laboral a través del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados.

Redimensionar la importancia que adquieren las emociones en los quehaceres cotidianos que realizan las mujeres y que experimentan a través de sus cuerpos, ofrece una vía para un análisis diverso sobre sus vivencias físicas y emocionales. Haciendo visible que no solo las personas cuidadas requieren de acompañamiento,

sentido de seguridad, soporte emocional, atenciones y cuidados, sino también de las mujeres que son las encargadas de cuidar.

CAPÍTULO 2. ETNOGRAFÍA DE SAN MIGUEL TOTOLTEPEC

La etnografía, como método de investigación social, posibilita un acercamiento directo y sostenido con una comunidad, permitiendo comprender y registrar prácticas cotidianas, las formas de organización y los significados que las personas atribuyen a sus experiencias (Peralta, 2009). Asimismo, la etnografía constituye una estrategia metodológica en la antropología social por su énfasis en la experiencia situada y el trabajo de campo prolongado (Arnal et al., 1992).

La etnografía implica la construcción de descripciones analíticas que articulan lo observable con los significados que las personas atribuyen a sus prácticas, buscando comprender cómo las experiencias y subjetividades se configuran en contextos específicos (Murillo & Martínez-Garrido, 2010).

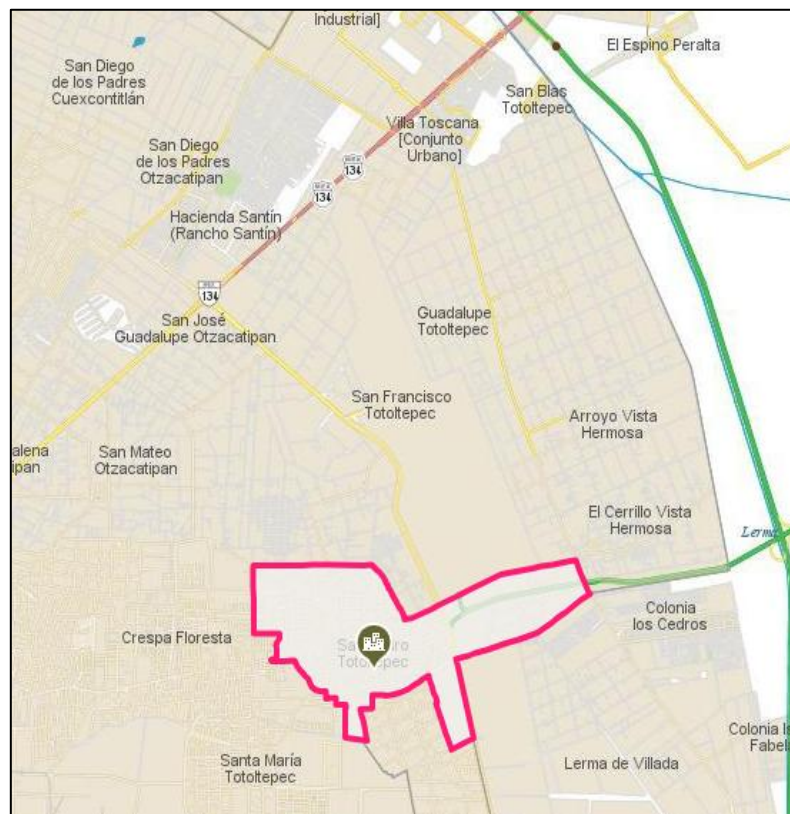
Este capítulo presenta el trabajo etnográfico realizado en el barrio de San Miguel Totoltepec, Toluca, Estado de México; a partir de un acercamiento situado que permitió comprender las prácticas cotidianas del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, así como los significados que las mujeres de la presente investigación atribuyen a su experiencia. La etnografía no se entendió únicamente como una descripción, sino como un proceso relacional de producción de conocimiento, construido en diálogo con las participantes.

El trabajo etnográfico combinó distintas técnicas de investigación cualitativa, entre ellas la observación participante, entrevistas a profundidad que permitieron recuperar algunos fragmentos de historia de vida; revisión de archivo histórico y la implementación de un taller de bordado como un espacio de producción colectiva de narrativas. A partir de estas herramientas se realizó la sistematización y análisis de la información, así como la contextualización del lugar de estudio.

2.1 Ubicación

San Miguel Totoltepec, es una subdelegación perteneciente a la delegación de San Pedro Totoltepec, ubicada en el municipio de Toluca; en el Estado de México. Las coordenadas geográficas en las que se localiza San Pedro Totoltepec son: 19°18'40" latitud norte; 99°34'19" longitud oeste. Se ubica al norte con los límites de la delegación de San Mateo Otzacatipan, al este con el municipio de Lerma, al sur con el municipio de Metepec, y al oeste con la delegación de Santa María Totoltepec.

Imagen 1. Localización geográfica de San Pedro Totoltepec



Fuente: <https://www.inegi.org.mx/temas/mg/#mapas>

2.1.2 Contexto histórico de San Pedro Totoltepec

A partir de la aparición y el estudio del Códice Techialoyan se puede apreciar y conocer el pasado histórico sobre la comunidad de San Pedro Totoltepec. *Totepec* proviene del náhuatl, que se denomina “en el lugar del cerro del ave”, siendo que la palabra *tótotl* es genérico para cualquier tipo de ave. Por lo que Totoltepec queda compuesto de *tótotl*, 'pájaro o ave', de *tepetl* 'cerro', y de *c*, 'en', que significa: “En el cerro de los pájaros”. Con la llegada de los españoles al valle de Toluca, al nombre indígena Totoltepec se le antepuso el del apóstol San Pedro (Dorantes, et. al., 1999), como una estrategia de evangelización.

San Pedro Totoltepec a partir de la época colonial tuvo diversas disputas sobre la posesión de las tierras; pertenecientes a las personas originarias del lugar. Los códices Techialoyan fueron entonces un requerimiento obligado y solicitado por la administración española, la documentación avalaba a los pueblos indígenas como dueños de la tierra heredada por sus antepasados. San Pedro *Tototepec* fue despojado de sus tierras, algunas veces por el incremento territorial de las posesiones españolas; otras, por las mismas autoridades al considerarlas tierras baldías (Dorantes, 2010) aunque no lo fueran en realidad.

Para 1917, se les dotó de una legua cuadrada (1, 755 ha) de las haciendas de Doña Rosa de Enrique G. de Salcedo (1,108 ha de temporal) y de la hacienda de Canaleja de Santos Pérez Cortina (647 ha de temporal). Sin embargo, las condiciones socioeconómicas del pueblo no mejoraron con la dotación de tierras (Dorantes, et al., 1999). De acuerdo con Montes de Oca (2001), en 1935, Lázaro Cárdenas declaró procedente la ampliación de las tierras y se les dotó de 524 ha de temporal, tomadas de la hacienda de Canaleja de Santos Pérez Cortina (229 ha) y de la de San Nicolás Peralta (295 ha) intervenida entonces por el gobierno estatal.

Hacia 1944 el gobierno del Estado de México comenzó de manera formal su proceso acelerado de industrialización, impulsando una fuerte política hacendaria y fiscal, que tenía por objetivo principal la instalación de plantas industriales en la entidad. Dicha industrialización se basó también en una política de expropiación continua de las comunidades ejidales por la presión de la política económica,

inmobiliaria y comercial impulsada por el mismo gobierno estatal (Arteaga, 2005). A partir de la década de los setenta la ciudad de Toluca comenzó con una creciente transformación industrial, en la zona limítrofe de San Pedro Totoltepec se comenzaron a establecer industrias; que a partir del 1975 han generado gran impacto entre la población, al incidir en el tipo de empleo, con la apertura de los principales parques industriales: Exportec, El Cerrillo II, Corredor Industrial Lerma, El Coecillo (Dorantes, et al., 1999), y posteriormente con la creación del Aeropuerto Internacional de Toluca.

De esta forma, la industrialización no sólo no trajo consigo empleo para las comunidades, sino que además provocó la pérdida lenta pero inevitable de la tierra, ya sea por la expropiación por parte del gobierno para instalar nuevas fábricas o por la invasión de tierras y la propia venta ilegal que hacían los ejidatarios a particulares (Arteaga, 2005). En 1976 se inició la construcción del Aeropuerto “José María Morelos y Pavón”, actualmente “Lic. Adolfo López Mateos”, sobre la expropiación de terrenos, pertenecientes a San Mateo Oztacatipan, San Pedro Totoltepec y la ex hacienda de Canaleja, solicitando un total de 46-99-48 hectáreas, mismas que se redujeron a solo 1-24-05 hectáreas en 1981, debido a que se construyó el Sistema Cutzamala por Intervención de la entonces secretaria de Agricultura y Recursos Hídricos (Dorantes, et al., 1999). Al respecto IMF (52 años), menciona:

La expropiación quería hacerse así nada más sin darnos nada, mi papá era líder de la comunidad en ese entonces y acudían a reuniones casi cada semana a la ciudad de México, para que pudieran darnos algo, porque por parte del comisariado ejidal de ese entonces buscaban beneficio propio y lo consiguieron. Fue en tres etapas distintas la expropiación; a los primeros expropiados los reubicaron en San Blas, la segunda expropiación los reubicó en San Antonio, y la tercera expropiación nos dieron aquí en San Francisco; en ese tiempo hubo juntas entre el comisariado ejidal y ASA (que en ese tiempo era Aeropuerto y Servicios Auxiliares) y entre ellos platicaron como iba a ser la expropiación, cuando comenzaron a expropiar hubo muchos convenios. Hubo reubicación de servicios como el centro de salud, y de

escuelas, como el Kinder; otro convenio fue que nosotros nunca íbamos a pagar ni luz ni agua, pero ese no se ha respetado, porque seguimos pagando, otro convenio es que nos iban a dar escrituras de los terrenos y tampoco se ha hecho, los convenios son legales y están firmados por todos los que participaron en ese tiempo, pero ya nadie les ha dado seguimiento, nadie en la comunidad ha querido moverle o tomar el tema de los convenios (trabajo de campo, 2024).

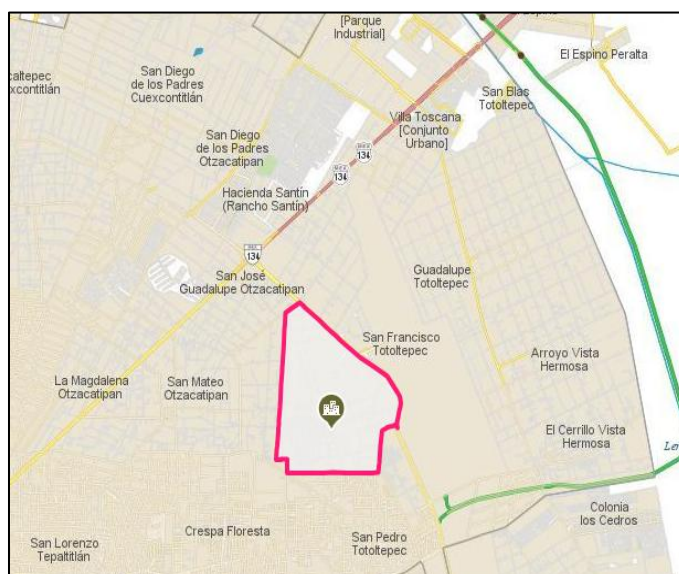
Asimismo, hubo donativos monetarios para la decoración de la parroquia de San Pedro Totoltepec; a los pobladores que en ese tiempo se dedicaban al campo como actividad económica primaria tras expropiarlos de sus ejidos y reubicarlos se les otorgaron concesiones de placas para taxis como una alternativa de trabajo; asimismo, se creó la escuela preparatoria para la comunidad. En las últimas dos décadas se construyó la pista de aterrizaje (la más larga del país), el edificio terminal (28,300 m. cuadrados), estacionamiento para más de 2000 vehículos, equipos y sistemas de seguridad, espacios para operaciones y salas de espera; mientras que en el exterior se realizaron obras de ampliación a cuatro carriles de la avenida Boulevard Aeropuerto y la edificación de puentes que comunicarán de forma directa las avenidas Paseo Tollocan y Boulevard Aeropuerto (Méndez-Sosa & López-Carre, 2009), modificaciones estructurales también para las localidades aledañas.

La delegación de San Pedro Totoltepec tras la expropiación para la construcción del AIT (Aeropuerto Internacional de Toluca), quedó dividida internamente (Dorantes, et al., 1999), con una cabecera principal que es San Pedro Totoltepec, incluye las colonias de San Antonio Abad, San Blas Totoltepec, El Bordo de las Canastas Emiliano Zapata, y la Colonia Nueva San Francisco Totoltepec, el fraccionamiento Sor Juana Inés de la Cruz, y las subdelegaciones o llamados barrios: Arroyo Vista Hermosa, El Cerrillo Vista Hermosa, Guadalupe Totoltepec, La Constitución Totoltepec, San Francisco Totoltepec y San Miguel Totoltepec.

2.2 San Miguel Totoltepec

San Miguel Totoltepec es una subdelegación semiurbana perteneciente a la delegación de San Pedro Totoltepec, situada a 9.4 kilómetros en dirección sudeste del municipio de Toluca; en el Estado de México y se encuentra a 2,586 metros de altura. Colinda con la colonia el Bordo de las Canastas, la localidad de San José Guadalupe Otzacatipan y la Colonia Nueva San Francisco Totoltepec.

Imagen 2. Localización geográfica de San Miguel Totoltepec



Fuente: <https://www.inegi.org.mx/temas/mg/#mapas>

Dentro de este barrio, se observó que a pesar de que existe un incremento acelerado en el ámbito industrial, la comunidad que antes era considerada de tipo rural ahora se reconoce como urbana, dado que la zona de estudio se ha encontrado en un proceso de transición a partir de la década de los años 70's, sin embargo, la convivencia y organización social que se registra está vinculada a formas de vida arraigadas a las tradiciones y costumbres que parten de la delegación a la que pertenece, la comunidad de San Pedro Totoltepec.

2.2.1 Clima

El tipo de clima para el valle de Toluca, donde se encuentra ubicada la subdelegación de San Miguel Totoltepec, es templado subhúmedo con lluvias en verano, de mayor humedad (73.91%) y frío de altura con marcado invierno (2.98%). Asimismo, la temperatura media anual es de 14.7°C, las temperaturas más bajas se presentan en los meses de enero y febrero son alrededor de 3.0°C. La temperatura máxima promedio se presentan en abril y mayo es alrededor de 25°C (INEGI, 2010). Sin embargo, con el cambio del uso de suelo a través de la industrialización propicia una modificación en la temperatura, la precipitación, la humedad y el comportamiento de los vientos.

2.2.2 Uso de suelo y vegetación

Los tipos de suelo presentes en San Pedro Totoltepec y las subdelegaciones adjuntas a esta comunidad corresponden al grupo de los *feozem*, suelo que se compone por una suave capa superficial oscura, rica en materia orgánica y nutrientes, considerado apto para el uso agrícola, donde se sembraban y cultivaban las tierras que estaban adheridas al pueblo (Dorantes, et al., 1999). Asimismo, las zonas urbanas están creciendo sobre suelos y rocas ígneas extrusivas del Cuaternario, en llanuras y lomeríos; sobre áreas donde originalmente había suelos denominados Vertisol y Phaeozem, estableciéndose sobre terrenos previamente ocupados por agricultura, pastizales y bosques (INEGI, 2010).

Con el acelerado crecimiento de las zonas y parques industriales, la agricultura disminuyó de manera considerable, así como cambios notables en la vegetación y en el uso de suelo, como lo menciona BLF (56 años):

Más o menos como en 2016 fue el último año que se sembró aquí en la comunidad, luego comenzaron a vender los terrenos para hacer bodegas industriales para las fábricas; pero antes todavía sembrábamos maíz, calabaza, haba, y se daban muchas hierbas que comíamos; como los jaltomates, el *xocoyol*², malvas, corazones o quintoniles, paletarea, quelites, trébol, nabos; hasta la ortiga que a

² Planta anual o perenne, con hojas lanceoladas divididas en varias partes (ASALE, 2010).

veces nos servía para untarnos como masaje cuando nos dolía la cadera o la espalda; pero ahora ni eso, ni las hierbas ya se dan (trabajo de campo, 2024).

Actualmente se perciben escasas áreas verdes, y el aumento de bodegas industriales, construcción de edificios para renta de departamentos y casas.

2.2.3 Hidrografía

El barrio de San Miguel Totoltepec, se encuentra asentado en la cuenca hidrográfica del Río Lerma, por lo que aún en el siglo pasado se pudo gozar de riachuelos y pozos de agua, contaba también en sus límites geográficos con la existencia de un bordo de agua, que era utilizado para el riego de los cultivos de la zona, llamado la Canasta; mismo que actualmente está extinto debido a asentamientos de población; “a nosotros todavía nos tocó ir a lavar la ropa a los lavaderos comunitarios, donde ahora está el kínder; y había todavía muchos pocitos de agua aquí en San Miguel, salía el agua muy clara y muy limpia; todavía podíamos tomar agua de ahí y bañarnos” (AMLF, 58 años, trabajo de campo, 2024).

San Miguel Totoltepec cuenta con un pozo comunitario que abastece de este recurso a la comunidad, sin embargo, existe la persistencia de canales de descarga de aguas residuales, producto de procesos industriales que provocan inundaciones en la comunidad durante la temporada de lluvias, viéndose afectados los pobladores cercanos a las zonas industriales. Durante el año 2021, se observaron pérdidas de bienes inmuebles, aparatos electrodomésticos y afectaciones de salud por el ingreso de agua contaminada a los hogares. Asimismo, en el año 2019 surgió la exigencia de la intervención a las autoridades de distintos niveles de gobierno por parte de un grupo de pobladores de la delegación San Pedro Totoltepec, la subdelegación de San Miguel Totoltepec y la Colonia Nueva Francisco Totoltepec, en contra de la empresa embotelladora Bonafont, debido a las cargas residuales que provocan dichas inundaciones, además de que consideran que la extracción de agua es alta, y algunas de estas subdelegaciones carecen de este recurso; mientras que los costos por parte de Agua y Saneamiento de Toluca para los pobladores son elevados. La empresa Bonafont, actualmente es parte de la multinacional Danone, misma que se estableció desde hace más de 25 años en Toluca (en lo que

antiguamente era la hacienda de Canaleja); de acuerdo con datos de CONAGUA, en San Pedro Totoltepec tienen autorizados extraer 1 millón 250 mil metros cúbicos de agua al año mediante tres pozos de agua.

A pesar de que las exigencias hacia las autoridades fueron presentadas por escrito, no fue sino hasta el año 2023 que el entonces presidente municipal de Toluca: Raymundo Martínez Carbajal acudió a una visita con los directivos de la planta industrial Bonafont, donde en un comunicado emitido por el Ayuntamiento de Toluca, señalaron estar dispuestos a la rehabilitación de pozos a fin de beneficiar a la población aledaña y presentaron un proyecto a largo plazo para la reutilización de agua tratada, para fines de riego, limpieza, lavado de autos, entre otros; sin embargo, cabe mencionar que no hicieron llamado a la población ni surgió la invitación para que pudieran estar presentes durante esta visita.

2.3 Contexto sociodemográfico e índices de violencia en San Miguel Totoltepec

La población de San Miguel Totoltepec, según datos estadísticos de INEGI (2020), se compone de 7,892 habitantes: de los cuales 3.869 son hombres y 4,023 son mujeres, su densidad de población es de 48 habitantes por hectárea.

Tabla 2. Datos de población de San Miguel Totoltepec

POBLACIÓN	TOTAL
Población total	7,892
Población femenina	4,023
Población masculina	3,869
Población de 0 a 14 años	2,225
Población de 15 a 29 años	2,198
Población de 30 a 59 años	2,934
Población de 60 años y más	535
Población con discapacidad	173
Grado promedio de escolaridad	9.39
Grado promedio de escolaridad de la población femenina	9.15
Grado promedio de escolaridad de la población masculina	9.64

Fuente: Censo de Población y Vivienda, INEGI (2020).

La inseguridad es uno de los temas que ha tomado relevancia en los últimos años en la subdelegación de San Miguel Totoltepec, ya que ha enfrentado durante los últimos cinco años, aproximadamente, un aumento notable en lo que refiere a los índices delictivos, lo que ha generado preocupación en la población, quienes como respuesta a la falta de seguridad han colocado en algunas zonas lonas con encabezados como “mi vecino me vigila” para hacer frente a la delincuencia. De acuerdo con los datos proporcionados por el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP, 2024), el Estado de México encabeza los registros nacionales de delitos como violencia familiar, lesiones dolosas y feminicidios.

Los asaltos a mano armada y robos a casa habitación también han ido en aumento, según la Encuesta Nacional de Percepción y Victimización sobre Seguridad Pública (ENVIPE, 2023), los delitos más frecuentes en el Estado de México son robo o asalto en la calle y/o en el transporte público, la ENVIPE estima que en el Estado de México, 71.3% de la población considera la inseguridad como el problema más importante que aqueja hoy en día y la mayor parte de los delitos no son denunciados por falta de confianza en las autoridades. Las y los habitantes de San Miguel Totoltepec, manifiestan su inconformidad ante situaciones de inseguridad, de falta de patrullaje, y lentitud de respuestas ante emergencias:

Nuestros delegados han hecho muy poco, ante casos de robo o violencia familiar, que son los que más se han suscitado en algunas ocasiones con los vecinos, tardan mucho en mandarnos una patrulla; en la parte de programas para que reduzcan los niveles de violencia no han implementado ninguno, o no conozco ninguno que exista en la comunidad; nosotros como comunidad siento que también hemos hecho muy poco, no nos informamos, no estamos haciendo mucho para bajar esos niveles de violencia, por lo menos en la comunidad (AMV, 33 años, trabajo de campo, 2024).

A la par, entre las mujeres de esta subdelegación, la percepción de inseguridad también se ha incrementado debido al aumento de la violencia de género. En el municipio de Toluca, en el año 2023, se denunciaron más de 400 casos de abuso

sexual, más de 500 casos por acoso sexual, y más de 2,500 casos de violencia familiar, el Atlas de Género de la Secretaría de las Mujeres del Estado de México, muestra que, en el año 2022, se realizaron 671 llamadas para atención relacionadas con incidentes de violencia familiar en el Municipio de Toluca; asimismo muestra que para el año 2021 solo se realizaron 13 operativos con perspectiva de género para prevenir la violencia contra las mujeres en el transporte público. Casos más graves, como violencia sexual y feminicidios han sido documentados por medios locales o a través de redes sociales digitales, tal como lo señala GCP (31, años):

La violencia se ha vuelto visible y reconocible a través de redes sociales, en los grupos que la comunidad ha creado para la misma comunidad, en los cuales se han visualizado robo de autos, robo a mano armada, robo de autopartes, violaciones, feminicidios y acoso. Mayormente también he notado mucha violencia de género, justo el caso que vivimos hace dos meses con una vecina de la comunidad, la cual sufrió un intento de asesinato por parte de su pareja. Lo que principalmente he percibido y vivido aquí en la comunidad es acoso, principalmente por hombres que trabajan en los mototaxis, por los choferes, ya sea que yo vaya en la vía pública o en el mismo transporte público (trabajo de campo, 2025).

Estos últimos casos de violencia hacia las mujeres se ha tenido registro en las zonas aledañas a las fábricas de las zonas industriales, señalando por la población como puntos con alta percepción de inseguridad, aunado a la falta de vigilancia y alumbrado público en algunas zonas.

2.3.1 Organización Política

San Miguel Totoltepec pertenece a la delegación de San Pedro Totoltepec, formando parte del municipio de Toluca. Cuenta con delegados por ser pertenecientes a la cabecera de la comunidad que es San Pedro Totoltepec y subdelegados por parte del barrio propiamente de San Miguel Totoltepec, los cuales tienen la función de representar y gestionar recursos para la comunidad ante el Ayuntamiento de Toluca. Las subdelegaciones y los comités de participación ciudadana (COPACI) como organismos auxiliares funcionan como instancia de apoyo entre los ciudadanos,

organizaciones de la sociedad civil, constructores o desarrolladores y las autoridades municipales, en los conflictos que se generen en materia de desarrollo urbano y uso de suelo, adicionalmente a las funciones que le señale el reglamento correspondiente (Gobierno del Estado de México, 1993).

Los habitantes de San Miguel Totoltepec, eligen a sus autoridades cada tres años, tanto delegados de San Pedro Totoltepec, como subdelegados del barrio, a través del voto directo y secreto como vía para determinar quiénes se convertirán en sus representantes. Dichas elecciones son organizadas por el Ayuntamiento de Toluca en colaboración con el Instituto Electoral del Estado de México (IEEM), donde a través de una convocatoria los pobladores de la comunidad que decidan participar postulan su registro a través de diversas planillas, organizadas de la siguiente manera:

Tabla 3. Elección de autoridades auxiliares

a) Delegaciones:

Primera delegada (o) propietaria (o)	Primera delegada (o) suplente
Segunda delegada (o) propietaria (o)	Segunda delegada (o) suplente
Tercera delegada (o) propietaria (o)	Tercera delegada (o) suplente

b) Subdelegaciones:

Primera subdelegada (o) propietaria (o)	Primera (o) subdelegada (o) suplente
Segunda subdelegada (o) propietaria (o)	Segunda (o) subdelegada (o) suplente
Tercera subdelegada (o) propietaria (o)	Tercera (o) subdelegada (o) suplente

CONSEJOS DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Presidenta o presidente propietario (a)	Presidenta o presidente suplente
Secretaria o secretario propietario (a)	Secretaria o secretario suplente
Tesorera o tesorero propietario (a)	Tesorera o tesorero suplente
Primer (a) vocal propietario (a)	Primer (a) vocal suplente
Segundo (a) vocal propietario (a)	Segundo (a) vocal suplente

Fuente: Ley Orgánica Municipal del Estado de México (última reforma 24 de mayo de 2024).

Cada planilla es representada por un color y realiza una campaña, donde muestran sus propuestas de gestión y mejora a los habitantes de la localidad en general (San Pedro Totoltepec), así como de cada barrio en particular, tal es el caso de San Miguel Totoltepec, el cual consta de la gestión actual que abarca el periodo 2022-2025.

Por otra parte, las autoridades encargadas de los asuntos agrarios conforman el Comisariado Ejidal, con sede ubicada en la cabecera local que es San Pedro Totoltepec, cuya función es brindar apoyo a los ejidatarios y posesionarios con respecto a los trámites para ingresar a programas de apoyo al campo, tanto económicos como técnicos. Permanecen en sus funciones durante tres años y se eligen por medio del voto directo y secreto, por parte de los ejidatarios (Dorantes, et al., 1999). Los cuales se encuentran organizados por un presidente, un secretario, un tesorero; y por un consejo de vigilancia que consta de un presidente un primer y segundo secretario (elegidos de manera interna por las personas posesionarias de ejidos). La dotación de las tierras se otorgó el 5 de julio de 1917 y se dio posesión definitiva en calidad de tierras ejidales el 15 de noviembre del mismo año, con ello surgieron propiamente los barrios: El Cerrillo Vistahermosa, Barrio de Guadalupe, Barrio de San Francisco y Barrio de San Miguel Totoltepec. (Dorantes et al., 1999). Actualmente el uso de las tierras es en su mayoría se destina para la construcción de propiedades, tanto privadas como de fraccionamientos, así como proyectos de infraestructura pública y privada, como fábricas, o bodegas de almacenamiento; y en su minoría para el cultivo en zonas parcelarias de algunos barrios, contando con 230 ejidatarios, de los cuales menos de una tercera parte todavía cultiva maíz en los barrios que colindan con el AIT, como son Barrio de Guadalupe, El Arroyo Vista Hermosa y la Constitución Totoltepec.

Las delegaciones no cuentan con un presupuesto asignado por el ayuntamiento, ya que tanto las partidas presupuestales como la recaudación de impuestos se maneja de manera global. Por ello, la delegación y subdelegaciones basan sus ingresos en el cobro de una cuota simbólica por la expedición de documentos y del derecho de piso en los diferentes tianguis o actividades que requieren de permisos expedidos

por las autoridades (Dorantes, et al., 1999), para el caso del barrio de San Miguel Totoltepec, la “plaza” o mercado se establece de manera semanal cada miércoles, la cuota solicitada a los comerciantes va de \$70 a \$100 pesos (dependiendo del tamaño del puesto, y los productos que se ofrezcan), la cuota más elevada corresponde a puestos que ofrecen alimentos; mientras que el costo por puesto para el caso de la feria patronal es de \$1000 pesos por tres días de manera general sin importar que tipo de producto se comercialice, (trabajo de campo, 2025).

2.3.2 Sistema de creencias

La base predominante sobre la cual se rige San Miguel Totoltepec, respecto a un sistema de creencias religiosas, es el catolicismo, siguiendo la tradición de la cabecera delegacional. La parroquia de San Pedro Totoltepec pertenece a la Diócesis de Toluca, a la zona pastoral de San Pablo Apóstol y al decanato Santa Clara de Asís (Sánchez, 2019). La Parroquia de San Pedro Totoltepec está organizada a través de diversos grupos donde la población de la cabecera, sus diversas colonias y subdelegaciones como San Miguel Totoltepec, son partícipes de sus tradiciones, festividades y actividades, misma que cuenta con la tradición arraigada a través del sistema de cargos por mayordomías, actualmente se tiene el registro de 32 imágenes religiosas que conforman la mayordomía, aunque no todas cuentan con mayordomos encargados de su festividad.

Entre las imágenes religiosas principales se encuentran: San Pedro Apóstol (en sus tres versiones), “patrono”, “montonerito” y “güerito”; así como la Virgen de Guadalupe, la Santísima Trinidad y el Santísimo Sacramento, (trabajo de campo, 2024). Para las celebraciones, misas, actividades parroquiales y evangelización se encuentran organizados los siguientes grupos:

Tabla 4. Grupos que conforman la parroquia de San Pedro Totoltepec

ORGANIZACIÓN PARROQUIAL	GRUPOS DE EVANGELIZACIÓN
-Sacerdote -Vicario -Seminaristas -Ministros -Fiscales -Mayordomías -Monaguillos -Lectores y lectoras -Estudiantina o cantor -Sacristán	-Catequesis -Litúrgico -Matrimonios -Pandillas de la amistad (grupo de adolescentes) -Pastoral juvenil -Pastoral del adulto mayor -Escuela de la Cruz

Fuente: Elaboración propia, (trabajo de campo 2024).

La estructura y organización para las capillas, de las diversas colonias o barrios, siguen la misma base de la parroquia principal; como en el caso de la capilla de San Miguel Totoltepec. “La capilla se gestionó entre los pobladores del barrio, porque ya no nos daban permiso de acudir a la capilla que se encontraba en Canaleja, el dueño de la ex hacienda donó las imágenes religiosas, y se construyó en 1976, al principio solo era como un cuarto grande, pero a principios de los 90’s se remodeló como ya se encuentra actualmente” (PLL, 52 años, trabajo de campo, 2025).

Al igual que la parroquia de San Pedro Totoltepec, la tradición de sistemas de cargo a través de las mayordomías se instauró en la capilla de San Miguel Totoltepec; misma que permitió formas tradicionales de organización sociopolítica vinculadas a estructuras religiosas. La capilla consta de 8 imágenes religiosas dispuestas a las mayordomías, sin embargo, a partir de los años 2016-2017, la participación de los pobladores disminuyó de manera notoria, y actualmente ninguna imagen cuenta con una mayordomía a su cargo. “A la gente ya no le gusta participar, ni menos cooperar dentro de la iglesia; porque también es un gasto grande, es como una fiesta de XV años o una boda; entonces se fue perdiendo el interés poco a poco” (PLL, 52 años; hijo de la primera generación de mayordomos de San Miguel Totoltepec, trabajo de campo, 2025). Sin embargo, las celebraciones eucarísticas y la festividad del Santo Patrono continúan realizándose de manera anual; donde también se suman las festividades de Semana Santa y Navidad.

Tabla 5. Calendario Festivo de San Miguel Totoltepec

FESTIVIDAD/ IMAGEN RELIGIOSA	FECHA
Cristo de la expiración	Miércoles de ceniza (según corresponda cada año).
San José	19 de marzo.
Santísima Trinidad	15 de junio.
Sagrado Corazón de Jesús	27 de junio.
San Miguel Arcángel (Patrono)	29 de septiembre.
Santa Teresa de Asís	08 de octubre.
Virgen de la Inmaculada Concepción	08 de diciembre.

Fuente: Elaboración propia, (trabajo de campo 2024).

Por otra parte, a mediados del año 2015, se construyó e instauró un templo correspondiente a la “Iglesia del Dios vivo columna y apoyo de la verdad del buen pastor”, una iglesia de orientación Cristiana Evangélica, que se basa en la interpretación y estudio de la biblia como única autoridad; sus rituales religiosos incluyen alabanzas, oración, enseñanza bíblica, predicación y testimonio; su organización se realiza de manera jerárquica: pastores y ministros locales, así como los creyentes. Realizan asambleas religiosas de manera dominical en distintos horarios que abarcan mañana, tarde y noche, así como oraciones matutinas de lunes a viernes y reuniones de convivencia de manera esporádica los días sábado, dicha iglesia alberga aproximadamente a 150 creyentes del barrio de San Miguel Totoltepec, una cantidad menor en proporción al catolicismo representativo de esta subdelegación (trabajo de campo, 2024).

2.3.4 Actividades económicas

Las principales actividades económicas que se realizan dentro de la localidad de San Miguel Totoltepec están asociadas al trabajo industrial, ya que existen diversas empresas en los corredores y parques industriales que emplean a las y los pobladores de San Miguel Totoltepec; entre las que se encuentran Bonafont, Firmenich, Valeo, Sealy, Faske, ElringKlinger, Johnson, Química Apollo, Mundo Dulce, Baby Creysi; entre otras, evidenciado así también un crecimiento industrial que alberga empresas nacionales y extranjeras dedicadas a la industria automotriz, transformación de alimentos, químicos y textiles, y donde también la participación de las mujeres se ha ido ampliando de manera notoria.

Asimismo, el Aeropuerto Internacional de Toluca (AIT) emplea a las y los habitantes de San Miguel Totoltepec; en la zona aduanera; locales comerciales dentro del mismo aeropuerto, talleres mecánicos y hangares privados, así como de la zona hotelera. Con el crecimiento industrial también se propició la creación de fraccionamientos aledaños y conjuntos habitacionales; donde a su vez se establecieron plazas comerciales cercanas a esta zona como son Multi Plaza Santín o Plaza Sendero que ofertan empleos en los diversos establecimientos y centros de entretenimiento que ofrecen.

A través de diversas rutas que se ofrece en el transporte público de la zona, se aperturó la creación de sistemas “taxi-colectivo” con rutas en boulevard aeropuerto y San Pedro Totoltepec-Crisa; junto con esta, otra de las fuentes económicas que se ha popularizado en los últimos 10 años; entre los hombres del barrio de San Miguel Totoltepec; y en el último año se ha dado apertura también a las mujeres conductoras, es el sistema de transporte que se ofrece dentro de la localidad con los “mototaxis”, que, aunque la mayoría no cuenta con un registro ante la Secretaría Movilidad del municipio de Toluca; fungen como uno de los principales medios de transporte entre las y los habitantes de la localidad.

A partir de la pandemia por COVID-19 y en consecuencia con la pérdida de algunos empleos, entre los años 2021-2023 se notó un crecimiento considerable en el comercio informal, sobre todo en mujeres de la localidad; donde se pudo observar la venta de diversos productos (en pequeños negocios o afuera de las casas); como cosméticos y bisutería, jarcería, ropa de segundo uso, regalos y novedades de temporada, y de alimentos; como tortillas hechas a mano, quesadillas, venta de postres, papas y dulces (Trabajo de campo, 2023).

2.3.5 Servicios y Educación

La subdelegación de San Miguel Totoltepec, cuenta con servicios de internet, telefonía, luz eléctrica, agua potable y drenaje, calles pavimentadas (aunque algunas en mal estado), diversas rutas de transporte público; así como una subdelegación y un centro de salud. En cuanto a servicios educativos cuenta con instituciones públicas de nivel básico, un preescolar: “Genaro Robles”, una primaria:

“Luisa I. Campos de J. Cantú” y una secundaria que es de reciente gestión en el año 2008, “Escuela Secundaria Técnica No. 214 Sor Juan Inés de la Cruz”; en comparación a las dos primeras; así mismo existen dos centros educativos privados; uno a nivel primaria: “Instituto Pardes” y otro en nivel, preescolar, primaria y secundaria bilingües: “Juritgates International School”, mismos que se caracterizan por albergar a alumnos que provienen principalmente de los fraccionamientos aledaños al AIT (Aeropuerto Internacional de Toluca).

Para la educación preparatoria los habitantes de San Miguel Totoltepec se trasladan a la delegación de San Pedro Totoltepec, en la “Escuela Preparatoria Oficial No. 8” o en la localidad de San Nicolas Tolentino en el “C.T.B No. 2 Mario José Molina Enríquez”, principalmente; y en menor medida acuden a las preparatorias ubicadas en la zona centro del municipio de Toluca; para quienes cuentan con la posibilidad de cursar estudios universitarios acuden al municipio de Lerma o Toluca (centro), principalmente.

En el año 2019, en las instalaciones de la subdelegación de San Miguel Totoltepec se brindó el último curso en educación básica para adultos, por parte del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), mismo que se otorgó a tres generaciones aproximadamente dentro de la comunidad. Asimismo, en el año 2020 también se brindaron los últimos talleres de pintura, costura y cultura de belleza (maquillaje y peinado), a mujeres habitantes de esta subdelegación, impartidos por parte del H. Ayuntamiento de Toluca (Trabajo de campo, 2023).

2.3.6 Actividades deportivas y artísticas

En la subdelegación de San Miguel Totoltepec, las actividades deportivas y artístico-culturales forman parte del tejido social; sin embargo, enfrentan ciertas limitaciones. Para el caso del deporte, no se cuenta con espacios propios, áreas verdes o campos deportivos; aproximadamente hace 10 años aún se contaba con tres campos de fútbol comunitarios, sin embargo pasaron a ser propiedad privada y en consecuencia a su desaparición; motivo por el cual las y los pobladores quienes dedican tiempo al deporte acuden a la cabecera delegacional de San Pedro Totoltepec, o a los campos de los diversos barrios, como El Bordo de las Canastas,

el Cerrillo Vista Hermosa o la colonia Nueva San Francisco Totoltepec (trabajo de campo, 2025).

La delegación de San Pedro Totoltepec cuenta con un campo de fútbol comunitario, así como canchas de fútbol rápido (estas pertenecientes a la propiedad privada), donde se organizan torneos de fútbol de ligas varoniles y femeniles. Las ligas varoniles constan de 16 a 20 equipos por torneo, mientras que para el caso de las mujeres se llegan a los 15 equipos de 6 a 7 integrantes, sin embargo para el caso de las mujeres, los torneos solo se juegan en las canchas de futbol rápido y no en el campo de futbol comunitario, “en el campo grande no juegan las mujeres, porque no están acostumbradas, y no se completan sus equipos” (IHG, 20 años, trabajo de campo, 2025), notando la existencia de una limitación de espacios dado la menor participación de mujeres en comparación con los hombres.

Asimismo, los equipos varoniles se dividen por edad, es decir, existen equipos de niños, adolescentes, jóvenes y adultos, mientras que para el caso de las mujeres los partidos femeniles constan de mujeres de todos los rangos de edad o, en su caso, si son partidos mixtos, los hombres no deben sobrepasar los 20 años de edad. “A mí me gusta el fútbol porque me hace olvidar o me hace de alguna forma me hace sacar y distraerme de mis problemas, yo comencé a jugar fútbol a los 15 años, primero en un equipo mixto y luego ya en uno femenino”, (AETZ, 21 años, trabajo de campo, 2025).

Otro deporte considerado histórico dentro de la delegación y que tuvo un gran auge en la década de los 90's es el atletismo, con la creación del “club de atletismo Águilas de San Pedro Totoltepec”, dejando motivación entre las nuevas generaciones. A la voz de María de la Luz Villanueva Martínez (52 años), quien participó en diversas contiendas a nivel nacional e internacional como Japón (1989), Jamaica (1991), Honduras (1992), y galardonada con la Presea al Deporte Filiberto Navas Valdés (Estado de México, 1989):

...mis padres me impulsaron mucho dentro del deporte, en la sociedad no era fácil ver correr a una mujer o haciendo actividades que en el pueblo decían era más para hombres que para mujeres, que éramos unas

machorras, pero no les hacíamos caso. Yo crecí en una familia de deportistas por eso me apoyaron, pero aquí en pueblo todavía existe el machismo, porque talentos hay y mujeres que quieren sobresalir también las hay, pero sus esposos o las personas con quienes viven no las apoyan, y todavía existen muchos prejuicios (trabajo de campo, 2025).

Actualmente el fútbol se ha popularizado más que el atletismo, sin embargo, persiste ahora el club “Águilas de Toluca”, donde participan mujeres de la localidad y sus alrededores.

En el plano artístico-cultural, se realizan diversos eventos acerca de las festividades locales como lo son la fiesta patronal o el día de muertos, en estos eventos se han generado expresiones comunitarias, entre ellas la formación de un grupo de danza folclórica “Ballet Tierra Bonita”, que desde el año 2020 hace su aparición y ha participado en varios concursos a nivel nacional. Otro grupo de baile sobresaliente en la delegación es el perteneciente a la mayordomía de “San Pedro Apóstol”, quienes participan en la danza más representativa de la localidad: “el pescadito”, la tradición de esta danza representa las actividades de pesca que se realizaban en el siglo XX en la zona Lacustre del Río Lerma, ambos grupos son mixtos, sin embargo es notable la mayor participación de mujeres de manera intergeneracional, desde niñas, adolescentes, jóvenes, adultas y mujeres de la tercera edad.

2.4 Taller de bordado: “A-bordando diálogos, remendando dolencias”

Como parte del trabajo de campo, se optó por la realización de un taller de bordado como estrategia metodológica participativa. En este sentido el taller no constituyó un estudio independiente, sino un dispositivo de producción colectiva de narrativas dentro del proceso general de investigación. Este taller tuvo como objetivo general propiciar un espacio seguro para dialogar a través del bordado, tomando como tema central al trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidado, y como objetivo específico se planteó la elaboración de un libro textil; que surgió como resultado de los diálogos y reflexiones colectivas de las mujeres participantes del barrio de San Miguel Totoltepec; tomando en cuenta experiencias y subjetividades en torno a las actividades realizan. El taller se llevó a cabo en la casa de una de las participantes

del mismo taller: Adriana López (seudónimo), con ubicación en el barrio de San Miguel Totoltepec.

La participación en el taller fue voluntaria y se contó con el consentimiento informado de las asistentes. Con el fin de resguardar su identidad, los nombres utilizados en esta investigación corresponden a seudónimos.

El taller fue programado cronológicamente (ver anexo no.1), para una serie de 8 sesiones de manera semanal, durante dos meses (sin embargo, a petición de las participantes se extendió por dos semanas más, constando así de un total de 10 sesiones). Cada sesión fue llevada a cabo durante los meses de julio y agosto del año 2023, con una extensión a las primeras semanas del mes de septiembre del mismo año (como se mencionó anteriormente). Las sesiones se llevaron a cabo los días viernes y tuvieron una duración de una hora y cuarenta y cinco minutos aproximadamente (con una variación del tiempo ya que en algunas sesiones las participantes optaban por permanecer más tiempo, como se mencionará más adelante). Las sesiones del taller comenzaban a las 17:00 hrs, horario que fue establecido de común acuerdo entre la mayoría de las participantes, ya que en este horario contaban con un tiempo libre que no les demandara alguna otra actividad.

Cada semana, se abordó un tema relacionado con el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, tales como los estereotipos de género, el uso del tiempo en la vida cotidiana, el autocuidado y las cargas físicas y emocionales asociadas a estas actividades. En cada sesión se ofrecía una breve contextualización del tema, se generaban espacios de diálogo colectivo que propiciaron el intercambio de experiencias, saberes y opiniones.

Las participantes que se contemplaron para el taller de bordado en un inicio fueron cuatro, sin embargo, comentaron la actividad a otras vecinas de la misma subdelegación quienes tomaron la iniciativa de unirse; siendo un total de 9 participantes.

Tabla 6. Características socio-culturales de participantes del taller de bordado

Participante	Edad	Escolaridad	Estado civil	Número de hijos	Religión	Dependientes de cuidados: adultos mayores, personas con discapacidad y/o con alguna enfermedad
Adriana López	58 años	Secundaria	Casada	4	Católica	X
Bianca Bernal	56 años	Secundaria	Viuda	2	Católica	X
Olga Ibáñez	55 años		Casada	4	Católica	X
Norma Rojas	63 años		Casada	4	Católica	
Gisela Olin	53 años	Secundaria	Casada		Católica	
Catalina Téllez	62 años	Preparatoria	Casada	2	Testigo de Jehová	
Maricela Rodríguez	41 años	Licenciatura	Casada	2	Católica	
Maribel Valenzuela	45 años	Primaria	Casada	3	Católica	
Sara Valencia	61 Años	Primaria	Casada	3	Católica	

Fuente: elaboración propia, trabajo de campo (2023/2024).

La tabla anterior describe características socio-culturales de las participantes del taller de bordado donde se optó por agregar como característica socio-cultural la religión, ya que para la mayoría de las participantes funge como un elemento central tanto simbólico como espiritual y de autocuidado en su cotidianidad, como se describirá más adelante.

El taller de bordado propició un espacio de encuentro entre las participantes y con ello se generó un ambiente de diálogos íntimos, la inmersión etnográfica en este espacio de bordado, además de la recolección de datos, dio como resultado final la elaboración de *libros textiles* por parte de cada participante, donde en cada sesión tuvieron la oportunidad de bordar una página del mismo, se utilizaron materiales como tela, retazos de otras telas recicladas, hilos, aros para bordar, agujas, ganchos, tijeras, fotografías, entre otros.

Tomando como referencia a Pérez-Bustos & Márquez (2015), quienes proponen una aproximación etnográfica en la exploración de cómo el bordado puede posibilitar puntos de conexión entre distintos conocimientos. Argumentando también que, acercarse al bordado propicia la generación de herramientas para transformar la relación entre saberes que han sido histórica y culturalmente contruidos como distintos y en ocasiones jerarquizados. Teniendo en esta ocasión como eje la jerarquización el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, que han sido delegados principalmente a las mujeres.

El bordado además de ser una actividad creativa, es un conocimiento corporeizado que, accionado, puede hacer críticas de las estructuras simbólicas y, al mismo tiempo, encontrar y tejer otras anudaciones que nos den la posibilidad de pensarnos desde otros lugares más allá de las fronteras establecidas de género, raciales, geográficas o de clase (González, 2020), el bordado permite generar diálogo y el compartir saberes.

El acto de bordar, a lo largo de la historia ha permanecido como una actividad feminizada dentro del espacio privado, legitimando los roles de género hacia las mujeres. Sin embargo, el aprendizaje o la actividad misma de dicha labor en el espacio doméstico (realizado principalmente de mujeres bordadoras), brinda la apertura al proceso de investigación del espacio cotidiano en el que habitan. Como describen Pérez-Bustos & Márquez (2015), este encuentro se da como espacio de aprendizajes y un diálogo de saberes que implica el contacto con el bordado en su dimensión material y humana. Más allá del mandato impuesto a las mujeres a través del bordado; el bordado es un sustrato vivo que se alimenta, por un lado, de la relación intersubjetiva entre el cuerpo de quien borda y los materiales, y por el otro, de los movimientos de otros cuerpos y materias que también están tejiendo (Castellanos & Castaño, 2022), conformando una colectividad mediante la práctica del bordado.

Imagen 3. Taller de bordado



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

2.4.1 Entre telas, hilos y palabras: emergencias discursivas

La primera sesión de taller comenzó con un ambiente de curiosidad e interés compartido, la cual tuvo como iniciativa proporcionar información de manera general e introductoria a las participantes, sobre el taller y los objetivos del mismo. Las participantes llegaron poco a poco, algunas con timidez, y otras con un poco más de familiaridad dado la pertenencia al lugar; al iniciar, la investigadora realizó una breve presentación del propósito del espacio: un taller pensado para hablar de lo cotidiano, de sus experiencias y vivencias a través de sus actividades diarias dentro de sus hogares, lo que se reconocería como trabajo doméstico, sus experiencias físicas y emocionales frente a este trabajo, y de todo aquello que generalmente se guarda o se normaliza.

Asimismo, como herramienta de diálogo a través del bordado, se realizaría para el final del taller un libro textil, resultado de cada sesión; donde el contenido de cada página sería un bordado donde cada una plasmaría su creatividad, compartiendo un tema cada semana, relacionado al trabajo doméstico no remunerado y de cuidados. Posteriormente se llevó a cabo la presentación sobre cada participante, donde algunas al principio dudaban en tomar la palabra, bajaban la mirada, se apenaban o disminuían el tono de su voz, pero a partir de la primera presentación se dio apertura a la palabra, así una a una mencionó su nombre, y compartieron si dedicaban de su tiempo a alguna otra actividad además de la realización de labores domésticas; y algunas participantes mencionaron lo que representa el bordado para ellas.

El bordado a través de la historia se ha vislumbrado como una actividad ligada a las mujeres y legitimada a través de los roles de género, esto conecta el aprendizaje de esta labor con el contexto de otros trabajos de cuidado, que como ha sido documentado para el caso del trabajo doméstico, se caracterizan por la invisibilidad de quien ejerce el cuidado (Arango Gaviria, 2011; Castro Romero, 2011 citadas en Pérez Bustos & Márquez, 2015), tal como lo mencionaron algunas participantes, “en la secundaria teníamos una maestra, que nos daba el taller de costura; pero nos regañaba cuando se descosía el dobladillo de nuestras faldas; decía que debíamos aprender a ser mujercitas para coserlas y no traer así las faltas” (Adriana López, 58 años), o como lo que compartió Norma Rojas (63 años), “mi tía cuando yo era chica, me decía que solo en el coser y en saber hacer tortillas se daban cuenta si éramos mujeres de verdad”. Sin embargo, bordar emerge también como una herramienta de transformación, no solo visibilizando en colectivo, sino también transformando de sentido e identificación el valor aquello que ha sido desestimado, tanto en el propio bordado como en el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, como lo expresa Maricela Rodríguez (41 años):

Recuerdo que me enseñó a bordar mi hermana mayor y mamá también lo hacía, entonces retrocedo el tiempo, me acuerdo que a la edad de mis hijas mi mamá ya me compraba mis servilletitas y mi hermana me decía cómo

hacerlo, sí es como que, para mí, como si me uniera a esa etapa nuevamente, a mi mamá, a mi hermana, a mis primas, a poder compartir (trabajo de campo, 2023).

El acto de bordar entonces operó como una forma de narración alternativa, estableciendo una forma particular de producir espacialidad y articulando *atmósferas afectivas* que, a modo de constelaciones comunitarias, contienen al ejercicio textil (Tapia, 2021), era un acto individual que conformaba comunidad.

Como primera actividad durante esta sesión, se fueron cortando los tramos de tela que serían utilizados para el libro textil, las participantes de manera individual o algunas en parejas fueron cortando en tamaños distintos la tela y en orientaciones diversas; para evitar que las hojas de los libros (tela) se deshilaran fueron bordadas las puntas, otras cocidas y otras más tejidas, se compartieron algunas puntadas entre las participantes y la investigadora, esta actividad permitió una dinámica breve y significativa de confianza. Transcurrida la primera hora del taller, las participantes decidieron quedarse por 30 minutos más, en tanto la actividad colectiva que se generó les brindó tiempo que tomaban para ellas; tal como lo mencionó Adriana López (58, años), “mi esposo aún no llega, entonces me puedo quedar más tiempo al taller”, posibilitadas así del uso de su tiempo.

La segunda sesión del taller se abrió con un ambiente de mayor confianza, las participantes se saludaban, preguntaban cómo se encontraban y si llegaban unos minutos tarde explicaban sus motivos, se sentaban en círculo para poder observarse, lo que posibilitó generar la siguiente pregunta: “¿para ti qué significa ser mujer?”. Con dicha pregunta se solicitó a las participantes pudieran tomar algunos minutos para pensar y compartir su respuesta; al principio hubo un silencio, gestos de pensamiento, dudas ante lo que responderían, algunas participantes compartieron miradas entre sí, en sentido de esperar alguna idea de otra participante para poder contestar; posteriormente una a una fueron participando, y expresando sus respuestas, como lo que señaló Norma Rojas (63 años), “para mi ser mujer es a la vez muy bonito, pero también muy difícil, ser mamá, ama de casa y también ser esposa, suegra, abuela, es mucha responsabilidad”, denotando los

múltiples roles y sentidos que ello implica, y sumiendo las diversas responsabilidades.

Entre cada respuesta expresada por cada participante, se percibió a las demás concentradas para el momento que a ellas les tocara participar, a la vez atentas a la escucha y asentando con la cabeza ante alguna respuesta donde se sintieran identificadas, como la que mencionó Bianca Bernal (56, años) “las mujeres hacemos de todo, bueno no se llama ser sirvientas, sino que amas de casa, pero también le hacemos de todo, enfermeras, psicólogas, maestra, chef, amigas, de todo le hacemos un poquito”, apuntando los diversos roles que ejercen y asumen en el ámbito doméstico.

Adriana López (58 años) agregó, “ser mujer es tener un sexo de mujer, y crear una familia, mi abuela, mi mamá, crearon una familia. Ser mujer también es ser amorosa, esforzarse en hacer las cosas y ser valiente”, cuando se mencionó la palabra “sexo”, algunas participantes sonrieron, otras más se apenaron bajando la mirada, como si dicha palabra fuese prohibida o se confundiera con las relaciones sexuales; describiendo así mandatos de género que deben cumplirse y los temas en los cuales se perciben limitadas.

Maricela Rodríguez (41 años), por su parte señaló, “ser mujer es luchar por lo que tenemos, por nuestra familia. Yo creo que las mujeres somos valientes, eso nos define mucho porque cualquier situación nos espanta, pero sabemos salir adelante y ayudar a otras mujeres antes situaciones difíciles, a nuestras primas, hijas, hermanas”. Como lo menciona Marcela Lagarde (1996, p.23, citada en Bonavitta, 2020) “el contenido de la condición de la mujer es el conjunto de cualidades y características esenciales que definen a la mujer como ser social y cultural genérico, como ser-para y de-los-otros”, donde las definiciones propias son basadas en el hacer y estar para otros.

Las respuestas de cada participante colocaron un puente para identificarse desde diversos sentidos, entonces, con base en estas respuestas eligieron tres palabras con las que se identificaban para bordarlas en lo que fue la primera página de su libro textil, entre las palabras que ellas eligieron se encuentran: “valiente”, “fuerte”,

“amorosa”. Mientras bordaban, compartían ideas sobre sus bordados, hilos, agujas, tijeras y comparaban formas, y tamaños de sus libros, pero también el espacio y la palabra.

Durante las dos primeras sesiones del taller las participantes en su mayoría, se mostraron introvertidas, aunque ya existiera un acercamiento previo entre ellas dado que son vecinas del barrio de San Miguel Totoltepec, pero conforme avanzaban las sesiones el espacio se transformó en encuentro, se comenzó a generar un vínculo de confianza a través del acto de bordar y de compartir la palabra, así mismo se notó que llevaban material o algún hilo de su casa y que compartían, ideas que veían en algún video sobre la elaboración de cada página del libro o de sobre que puntada estaban utilizando, también se observó que compartían sonrisas, algún chiste, o se comentaban cotidianidades de alguna actividad doméstica o de sus relaciones familiares.

Durante la tercera sesión, el punto de partida fue la explicación colectiva del concepto de trabajo doméstico y de cuidados, donde se señaló como todo aquel trabajo no remunerado en este caso, que se realiza en el hogar: desde limpiar, cocinar, administrar económicamente los hogares, cuidar enfermos, hasta atender a niñas, niños, personas mayores o con discapacidad. También se habló de las tareas de cuidado emocional, como escuchar, contener o acompañar, se habló de como este trabajo implica tiempo, energía, esfuerzo físico y emocional. A la reflexión, Maricela Rodríguez (41 años), expresó:

Yo no lo había visto así, pero trabajamos incluso más que nuestros esposos, no tenemos hora de entrada ni de salida, y todo el tiempo estamos haciendo algo sin que nos paguen. Y sí me pongo a pensar, y digo bueno, hay mujeres que trabajan y llegan a su casa y lo hacen, y tienen que hacer su quehacer, pero al menos ellas dicen tengo algo económicamente que es mío y yo digo, no tengo y no acabo con el quehacer, y no hay nadie que me diga: ten tu pago por ser ama de casa (trabajo de campo, 2023).

Algunas participantes además de dedicar su tiempo a las labores dentro del hogar, cuentan con un trabajo en el comercio informal, como lo son Bianca Bernal (56 años)

quien es comerciante, o Gisela Olin (53 años) y Maribel Valenzuela (45 años), quienes se dedican a la elaboración y venta de tortillas hechas a mano. Aún con estas dobles jornadas laborales, las participantes no se reconocían como trabajadoras. Durante el taller el acto de bordar se entrelazó con relatos que representa el realizar trabajo doméstico y de cuidados como una obligación exclusiva de las mujeres. Expresaban diversas emociones, narrando con humor, con tristeza o con alegría:

(...) yo sufrí por las regañadas, mucho, al no saber barrer, trapear, desde que era niña hasta mi juventud, yo creo que por eso me casé muy chica, pensé que casándome me iba a ir mejor, toda mi vida ha sido lavar, planchar, pero una se va acostumbrando, (Norma Rojas, 63 años).

A través del diálogo colectivo, se solicitó a las participantes pudieran realizar una reflexión en torno a este trabajo que realizan y considerándolo así, pudieran responder si les gustaría renunciar a dicho trabajo. La mayoría de las participantes respondieron que no renunciarían, “no me gustaría renunciar, porque ya no se puede, pero sí me gustaría tomar un descanso; no me gusta el quehacer, pero si yo no lo hago quién lo hace”, (Adriana López, 58 años); “yo tampoco renunciaría, porque es mi deber como mujer, aunque algunas ocasiones me siento mal o mi esposo me hace sentir mal” (Norma Rojas, 63 años), asumiendo la obligación que les ha sido asignada a través de los roles de género.

Olga Ibáñez (55, años), por su parte fue la única participante que respondió que sí renunciaría, “yo sí renunciaría, yo si pudiera, sí dejaría mi trabajo, dejaría todo el trabajo de la casa. Me iría de vacaciones, porque sí necesito un descanso, unas vacaciones, me iría yo solita”; ante tal respuesta las participantes comenzaron a dudar, como si tener la posibilidad de renunciar a este trabajo fuese algo malo, yendo en contra de lo socialmente establecido. La actividad correspondiente a esta sesión fue, que, mediante un bordado ya fuese escrito o ilustrado pudieran representar con algo significativo de lo que para cada participante representa llevar a cabo el trabajo doméstico, donde plasmaron ollas, cucharas, tenedores, alguna

actividad específica como cocinar o barrer, o algunas frases como “amor a mi familia”, “amor a los hijos”.

Imagen 4. Bordado del trabajo doméstico



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

Durante la cuarta sesión se abordó uno de los temas más significativos en relación al trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, que refiere al uso del tiempo. Se partió de una actividad en donde cada participante mediante un diagrama pudiese realizar una descripción su rutina diaria, desde que se despiertan hasta que se acuestan, dentro del cual también escribirían cuál es su horario favorito durante el día y por qué; así mismo ese horario elegido fue plasmado en la siguiente página del libro textil.

La mayoría de las participantes compartieron que su día comienza antes de las 6:00 a.m., preparando alimentos como el desayuno o refrigerios para hijas, hijos y esposos. Continuando con las labores domésticas, o la preparación de mercancías

para quienes son vendedoras; así como atención a enfermos o personas de la tercera edad, compra de alimentos y preparación de los mismos, por la tarde apoyo escolar a quienes aún tienen hijos e hijas, y nietos o nietas en etapa de educación básica, por la noche preparación de merienda y antelación de algunas actividades para el siguiente día, de manera general.

Algunas participantes mencionaron que no toman la medida del tiempo que tardan en realizar cada actividad, más allá de la organización que tienen para cada actividad “es algo de todos los días”, como lo expresó Maribel Valenzuela (45 años), “¡Ay, todo el día!, hago cosas todo el día, la verdad sí, no digo que no me siento, o vea la tele o el teléfono un ratito, pero todo el día, la comida, llevar a los nietos a la escuela, ir al molino, todo, todo el día prácticamente” (trabajo de campo, 2023).

Las respuestas en cuanto a su horario favorito del día surgieron entre las 17:00 y 18:00 hrs., donde destinan de su tiempo para sentarse a bordar, orar, tomar algún curso religioso, descansar o ver televisión; Olga Ibáñez (55, años), expresó que su horario favorito es el de las 17:00 hrs, cuando acude al taller de bordado, “a mí me gusta mucho cuando son los viernes y podemos venir a bordar, yo me siento contenta, me siento libre”, articulando la posibilidad de contar con espacios de esparcimiento. Este ejercicio permitió reflexionar colectivamente sobre como el tiempo de las mujeres está organizado alrededor del cuidado y de las necesidades de y para otros.

Para la quinta sesión, el diálogo se abrió en un espacio íntimo para hablar del autocuidado, como una práctica vital, no solo física sino también emocional. Donde los cuidados están destinados para los demás y delegados en su mayoría a las mujeres, se discutió como muchas veces las mujeres cuidan a todas las personas a su alrededor, familia, hijos e hijas, nietos o nietas, padres o madres, familiares enfermos, personas de la tercera edad, familiares con alguna discapacidad física o mental, pero ¿quién cuida a las cuidadoras?, ¿qué actividades realizan como formas de autocuidado?, ¿cuánto tiempo destina a su cuidado propio?, como lo menciona Olga Ibáñez, (55 años).

Tiempo para cuidarme yo, mi salud, mis cosas personales, no tengo, a veces no tengo tiempo, dedico el 95% de tiempo para mi hija, tiene síndrome de down y necesita de muchos cuidados, y el otro 5% para los demás, y no me queda tiempo para mí, a veces descanso como media hora, pero es de vez en cuando” (trabajo de campo, 2023).

Cuestionar y transformar la ética referida a las actividades que se realizan dentro del hogar, parte de la experiencia del cansancio y la incertidumbre que genera la naturalización de ideologías de que las mujeres deben absorber este trabajo y agoten sus cuerpos, impactando de manera significativa a los cuerpos de las mujeres quienes se enfrentan hasta a dobles jornadas de trabajo no remunerado (Vite, 2023). La dinámica para esta sesión consistió en la elaboración de un poema colectivo, donde cada participante escribió en un papel, un regalo de manera simbólica que quisiera ofrecerle a otra integrante del taller como forma de cuidado. Regalos afectivos, espirituales o poéticos, donde se intercambiaron frases como: “cúrate con un baño de hierbas los dolores del alma”, “me gustaría regalarte una caminata y que puedas contemplar la naturaleza”, “que te tomes diez minutos del día para descansar y tomarte un café”, también se mencionó el tema referente al ejercicio, “creo que sí nos hace falta caminar o hace ejercicio, a veces las mujeres que realizamos el quehacer andamos bien movidas para todos lados, de aquí para allá, pero eso no es hacer ejercicio” (Catalina Téllez, 62 años, trabajo de campo, 2023).

Posteriormente se dio lectura a lo que sería la construcción del poema, al leer cada “regalo” en voz alta, cada participante reaccionaba emocionada, conmovida, con entusiasmo sobre qué diría el papel que les tocó, así cada frase fue interconectada de manera simbólica contenida de afecto y cuidado mutuo. La actividad textil consistió en bordar una frase del poema que cada participante eligiera para la siguiente página de su libro; mencionando que además del bordado se reconocía el autocuidado que en algunas ocasiones se deja de lado, como lo que señaló Adriana López (58 años) “creo que esta parte del poema que me regalaron sí era para mí, porque describe mis cualidades, pero también lo que necesito”. La sesión cerró en un clima de escucha, de contención, de pensar en las posibilidades de cuidarse, descansar y desear lo mismo para otras mujeres.

La sexta sesión se convirtió en un espacio de escucha profunda, donde emergieron algunas emociones contenidas, sobre las dolencias físicas y emocionales que habitan en los cuerpos de las participantes, así como las enfermedades que las atraviesan, y experiencias que ahondaron donde se compartieron algunos episodios de violencia que se gestaron dentro de sus hogares. Partiendo de una conversación en torno al cansancio físico, las dolencias corporales o síntomas que experimentan, las heridas emocionales, los cuidados y las experiencias de vida. Lo que propició un diálogo colectivo en torno a cómo se sentían corporalmente y emocionalmente, “si yo dijera que ando muy bien fallaría, porque en la mañana me levanto con muchas ganas de hacer las cosas, pero ya a medio día ya me siento cansada, ya no estoy al cien como antes” (Norma Rojas, 63 años), o como lo que Olga Ibáñez (55 años), compartió:

...yo siento que estoy como a un 80% porque no estoy al cien, casi siento que hacer las cosas del hogar no me cansa, lo que me cansa es cuando voy al doctor con mi hija, cuidarla me cansa mucho, porque la cuido yo solita, mi esposo nunca me ha acompañado. Lo que sí es que tengo una autoestima muy baja, siento que me veo acabada, me veo más vieja que mi mamá y mis hermanos y eso que soy la hermana de en medio y soy la única que tiene canas, se me fueron acabando los dientes (trabajo de campo, 2023).

Algunas participantes coincidieron al presentar síntomas físicos que han normalizado, desde dolores musculares y de espalda, insomnio, ansiedad, entre otros, también asociados a enfermedades crónico-degenerativas que padecen, como lo son la diabetes e hipertensión arterial, relacionándolo así con el cansancio acumulado que experimentan. Eugenia Martín (2013), describe que en sociedades actuales, las presiones económicas, sociales y familiares que viven los distintos grupos, están propiciando que se active una reacción de alarma constantemente obligando al organismo a un esfuerzo constante de adaptación a situaciones difíciles o riesgosas, tal es el caso de mujeres que dedican sus esfuerzos para llevar a cabo las actividades esenciales para el sostenimiento de la vida, aunando las diversas condiciones sociales que atraviesan en sus diversos contextos.

Las participantes comenzaron a compartir sus historias, algunas veces entre pausas, otras con más confianza, se habló también de un cansancio emocional que

las ha llevado a experimentar episodios de depresión o ansiedad, “yo tuve depresión, yo sentía que no valía nada, me enfermé mucho de los nervios, bajé de peso”, (Norma Rojas, 63 años), o situaciones en donde experimentan varias emociones a la vez, como lo mencionó Maricela Rodríguez (41 años):

...trato de estar feliz, más por mis hijas; aunque también siento tristeza también, me cala estar lejos de mis papás ahorita que están enfermos, es muy feo, pero trato de estar contenta por las niñas, porque no quiero que crezcan y recuerden que su mamá estaba triste y un poquito de enojo, porque si soy enojona, pero ya no mucho, ya lo controlo.

Los episodios de violencias situadas dentro de sus hogares también emergieron entre algunas narraciones, desde violencias sutiles hasta directas y explícitas, violencias que en algunas ocasiones fueron normalizadas, invisibilizadas y silenciadas, “yo sufrí maltrato familiar o como se dice violencia, mi esposo tiene una enfermedad, es alcohólico, y he sufrido de muchos golpes. Le soporté mucho porque era yo muy miedosa, muy cerrada, no nos enseñaron a ser de otra forma con el esposo, antes era otra forma de vivir (Norma Rojas, 63 años). Roberto Castro (2024) refiere:

La noción de violencia de género se refiere a la violencia que se ejerce contra las mujeres por el hecho de ser mujeres, el término describe un tipo de violencia de carácter social, lo que significa que su explicación no se encuentra en los genes ni en la psique masculina, sino en los mecanismos sociales que hacen de la diferencia sexual el sustento de la subordinación de las mujeres (p.406).

Sin embargo, también se visualizó un cambio generacional colectivo, tomando acciones sin dejar de resistir, ante lo que Adriana López (58 años) compartió, “mi esposo también me golpeaba mucho, era muy celoso, yo no podía salir ni a la tienda, pero yo sí lo demandé, mis hijas me ayudaron, yo no sabía que lo podía demandar, de ahí se le quitó un poco” (trabajo de campo, 20223). La actividad durante esta sesión consistió en bordar sobre pequeños retazos de tela que simbolizaban sus heridas no dichas, el cansancio no expresado, y lo que se sumó traducido en las experiencias de violencia, cada participante escribió diversas palabras, dentro de

las que más se repitieron se encuentran: “infidelidad”, “celos”, “palabras hirientes”, “maltrato”, “traición”, “enfermedad”, “tristeza”, “culpa”, surgiendo comentarios como “yo creo que no me van a alcanzar los cachitos de tela para todas mis heridas”, o, “yo son miles de cachitos y heridas que me hicieron”. Posteriormente comenzaron a zurcirlas en otra página de su libro textil, reconociendo en el acto de bordar el poder nombrar, se observó que, al compartir sus experiencias, se sorprendieron al darse cuenta que sus compañeras del taller tuvieran heridas parecidas. Y mostrando un sentido de acompañamiento, mencionaron “darnos cuenta de que yo puedo, a pesar de las heridas”, “remendadas, pero podemos”, “medio cosidas, pero salimos adelante”.

Este ejercicio simbólico generó una conexión entre las participantes quienes mencionaron el tiempo dentro de cada sesión del taller “se había pasado rápido”, indicando a la investigadora que les gustaría seguir manteniendo el espacio del taller de bordado, aunque ya no estuviera “la maestra” (nombre con el cual se refirieron a la investigadora durante el taller), ya que consideraban sería una manera de seguir compartiendo experiencias y “un rato para ellas”. Esta sesión permitió la visibilidad de sus experiencias y aquellas directrices que se entrelazan y atraviesan a las mujeres en sus quehaceres cotidianos, en sus emociones y en sus vínculos afectivos, como se pudo observar. Esta sesión habilitó la expresión emotiva y necesaria para sus voces, para poder nombrar, ya que se contaron situaciones de los diversos tipos y niveles de violencia a los que se han enfrentado algunas participantes del taller, dejando marcas corporales y emocionales, cansancio físico, sus enfermedades, violencias que han durado años, sus angustias y sus padecimientos. Asimismo, las estrategias y formas de resistir ante todas estas violencias que pueden ser nombradas junto a otras mujeres, ante esto, María Belén Tapia (2021) en su tesis de posgrado *Entre bordar y ser mujeres* (2021), propone una definición sobre el círculo de bordado, como:

...un espacio crítico para repensar el modo de habitar, cuestionando las estructuras rígidas para proponer nuevos modos, más holgados y en conexión con el entorno, abordando temas relacionados a las sexualidades,

afectos, vivencias, cuerpo-territorio, violencias, colonialismo y cualquier otra dimensión que deba ser cuestionada de acuerdo al contexto de opresión específico (p.109).

Imagen 5. Bordar contra las dolencias



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

Durante la sexta sesión se propuso un ejercicio creativo de fotobordado como acto de memoria, reconocimiento y autorrepresentación, donde cada participante eligió previamente una fotografía de ellas mismas, no importando si la fotografía era de la infancia, la juventud o una actual, algunas aparecían solas, o acompañadas de familiares, amistades, en celebraciones o en viajes, o en retratos cotidianos; la técnica del fotobordado posibilitó un canal de expresión, hilos sobre papel fotográfico, puntadas que tejían no solo algo estético o visual, sino sentido. Cada participante eligió libremente cómo bordarse, remarcando fondos, algunas remarcaron los bordes de las fotografías, de los paisajes, sus atuendos, con figuras, jugando con los colores y las formas. Este ejercicio llevó a que emergieran relatos

autobiográficos y emocionales, la infancia, la juventud, la adultez, los vínculos familiares y el reconocimiento desde la alegría. A raíz de estas experiencias, compartir la palabra posibilitó hablar de los anhelos. Las participantes al observarse en cada fotografía, comenzaron una conversación abierta, donde compartieron que habían querido ser antes de dedicarse al hogar y algunos motivos por los cuales ya no se dio de esa forma esperada:

Yo no estudié, nomás hasta primero de primaria, mi mamá me sacó de la escuela para que le ayudara, y ya cuando iba a regresar ya estaba más grande y ya me dio pena. Ya cuando tenía 14 o 15 años, ya me quedaba a cuidar a mis hermanos, a hacer las tortillas para ellos, porque nos quedábamos solos, pero a mí me hubiera gustado ser arquitecta (Olga Ibáñez, 55 años).

Yo quise ser maestra, pero me casé muy jovencita y tuve mi primer hijo a los 16 años, a pesar de eso mis papás aún me insistían para seguir estudiando, pero mi esposo y mi suegra me dijeron que mi lugar ya sería en mi casa, (Adriana López, 58 años).

Fue así como nació de forma colectiva una sesión adicional a lo previsto, en la cual las participantes pudieran nombrar lo que les hubiera gustado ser o hacer, y bordarlo como una página más de su libro textil, dándose una séptima sesión como extensión de las sesiones previamente programadas, surgiendo como una consecuencia emocional y reflexiva de fotobordado.

La penúltima sesión del taller, a modo de cierre, fue un acto de encuentro y de reconocimiento colectivo, ya que se llevó a cabo una convivencia entre las participantes del taller, que propició espacio afectivo, donde se compartieron alimentos, bebidas, postres, música, palabras, tiempo, permitiendo reconfigurar los vínculos entre las participantes, visto, así como diversas formas de cuidado colectivo. El taller fue concebido como un espacio de aprendizaje que las participantes llamaron “la escuelita” y a este convivio el término de la elaboración de sus libros. Algunas participantes acudieron acompañadas de sus hijas, y de sus nietas o de hermanas, dándose un espacio intergeneracional de mujeres, niñas, adolescentes, jóvenes, adultas.

El gesto de llevar algo para compartir se tradujo en un acto político de cuidado y de reciprocidad, valores que habían sido tejidos a lo largo de todas las sesiones del taller. Dicho convivio posibilitó un encuentro intergeneracional de conversación sobre los cuidados, el cansancio, la invisibilización del trabajo doméstico y los anhelos personales, durante esta sesión las participantes ofrecieron una serie de palabras a modo de cierre, en donde compartieron su experiencia a su paso por el taller, lo que significó bordar, narrar sus historias, escucharse y ser escuchadas, como lo que mencionó Maribel Valenzuela (45 años), “a mí me gusto venir aquí, al taller, porque aprendí a bordar porque, bueno porque yo sentía que no sabía, y me gustaría seguir aprendiendo, porque también pudimos platicar y hablar de lo que no podemos a veces hablar en nuestras casas”, o lo que expresó Gisela Olín (53 años), “con la conversaciones que tuvimos me di cuenta del valor de nuestro trabajo, y que todas pudimos compartir aquí un tiempo, que pudiéramos estar haciendo el quehacer, la comida, la cena, pero nos agarramos siquiera media hora para descansar y venir al taller, porque bordando nos desestresamos un poquito y aquí podemos platicar”. Para esta sesión correspondiente al convivio, las participantes anticiparon su tiempo de convivencia para poder escuchar música, seguir platicando con las participantes, comer, compartir.

En la última sesión que dio cierre al taller para la presente investigación, las mujeres llegaron con sus libros terminados, cosidos y encuadernados con listones, hilos más resistentes, cada uno con características distintas, pero con lo común sobre bordar la historia en su cotidianidad. Algunas mostraron sus trabajos a modo de presentación de cada página, cada borde, textura; algunas los mostraron con timidez y otras con orgullo sobre su creatividad plasmada, y con la posibilidad de ser vistas, escuchadas y reconocidas por otras mujeres. Algunos de los títulos con los que decidieron nombrar sus libros fueron los siguientes: “Te comparto mi historia”, “En la vida hay que tejer sueños, bordar historias, aprender puntadas, descoser errores” o sus nombres bordados con alguna imagen en la portada de sus libros. Durante la sesión, se dedicaron a hojear los libros de las otras, a comentar, a preguntar cómo se logró tal o cual bordado, cómo eligieron tal color o las puntadas.

Surgen emoción al ver sus libros concluidos, pero también surgió un acto de reconocimiento mutuo al saberse leída por otras.

2.4.2 El bordado como herramienta de comunicación

Las narrativas creadas muestran la manera en que el bordado se articula como un mecanismo de comunicación, un modo de habitar el cuerpo y una práctica de colectiva que abre exploraciones y preguntas que nos recuerdan que somos tejido social y permite recuperar historias alternativas y repolitizar la vida a partir de la producción de lo común (Tapia, 2021). Este espacio de encuentro cotidiano con las participantes, quienes fungen como responsables del trabajo doméstico y de cuidados en sus hogares permitió que el bordado se estableciera como una *alternativa de comunicación*: “cuando vengo al taller puedo platicar con alguien que sé que me escucha” y *estrategia participativa de investigación*: “hablar de estas cosas no es fácil, pero cuando venimos al taller puedo hablarle de esas cosas”.

El bordado también generó un tipo de escucha distinta, mientras las participantes bordaban; un comentario disparaba una reflexión o experiencia compartida, entonces más allá de la técnica, el bordado propició una etnografía desde las experiencias relatadas y el afecto.

Maricela Rodríguez (41 años), comentaba:

Se me hace algo distinto, no me imaginé cómo se puede expresar y bordar al mismo tiempo, jamás pasó por mi cabeza hacer algo así, un libro bordado de lo que hablamos sobre el quehacer y escribir lo que sientes, a veces una se guarda las cosas, pero me motiva a que una puede ser capaz de hacer así cualquier cosa (Trabajo de campo, 2024).

De esta manera, el bordado se convirtió para las participantes en un puente de comunicación movilizadora de sus sentires y de aquellas emociones que deseaban expresar desde un papel activo dentro del taller como espacio colectivo. El bordado en su carácter expresivo nos permite comunicar de forma accesible y diversa, desde un punto visual a partir de las imágenes y/o frases de creación bordada, así como en la práctica misma de manera corporal; a través de los gestos, técnica, posturas

y la experiencia corporal que se genera tanto de manera individual como en colectivo; revelando que a través del bordado se articulan experiencias personales.

María Belén Tapia (2021), refiere que el bordado como expresión del cuerpo define un espacio, un tiempo, una energía, establece un hecho comunicativo, utilizando los ritmos, movimientos, sonidos, luces, imágenes, todos los elementos válidos para expresar y reproducir un sistema comunicativo con múltiples sentidos posibles. “Pues el bordado nos ayuda a desestresarnos, nos ayuda a convivir, y nos ayuda mucho a escucharnos, a contarnos nuestros problemas” (Adriana López, 58 años, trabajo de campo, 2023), donde las participantes salían de cada sesión del taller con un temple distinto en sus rostros, una forma de contención como una nueva posibilidad.

Como herramienta de comunicación, el bordar posibilitó nombrar lo que en la cotidianidad permanece silenciado pero existente, o no dicho, como lo refiere Arias-López (2017):

La actividad de bordar en colectivo, tienen el potencial de reproducir, pero, de manera importante, también de deshacer órdenes estáticos, binarios y jerárquicos de género, son prácticas y saberes cotidianos invisibles y subvalorados, [que guardan] potenciales estrategias para resignificar y reconstruir la mirada sobre la propia vida, y a la vez, sobre la vida social, en tanto lo aparentemente intrascendente adquiere relevancia como forma de expresión pública y testimonio de vida (p.54).

Esto, es lo que durante el trabajo de campo (2023) pudo mencionar Norma Rojas (63 años): “Yo me apuro para venir al taller, porque una como mujer siempre tiene que hacer, con los hijos, la ropa, la comida y todo eso, pero vengo porque me gusta convivir y eso nos ayuda mucho, y me gusta que cada una tiene su forma de expresarse en lo que bordamos”. El asistir al taller como un espacio colectivo entre mujeres, permitió realizar una actividad corporal que conectaba con sus emociones y con otras mujeres, que entendían lo pesado de ser cuidadoras.

Imagen 6. El bordado como herramienta de comunicación



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

El bordado también permitió recuperar las historias de las participantes, en este espacio creativo configurando diferentes formas de conocimientos colectivos. Bordando, nos interesamos por las formas singulares que tenemos todos los días de configurar otras subjetividades, fuera del discurso hegemónico; de pensar al mundo de otras formas, de relacionarnos desde otros lugares. Desde aquí, buscamos recuperar esas singularidades silenciadas, pero que resuenan en todos los cuerpos (González, 2020), cuerpos de mujeres reunidas en colectivo “(...) compartimos nuestros trabajos, de los bordados y de lo que hacemos en nuestras casas, que muchas veces lo tenemos escondido, pero es lo que hacen nuestras manos” (Gisela Olin, 53 años, trabajo de campo 2023), el compartir con otras mujeres, les proveía de emociones de validación social.

Como lo menciona Pérez-Bustos & Márquez (2015), el bordado se convierte en una forma de comunicación, de encuentro y también una práctica de resistencia. Dentro del taller, el bordado habilitó, entonces, una forma de hablar desde el hacer, de

representar lo no dicho, de transformar la experiencia de ser mujeres cuidadoras que su vida gira en torno al trabajo no remunerado: “mi trabajo diario es vivir por mi familia”.

CAPÍTULO 3. HILOS INVISIBLES: ETNOGRAFÍA DEL TRABAJO DOMÉSTICO NO REMUNERADO Y DE CUIDADOS

En este capítulo se describen las actividades que realizan las mujeres del barrio de San Miguel Totoltepec. Estas acciones parten de la realización del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados dentro de su cotidianidad; el uso de tiempo, los tipos de obligaciones a las que se encuentran sujetas; las prácticas que realizan para su cuidado propio, así como los tipos de violencia que han experimentado dentro del espacio doméstico.

A través de la observación participante se exploró cómo se organiza, vive y percibe el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, las múltiples capas que componen las actividades domésticas en su organización, su práctica y su distribución del tiempo, los tipos de obligaciones y los sentidos que las mujeres otorgan a este hacer diario. Como lo menciona Paula Soto (2024), los espacios domésticos que ocupan las mujeres se encuentran marcados por el ritmo y organización del trabajo cotidiano, el número de integrantes, el ciclo vital familiar y los espacios que conforman las viviendas, donde el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados aparece como un campo cargado de significados y tensiones, pero también de múltiples resistencias.

3.1 La repetición que sostiene la vida: cotidianidad del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados

El trabajo que realizan las mujeres dentro de los hogares es productivo y reproductivo en cuanto produce a través de la reposición cotidiana, su labor mantiene las condiciones esenciales para el sostenimiento de la vida de los seres humanos de todas las edades. Su denominación varía y no se reconoce como trabajo, puede ser: quehacer, cuidado de las infancias, atención al marido; pero

siempre implicará el conjunto de actividades que realizan las mujeres para otros (Lagarde, 2021), sin que aún exista un reconocimiento social y familiar pleno.

En el barrio de San Miguel Totoltepec, las mujeres que integran los estudios de caso, quienes son responsables de las actividades domésticas de sus hogares y son cuidadoras, construyen su día a día en una *temporalidad densa*, referida para esta investigación como la vivencia cotidiana del tiempo que experimentan que se caracteriza por la acumulación de tareas, la repetición de actividades y el descanso, donde las pausas son menores en comparación con las labores y el hacer continuo forma parte de un deber. Tal y como lo refirió Bianca Bernal (56 años), “el quehacer es de todos los días, todos los días hay que pensar en qué hacer de comer, ir a comprar, regresar a la casa, hasta sábado y domingos, que yo creo que es hasta más trabajo porque todos descansan, menos una” (trabajo de campo, 2024). Además de la dimensión cronológica que supone el uso del su tiempo, el tiempo sentido como pesado y continuo como lo relató Maricela Rodríguez (41 años):

Me levanto a las 6:00 de la mañana, preparo el desayuno para la escuela, y luego llevo a mis hijas a la escuela, regreso a la casa, limpio el patio, y preparo el almuerzo de mi esposo y desayuno con él, cuando él se va a trabajar, me quedo a lavar los trastes, tiendo las camas, lavo un poco de ropa y me apuro a preparar la comida, luego voy por las niñas a la escuela y compro lo que se necesite para el día siguiente, es pesado, porque lo hago todos los días, sí es como una rutina, pero es una rutina cansada (trabajo de campo, 2023).

La rutina diaria de las mujeres de San Miguel Totoltepec comienza en promedio entre 5:00 y 6:00 a.m., durante estas primeras horas su actividad se centra en la preparación de alimentos principalmente para miembros de su familia, hijos, hijas, nietos, nietas y esposos; preparando los refrigerios para la escuela o el trabajo, además de encargarse de la elaboración del desayuno. Quienes son comerciantes preparan lo necesario para su jornada laboral, como es el caso de Gisela Olin (53 años), “un día antes pongo a cocer mi maíz para la venta de mis tortillas y al día siguiente voy temprano al molino para que no me agarren las prisas” (trabajo de campo, 2024). Ambos trabajos, acompañados de actividades que reflejan la

centralidad que representa el cuidado conjugado con la organización doméstica en las primeras horas del día, evidenciando así un trabajo continuo.

Actividades como cocinar, limpiar, cuidar o planificar el funcionamiento del hogar, se presentan más allá de acciones, son formas complejas de sostener la vida cotidiana, con jornadas de trabajo doméstico que están marcadas por una lógica de repetición y circularidad:

Mi día a día comienza preparando el desayuno para mi esposo y mis hijas que se van a trabajar, luego el de mis nietos. Cuando ellos se van lavo un poco de ropa, los trastes y lo que pueda de quehacer. Antes de que lleguen de la escuela me apuro con la comida y luego la cena (Sara Valencia, 61 años).

Me levanto a las 6:30, preparo mi maíz, voy al molino, regreso y desayuno, a veces con mi esposo antes de que se vaya a trabajar, luego hago tortillas, lo hago para apoyo al gasto familiar, cuando termino, reparto mis pedidos, y luego regreso a la casa a preparar la comida, en la tarde preparo mis cosas para la venta del día siguiente, y hago la limpieza de mi casa, pues el quehacer, cuando tengo tiempo descanso un ratito, y luego a hacer la cena (Gisela Olin, 53 años).

Entonces, la cotidianidad del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados se estructura sobre una base repetitiva, intensiva y multifuncional. Esta conceptualización es propia con base en la investigación realizada, se entiende como: *repetitiva*, ya que el trabajo doméstico y los cuidados no culminan, sino que deben ejecutarse una y otra vez, todos los días; un rehacer cotidianamente; *intensiva*, porque apunta a la concentración de esfuerzo físico, mental y emocional, en disponibilidad constante que genera un desgaste y cansancio acumulado, y *multifuncional*, puesto que el trabajo doméstico y los cuidados se articulan simultáneamente; por ejemplo al cocinar no solo es preparar los alimentos, implica planear, comprar, administrar tiempo y dinero, cuidar la nutrición de otros, acompañar y con ello brindar afectos.

La repetición diaria no implica pasividad, por el contrario, requiere adaptación constante a las demandas familiares, escolares, médicas y emocionales de su entorno inmediato, realizando actividades que implican fuerza física, carga mental,

gestión de tiempo, administración de dinero y soporte emocional, “una tiene que estar disponible, porque los hijos se sientan a conversar que ya les pasó esto o lo otro y ya los estoy escuchando o dando una palabra de aliento, o motivarlos a que le echen ganas, si quieren hacer algo o tienen algún proyecto, pues impulsarlos” (Bianca Bernal, 56 años, trabajo de campo, 2024). Así dan circularidad a una serie de actividades que varían según las necesidades de cada uno de sus hogares, aunque dichas actividades giran en torno al trabajo doméstico y los cuidados.

Dentro de las rutinas diarias de las mujeres en el hogar, se despliega una compleja multiplicidad de roles y responsabilidad que rebasan la idea de que solo realizan una única función asignada a la vez, “los días que voy a cuidar a mi mamá, para que me rinda el día, mientras le doy de almorzar y pongo la lavadora para lavar su ropa, o mientras descansa un ratito en el patio ya ando lavando los trastes, trato aprovechar el tiempo porque si no cuando llego a mi casa no da mucho el tiempo para hacer mi quehacer” (Adriana López, 58 años, trabajo de campo, 2024). Ser madre, hermana, abuela o esposa se entrelaza con ser cuidadora, proveedora de afecto, organizadora del tiempo colectivo y sostén material del hogar.

Desde temprano, comienzan su día pensando en lo que se va a cocinar, considerando los gustos, necesidades alimenticias y restricciones económicas, donde no solo se requieren habilidades al momento de preparar los alimentos, tal como lo menciona Bianca Bernal (56 años): “como amas de casa día con día estamos pensando que vamos a hacer de comer, ahora sí que ese es nuestro pan de cada día, estar pensando que vamos a hacer de comer para que nos alcance tanto económicamente como en cantidad, porque hay que dar de desayunar, de comer y de cenar” (trabajo de campo, 2024). Entonces requiere también una planificación mental sobre el presupuesto económico, qué alimentos comprar; en qué lugar, a qué hora salir, cuánto tiempo invertir en el desplazamiento, y cómo regresar para continuar con el resto de las tareas domésticas, lo que se denomina como carga mental, como lo expone Constanza Díaz (2023) “la carga mental doméstica vinculada a las tareas del hogar y de cuidados de sus habitantes, implica ser responsable de una lista de actividades que permiten el funcionamiento cotidiano

de una familia”(p.4), misma que aplica para la organización de labores domésticas y de cuidados.

En el ámbito económico, las mujeres participantes en esta investigación, no cuentan con una remuneración por su trabajo dentro del hogar, sin embargo, ejercen una forma de agencia clave en la administración cotidiana de los recursos domésticos. Desempeñan un papel central en la organización y sostenimiento material del hogar, ya que son quienes distribuyen, priorizan y hacen rendir los recursos económicos que ingresan principalmente a través de los varones del núcleo familiar:

A mí me dan mi gasto semanal, y con eso son dos despensas que yo tengo que comprar, una de frutas y verduras, esas las compro en la central de abastos que, aunque nos queda cerca son como 3 horas entre ir, comprar y regresar, y luego otra donde compro jabón, aceite, leche, cosas de la casa, esa la compro en un supermercado y es más o menos el mismo tiempo para ir, y para que me alcance buscó economizar, porque todo eso lo tengo que alargar para que me dure una semana, porque los precios siempre varían (Adriana López, 58 años).

A veces estirar el gasto es hasta un sacrificio, de mi parte sí, porque si de repente me gusta algo, un moño, una cosa, o algo, pero no me lo puedo comprar porque desajusto de lo que me están dando de mi gasto (Olga Ibáñez, 55 años).

Requiriendo así, una organización detallada que implica saber cuánto cuesta cada producto, qué puede sustituirse, qué se debe priorizar y cómo proveer eventualidades, además de restricciones económicas para ellas mismas. Esta parte del trabajo doméstico, aunque no es remunerado ni valorado como capacidad productiva requiere habilidades administrativas que se interconectan diariamente con las demás actividades que realizan, así mismo en la mayoría de los casos, las participantes refirieron que no disponen de dinero propio para realizar gastos personales o compras que consideren para sí mismas, salvo quienes cuentan con comercios informales, “yo le dije a mi marido que me iba a poner a trabajar para comprarme algo que me guste, porque luego como maridos te cuentan cada peso y te dicen que ya estas gastando demás, por eso me puse mi negocio de tortillas,

para salir y comprarme algo” (Maribel Valenzuela, 45 años, trabajo de campo, 2024), el resto, quienes dependen económicamente del ingreso que sus esposos destinan el dinero únicamente para el gasto doméstico.

El gasto familiar suele ser “muy exacto”, calculado únicamente para cubrir los alimentos, los servicios y las necesidades básicas del hogar, “no agarro dinero de mi gasto para otra cosa, porque no me alcanza, luego pues si me gusta una blusita o un perfume, pero prefiero comprar más comida, como en mi casa son más hombres siento que comen más, o cositas que hacen falta en la casa” (Bianca Bernal, 56 años, trabajo de campo, 2024), sin la posibilidad de ajustar o reservar alguna cantidad para un gusto personal. Esta condición económica contribuye a la invisibilización de sus deseos individuales, pues incluso cuando surgen, suelen ser desplazados por las demandas y prioridades del entorno familiar.

Diagrama 3. Ciclo continuo de actividades domésticas y de cuidados



Fuente: elaboración propia a partir de trabajo de campo, (2023-2024).

El gráfico anterior, en forma circular, ilustra las actividades cíclicas y repetitivas del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados realizado por las mujeres de San Miguel Totoltepec. Permite observar que las actividades no se distribuyen con horarios fijos o delimitados por un inicio y un fin, sino que se suceden de manera continua a lo largo del día, interponiéndose entre sí y respondiendo a las necesidades que demande cada entorno familiar.

A diferencia de los empleos remunerados que pueden estructurarse en su mayoría en jornadas laborales específicas y con días específicos de descanso, el trabajo doméstico y de cuidados, implica una disponibilidad permanente, donde los tiempos de descanso, recreación o autocuidado suelen ser interrumpidos o pospuestos ante otras actividades vistas como obligaciones, como lo expresó Norma Rojas (63 años), “pues teniendo un hogar, una como mujer tiene una responsabilidad, lo que tengo que hacer del diario ya está aquí, ya no debe de faltar tener la casa limpia, hacer el quehacer todos los días en mi casa” (trabajo de campo, 2024), asumiendo los roles de género y legitimándolos en el hacer cotidiano.

La planificación está atravesada por otras actividades que se conjugan con responsabilidades que dependen de los roles ejercidos, para quienes tienen hijos o hijas, nietos o nietas en etapas escolares básicas, se suman actividades escolares, ayudarles a realizar tareas, llevarlos a algún taller. En los casos donde hay familiares enfermos o con alguna discapacidad, el tiempo de cuidado se multiplica, ya que no solo se cuida en el propio hogar, sino que deben desplazarse a hospitales, llevarlos a citas médicas; cumpliendo un deber que implica monitoreo emocional y logístico además de los cuidados y necesidades físicas. Sin que ello implique dejar de lado labores domésticas como barrer, trapear, lavar la ropa, pagar servicios o reparar algún desperfecto en casa, como es el caso de Adriana López (58 años), quien se encarga del cuidado de su madre más de cuatro días a la semana:

Cuando vamos al doctor, me organizo con mi hermano, vamos dos personas; y el trayecto de llevarla a sus citas médicas no se me complica porque vamos dos; lo pesado es que dejo de hacer algunas cosas en mi casa, regreso a hacer la comida y medio lavo los trastes, pero ya no me alcanza el día para

todo, o regreso ya muy cansada y dejo parte de mi quehacer para el día siguiente y se me junta el quehacer (trabajo de campo, 2024).

O el caso de Olga Ibáñez, quien acude a citas médicas constantes con su hija:

Desde que nació mi hija ha sido muy constante ir al doctor, a sus estudios, a sus revisiones, mi esposo nunca me acompaña, pero yo quiero que mi hija esté mejor, entonces la llevo, hay ocasiones que nos toca ir hasta la ciudad de México, entonces estamos todo el día allá, sí llegamos cansadas, pero mientras pueda lo seguiré haciendo (trabajo de campo, 2024).

Como lo menciona la Daniela Rea (2022), cuidar implica poner en marcha recursos humanos y materiales, además de facilitar y proveer las condiciones materiales para el bienestar de los otros, incluso implica reparar, estar pendientes o anticipar riesgos. Estas responsabilidades no se desarrollan de manera única, sino que configuran un entramado de esfuerzos simultáneos, donde las mujeres sostienen cada espacio.

En contraste, los hombres integrantes de sus hogares, en la mayoría de los casos observados se limitan a cumplir con un rol económico más acotado, aunque algunos colaboran en tareas específicas en momentos específicos, el grueso del trabajo doméstico cotidiano recae de forma unilateral sobre las mujeres, participando en menor medida o nada en las actividades cotidianas que refieren a este trabajo. Como lo menciona Brito (2024), “esta división de tareas y funciones también interpreta a los varones como individuos <<naturalmente hechos>> para el trabajo productivo, para ser cabezas de familia y los <<únicos>> proveedores de la casa” (p.82), esta distribución desigual es sostenida por estereotipos de género que naturalizan la división sexual del trabajo y supone que los hombres deben tener responsabilidades exclusivas como proveedores.

Los hombres, al estar insertos en el mercado laboral, son eximidos de las tareas domésticas bajo el supuesto de ser vistos como principales proveedores, en palabras de Maricela Rodríguez (41 años) quien compartió:

No espero que mi esposo me ayude, pero mínimo que deje su ropa en el bote de la ropa sucia, y no que nada más la aviente y si cayó bien y sino también,

que avienta su basura al bote y no cae, yo no espero que se ponga a barrer o a lavar los trastes, pero al menos que esas cositas que no se le exigen, que por lógica lo debes hacer, digo deberían como hombres también ver esa parte, no te van a ayudar como hombres porque van a decir que cumple con su parte, pero yo le decía que también cumplo mi parte bien en no malgastar lo que me da en cosas que no o en irme por ahí, mínimo que ponga su ropa y sus zapatos donde van (trabajo de campo, 2024).

Dicha lógica invisibiliza la carga emocional y física que implica llevar a cabo el trabajo doméstico y de cuidados, refuerza la idea de que el hogar no es espacio de trabajo y cristaliza formas de desigualdad cotidiana. Esta desproporción no solo es práctica, sino emocional y simbólica, ya que la casa se convierte en un territorio demandante para las mujeres, mientras que representa descanso o menores tensiones para los hombres.

Las actividades domésticas requieren constantes horas de trabajo, a menudo esfuerzos físicos y mentales, tareas relacionadas con la satisfacción de las necesidades básicas de la familia, como el vestido, la higiene, la salud y la transformación de alimentos (Benería, 2019). Por tanto, el hogar se transforma en un espacio altamente funcional para las mujeres, un entorno de exigencia constante, a diferencia de los varones, que lo experimentan como un lugar donde pueden tener momentos de ocio y privacidad.

La carga que implica el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, no solo configura los espacios del hogar y los cuerpos de las mujeres, sino que determina profundamente la distribución del tiempo y la posibilidad (o imposibilidad) de acceder a momentos de descanso, autonomía o recreación. El tiempo entendido no solo como cantidad sino como calidad, se vuelve el siguiente eje de análisis para comprender cómo las mujeres sostienen el trabajo del hogar.

3.1.2 Uso del tiempo

El trabajo doméstico y las actividades que de él se desprenden, junto al trabajo de cuidados, constituyen el núcleo del proceso de reproducción social. En este sentido, la concepción de reproducción social no solo hace referencia a la procreación y crianza de los individuos (reproducción biológica), quienes en consecuencia se

formarán trabajadores (reproducción de la fuerza de trabajo), sino también al proceso más amplio que conlleva a la reproducción de las condiciones ideológicas y materiales que sostienen el sistema social (Delfino et, al. 2018), mismas que se materializan y son posibles a partir del uso del tiempo.

La forma en la que se usa y distribuye el tiempo, es un aspecto fundamental en la organización de la vida cotidiana, que refleja la conformación de las estructuras sociales, económicas y de género dentro de cada contexto socio-cultural. La forma en que las personas hacen uso del tiempo entre diferentes actividades, como el trabajo remunerado, trabajo doméstico, las tareas de cuidado, estudio y recreación, ofrece una ventana a la distribución en que estas actividades son llevadas a cabo. La gestión del tiempo dentro del espacio doméstico no es neutral ni equitativa y está profundamente ligada a factores como el género, la clase social, la edad y el contexto económico, social y cultural.

La Encuesta Nacional sobre Uso de Tiempo (ENUT, 2020), que realiza el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), es un instrumento para la generación de estadísticas a nivel nacional, donde los principales objetivos son proporcionar información estadística para la medición de todas las formas de trabajo de las y los individuos, tanto remunerado como no remunerado; así como para hacer visible la importancia de la producción doméstica y su contribución a la economía y, en general, la forma como usan su tiempo mujeres y hombres, así como la percepción de su bienestar.

De acuerdo con la ENUT 2019, existen diferencias significativas en la distribución del trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidados entre mujeres y hombres en México. Las mujeres de 12 años y más dedicaron, en promedio, 30.8 horas semanales al trabajo doméstico no remunerado en su propio hogar, frente a 11.6 horas reportadas por hombres para las mismas actividades. Estos datos muestran que las mujeres realizan la mayor parte del trabajo no remunerado, tanto en el mantenimiento del hogar como en los cuidados (INEGI, 2020), lo cual evidencia una profunda brecha de género en la organización del tiempo y las responsabilidades domésticas.

Mientras que la ENUT reporta promedios semanales a nivel nacional, en el caso de San Miguel Totoltepec, las estimaciones derivan del ejercicio etnográfico de reloj de 24 horas aplicado a un día cotidiano, lo que permite observar la intensidad diaria del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados. Los resultados de trabajo de campo muestran que las nueve participantes dedican entre seis y catorce horas diarias a actividades vinculadas al trabajo doméstico no remunerado y la atención familiar. Aquellas con mayor carga (participantes quienes asumen el cuidado de personas enfermas o combinan estas tareas con actividades en el comercio informal) alcanzan jornadas de doce a catorce horas, configurando escenarios de doble jornada.

A diferencia de una jornada de trabajo asalariada, el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados no tienen un horario fijo establecido, tampoco se concentra de lunes a viernes, ya que se extiende hasta los fines de semana, cuando la presencia de los demás miembros de la familia incrementa las demandas y la carga física, mental y emocional. Asimismo, existe un contraste con sus esposos o miembros hombres dentro de sus hogares; ya que la mayoría de las participantes señalaron que la principal contribución de ellos es a través del trabajo formal remunerado, quienes después del trabajo, suelen disponer de tiempo para el descanso, el ocio o actividades personales, mientras que las mujeres continúan realizando tareas de limpieza, preparación de alimentos o atención familiar.

Para el caso de los hombres, la mayoría de sus actividades tienden a ser lineales y exclusivas, mientras que las mujeres ejecutan múltiples tareas en paralelo, como lo que Adriana López (58 años), compartió: “mi esposo no me ayuda en nada de la casa, ni a recoger su plato, él llega de trabajar y la comida ya tiene que estar lista, después se va a descansar o a ver la tele, y yo tengo que lavar, cocinar, planchar, y seguir con el quehacer de la casa” (trabajo de campo, 2024). El uso del tiempo sigue encontrándose como uno de los recursos más desiguales en la distribución entre hombres y mujeres dentro del ámbito doméstico. A diferencia de los hombres, el tiempo de descanso es respetado, mientras que las mujeres viven entre actividades continuas, donde experimentan el tiempo de manera fragmentada.

Este contraste evidencia una marcada división sexual del trabajo, en la que se asocia a los hombres el valor del sustento con lo económico, y a las mujeres con el cuidado, la disponibilidad y la presencia constante. Para el caso de los hogares en México, las cifras muestran que el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados sigue siendo una labor profundamente feminizada y desigualmente distribuida, donde la división del trabajo doméstico sigue estando marcada por el género, como lo relató Maricela Rodríguez (41 años):

“Yo hago todas las actividades de mi hogar, todas. Yo, la verdad es que no... mi esposo no me ayuda, muy poquitas veces en 12 años que llevamos casados, cuando me embaracé me ayudó un poco, pero luego me dijo: no me gusta, ya me cansé, no me gusta lavar los trastes; y ya cuando yo me sentí mejor yo ya lo hacía” (trabajo de campo, 2024).

O como lo expresó Adriana López (58 años):

Siento que no me ayudan a hacer casi nada en la casa, quisiera que se repartieran los quehaceres, me gustaría por ejemplo que en la cena lavaran los trastes, así al otro día sería menos trabajo; o que mis hijos se preparen su propio lunch, yo siento que eso no es trabajoso, pero no sé porque me ven lavando los trastes y no me ayudan, subir, bajar, cargar, comprar la comida y al contrario que me reprochen y me digan: “no compraste esto o lo otro, hubieras traído esto, o hubieras hecho de comer esto” (trabajo de campo, 2024).

Lourdes Benería (2019) apunta que, para la sociedad patriarcal, la producción no-doméstica es primordialmente ocupación del hombre; donde la presencia de la mujer en esa producción se considera secundaria respecto de sus actividades reproductivas, lo que constituye la base de la marginalidad de la mujer y de que se le asigne un lugar subordinado en la producción remunerada. Así mismo algunos testimonios de las participantes mostraron que el hogar se configura como un espacio donde se aprende y se reproducen formas específicas de hacer y de ser mujer. No se trata de un lugar físico sino de un territorio de aprendizaje cotidiano en el que las tareas se asignan, se observan y se heredan, donde recordaron que desde niñas aprendieron que las mujeres pertenecen al espacio doméstico, mientras que los hombres deben ocuparse del trabajo formal, en palabras de Sara Valencia (61 años):

Pues a nosotras nos enseñaron que el hombre tenía que salir a trabajar, proveer los alimentos, los gastos; a lo mejor sí, cuando fui soltera trabajé, pero ya de casada me tuve que dedicar a mi casa, porque antes si una mujer casada salía a trabajar se veía mal, siempre se tenía que quedar en la casa y no hacer las cosas que eran de hombres como trabajar (trabajo de campo, 2024).

En consecuencia, las prácticas del cuidado y el trabajo doméstico se han naturalizado como parte de “lo femenino”, reproduciendo un orden que se trasmite entre generaciones, como lo expresó Gisela Olin (53 años):

Las generaciones de antes, nuestros padres, nuestros abuelos, nos inculcaron que primero está el marido y los hijos hombres, porque a ellos les toca trabajar y nosotras como amas de casa tenemos que atenderlos, cuando ellos llegan debemos tener la mesa puesta porque ya vienen del trabajo, eso pues es algo que ya llevamos de años, aunque tu seas mujer y vengas de trabajar, al que se atiende es al hombre, nos enseñaron eso, pero ahora, yo creo ahora ya es la igualdad, porque todos deben ayudar, pero antes no era así (trabajo de campo, 2024).

Como refiere Lizbeth Velázquez (2024) “la enseñanza del género socialmente asignada se da mediante la socialización” (p.29), sin embargo, varias participantes también reconocen los cambios, aunque esos aprendizajes sigan marcando rutinas y su manera de concebir el cuidado. En sus palabras “así nos enseñaron” pero también “ya no debería ser solo para las mujeres”, como lo compartió Adriana López (58 años):

Los hijos son machistas porque el papá desde que eran chiquitos les dijo: “ustedes no van a hacer esto, porque esto solo lo hacen las mujeres, el que hacer siempre lo va a hacer una mujer, por eso búsquense una mujer que les haga todo”. A mis hijas yo les enseñé que porque eran mujeres debían ayudarme en la casa, aunque ellas piensan de una forma diferente y yo lo pensé en algún momento también, a los hombres no les he enseñado (trabajo de campo, 2024).

Esta transmisión intergeneracional se expresa no solo en la repetición de las tareas, sino en la interiorización de formas de estar y de hacer en el mundo, sin embargo, existen tensiones que de manera generacional también producen cambios graduales pero significativos. Tal como lo señaló Norma Rojas (63 años) “desde la

mañana que empiece, me toca la limpieza de la casa, todo, hasta un traste que se ensucia, y la comida, tener la ropa limpia; los trastes limpios, mi esposo a veces ya me ayuda a trapear o a lavar sus pantalones, pero es a veces, casi toda la carga es mía” (trabajo de campo 2024). Estas tensiones revelan que, junto a la reproducción de los roles domésticos, emergen cuestionamientos y gestos de transformación que buscan romper con la idea de que el espacio del hogar y sus tareas pertenecen únicamente a las mujeres.

Sin embargo, el tiempo vivido por las mujeres del barrio de San Miguel Totoltepec, se encuentra condicionado por los roles de género que desempeñan, mismos que ponen al centro las necesidades de los demás, para el caso de la preparación y consumo de alimentos estas actividades develan cómo se materializan también estos roles dentro de sus hogares. Las participantes relataron que en la mayoría de los casos son quienes preparan los alimentos, sirven a los demás y en constantes ocasiones toman el último lugar para comer, como lo señaló Adriana López (58 años).

Para los alimentos ya sea comida cena o almuerzo, todo lo hago yo, pienso que ya es hacer mi rutina, yo compro la comida, la preparo, para cuando ya es la hora de comer tengo que andar llamando a todos, a veces si me gustaría que así me llamaran que me dijeran que ya está todo hecho nada más para llegar y sentarme; a veces me ayudan a servir agua o a calentar una tortilla, pero en lo mínimo nada más, les sirvo a todos, si alguien llega me levanto y le sirvo, o si quieren más comida también les sirvo, casi ceno al último cuando todos ya se están levantando, y de su plato, tampoco ni lo recogen y menos lo lavan (trabajo de campo, 2024).

El análisis de las prácticas alimenticias permite observar cómo las desigualdades de género se expresan no solo en la distribución del tiempo, sino también en la organización del espacio doméstico y en los modos de vivir el cuidado, Bianca Bernal (56 años) expresó, “hasta el último me siento a comer, los atiendo primero a ellos y al último me siento yo, los trastes, todo yo lo tengo que hacer, a lo mejor porque son puros hombres, y pues tengo que ver que ellos coman primero y atenderlos en comida, cena, almuerzo”, visualizando que las prácticas domésticas

se distribuyen, aprenden y transmiten de manera diferenciada entre hombres y mujeres.

Esta dinámica cotidiana, en la que las mujeres sirven, atienden y se sientan al final, muestran una estructura más amplia de responsabilidades que únicamente el momento de la comida, además de que se interrelaciona con emociones o molestias al detectar que son acciones desiguales, como lo expresó Maribel Valenzuela (45 años):

Hay veces que ya tengo que estar calentando la comida o la cena, y a veces si me molesta y me hace sentir mal, porque apenas vas calentando las tortillas cuando ellos ya están cenando, sin poner un plato o una cuchara, y yo soy de la idea de que se esperen y cenemos todos juntos, pero pues no, porque ellos me dicen que ya tienen hambre, y pues yo pienso que es empezar todos juntos, porque cuando ellos ya van a terminar yo apenas me voy a sentar y eso no es justo, y eso si es una molestia para mí (trabajo de campo, 2024).

Tabla 7. Distribución de actividades domésticas entre hombres y mujeres en San Miguel Totoltepec

Aspecto	Mujeres	Hombres
Tipo de actividades realizadas	Cocinar, limpiar, cuidar niños, adultos mayores y/o enfermos, lavar ropa, planchar.	Actividades ocasionales, sacar la basura, arreglos domésticos puntuales, compras específicas.
Frecuencia de descanso	No existe un día de descanso específico, sin embargo, buscan descansos intermitentes durante toda la semana.	Descanso regular después de la jornada laboral formal y un día exclusivo por parte de este.
Valor social de trabajo realizado	Considerado “obligación, o inherente a las mujeres”, poco reconocido, no remunerado.	Considerado el trabajo formal como productivo y principal sostén económico del hogar.
Aprendizaje y transmisión	Aprendido desde la niñez por observación y roles de género, reproducido entre mujeres de manera generacional (madres, hijas, nietas).	No les es asignado como responsabilidad principal, no se heredan tareas domésticas.

Fuente: elaboración propia con datos de trabajo de campo, (2023-2024).

En el apartado anterior, se presenta una tabla que sintetiza las diferencias presentes a través de los roles de género, dan muestra de los tipos de tareas que se realizan, la frecuencia del descanso y valor social asignado al trabajo doméstico, así como las formas en que este conocimiento se transforma en mandatos de género y son heredados, reproduciéndose en el ámbito familiar.

La tabla muestra cómo las actividades domésticas se encuentran notoriamente marcadas por el género, reproduciendo una división tradicional del trabajo en el espacio doméstico. Las mujeres de San Miguel Totoltepec, realizan la mayor parte de las tareas vinculadas al mantenimiento del hogar y en consecuencia al bienestar cotidiano de los demás, y los hombres participan de manera esporádica o en actividades puntuales de menor frecuencia, donde es posible observar que este reparto es desigual y se transmite de manera generacional.

Es importante destacar que tanto el trabajo doméstico como el de cuidados, carecen de horarios delimitados, y la cantidad de tiempo de trabajo destinada a dichas actividades estará determinada por las necesidades de los miembros de la unidad familiar (Delfino et, al. 2018), esta desigualdad también revela un problema estructural, ya que las mujeres no tienen horarios definidos ni límites claros entre el trabajo y el descanso.

En 2019, la ENUT reportó que la población de 12 años y más dedicó en promedio 9.3 horas semanales a *cuidados directos*, donde la ENUT los reconoce como aquellos que implican atender, asistir, acompañar, vigilar y brindar apoyo a los integrantes del hogar o a otras personas, con la finalidad de contribuir al bienestar físico y, en el caso de los niños pequeños, la satisfacción de sus necesidades (INEGI, 2020); aunado a esto si se consideran los cuidados pasivos, el promedio se incrementa a 21.7 horas, definiendo a los *cuidados pasivos*, como: actividades de cuidado simultánea o secundaria en que se está pendiente o al cuidado de otra persona mientras se realiza otra actividad (principal). Al desagregar por sexo, las mujeres reportaron en ese mismo año 12.3 horas semanales de cuidados directos y 28.8 si se incluyen los cuidados pasivos, mientras que los hombres dedicaron 5.4 horas directas y 12.9 horas con cuidados pasivos incluidos (INEGI, 2020).

En el caso de San Miguel Totoltepec, la estimación del tiempo destinado al cuidado no se realizó mediante un instrumento estandarizado de medición semanal, sino a partir de la construcción cualitativa de la jornada cotidiana de cada participante. Durante las entrevistas, las mujeres describieron con detalle las actividades de cuidado que realizaban (como acudir al domicilio de familiares enfermos, acompañar a citas médicas o supervisar tareas escolares o asistir a personas con discapacidad), señalando horarios aproximados de inicio y término. A partir de estas narraciones, se realizaron estimaciones de tiempo que permitieron dimensionar la intensidad de la carga cotidiana.

Con base en estas aproximaciones situadas, se observa que las mujeres destinan entre ocho y nueve horas diarias a cuidados directos y alrededor de trece horas diarias en cuidados adicionales en cuidados que se realizan de manera simultánea con otras labores domésticas. En contraste, los hombres del mismo contexto reportan una participación considerablemente menor, con aproximaciones que oscilan alrededor de dos a tres horas diarias, generalmente asociadas a situaciones específicas o eventuales, como acompañar a una cita médica o atender un episodio de enfermedad. Esta diferencia no solo se traduce a una mayor carga temporal, sino también un desgaste tanto físico como emocional que permanece invisibilizado bajo el discurso de la “ayuda” o la “colaboración” masculina, que continúa situando el cuidado como una tarea esencialmente femenina.

Las estimaciones de tiempo no deben leerse como bloques productivos continuos, sino como jornadas marcadas por una disponibilidad y responsabilidad constante. A lo largo del día, las actividades domésticas y de cuidado se intercalan y superponen, configurando una carga extendida que puede extenderse desde las primeras horas de la mañana hasta la noche. Asimismo, estas jornadas no son homogéneas, ya que existen variaciones según el estado de salud de los dependientes, las demandas del comercio informal o las dinámicas familiares, lo que genera picos de mayor intensidad en determinados momentos de la semana.

Tabla 8. Distribución de cuidados entre hombres y mujeres en San Miguel Totoltepec

Tipo de cuidado	Mujeres	Hombres
Infancias	Alimentación, higiene, supervisión escolar, recreación, atención emocional.	Juego ocasional, acompañamiento escolar en casos puntuales.
Hijos e hijas (adolescentes y/o adultos).	Alimentación, limpieza y organización de ropa, apoyo emocional, apoyo en organización de actividades.	No se reporta cuidado directo.
Esposos (as)	Alimentación, limpieza y organización de ropa, organización del hogar, cuidado en enfermedad, contención emocional.	Solo reportan cuidados (hacia esposas) en casos de enfermedad que imposibilite realizar actividades.
Personas de la tercera edad	Alimentación, higiene personal, medicación, compañía diaria, soporte emocional.	Traslado a citas médicas de manera rotativa, compra de medicinas.
Dependientes con alguna enfermedad y/o discapacidad	Cuidado continuo (incluye cuidados nocturnos), alimentación, higiene personal, administración de medicamentos, apoyo físico y emocional.	Llevar a hospital y citas médicas rotativamente, visitas breves.

Fuente: elaboración propia con datos de trabajo de campo, (2023-2024).

La tabla anterior refleja una diferenciación de roles y responsabilidades en torno a los cuidados, entre hombres y mujeres, donde las mujeres asumen la mayoría de estas tareas. Esto se manifiesta en el cuidado diario, material y afectivo que brindan a las infancias, personas mayores o con alguna enfermedad y/o discapacidad, hijos e hijas, e inclusive con sus esposos. En comparación, la participación de los hombres (hijos, esposos, hermanos), se limita a actividades esporádicas, para el caso específico del cuidado de los esposos, las mujeres no solo se encargan del espacio doméstico y atención a sus necesidades, sino que también asumen el cuidado de ellos cuando enferman o requieren contención emocional.

Otro aspecto que se suma a la dimensión dentro del uso del tiempo y es importante resaltar, es el trabajo realizado durante los días festivos o de “descanso”, donde es habitual que las actividades dentro de este tiempo se realicen en forma simultánea, densificando el ritmo de trabajo. Además, la disponibilidad se extiende a fines de

semana y días feriados (Delfino, et al. 2018); en contextos familiares diversos, las festividades, reuniones, periodos vacacionales o días feriados no representan momentos de descanso para las mujeres, ya que se intensifica el trabajo doméstico y de cuidados.

Las fechas marcadas socialmente como festividades, vacaciones o descanso (navidad, semana santa, cumpleaños o reuniones familiares) representan un aumento significativo del trabajo; que van desde preparar alimentos especiales, limpieza profunda de la casa, recibir visitas, organizar la logística de celebraciones: “para mí es muy pesado cuando se hacen fiestas aquí en la casa porque yo solita hago a la comida, y al otro día me toca lavar todos los trastes, alzar las sillas, las mesas, mis hijas me ayudan, pero digamos que es poco; en navidad igual, hay que comprar y preparar más comida, es más que hacer (Sara Valencia, 61 años, trabajo de campo, 2024). Este uso desigual del tiempo imposibilita el cuidado del propio, y que además habilita al cuerpo para otorgar disponibilidad de tiempo y energía.

A diferencia de los hombres, en su mayoría, el tiempo festivo se vislumbra como tiempo de esparcimiento, ocio, disfrute y descanso, mientras que para las mujeres es tiempo de servicio y de cuidado, esta configuración desigual del tiempo festivo no solo afecta la capacidad de realizar otras actividades o de disfrute, sino que limita radicalmente las posibilidades de autocuidado y esparcimiento equitativo, donde aún en momentos de celebración, continúan sosteniendo los vínculos y las dinámicas familiares desde lo doméstico, en palabras de Bianca Bernal (58 años):

Es un poco estresante porque en una fiesta o celebración, primero tienes que pensar que vas a dar de comer a los invitados, los gastos aumentan, y tienes muchas cosas que pensar, organizar y hacer, estar al pendiente y si hay quien te ayude es poco y un ratito nada más, son más las personas a las que tienes que atender y a veces ni un ratito te puedes sentar y al otro día tienes que batallar para alzar todo. Son bonitas las fiestas sí, pero tanta carga hasta te estresa, te enoja (trabajo de campo, 2024).

Esta distribución desigual no solo reproduce los roles de género, sino que también evidencia las cargas desiguales que enfrentan las mujeres, quienes deben compatibilizar el cuidado con otras obligaciones dentro del hogar y como actividades

extra. Asimismo, las jornadas de trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, son considerablemente mayores a las que se cumplirían en un trabajo remunerado, el trabajo de las mujeres como tal es impago, no existe un reconocimiento legítimo y se considera en algunas ocasiones como pago la manutención económica de ellas y de hijos e hijas, generalmente cuando se concibe y refuerza la idea de que los hombres que fungen como “jefes de familia y/o únicos proveedores”.

Sin embargo, el monto no alcanza a cubrir el valor de su trabajo, “la jornada doméstica: no concebida como un trabajo sino como actividades propias del sexo femenino, es decir, como naturaleza femenina, esta jornada no tiene límites formales ni se establece mediante un contrato laboral” (Lagarde, 2021, p. 125), además que los ingresos monetarios en su caso intentan cubrir las necesidades básicas de los todos los miembros del hogar y no como un pago exclusivo a las mujeres por el trabajo doméstico realizado.

Aunque es notable que el trabajo y la presencia de las mujeres en la esfera pública y en el ámbito laboral ha aumentado en los últimos años, el trabajo en el hogar no desaparece, dando como resultado dobles o triples jornadas de trabajo para las mujeres, lo que provoca una saturación de actividades que se deben cumplir durante el día, como es el caso de Maribel Valenzuela (45, años), quién compartió las diversas actividades que devienen en su cotidianidad entrelazando su jornada laboral en el comercio informal con el trabajo doméstico y de cuidados:

En la mañana preparo las cosas para ir vender, y lavo la ropa que más puedo, después me dedico unas ocho horas a hacer y vender tortillas, luego corro a preparar la comida para mis hijos y mis nietecitos, lavo los trastes, y compro la comida del día siguiente, me prevengo con eso, al menos, para que medio me dé tiempo (trabajo de campo, 2024).

En 2023, la Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México (CSTNRHM), estimó que el valor económico de las labores domésticas y de cuidados equivaldría al 26.3% del Producto Interno Bruto (PIB). De ese total, el 71.5% es aportado por mujeres (INEGI, 2023), evidenciando que la reproducción social y el sostenimiento cotidiano de la economía descansan mayoritariamente en trabajo femenino no remunerado.

Estos datos permiten dimensionar que lo que ocurre en San Miguel Totoltepec no es un fenómeno aislado, sino parte de una estructura de desigual distribución del trabajo dentro del hogar y del cuidado, aun siendo esencial para el sostenimiento de la economía y la reproducción social, continúa realizándose mayoritariamente sin reconocimiento formal incluso dentro del propio hogar, como lo resaltó Olga Ibáñez (55 años):

Yo siento que lo que hago en la casa, no es reconocido, a veces una está cansada y llegan los hijos y dicen: “¡ay!, ¿hiciste de comer esto?, eso no me gusta, o ¿qué hiciste todo el día?, si esta tirado, hay trastes sucios”, y yo digo, pues si estoy haciendo el esfuerzo de limpiar, de hacer la comida y luego dicen eso, es que no lo valoran, porque lleva también tiempo, y no valoran el esfuerzo de nuestro hogar (trabajo de campo, 2024).

Este escenario plantea una pregunta clave, ¿cómo pueden cuidar de sí mismas quienes dedican la mayor parte de su tiempo a cuidar de los demás? Donde es necesario mirar el autocuidado como una necesidad urgente en contextos donde las mujeres cargan con el peso central del sostenimiento de la vida.

3.1.3 Autocuidado

El concepto de autocuidado frecuentemente se encuentra asociado a prácticas individuales para lograr bienestar, tales como descansar, alimentarse con los nutrientes necesarios, ejercitarse o dedicarse tiempo personal, adquiere una dimensión distinta cuando se inserta en el marco del trabajo doméstico y de cuidados no remunerado. El autocuidado es un recurso de vital importancia, tanto para las personas que cuidan, como para aquellas personas que necesitan de cuidados (INMUJERES, 2024). En este sentido, el autocuidado para el caso de las mujeres quienes son responsables de trabajo doméstico y de cuidado, no puede pensarse como una práctica desligada del entorno social o un hecho individual, sino que depende de varias condiciones sociales y también puede visualizarse como una forma de resistencia mínima ante el desborde de las demandas cotidianas.

Silvia Federici (2013), hace mención sobre la estructuración del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados que se gesta bajo lógicas de poder, delegando en su mayoría a las mujeres la responsabilidad casi exclusiva del soporte y cuidado de los

otros, bajo mandatos que invisibilizan sus propias necesidades físicas, emocionales o simbólicas y espacios de esparcimiento y recreación. Reforzando la idea de que el propio cuidado es secundario frente al cuidado de los demás, la forma en que el tiempo se distribuye lo convierte en un recurso escaso para las mujeres que asumen la responsabilidad de sus hogares.

En este marco, el autocuidado según datos de la ENUT (2019), los hombres reportan en promedio 6.2 horas a la semana al cuidado de la salud, mientras que, para el caso de las mujeres, es de 5.7 horas, asimismo, los hombres dedican 4.4 horas a la semana a meditar o descansar y las mujeres registran 3.8 horas (INEGI, 2020). Si bien el autocuidado aparece como una categoría formal en la medición del tiempo, en la realidad etnográfica se interpreta a través de las múltiples obligaciones domésticas en la que se representa.

Para el caso de las mujeres de San Miguel Totoltepec, algunas de las participantes que enfrentan enfermedades crónicas o padecimientos recurrentes refieren que sus citas médicas suelen ser de manera mensual, en algunas ocasiones asisten solas, otras optan por remedios caseros o automedicación como formas de sostenerse sin interrumpir la dinámica del hogar. Para el caso de los hombres miembros de sus familias, ellas refirieron que reservan sus tiempos de descanso y bienestar para actividades recreativas (la convivencia con amigos, el deporte, el juego o el consumo ocasional de alcohol), lo que devela una apropiación distinta del tiempo libre, ya que mientras las mujeres asocian el autocuidado con la funcionalidad del cuerpo (para seguir sosteniendo a otros), los hombres lo conciben como un espacio legítimo de ocio, recuperación y/o diversión.

Las formas de autocuidado que las mujeres realizan en San Miguel Totoltepec son diversas, pero comparten una misma línea rectora, ya que se ejercen dentro de los márgenes del tiempo doméstico y no rompen con las responsabilidades que las acompañan. Adriana López (58 años), encuentra el bordado, en las caminatas hacia la iglesia (capilla), momentos de desahogo y distracción como forma de autocuidarse, para ella el autocuidado también implica acudir puntualmente a sus

citas médicas y combinar pequeños descansos entre las tareas del hogar (trabajo de campo, 2024).

Bianca Bernal (56 años), compartió esta búsqueda de equilibrio entre el deber y el cuidado propio, menciona que sin acudir al médico procura alimentarse bien y mantener movilidad corporal durante las labores domésticas, “cuido mi alimentación, en no excederme con los azúcares, procuro hacer ejercicio, muevo mis pies, mis manos, no tengo un horario específico, pero busco el espacio entre las actividades de la casa” (trabajo de campo, 2024), además de participar en actividades religiosas.

En contraste Maricela Rodríguez (41 años), encuentra tiempos de descanso entre sus actividades dentro del hogar y la responsabilidad exclusiva de sus hijas, y una forma central en su autocuidado es acudir al médico de manera periódica. Por su parte Catalina Téllez (62 años), también refirió que acudir a sus chequeos, tomar su medicamento, alimentarse bien y acudir a su congregación religiosa representa para ella su forma de autocuidado, además de momentos que encuentra dentro de su hogar para hacer estiramientos corporales. Olga Ibáñez (55 años), mencionó que no realiza actividades fuera de casa debido a la atención constante que requiere su hija al presentar una discapacidad; sin embargo, mencionó que acudir a misa y participar en el taller de bordado representaron para ella una oportunidad de desestrés y alivio emocional (trabajo de campo, 2024).

Norma Rojas (63 años), también vincula el autocuidado con la espiritualidad, acude a oraciones grupales manteniendo lazos afectivos, procura alimentarse de manera saludable y acudir al médico, donde ella reconoce “que si no se cuida nadie más lo hará” (trabajo de campo, 2024). De manera similar, Gisela Olin (53 años), quien funge como catequista, encuentra en la fe y en la práctica religiosa un espacio simbólico de resguardo y afirmación.

En conjunto, las estrategias de autocuidado observadas no siempre se asocian con el descanso exclusivo o el ocio individual, sino como prácticas que continúan entrelazadas con las labores domésticas y el cuidado, es posible percatarse de que la espiritualidad y también la centralidad de su cuerpo aparecen como principales

canales de cuidado personal, aunque dentro de una estructura donde el tiempo propio es buscado y no dado, constantemente negociado entre las demandas familiares.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados transita una lógica que coloca a las mujeres en una disponibilidad permanente, siendo madres, abuelas, hermanas, esposas, hijas, cuidadoras; donde están inmersas en una cotidianidad que impone una organización del tiempo centrada en las necesidades ajenas. Como es posible observar, las mujeres que desempeñan labores domésticas y de cuidados en San Miguel Totoltepec, la religiosidad no solo se manifiesta como una práctica sociocultural, también como un recurso de autocuidado emocional y espiritual; así como lo señala Bianca Bernal (56 años), “el poder ir a la iglesia me sirve mucho para desahogarme o platicar, me sirve para tomar aire, desestresarme, me da entusiasmo ir” (trabajo de campo, 2024). Estas prácticas religiosas, como la oración, la lectura de textos bíblicos, asistir a misa o congregaciones religiosas, constituyen espacios simbólicos desde los cuales las mujeres gestionan la sobrecarga cotidiana, el miedo o la incertidumbre.

Ante esto, Marcela Lagarde (2021) señala que, la creencia religiosa de las mujeres más allá de la religión en particular que profesen, tiene que ver con una forma de concebir el mundo, la vida y así mismas. Desde una óptica antropológica, es posible comprender que estas formas de espiritualidad fungen como una estrategia afectiva, que les permite generar sentido y sostén en medio de las rutinas marcadas por la fragmentación del tiempo y la invisibilización del esfuerzo. Como lo que compartió Adriana López (58 años): “la palabra de Dios nos ayuda mucho, ir a la iglesia también, bueno yo me voy a mi grupo de oración de laudes en las mañanas, me ayuda mucho a calmar mis angustias cuando voy” (trabajo de campo, 2024). Las mujeres del barrio de San Miguel Totoltepec, encuentran en la relación con lo sagrado un espacio de diálogo íntimo que les permite sostenerse emocionalmente como una constante, donde la religión, como esperanza ayuda a contrarrestar momentos de injusticia y la opresión que cotidianamente los seres humanos viven

y en particular las mujeres (Lagarde, 2021), misma que prevalece en las prácticas de las mujeres participantes en esta investigación.

El vínculo con la religión, permite configurar narrativas de consuelo y fortaleza, sin embargo, esta misma religiosidad está atravesada por mandatos de sacrificio, obediencia y abnegación. Como lo menciona Marcela Lagarde (2021) la religiosidad del pensamiento y de la afectividad femenina de su subjetividad, descansa en las formas en que se articulan en ella el prejuicio y la indefensión para producir la creencia de fe. En este sentido, el autocuidado partiendo de lo espiritual se entrelaza con las contradicciones propias de un sistema que impone a las mujeres ser las cuidadoras morales de la familia y de sí mismas.

Sin embargo, dota de sentido a las mujeres de San Miguel Totoltepec, quienes señalan que la fe les “ayuda a no quebrarse”, a “no sentirse solas”, o a “pedirle fuerza a Dios”. Para la mayoría, su relación con la religión ha sido clave durante procesos de enfermedad, de problemas matrimoniales y/o familiares o crisis económicas, “en la iglesia me ayudaron muchos mis compañeras del grupo para poder salir de mis problemas de matrimonio, y ahora además de las actividades que tenemos en la iglesia también vemos por las otras mujeres que enfrentan situaciones difíciles con sus esposos” (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2024), tejiendo así también redes de apoyo visibles.

La espiritualidad se presenta como un lugar ambivalente, si bien puede ser un dispositivo de control sobre los cuerpos y las decisiones de las mujeres, también se vive como refugio afectivo y se concibe como un acto de cuidado interno necesario, donde es indispensable reconocer su complejidad, su potencia simbólica y papel en los procesos cotidianos de red y vivencia emocional.

Durante el taller de bordado se abrió la cuestión a las participantes sobre el autocuidado, quienes compartieron sentirse limitadas en este aspecto en cuanto al tiempo, como lo señaló Olga Ibáñez (55, años): “yo sé que el autocuidado es cuidarme yo, mi salud, mis cosas personales, pero a veces no tengo tiempo. A veces, le dedico como... descanso media hora, pero de vez en cuando porque me toma mucho tiempo cuidar a mi hija, que a veces no me queda tiempo” (trabajo de

campo, 2023). Ana Rodríguez (2012), apunta que las mujeres se encargan del cuidado hacia los demás durante largos periodos de su vida, pero las mujeres también son objeto de cuidados, mencionando que es una actividad suele estar postergada.

La práctica del autocuidado, para el caso de las mujeres y en específico de quienes desempeñan trabajo doméstico y sin remuneración, se encuentra históricamente invisibilizada. El análisis que conlleva el autocuidado, no puede desvincularse de la división sexual del trabajo, el género y las relaciones de poder que operan dentro el espacio doméstico. Como la narración que Maricela Rodríguez (41 años), compartió:

Mi esposo se va a trabajar, y pues en lo que se refiere a mis hijas todas las tardes las ocupo para ellas, porque las llevo a sus cursos, las llevo a nadar, les ayudo con las tareas, el catecismo. ¿Tiempo para mí? ¡Nomás cuando me baño, la verdad! O en la noche que ya me voy a dormir, pero si me siento a ver la tele o a veces salgo al jardín (trabajo de campo, 2024).

En tanto el autocuidado, aunque ha sido considerado en reiteradas ocasiones una práctica que se concibe desde un plano individual, se encuentra condicionada por configuraciones sociales y culturales, delimitada por el contexto, roles, mandatos, y estructuras que definen, así como el espacio de quién tiene la posibilidad de “autocuidarse”.

Marcela Lagarde (2023), nos menciona que “la ética tradicional del cuidado de los otros en las mujeres se sostiene por un hecho que es invisible y que está a la par y que es el auto descuido” (p.35), en condiciones que limitan en cuidado propio, y que además supone el cuidado incluso de personas adultas sin que este sea recíproco, Norma Rojas (63 años), pudo compartir que a pesar de que sus hijos y esposo son personas adultas sigue brindándoles cuidados:

Pues a cada momento, se podría decir que por ejemplo mi esposo ya lo veo así, es como otro hijo para mí, porque han pasado muchos años y aun así lo sigo cuidando, entonces hay cosas como si fuera mi hijo, simplemente cuando vamos a comer decirle no hagas esto, enseñarse a comer bien (trabajo de campo, 2024).

Entonces el autocuidado puede entenderse como una práctica mediada por la cultura, donde se atribuyen prácticas de cuidado atribuidas al cuerpo, la salud y el bienestar, en los contextos domésticos las mujeres interiorizan *habitus* que naturalizan el sacrificio y la abnegación como vertientes femeninas (Bourdieu, 2000), denotando el cuidado en beneficio de los demás antes que el propio como práctica legítima.

Sin embargo, es plausible notar que el autocuidado también puede entenderse como una transgresión mínima pero significativa. Como estrategias de resistencia frente a una estructura que desvaloriza a quienes sostienen la vida, acciones que han ido configurando a través de su experiencia dentro del trabajo doméstico y de cuidados:

Antes no tenía ni media hora para mí, lo que me decía el doctor era que me tomara medio día para mí, para salir o caminar. Pero últimamente ya me descanso, ya me duermo media hora y ya luego me levanto a seguirme con el quehacer, pero si ya me doy mi tiempo (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2024).

Estas formas de autocuidado emergen en un contexto donde la estructura del tiempo limita a las mujeres, misma que está determinada por los ritmos del hogar, de los hijos, de las parejas y de los adultos mayores a quienes se encargan de cuidar. A pesar de las limitaciones, y condiciones culturales, sociales y económicas, las mujeres encuentran diversas estrategias para ejercer el autocuidado como forma de resistencia. Frente a ello, el taller de bordado se convirtió en un espacio donde pudieron compartir y encontrar, una forma de cuidarse a través de la palabra, la escucha, el reconocimiento y la creación compartida.

La antropóloga Marcela Lagarde (2023), afirma que existe una tarea pendiente en lo que refiere a innovar la experiencia lúdica de las mujeres ya que se les ha formado para otros, para hacerse cargo de que otros cuenten con tiempo y espacios para el autocuidado, ocio, esparcimiento y recreación. La ausencia de condiciones estructurales para el autocuidado (como servicios públicos de cuidado, espacios comunitarios de recreación o deporte, tiempo propio, legitimidad simbólica de que las cuidadoras también deben cuidarse) configura un escenario en el que la salud

física y emocional de las mujeres corre el riesgo de deteriorarse. El desgaste acumulado, sumado a la autoexigencia impuesta por los roles de género, produce malestar difuso, difícil de nombrar, pero presentes en los cuerpos de las mujeres y en su cotidianidad.

El autocuidado en mujeres que tienen a su cargo la realización de labores domésticas y de cuidados no puede comprenderse únicamente desde una perspectiva individual, sino como una práctica profundamente imbricada en las estructuras sociales, los discursos de género y las configuraciones culturales del cuerpo y el bienestar, sin embargo, es imprescindible conocer el valor simbólico y político del autocuidado como acto de resistencia, agencia y dignidad.

3.1.4 Tipos de obligaciones: filiales, maritales y maternas.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, además de estar atravesado por la división sexual, se estructura en función de vínculos y afectos, además de jerarquías que responden a estructuras familiares, sostenido entonces por una red de obligaciones morales y afectivas que, lejos de ser elegidas libremente, se constituyen como mandatos internalizados desde la infancia y que son asumidos en los distintos periodos de la vida. En particular, las obligaciones filiales, maritales y maternas configuran un sistema de expectativas que mantiene a las mujeres sujetas a un régimen de trabajo permanente, sin retribución, reconocimiento y pocos espacios de descanso.

Las *obligaciones filiales* se hacen presentes principalmente en las mujeres que cuidan de sus padres o madres, con mayor frecuencia cuando envejecen o enferman, donde las mujeres han ocupado el papel central en el sostenimiento de la vida y la organización de los hogares, desempeñando diversas funciones simultaneas, que son enmarcadas dentro de obligaciones sociales, culturales y afectivas. Para las mujeres de San Miguel Totoltepec, aunque algunas de las participantes procuran el bienestar de sus padres o madres, solo Adriana López (58 años) y Bianca Bernal (56 años), destinan un cuidado exclusivo y permanente con su madre, sin embargo, ellas refirieron no lo ven como una obligación sino como

una muestra de afecto, aunque mencionaron si representa un desgaste físico y emocional.

Dando continuidad a la propuesta de Marcela Lagarde (2021), quien menciona que las mujeres son seres para otros, refiere a los otros: padres, sus conyugues, hijos, hermanos y parientes de su esfera de vida, donde el requisito consiste en que cuiden de ellos de manera directa, física y afectivamente, mediante pactos personales, en la salud y en la enfermedad, donde el lazo familiar en consecuencia detenta a hacerse cargo de estas responsabilidades.

Las obligaciones filiales se pudieron observar entonces, se manifiestan en los cuidados y responsabilidades que asumen las mujeres, con la condición de salud existente en su familiar, en estos casos el cuidado se habilita como una extensión del lazo filial que implica tensiones emocionales, y en algunos casos conflictos familiares, en palabras de Adriana López (58 años):

Cuando mi mamá se enfermó, al principio nos dividíamos por días con mis hermanos para cuidarla, somos 6 hermanos en total, pero después de un tiempo solo a mi hermana y a mi nos dejaron la mayor cantidad de días, los demás solo la vienen a ver de vez en cuando; es mi mamá y no me pesa cuidarla, pero luego si ando corriendo para ir a verla, levantarla, bañarla, hacerle sus curaciones y darle de comer, porque también tengo mi familia, y mi hermana también porque ella trabaja, entonces también tiene que andar corriendo para cuando se tiene que ir (trabajo de campos, 2023).

Como lo menciona Daniela Rea (2022), el cuidar, en el caso de las mujeres, también representa un compromiso de cuidar a quienes les brindaron cuidados. Estas responsabilidades se agudizan en contextos donde el sistema de cuidados público es insuficiente, decadente o como en el caso del barrio de San Miguel Totoltepec donde no existen centros de atención geriátrica cercanos; estas obligaciones se encuentran moral y socialmente normalizadas donde se espera que las hijas sean las más disponibles, lo que además de una sobrecarga limitan disponer de tiempo. Al respecto, Yesica Rangel (2024) señala lo siguiente:

El cuidado es la mayor carga social en cualquier sociedad y la mayor parte de las culturas la deja caer de forma absoluta sobre los hombros de las mujeres, convirtiendo el cuidar en una experiencia que define los fenómenos

de vejez, enfermedad y dependencia de toda la población; pero particularmente la de las propias mujeres, pues como sujetas se encuentran habilitadas y naturalizadas para cuidar de las demás personas, en tanto los hombres lo son para no involucrarse en dicha práctica, y en lo posible, sortear la vida sin reconocer y ejercer su derecho a auto cuidarse, cuidar y ser cuidados (p.425).

Así, resulta indispensable subrayar la necesidad de una ética del cuidado, dejar la marcada invisibilización de las múltiples acciones que las mujeres realizan cotidianamente; estas prácticas, que atraviesan el curso de sus vidas, no solo se dirigen al sostenimiento de los hogares inmediatos, sino que abarcan vínculos familiares intergeneracionales, hacia quienes les preceden (madres, padres, abuelos, abuelas) y en consecuencia hacia quienes les continúan (hijas, hijos, nietas, nietos).

A su vez, también en un reflejo, las participantes mencionaron que, aunque ellas tienen hijos e hijas, no consideran que es una obligación que las cuiden en su vejez o ante alguna enfermedad sin embargo esperarían que se les brinde ese cuidado, “yo creo que cuando mi cuerpo ya no dé más, voy a necesitar que me cuiden también, como lo hago con mi mamacita, porque yo pido esa fortaleza, esa paciencia, esa sanación, pero va a llegar el tiempo que mi cuerpo ya no pueda o alguna enfermedad en cama, yo espero que por lo menos los hijos me arrimen un vaso de agua” (Bianca Bernal, 56 años, trabajo de campo, 2024), esperando así un cuidado recíproco.

Para el caso de las *obligaciones maritales*, estas se diversifican en múltiples dimensiones, ya que se espera de las mujeres una suma de atribuciones del deber ser y cumplir; ser administradoras material y económicamente del hogar, acompañamiento y contención emocional, cocineras, cuidadoras y gestoras del bienestar familiar, mismo que es contradictorio por los sentimientos que se imponen ante la realización de estas actividades, además de la disponibilidad sexual o erótica de las mujeres hacia sus parejas o esposos.

El matrimonio suele representarse como una relación natural, sin embargo, más que un hecho dado, constituye una construcción social, que generalmente se configura

como una unión heterosexual que promueve la existencia de una de las instituciones sociales más importantes que es la familia, validada tanto en el ámbito civil como en el religioso, y reforzada principalmente por su reconocimiento social. María Ochoa (2007), señala que “el matrimonio, al consolidarse como institución social, genera una serie de compromisos y comportamientos que van más allá del ámbito del hogar, ya que se espera del matrimonio, la dirección y educación en valores y comportamientos morales” (p.27), dentro de esta institución, son las mujeres quienes asumen de manera predominante la responsabilidad del cuidado y reproducción social de la vida cotidiana.

Como se observó durante trabajo de campo, las participantes de San Miguel Totoltepec, son casadas (a excepción de Bianca Bernal (56 años, que su estado civil es la viudez). Dentro su ámbito familiar se articula un conjunto de creencias y valores que funciona como elementos normativos, estos no se expresan únicamente en reglas explícitas, sino que operan como discursos y mandatos que indican lo que se considera como “correcto” dentro de su “deber” como esposas, estos mandatos aprendidos y reproducidos de manera generacional, así como por parte de cada religión que profesan, donde también asumen creencias de “como debe ser una esposa”, como lo compartió Norma Rojas (63 años), “también hay mandamientos, y pues tenemos que ser obedientes con los esposos, claro en algunos casos, porque pues nos casamos para toda la vida” (trabajo de campo, 2024), rigiéndose también por dichas creencias.

En contraposición, existe una mayor permisividad social hacia los hombres de no cumplir ciertas expectativas, roles o mandatos dentro del matrimonio; donde los imaginarios reconstruyen la dependencia femenina frente a la autosuficiencia masculina: el ganador del pan, el proveedor que mantiene a la ama de casa (Pérez Orozco, 2014 citada en Ferraris 2022). “Pues mi suegra siempre solapo a mi esposo en todo, como él nos mantenía, le daba mucha libertad, que la casada era yo, y le decía que yo siempre me quedara en la casa y no podía salir ni a la esquina, pero él si podía” (Adriana López, 58 años, trabajo de campo, 2024), donde es posible observar que los mandatos son legitimados desde la institución de la familia.

Además de las construcciones culturales que asignan a las mujeres, son vistas como amas de casas, cuidadoras y “esposas ejemplares”, esperando que sean abnegadas, fieles, dedicadas y siempre disponibles, estos estereotipos no solo definen las conductas, sino que también mantienen sujetas a las mujeres a jerarquías de poder frente a sus esposos, reforzando relaciones desiguales, como lo compartió Olga Ibáñez, (55 años), “yo nunca salí de soltera, cuando conocí a mi esposo me trajo a vivir con él, y pues me tuve que casar, fue más obligación que amor, pero en esos tiempos mi papá me dijo que ya me tenía que quedar con mi esposo, que le tenía que obedecer en todo, que debía dedicarme a mi casa”(trabajo de campos, 2023), donde además de una forma del control corporal y moral, se encuentra una disponibilidad constante hacia el esposo, que implica atender sus necesidades domésticas, alimenticias y emocionales, aun cuando ello supone posponer las propias y/o los propios deseos.

Bajo esta noción de obligaciones como esposas, Adriana López (58 años) expuso lo siguiente, “mi esposo siempre me ha hecho creer que mi deber es atenderlo a él primero, antes que a mí o a mis hijos, tengo que prepararle el baño, la ropa, a veces si siento que es mi responsabilidad atenderlo porque pues casi siempre ha traído el dinero a la casa” (trabajo de campo, 2023). Esta carga es justificada y naturalizada por nociones como la “entrega”, el “compromiso”, o el “deber conyugal”, también bajo las condiciones económicas que sostienen la idea del “hombre proveedor”, este mandato marital, además, de la exigencia emocional de mantener la estabilidad del hogar, contener a la pareja, tolerar el cansancio o incluso la violencia, donde en muchos casos la dependencia económica también fortalece este vínculo de subordinación.

Asimismo, estas obligaciones se introducen a expectativas sociales que reproducen la sumisión, como lo afirma Marcela Lagarde (2021), las mujeres como un deber permanecen al servicio de los hombres para obtener de ellos lazos invisibles y concretos de reconocimiento conyugal, las obligaciones maritales además asignan a las esposas un rol de soporte emocional, cuidado físico y gestión doméstica en función del bienestar del esposo, aunque pueden variar según clase, edad,

ubicación geográfica, se mantienen ciertos patrones estructurales que vinculan el “buen matrimonio” con la entrega el sacrificio y la disponibilidad permanente.

Las mujeres extienden su trabajo doméstico y de cuidados más allá de la atención a personas dependientes, en este caso, también asumen el cuidado de hombres adultos sanos, que cotidianamente usufructúan el trabajo doméstico y de cuidados (Flores y Tena, 2014). Estas prácticas suelen estar atravesadas por actividades que se tornan en servicio para dejar de ser vistas como trabajo, tal como cocinar, lavar, planchar y preparar la ropa del esposo, pero también por una dimensión afectiva que implica la regulación del humor, el confort y la autoestima de la pareja, “a veces atender mi esposo, es como otro hijo, prepararle la comida, el uniforme del trabajo, a veces cuando viene de malas del trabajo, pues siento que tengo ser más dócil, más comprensiva, porque si no explotamos los dos (Gisela Olin, 53 años, trabajo de campo, 2024), buscando así, estrategias relacionadas a la gestión emocional del matrimonio, es decir, el esfuerzo cotidiano por mantener la armonía dentro de la esfera doméstica, evitar conflictos y sostener el vínculo afectivo aún en contextos de desigualdad.

Asimismo, durante las conversaciones (aunque con menor frecuencia), se presentó la noción de una disposición sexual esperada hacia el esposo (de manera no explícita), donde algunas participantes mencionaron con expresiones breves, apenadas o incluso en un tono de voz bajo que aun cuando su cuerpo está cansado o su salud se encuentra deteriorada persiste la insistencia e idea de cumplir con un deber como esposas de manera sexual, “a veces una está cansada y luego con la enfermedad, no quisiera ni que me tocara”; este mandato que justifica una “obligación”, se sostiene de silencios, evasivas o gestos que permiten entrever el peso moral del deseo masculino sobre el cuerpo femenino.

Para en caso de las *obligaciones maternas*, estas son las que se constituyen con mayor idealización, y a la vez las que se muestran más demandantes, Marcela Lagarde (2021), menciona que dentro de la maternidad:

Sus actividades consisten en reproducir materialmente, en su corporeidad, al otro, pero también subjetivamente sus formas de percibir el mundo, en sus

necesidades afectivas, desde el nacimiento y en los primeros años de vida, a lo largo de la vida, cada día, en humanizar al ser humano en su propia cultura, en su época, de acuerdo con su género, con su clase, grupo y tradiciones (p.287).

Esta afirmación permite comprender que el trabajo doméstico de las mujeres en su condición “maternal” no puede ser reducido únicamente a una función biológica, ni a un conjunto de prácticas “naturales”. Más bien, se trata de un proceso complejo en el que las mujeres reproducen no solo la vida material, sino también las condiciones culturales y simbólicas para la reproducción social y el sostenimiento de la vida. Dicho de otra manera, la maternidad implica la transmisión de valores, afectos, lenguajes, normas y prácticas que dan sostén a la continuidad social.

A través de los mandatos de género se asigna a las mujeres un ideal sobre la maternidad misma que las responsabiliza de la crianza casi en su totalidad. Las mujeres que son madres, en su mayoría, se encargan de todas las actividades domésticas también en lo que refiere a los hijos e hijas, alimentación, higiene, apoyo escolar, socialización, recreación, transmisión de valores, mismas actividades que no son vistas como trabajo. Sin embargo, la maternidad se encuentra configurada como una posición contenida de contradicciones, atravesada por un lado por mandatos culturales que engloban también la religión y por otro se enuncia como un refugio afectivo, un lugar desde donde las mujeres resignifican el cansancio cotidiano y una motivación para seguir sosteniendo la vida, tal como lo narró Maricela Rodríguez (48 años):

Ser mamá es una maravilla, es algo hermoso, es muy bonito, yo creo que es, es de los regalos más bonitos que recibe una mujer, para mi es lo más bonito que me ha pasado en la vida, de tantas cosas. Yo quisiera estar toda la vida apoyando a mis hijas, que necesitan cuidado mío, a veces uno se enoja y dice “aquí tienen a su criada”, pero es un decir, quiero sentirme útil para ellas, aparte de eso, ahí se representa el amor y por eso les ayudo, yo quisiera a veces darles más de lo que yo tengo, porque ciertamente a veces, el gasto lo alargo, pero siempre trato de darles lo mejor (trabajo de campo, 2024).

En este sentido, reconocer la manera en que las mujeres expresan su maternidad desde categorías de “maravilla” o “regalo”, no implica desconocer las cargas y renunciaciones que conlleva, sino atender a la forma en que ellas elaboran sentidos de

dignidad, utilidad y afectos que atraviesan por tales exigencias, “cuando a mi hijo le toca trabajar de noche no le hago ruido en el día, cuando duerme, estoy al pendiente de que no se le vaya a hacer tarde, para que se pare a bañar, le preparo su cena, a veces ya me duermo tarde cuando pasa su transporte, pero uno por los hijos hace todo” (Maribel Valenzuela, 45 años, trabajo de campo 2024). Las obligaciones maternas constituyen uno de los pilares más naturalizados del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, a partir de discursos que se han legitimado sobre “un instinto materno”, se espera que las mujeres sean las principales responsables del cuidado físico, emocional, educativo y moral de hijas e hijos.

Una de las características centrales depositadas como un mandato a estas obligaciones es su carácter permanente e incondicional, que produce una carga subjetiva e intensa, anteponiendo además los lazos afectivos y el hacer en nombre del amor, que sin minimizar el valor que este sentimiento muchas ocasiones aporta a la justificación y continuidad de estos ideales de maternidad:

“...ser madre significa el amor, aparte de una pareja, para mí no ha significado una responsabilidad, cuidarlos, vestirlos, asearlos, para mí han sido una compañía, porque vas viéndolos crecer; es una seguridad también como persona, porque siento que cuando yo envejezca, la confianza de que alguien me va a cuidar, siento que ellos por amor a mí también me van a cuidar por amor hacia su madre, como yo lo hice” (Adriana López, 58 años, trabajo de campo, 2024).

El ideal de maternidad totalizante revela que el trabajo doméstico no remunerado no es solo acumulación de tareas, sino de una estructura afectiva y moral que se impone desde el género, pero también una especie de recompensa, desnaturalizarla implica mirar con atención sus formas cotidianas y preguntarse por las condiciones que sostienen su reproducción, “yo quiero mucha a mis hijas, y pues por eso les echo la mano cuidando a mis nietitos, también los quiero a ellos, a lo mejor son ellos quienes me ven de más viejita” (Sara Valencia, 61 años, trabajo de campo, 2024), donde es posible observar que el amor maternal no se agota en relación con los hijos e hijas, también reproduce la continuidad del trabajo doméstico y de los cuidados, en nietos y nietas.

La maternidad también se observó como una práctica de cuidado que trasciende la infancia, “cuando a mi hijo le toca trabajar de noche, no le hago ruido en las mañanas que duerme, estoy al pendiente de que no se le vaya a hacer tarde, siento que todavía tengo que cuidarlos a ellos” (Maribel Valenzuela, 45 años, trabajo de campo, 2024), convirtiéndose así en una práctica constante de disponibilidad y atención. Asimismo, la maternidad se mantiene como una práctica incondicional de cuidado y apoyo, que no concluye con la independencia de los hijos, sino que persiste como una forma de acompañamiento afectivo, “pues, aunque mis hijos ya están todos casados me sigo preocupando mucho por ellos, mi hijo el mayor tiene problemas con su esposa y siempre lo escucho y estoy para él” (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo 2024), de este modo se evidencia que “nunca se deja de ser madre” pues la disposición al cuidado y la contención emocional hacia hijos e hijas existe en sus acciones cotidianas, aún en la adultez.

Durante los últimos años, diversos estudios (Martínez & Rojas, 2016; Ramírez, 2025), han señalado la emergencia de paternidades que buscan asumirse con mayor responsabilidad hacia los hijos e hijas, particularmente en generaciones más jóvenes. Esta tendencia refleja una incidencia en la disposición creciente a involucrarse en la crianza afectiva, en la disposición de tiempo y presencia, elementos que en décadas anteriores no se vislumbraban. Sin embargo, este involucramiento no necesariamente se ha traducido en una redistribución equitativa de las tareas domésticas, lo que muestra que la corresponsabilidad se encuentra aún limitada y parcial.

Dentro de trabajo doméstico no remunerado y de cuidados las mujeres ejercen un papel central, quienes desarrollan múltiples funciones que se enmarcan de normas, expectativas y mandatos de género que constriñen y fragmentan su autonomía y legitiman desigualdades. La sobrecarga, el control y la invisibilización de su esfuerzo en el quehacer cotidiano, crean un terreno donde pueden surgir formas de violencia doméstica, tanto físicas como psicológicas, patrimoniales, económicas y/o sexuales.

3.1.5 Violencia doméstica

La violencia constituye una de las expresiones más extremas de las desigualdades de género, “la violencia de género son todas las formas mediante las cuales se intenta perpetuar el sistema de jerarquías impuesto por la cultura patriarcal. La violencia doméstica es una de sus formas, cuyo objetivo es el de ejercer control y dominio sobre la mujer para conservar o aumentar el poder del hombre en la relación” (Bogantes, 2008, p.55), la cual atraviesa de manera directa la vida de las mujeres, tanto el espacio público, como se describió en el apartado etnográfico, para el caso de la subdelegación de San Miguel Totoltepec, se han observado incrementos en el hostigamiento sexual, acoso callejero y agresiones hacia las mujeres; para el caso del espacio doméstico, también se reproducen relaciones de poder asimétricas y con ello la normalización de estas prácticas.

La socióloga Myriam Brito (2024), refiere que lo *doméstico* como el espacio de la casa y la familia, opera bajo una lógica de relaciones consideradas desiguales, donde el esposo/padre/cabeza de familia, puede ejercer el poder de manera vertical y autoritaria hacia las mujeres que son consideradas, esposas, madres y amas de casa, lo que legitima que permanezcan sujetas a la autoridad masculina.

Rosalba Robles (2005), define la violencia doméstica como “el ejercicio de poder que es llevado a cabo por los hombres en un hogar para controlar, anular y/o causar daño físico, psicológico, sexual, y económico a la(s) mujer(es), por su condición de género” (p.132), siguiendo el concepto de esta autora refiere que esta definición permite comprender que la violencia “doméstica” no se limita únicamente a las esposas o parejas, sino que puede ejercerse en distinta intensidad contra hijas, hermanas, sobrinas, nietas. Asimismo, refiere que este *continuum de violencia*, entendido como un concepto que permite comprender que las violencias que atraviesan la vida de las mujeres no se presentan como hechos aislados o excepcionales, sino como un entramado de prácticas, omisiones y desigualdades que se expresan de manera cotidiana y normalizada y que también impacta de manera considerable en los hijos e hijas, y demás miembros del hogar.

Durante el taller de bordado, el espacio permitió una apertura narrativa que evidenció las diversas formas de violencia que atraviesan las mujeres dentro del espacio doméstico y la vida conyugal. La más reiterada fue la violencia psicológica, vinculada con la desvalorización del trabajo doméstico y de cuidados, así como los roles cumplidos o no que se esperaba como “mujer”, comentarios principalmente de sus esposos y de algunos hijos hacia ellas como, “no haces nada en todo el día”, “eso no es trabajo” o “cómo te vas a cansar si estas todo el día en la casa”, críticas constantes sobre la comida, la limpieza, la manera de realizar algunas labores domésticas; “mi esposo no me ha pegado, pero cuando se enoja, pues sí dice muchas groserías, yo me las aguanto todas, pero si me dan ganas de llorar” (Maricela Rodríguez, 41 años, trabajo de campo, 2023).

Estas experiencias fueron relatadas como heridas cotidianas, a la par que surgieron narraciones en torno a la violencia con situaciones que implican las relaciones maritales, marcada por los celos, chantajes, mentiras, amenazas, insultos, control, infidelidades y restricciones económicas, “a veces una tiene que estar a lo que el esposo le quiera dar de dinero, porque si una se le pone, no es la misma fuerza, hasta a una le quieren pegar” (Olga Ibáñez, 55 años, trabajo de campo, 2023), donde algunas participantes compartieron que sus parejas les retiraban el dinero cuando se enojaban o limitaban sus gastos, visto como forma de control.

Asimismo, se mencionaron experiencias de violencia física, que surgieron en algún período de su vida, en estos relatos además del miedo, existieron lesiones directas hacia sus cuerpos, “...yo, llevé una vida muy triste con mi esposo, porque me celaba, me pegaba y yo sentía que no valía nada en la vida, me devalué mucho, pero al ver a mis hijos que también sufrieron mucho, pues me daban fuerza... le echaba ganas por mis hijos y gracias a Dios los saqué adelante” (Normal Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2023), se señaló la presencia de hijos e hijas como testigos directos de los episodios de agresión, lo que expone a las infancias y juventudes a un círculo de violencia que no se limita al ámbito conyugal. Cabe mencionar que, aunque las mujeres dentro del taller compartieron estas vivencias como parte de un espacio de diálogos íntimos, solo una de ellas buscó canales formales de denuncia,

las demás no lo hicieron por “vergüenza”, o por mantener “el bienestar familiar”, donde se percibe existen también además de escasa información prejuicios frente a la denuncia formal.

La Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares, (ENDIREH, 2021), estima que, en el Estado de México, 78.7% de las mujeres de 15 años o más, experimentaron algún tipo de violencia: psicológica, física, sexual, económica o patrimonial a lo largo de la vida (INEGI, 2022). La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV) establece, en su artículo 5, fracción IV, que la violencia contra las mujeres es “cualquier acción u omisión, basada en su género, que cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte, tanto en el ámbito privado como en el público (DOF, 2007/2024). Asimismo, el Título II referido a las modalidades de Violencia, en su Capítulo I sobre la violencia en el ámbito familiar, señala en su artículo 7 que la violencia familiar es “el acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica o sexual a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, cuyo agresor tenga o haya atendido relación de parentesco por consanguinidad o afinidad, de matrimonio, concubinato o mantengan o hayan mantenido una relación de hecho” (DOF, 2007/ 2024). Las definiciones que presenta esta Ley constituyen un marco normativo que se tornó indispensable para identificar y clasificar las distintas formas de violencia hacia las mujeres.

La violencia doméstica como fenómeno social vislumbra una problemática estructural que afecta principalmente a mujeres e infancias, en este sentido, el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados se encuentra profundamente atravesado y marcado por las relaciones de poder que configuran de manera significativa escenarios cotidianos de subordinación, control y violencia.

TABLA 9. Tipos de violencia y casos observados en San Miguel Totoltepec

TIPO DE VIOLENCIA	DEFINICIÓN JURÍDICA	CASOS ASOCIADOS AL TRABAJO DOMÉSTICO NO REMUNERADO Y DE CUIDADOS
Violencia Psicológica	Todo acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica: negligencia, abandono, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima.	Comentarios o actitudes que menosprecian la labor doméstica o los cuidados, así como insultos y amenazas.
Violencia Física	Todo acto que inflige daño no accidental, usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones.	Discusiones que derivan en forcejeos, empujones y agresiones físicas.
Violencia Patrimonial	Todo acto u omisión que afecta la supervivencia de las mujeres: sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades.	Limitaciones al acceso de bienes familiares.
Violencia Económica	Toda acción u omisión que afecta la supervivencia económica de las mujeres. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral.	Dificultad para acceder a actividades remuneradas fuera del hogar y limitación en los gastos dentro del propio hogar como forma de control y chantaje.
Violencia Sexual	Todo acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad.	

Fuente: Elaboración propia a partir de LGAMVLV (DOF, última reforma 2024) y trabajo de campo (2023-2024).

En contraste con las definiciones legales, el trabajo de campo permitió poner de manifiesto cómo cada tipo de violencia está presente en prácticas y experiencias que atraviesan como un constante a las mujeres. Como se observa en la tabla anterior, la violencia que se manifiesta dentro del ámbito doméstico puede ser física, emocional, económica, patrimonial y psicológica, y en reiteradas ocasiones se encuentra vinculada directamente a las dinámicas del trabajo de cuidado y del mantenimiento doméstico, así como a los roles de conyugalidad. Donde, además, la desigual distribución de estas tareas genera no solo una carga excesiva de trabajo, sino también una estructura de poder que las subordina y las expone a

condiciones de vulnerabilidad permanente. En palabras de Norma Rojas (63 años), que pudo compartir experiencias que derivaban en acciones violentas:

Mi esposo tenía una enfermedad, alcoholismo, lo anexamos un tiempo, pero se volvió muy grosero, cuando salió del anexo, me celaba, me agredía físicamente, yo le decía que se fuera, que me dejara ser feliz con mis hijos; no sé a veces pensaban que si yo fuera hombre me defendería a golpes, pero desafortunadamente soy mujer. Le dije que se fuera, como dos o tres veces, y me di cuenta que el hombre abusa mucho de la mujer, pero ha salido adelante, se está recuperando, no es demasiado tarde porque tengo a mis hijos, y él ya le está echando muchas ganas también (trabajo de campo, 2024).

El trabajo doméstico no remunerado se desenvuelve, de forma paradójica, en un espacio que ha sido social e históricamente idealizado como refugio, núcleo afectivo y ámbito íntimo. Sin embargo, en ese mismo espacio (el hogar), se producen y se reproducen y se silencian diversas formas de violencia que atraviesan de forma específica a las mujeres que lo habitan, especialmente aquellas encargadas del sostenimiento cotidiano del mismo, “cuando mi esposo se ponía agresivo, yo pensaba a dónde voy a ir, mis hijos estaban chiquitos, pues cómo que se me cerraban todas las puertas, y mis papás eran de esas personas que decían pues es tu marido y te aguantas” (Olga Ibáñez, 55 años, trabajo de campo, 2024), Esta violencia se agrava cuando las mujeres no cuentan con autonomía económica ni redes de apoyo externas.

A través del análisis de las narraciones expresadas por las mujeres de San Miguel Totoltepec, se muestra que las experiencias de violencia psicológica es la más frecuente y transversal, ya que todas las participantes la han vivenciado. Esta forma de violencia expresó descalificaciones, además de estar fuertemente vinculada a las relaciones afectivas de manera directa con sus esposos y respecto a su conyugalidad. La violencia física se manifestó en segundo lugar, principalmente en las relaciones maritales atravesadas por el consumo de alcohol por parte de sus esposos o por dinámicas de control a partir de celos e infidelidades.

La violencia económica y patrimonial también se encontraron presentes, aunque en menor medida, sobre todo en situaciones donde los esposos fungen como únicos

proveedores, retiraban o dejaban de dar dinero, o limitaban los gastos, así como destruían pertenencias como forma de castigo, permitiendo visibilizar como los distintos tipos de violencia se entrelazan en distintas dimensiones de la vida en el ámbito doméstico, para el caso de la violencia sexual no se expresaron experiencias explícitas referidas a este tipo de violencia, sin embargo no se descarta que aunque no se hable de esta permeen. Mostrando para este caso que, la violencia psicológica constituye el eje transversal sobre el cual se sostienen otras formas de violencia. Como lo que pudo compartir Adriana López (58 años):

Yo me casé con mi esposo muy joven, y desde que éramos novios la verdad fue muy celoso y agresivo, y pensé que con el tiempo se le iba a quitar, luego tuve a mis hijos y eso no pasó, controlaba mis tiempos, casi siempre era estar en mi casa para atenderlo a él y a mis hijos, controlaba a quien podía ver y a quien no, y después fue peor, porque me agredía físicamente. Me insultaba, y era mucho el daño psicológico, y pues fueron varias situaciones por las que yo no lo dejaba. Pero pasaron muchos años, hasta que mis hijos crecieron, entonces fue que levante una denuncia, fue un proceso tardado, porque te llevan con psicólogos, y médicos, y abogados, pero desde ese momento, quizá, fue un alto para él, porque ha cambiado, ha dejado de agredirme (trabajo de campo, 2024).

Un factor determinante en la persistencia de estas violencias es la naturalización cultural de los roles que “deben” cumplir las mujeres, como esposas, como encargadas del hogar y como cuidadoras “natas”. El imaginario social no solo romantiza la entrega, la paciencia y la capacidad de sacrificio, sino que invisibiliza el desgaste emocional y físico asociado a estas tareas, y con ello, la violencia.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, se torna entonces en un entramado estructural con ambivalencias y tensiones cotidianas, sin embargo, este trabajo, aunque indispensable, sigue representando un eje que perpetua la violencia hacia las mujeres. Por otra parte, aunque los marcos institucionales han mostrado mayor injerencia en situaciones de violencia contra las mujeres, sin embargo, para el ámbito legal la denuncia se vuelve compleja cuando no se considera el agotamiento como una forma de maltrato, o cuando se espera que la violencia “real” tenga marcas físicas visibles.

Por ello, hablar de la violencia que se gesta en el espacio doméstico hacia las mujeres no solo es concebido como un problema individual o familiar, sino de un sistema estructural que sostiene la desigualdad de género a través de la división sexual del trabajo, la dependencia económica y la carga moral del cuidado.

Como lo menciona Rita Segato (2003 citada en Abenshushan et, al. 2023) al referir a una “violencia que moraliza o (castiga) a las mujeres, produciendo reglas implícitas, a través de las cuales circulan consignas de poder (no legales, no evidentes, pero si efectivas), (p.19)”, esta reflexión permite comprender cómo la violencia contra las mujeres se sostiene no únicamente de actos explícitos, sino también de tramas de significados y afectos que normalizan el control y la subordinación en la vida cotidiana.

En diversos casos, la organización del hogar, las dinámicas de pareja y el acceso a recursos se encuentran determinados por una jerarquía de género que impone la subordinación de las mujeres. Esta situación incrementa su exposición a situaciones de control o dominación de los espacios, de los tiempos y de los cuerpos de las mujeres, lo que dificulta los procesos de denuncia o salida de ciclos de violencia, donde el análisis del trabajo doméstico no puede concluir sin tomar en cuenta las múltiples formas en que se entrelaza con estructuras de poder y opresión.

A pesar de esto, es importante reconocer que muchas mujeres desarrollan estrategias cotidianas de resistencia; como lo refiere la antropóloga Paula Soto (2024), “la multiplicidad de experiencias corporales posiciona el cuerpo como el lugar donde todas las esferas de poder se sedimentan, e incluso pueden considerarse como un lugar de resistencia. En este sentido, desde el cuerpo es posible generar discurso y prácticas de resistencia” (p.1019), lo que las dota de capacidad de agencia.

Es decir que las mujeres en la vida cotidiana también generan acciones de resistencia ante la violencia, tanto en lo individual como en espacios colectivos, ampliando redes de apoyo con y para otras mujeres, el uso de la palabra como herramienta de denuncia, actividades o talleres, como fue el caso del taller bordado, que además del acto creativo textil fungió como medio de contención y expresión

ante lo que cotidianamente no se dice. Reconocerlas y nombrarlas permite no solo visibilizar las formas en que operan, sino también situar la agencia de las mujeres que, pese a estas situaciones y condiciones de vulnerabilidad, continúan generando resistencias cotidianas.

CAPÍTULO 4: VIVENCIA CORPORAL Y EMOCIONAL

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados se experimenta no solo como una carga física y de desgaste mental, sino también como una vivencia que atraviesa al cuerpo y las emociones. Cada actividad cotidiana, como cuidar, limpiar, atender, organizar; influye en la manera de transitar la corporalidad y en la subjetividad de las mujeres de San Miguel Totoltepec, quienes asumen responsabilidades múltiples en su día a día. Estas experiencias se encuentran atravesadas por silencios, dolencias, emociones, padecimientos; que se entrecruzan; que se mantienen poco visibles y de enfermedades que sobrellevan en su hacer cotidiano.

El presente capítulo busca explorar cómo las emociones y el desgaste físico constituyen un campo de análisis fundamental para comprender la dimensión humana del trabajo doméstico y de cuidados. Se abordan, en primer lugar, las emociones y desgaste físico mayormente silenciados, lo que se nombrará como “cansancio no dicho”, expresiones que cuentan con espacios limitantes de legitimidad. En segundo lugar, se examinan las enfermedades existentes y malestares o síntomas que emergen, ligadas al esfuerzo continuo.

Posteriormente se analiza la concepción de “hacer en nombre del amor”, una narrativa que permea y sostiene la entrega cotidiana, vislumbrando la importancia de los afectos, sentimientos y emociones, donde también perpetúa la desigualdad y el sacrificio de las mujeres. Al mismo tiempo, se rescatan los espacios de capacidad de agencia y resistencia que las mujeres construyen colectivamente, como fue el caso del taller de bordado, donde lo íntimo y político se entretajan, y donde se hace posible resignificar el cuidado más allá de una imposición a partir del género. Finalmente, se plantea una pregunta que atraviesa la reflexión, ¿cuándo podrán dejar de hacer este trabajo? Esta interrogante abre la posibilidad de pensar futuros en los que el cuidado se reconozca como un derecho compartido y no como

una carga naturalizada en los tiempos, espacios, cuerpos y emociones de las mujeres.

4.1 Emociones silenciadas y el cansancio no dicho.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, a pesar de ser una de las actividades más demandantes en términos de tiempo, energía y responsabilidad, evidencia la existencia de múltiples desigualdades. Las mujeres quienes lo realizan enfrentan diversas situaciones de exigencia, ya que por un lado se encuentra la obligación de mantener en funcionamiento la reproducción social y por otro también existe la necesidad de sostener un régimen de emociones que se entrelazan de manera directa para sostener a otros, así como las emociones que ellas mismas experimentan, y que en constantes ocasiones suelen mantenerse silenciadas.

Más que construir un punto de partida de esta investigación el *cansancio no dicho* emerge como un hallazgo empírico y analítico derivado del trabajo etnográfico realizado con las mujeres de San Miguel Totoltepec, particularmente a partir de los relatos compartidos durante el taller de bordado y las entrevistas a profundidad. A lo largo del proceso de campo este cansancio apareció de manera reiterada en las narrativas de las participantes, como una experiencia que atraviesa sus cuerpos, emociones y formas de habitar lo cotidiano.

En este sentido, se propone el concepto de *cansancio no dicho* para nombrar una forma de agotamiento corporal, emocional y mental que no siempre se verbaliza, o que cuando se expresa suele ser minimizada, deslegitimada o absorbida por la lógica de la obligación cotidiana. Se trata de un cansancio que existe, que se imprime en el cuerpo, en la energía vital y en la capacidad de sostener las tareas diarias, pero que encuentra poco espacios sociales y afectivos para ser reconocido, escuchado o validado, pues “hay que seguir”, “hay que resolver”, “hay que cuidar” y “hay que estar”.

Este concepto surge de la experiencia etnográfica registrada con las mujeres participantes, quienes en múltiples ocasiones describieron la presencia de malestares físicos, dolores persistentes, tensiones musculares, agotamiento

generalizado, así como estados de cansancio emocional y desgaste mental, vinculados a la preocupación constante por los otros, a la sobrecarga de responsabilidades y a la escasez de tiempos propios. Estas sensaciones fueron enmarcadas como parte de su cotidianidad, con variaciones de intensidad a lo largo de distintos momentos, como lo mencionó Norma Rojas (63 años):

Porque cuando he querido llorar, lloro, porque no es malo llorar, sirve para el alma, pero a veces quisiera buscar un rinconcito en mi casa, debajo de mi cama y ahí ponerme a llorar sin que nadie me vea. Me pasaba seguido cuando tenía depresión, sí, también bajé de peso, una tiene que ser valiente, muy valiente, para afrontar muchas cosas, el matrimonio, ser muy valiente para sacar la casa adelante, para sacar a los hijos adelante, para no achicopalarsé (trabajo de campo, 2023).

Asimismo, Olga Ibáñez (55 años), mencionó lo siguiente:

...yo a veces siento que cargo de muchas emociones, sobre todo cuando mi esposo me dice que no hagas esto o lo otro, sobre todo lo resiento porque no me ha acompañado más que una vez al doctor con mi hija, y dijo que eso era pérdida de tiempo, no se da cuenta que es un ir, venir, cuidar, cansarse. Me pongo triste, me siento frustrada, y no sé qué hacer en ese momento, me gustaría saltar, salir y gritar. Pero a veces no se puede en ese momento. Doy todo para los demás, luego con el esposo que me tocó, o que yo elegí, ni modo tengo que aguantarme (trabajo de campo, 2023).

Este silenciamiento cotidiano revela que el cansancio, aunque presente, encuentra limitados espacios para ser expresado o validado en un sistema estructurado por relaciones jerárquicas, que naturalizan la disponibilidad femenina. Así, el *cansancio no dicho* puede articularse con los debates sobre la invisibilidad del trabajo doméstico no remunerado, sin restar importancia a las demandas específicas del trabajo doméstico remunerado, pues en ambos casos las mujeres no solo realizan trabajo físico, sino también un trabajo orientado al sostenimiento emocional, a la regulación de vínculos y a la contención afectiva de los otros, en contextos donde resulta difícil reconocer y atender su propio desgaste.

Aunque esta investigación no adopta un enfoque clínico, algunos aportes del síndrome de Burnout permiten establecer un diálogo analítico con esta experiencia social. De acuerdo con Jiménez Rodríguez (2010), el síndrome de Burnout se

caracteriza por tres dimensiones principales: el cansancio emocional, la despersonalización personal y la dificultad para lograr realización personal, especialmente en personas sujetas a sobrecargas de trabajo y labores de cuidado. Estas dimensiones resuenan con los testimonios de las mujeres participantes, quienes describen agotamiento constante, desgaste afectivo y una sensación de postergación o anhelos sin cumplir o que han postergado, sin que ello sea reconocido como legítimo malestar.

En este sentido, el *cansancio no dicho* articula tres registros entrelazados: un desgaste corporal, derivado de la repetición intensiva y multifuncional del trabajo doméstico; un agotamiento emocional, vinculado al sostenimiento cotidiano de vínculos, afectos y tensiones familiares; y un desgaste mental, asociado a la carga permanente de la planeación, resolución de problemas y anticipación de necesidades ajenas. A diferencia del síndrome de Burnout desde un punto clínico, estas formas de punto agotamiento no suelen ser nombradas como malestar ni atendidas institucionalmente, sino naturalizadas como parte constitutiva de la feminidad y de las responsabilidades domésticas.

Asimismo, el *cansancio no dicho* dialoga con los planteamiento de Federici (2013), quien ha señalado cómo el trabajo reproductivo se naturaliza de tal manera que el cuerpo femenino aparece como un recurso inagotable de energía y disposición, así como con Hochschild (citada en Soto 2022), quien refiere que el trabajo emocional “tiene lugar cuando el rol laboral incluye entre sus prescripciones, algunas sobre las emociones que el individuo debe experimentar y expresar como parte de su trabajo” (2001, p.133). En este cruce, el cansancio no dicho permite nombrar no solo el desgaste físico, sino también el emocional y mental, mostrando cómo la normalización del agotamiento constituye una forma de violencia estructural que se inscribe en los cuerpos y subjetividades de las mujeres.

El silencio en torno a las emociones y al cansancio también puede leerse desde la noción de los *cautiverios* que propone Marcela Lagarde (2021), donde las mujeres se encuentran atrapadas en una red de deberes morales, afectivos y sociales que dificultan reconocer sus propias necesidades. Durante el trabajo de campo, varias

participantes expresaron que, aunque se sentían cansadas, tristes o sensibles, no consideran legítimo manifestar esos estados dentro de sus núcleos familiares, como lo que compartió Maricela Rodríguez (41 años):

Yo soy muy sensible, extremadamente sensible. Pero ya cuando tienes una vida en pareja tienes que acoplarte y aprender a sobrellevarte, siento que soy muy receptora, recibo los comentarios, las cosas, pero he aprendido a que no me lastimen, he aprendido a ser fuerte, a guardármelo para no hacer todo más grande. Es que mi esposo es cómo que me dice: “hay ya vas a llorar, lloras por todo”, y como que hasta eso pues, te hace sentir mal, (trabajo de campo, 2023).

O lo que expresó Bianca Bernal (56 años):

A veces siento desanimo, a veces decepción, como que, a lo mejor hasta coraje, se le junta a una todo, pero cuando lo digo, siento que no me valoran, o que no les importa, siento que para ellos estar cansada es algo normal, o me dicen ya se te va a pasar, a veces hasta me dicen que no llore. En lugar que de que me pongan atención, me den un cariño, pero no, así se queda, más que nada se me queda guardado, (trabajo de campo, 2023).

Así, las emociones quedan relegadas a un espacio de circulación restringida, tanto en lo social o de manera inmediata en lo familiar. El cansancio no dicho, en este sentido, opera al no manifestarse en estallidos, sino en un desgaste continuo, cotidiano, en un silencio que habita a través del cuerpo y de las emociones. De este modo se configura como un cansancio que también es estructurado por las desigualdades de género. Nombrar la existencia de un cansancio persistente, recoge la experiencia de las mujeres que, a pesar de sentir su cuerpo y su mente agitados, encuentran escasos o nulos espacios para expresarlos en completud.

Con el fin de sistematizar de manera analítica las formas en que el cansancio se manifiesta en las experiencias de las mujeres participantes, se presenta la siguiente tabla, construida a partir del análisis etnográfico. Esta sistematización no busca cuantificar la experiencia, sino ofrecer una lectura comparativa que permita observar cómo el cansancio corporal, emocional y mental se expresa de manera diferenciada (aunque entrelazada) en cada caso, atendiendo a su recurrencia, intensidad y centralidad en las narrativas.

TABLA 10. Manifestación del cansancio corporal, emocional y mental en las participantes

Participante	Cansancio emocional	Cansancio físico	Cansancio mental
Adriana López	Alto	Alto	Alto
Bianca Bernal	Alto	Medio	Bajo
Olga Ibáñez	Alto	Medio	Alto
Norma Rojas	Alto	Medio	Medio
Gisela Olin	Medio	Alto	Medio
Catalina Téllez	Medio	Medio	Bajo
Maricela Rodríguez	Alto	Alto	Medio
Maribel Valenzuela	Alto	Alto	Medio
Sara Valencia	Alto	Alto	Medio

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis etnográfico (2023-2024).

Como puede observarse, en cansancio emocional aparece como la dimensión más constante en prácticamente todas las participantes, incluso en aquellos casos donde el cansancio físico o la carga mental se expresa de forma moderada. Esto sugiere que el desgaste no se agota en el cuerpo ni en la sobrecarga organizativa, sino que atraviesa profundamente la esfera afectiva. A su vez, la presencia simultánea (aunque diferenciada) de estas tres dimensiones permite comprender el *cansancio no dicho* no como un fenómeno aislado, sino como un proceso relacional, encarnado y estructuralmente producido en el marco del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados.

El cansancio no dicho además de un estado fisiológico presente en el cuerpo, representa un silencio aprendido, este silenciamiento no se da únicamente hacia los otros, parejas, hijos e hijas, familiares, sino a sí mismas, “yo siento que algunas ocasiones es mi culpa por no hablar, pero es que a veces habiendo tanta familia me pregunto, ¿a quién le cuento?, no he encontrado a alguien que me escuche, que le

pueda contar mis sentimientos, porque a veces no hay confianza, a lo mejor estoy mal y me lo guardo”, (Sara Valencia, 61 años, trabajo de campo, 2023). Como lo muestran los testimonios, la feminidad entrega a las mujeres la capacidad para afrontar el trabajo doméstico y de cuidados, que supone deben estar preparadas para la empatía, la compasión, y la contención de la afectividad surgida de las relaciones sociales íntimas como son las que se generan dentro del hogar (Pavez, 2012), donde las mujeres aprenden a minimizar sus propios malestares y emociones, ya que este tiene un carácter moralizante, un mandato que las dispone a ocultar lo que sienten, seguir produciendo y cuidando aun en condiciones de agotamiento cotidiano, donde en algunas ocasiones el silencio es interiorizado, de un sacrificio naturalizado, o del “amor” que se da sin reconocimiento.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, se caracteriza por la invisibilidad del aporte a la economía, pero también del cansancio físico, de los afectos y del soporte emocional hacia sus familiares que se realizan en los hogares, y como lo menciona Edith Calderón (2014), “todo este conjunto de vivencias emocionales se torna significativas y culturales” (2014, p.23), donde la invisibilidad de estas experiencias, se relaciona con los mandatos de género que exigen a las mujeres abnegación, paciencia y resiliencia constante.

Este cansancio da cuenta y responde a una forma de organización social donde el cuerpo de las mujeres, es colocado al servicio de otros para su bienestar, sin retribución y sin reconocimiento o un soporte emocional recíproco para las mujeres. El cansancio no dicho también se materializa en la vida cotidiana a través de actos de autocontrol como minimizar molestias físicas, omitir reclamaciones y asumir múltiples responsabilidades simultáneamente, indicando que la carga afectiva y física es una de las características estructurales del trabajo doméstico, como lo relató Adriana López (58 años):

En muchas ocasiones mi esposo dice que yo solo pongo las manos y recibo el dinero, y que el sí sale a trabajar, que yo solo me quedo en la casa, y pues sí me siento mal, porque si gasto el dinero, pero es en los alimentos, en cosas para la casa, porque las cosas ya están muy caras y también tengo que hacer rendir ese dinero para que nos alcance, y el no ve todo eso, pero yo no quiero

pelear, a veces no me entiende y ya mejor no le digo nada, (trabajo de campo, 2023).

Asimismo, el cansancio no dicho, exige un deber de soporte permanente para los otros, donde también se depositan en las tensiones que atraviesan sus relaciones conyugales. Como se mencionó en el apartado etnográfico, varias participantes relataron situaciones de violencia, maltrato, o indiferencia por parte de sus esposos, diversos episodios y experiencias que suman a la fatiga corporal y al peso emocional. El acto de nombrar el cansancio, entonces se transformó en un acto político, ya que, dentro de las sesiones del taller de bordado, se abrió un espacio donde pudieron emerger, desde el acto de bordar y crear. No solo se representaban las rutinas del trabajo doméstico, sino también las emociones, cansancios, heridas y dolencias que las narrativas no siempre encuentran espacio de legitimación o logran transmitirse con tanta facilidad en sus hogares.

Imagen 7. Bordar contra las dolencias II



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

El bordado, como lenguaje visual, permitió expresar aspectos del trabajo doméstico que muchas veces escapan a la palabra verbalizada. El bordado se convirtió en un medio y soporte que hizo visible la ambivalencia entre sostener la vida de otros y el desgaste profundo que ello implica. El cansancio emocional, íntimamente ligado a los vínculos conyugales y familiares, pudo representarse como experiencia compartida y no como casos particulares ni aislados. Reconocer este cansancio no dicho, nombrarlo y tener un acercamiento a teorizarlo desde las voces de las mujeres, permite abrir caminos para disputar la naturalización de su desgaste y pensar en la posibilidad de otras formas de cuidado colectivo.

El cansancio en las mujeres es una constante, pero además es algo por lo que no deben quejarse, pues es su deber ser y en esto consiste la feminización de la responsabilidad (Bonavitta, 2020). Este cansancio constante y naturalizado, nos invita a repensar no solo las condiciones materiales del trabajo doméstico, sino también sus efectos subjetivos, su impacto en la salud física, emocional y mental, así como en la percepción de sí mismas, en las formas en que son (o no) reconocidas por otros y por ellas mismas. Así, el *cansancio no dicho* no se presenta como una categoría cerrada, sino como una propuesta analítica situada que busca nombrar una experiencia recurrente observada etnográficamente, abriendo posibilidades para seguir reflexionando sobre el desgaste invisible que sostiene la vida cotidiana.

4.2 Enfermedades, malestares físicos y emocionales normalizados en el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados

El cuerpo de las mujeres se convierte en el medio a través del cual se expresan, sostienen y regulan los afectos, además del sostén material del trabajo en el hogar, de esta forma la salud de las mujeres queda atravesada por las exigencias del trabajo doméstico y de cuidados, Eugenia Martin (2013), señala al respecto:

Los determinantes en la salud de las mujeres no obedecen únicamente a las diferencias derivadas del carácter rural/urbano de sus residencias, el grado de escolaridad y las características socioeconómicas de la familia, sino también influye la participación desigual de los géneros en las tareas de reproducción y en los mercados de trabajo (p.162).

Durante el trabajo de campo se obtuvo registro de que, siete de las nueve mujeres participantes del taller de bordado padecen enfermedades crónico-degenerativas, tales como diabetes mellitus, hipertensión arterial y/o problemas cardiovasculares, de las cuales cinco asisten a revisiones periódicas, y dos de ellas no tienen un seguimiento médico o chequeos regulares. Dichas condiciones de salud se ven atravesadas por el trabajo que realizan dentro de sus hogares, sin embargo, algunas participantes no lo relacionan de una manera directa, como es el caso de Adriana López (58 años):

No siento que lleve una doble carga de trabajo o que mi enfermedad lo sea para mí, porque siento que no estoy mal de mi cuerpo, porque voy a mis chequeos, tomo mi medicamento, soy muy cuidadosa al hacer mis quehaceres, no los hago rápido, y cada mes voy a revisión (trabajo de campo, 2023).

Cuando me siento mal me tomé un té o algún medicamento, a veces me duermo diez minutos, pero luego me levanto a hacer lo que me falta de quehacer, yo misma digo le voy a echar ganas, y en el transcurso se me olvida la enfermedad, yo misma me doy ánimos, no acudo a revisiones, pero trato de cuidarme, de comer bien, frutas, verduras (Bianca Bernal, 56 años, trabajo de campo, 2023).

En las narrativas de las participantes, la presencia de enfermedades como la diabetes o la hipertensión, no se percibe necesariamente como una carga vinculada al trabajo doméstico, sino como un trasfondo que convive con él sin interponerse. Los síntomas de dichas condiciones de salud parecen diluirse en la dinámica cotidiana, al punto de que el propio trabajo doméstico se convierte en una estrategia no intencionada de olvido o desplazamiento de la enfermedad.

Los padecimientos crónicos, como la diabetes o la hipertensión, son en su mayoría atendidos en el marco familiar cuando la sintomatología obliga a permanecer en cama o a interrumpir o des-organizar las labores cotidianas. En este caso la atención proviene principalmente de las hijas e hijos, y esposos, incluso en situaciones de malestar ellas refieren que solo se les cuida los primeros días, pero luego retoman sus labores como una forma de mantenerse activas y con ánimo, tal como lo relató Sara Valencia (61 años), “cuando me enfermo nada más un día me

cuidan, mi esposo o mis hijas, pero después que dejo de estar enferma me dicen no hagas esto o lo otro, pero yo no quiero que me cuiden más porque me enfermo más, que me digan siéntate y no hagas nada, porque yo ya estoy acostumbrada a moverme” (trabajo de campo, 2023).

Asimismo, Maribel Valenzuela (45 años) comentó, “cuando yo me enfermo me cuida mi marido, y el primer día me cuida, pero si son más días de reposo, yo me levanto, porque yo creo que si me dan más días me agarra más la enfermedad” (trabajo de campo, 2023), en este mismo sentido Bianca Bernal (56 años) expresó:

Cuando llego a recaer o me enfermo mis hijos me cuidan o mi hermana, son los únicos, me preguntan que tengo, me dicen vamos al doctor y ese día queda y me dicen no hagas nada, acuéstate un ratito, duérmete, ellos se organizan para hacer las cosas, el cuidado sí lo siento, pero al otro día digo no, yo me tengo que levantar, no me gusta estar en la cama (trabajo de campo, 2023).

Se observa que lejos de considerarlo perjudicial, lo refieren positivamente, pues mencionan que moverse, levantarse y cumplir con sus tareas evita el permanecer en cama ya que lo asocian a “enfermarse más”, en este sentido el trabajo doméstico opera no solo como obligación, sino también como un dispositivo que dota de sentido y motivación frente a las experiencias de enfermedades crónicas.

En contraste con la manera en que las enfermedades crónicas parecen desdibujarse con los quehaceres cotidianos, las participantes del taller compartieron la existencia de síntomas de manera cotidiana en sus cuerpos, quienes empataron como lo son al presentar dolor de cabeza, dolor de muelas, dolor de espalda, dolor de pies, tensiones musculares y un cansancio persistente, como lo expresó Gisela Olin (53 años):

Es cansado llevar un negocio, porque temprano tengo que escurrir el maíz para llevarlo al molino, pero un día antes tengo que ponerlo a cocer, acarrear agua, prender la leña, cargar el maíz, entrar y salir a ver que no se apague la lumbre, hacer otras cosas mientras se esta se está cociendo, eso es cansado. Eso me cansa mucho, y luego en la venta de tortillas tengo que estar de pie casi todo el tiempo, y luego todavía llegar a dar de comer en la casa. Muy seguido me duelen de pies, los brazos y manos porque todo el día

estoy trabajando con la máquina de hacer tortillas, y luego llegar a la casa a hacer lo que se pueda de mí que hacer, me duele la espalda, llego con ganas de no hacer nada, con ganas de llegar y solo dormir (trabajo de campo, 2023).

El dolor de espalda por cargar el maíz (para quienes se dedican a la elaboración y venta de tortillas hechas a mano), el desgaste en las manos tras horas en la máquina de hacer tortillas, el cansancio muscular acumulado o incluso dolores de muelas asociados al estrés aparecen como huellas concretas del trabajo doméstico y de cuidados cotidiano. Bianca Bernal (56 años), también compartió una serie de síntomas que asocia al quehacer cotidiano del trabajo doméstico, “de mi cuerpo si me siento cansada, hasta del pensar que voy a hacer de comer, de ir y venir por la comida me estresa, todo se junta, cuando no me duele aquí me duele allá, aunque una trate de estar activa, me duelen los pies, las manos de lavar, a veces hasta siento el dolor de estómago muy frecuente” (trabajo de campo, 2023).

Adriana López, relató al respecto:

Yo tengo que bajar los trastes al piso de abajo para lavarlos y es pesado para mí, bajarlos, lavarlos, subirlos, acomodarlos, cuando estoy muy cansada me da un sueño muy pesado, me duelen las rodillas de tanto ir y venir, como que en la espalda siento algo pesado, en mis hombros, como se me tensan, cuando me duermo ya me di cuenta que aprieto mucho los dientes yo creo del estrés y al otro día me duelen, o cuando me tocan los días más pesados y lavo los baños me duele la cintura y la espalda (trabajo de campo, 2024).

Si bien cada participante habla desde su experiencia personal, al escuchar estos síntomas o malestares cotidianos es posible reconocer que no son hechos aislados, sino una expresión, mismos que muestran cómo el trabajo doméstico y de cuidados repercute directamente en la salud de las mujeres.

Tabla 11. Malestares corporales y emocionales vinculados al trabajo doméstico no remunerado y de cuidado en mujeres de San Miguel Totoltepec

Tipo de malestar	N.º de participantes	Observación general
Dolor de cabeza	7	Relacionado con tensión y carga mental cotidiana.
Dolor de cuerpo (brazos, piernas, espalda)	8	Asociados a labores físicas del hogar y jornadas de trabajo extra doméstico.
Fatiga crónica	5	Cansancio persistente pese al descanso.
Ansiedad	6	Se manifiesta en nerviosismo o preocupación constante.
Estrés	7	Vinculado a la multiplicidad de responsabilidades.
Depresión	6	Situaciones derivadas de violencia o periodos de tristeza prolongada, desmotivación.

Fuente: elaboración propia a partir de trabajo de campo (2023-2024).

La tabla anterior refleja los síntomas y malestares más recurrentes señalados entre las participantes. A diferencia de las enfermedades crónicas, estos malestares son reconocidos por ellas mismas y experimentados dentro de su cotidianidad, pues los asocian directamente con la carga física y emocional del trabajo doméstico y productivo. En este sentido, los síntomas se convierten en indicadores del desgaste corporal y mental que acompaña sus jornadas, y al mismo tiempo dan cuenta de cómo el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados impacta en la salud de manera persistente.

Mabel Burín (1991 citada en Martín, 2013) realiza una propuesta para entender las condiciones y los procesos de salud-enfermedad, que implica considerar la noción de malestar como un fenómeno atravesado por una cultura de género. Desde ahí se configuran las representaciones de lo femenino y lo masculino, junto con las condiciones materiales que sostienen dichas prácticas sociales. Esto permite señalar que las experiencias cotidianas de las mujeres, en particular, en lo que refiere al trabajo doméstico y de cuidados, se desarrollan en marcos que reproducen la asimetría y desigualdad de los sexos.

Este conjunto de malestares es cotidiano, permanecen en un plano de normalización, en algunos casos, y que no solo se remiten a dolencias o síntomas físicos, sino también a estados emocionales como estrés, tensión emocional, irritabilidad, que derivan en depresión o ansiedad, los cuales se han manifestado en diversos periodos de sus vidas, tanto por ser las responsables del trabajo doméstico en su cotidianidad, así por la violencia conyugal que han experimentado. Norma Rojas (63 años), señaló que tras enfrentarse a situaciones de violencia comenzó a experimentar episodios de depresión:

Me dio esa depresión, esas enfermedades que te hacen sentir rara, triste, como que ya no le encuentras sentido a nada, la ansiedad también, y me dieron antidepresivos, porque se me fue el apetito y yo adelgacé bastante, y no comía yo y no me asentaba nada en el estómago. Es que antes cuando iba a la tienda o comprar algo, llegaba con los nervios, con miedo, porque mi esposo me preguntaba a dónde fuiste o dónde estabas y me volvió como histérica, me ponía mal, más cuando se emborrachaba porque era cuando más me maltrataba y me ofendía mucho (trabajo de campo, 2024).

La violencia doméstica también refuerza ciclos de desgaste, físico y psíquico. Por otra parte, el ejercicio constante del cuidado, cuando no se acompaña de apoyos materiales, emocionales o institucionales, puede derivar en un desgaste profundo tanto a nivel físico como a nivel emocional, lo que ha sido conceptualizado como el *síndrome del cuidador quemado*. Sandra Martínez (2020), detalla que en el “síndrome del cuidador quemado”, se encuentran presentes una serie de síntomas de quien cuida, como lo son el estrés, cansancio, falta de energía, indefensión, agotamiento continuo, dificultad de concentración, irritabilidad, insomnio, imposibilidad de relajarse, palpitaciones, cambios frecuentes de humor, apatía constante, tensión emocional y condiciones clínicas como ansiedad y depresión.

La noción de *síndrome de cuidador quemado* resulta pertinente, ya que concentra de manera clínica y descriptiva el conjunto de síntomas que siguen en constante invisibilización o no reconocidos en las experiencias de quienes ejercen el cuidado. Esta categoría permite, por tanto, exponer cómo el desgaste de las mujeres quienes además de ser responsables del trabajo doméstico sin retribución, son cuidadoras;

se traduce en una afectación sostenida de su salud, usualmente minimizada tanto por el ámbito familiar como institucional y social.

Ante la ansiedad o depresión, las mujeres de San Miguel Totoltepec mencionaron que prefieren llevar estos episodios en aislamiento, al contar con menores redes de apoyo o al sentir que dentro de su núcleo familiar se minimizan sus emociones o estados de ánimo, y para poder dar continuidad a sus actividades; el estrés por su parte, es frecuentemente desestimado o interpretado como una “queja”, pues se asume que el trabajo doméstico no amerita un desgaste suficiente como para justificarlo, con el fin de cumplir con las obligaciones y responsabilidades que les son atribuidas, y que encuentran espacios mínimos legítimos para ser nombrado. “A veces les digo a mis hijos me pasó esto o aquello y me dicen, “tómalo a la ligera, hay mamá con una cosita y ya te pones sentimental, te pones mal”, entonces pienso, mejor para qué lo digo mejor me lo guardo, aunque en ocasiones si necesito sacarlo” (Bianca Bernal, 56 años, trabajo de campo, 2023).

O cómo lo refirió Maribel Valenzuela (58 años):

A veces no me reconocen todo el esfuerzo que hago, dicen “hay cómo te vas a cansar si nada más fue poquito lo que hiciste”; yo le digo a mi marido a veces tu piensas que eres el único que trabaja, el único que te cansas, pero aquí yo también me canso. Sí me callo sentimientos, hay momentos en que quisiera salir y gritar, pero no puedo. Cuando lloro me voy a donde no me vean, siento que me van a decir, “hay ya deja llorar, de estar exagerada, que no van a aceptar mis sentimientos” (trabajo de campo, 2023).

O como lo describió Adriana López (58 años), “cuando me canso creo que lo digo, pero no me creen, ven que voy, vengo, lavo los trastes, limpio la mesa y no me dicen “oye te voy a ayudar, cargar mucho te hace daño”; no lo dicen, es lo que emocionalmente me deprime, me causa daño, porque no te apoyan, nadie dice “yo los lavo”, los lavan cuando quieren y hasta que quieren (trabajo de campo, 2023). En suma, los malestares o síntomas normalizados evidencian una asimetría de la carga de género en la vivencia y expresión de los mismos, así entre el silenciamiento, la minimización, los síntomas no expresados, se configura un campo donde el cuidado no siempre se ofrece equitativamente a las mujeres, ni se

reconoce, reproduciendo la desigual distribución del trabajo, del derecho al descanso y al cuidado.

El cansancio crónico, las dolencias físicas, los silencios emocionales dan cuenta de una corporalidad afectada por las exigencias de este trabajo, donde diversas mujeres habitan cuerpos cansados y sobre exigidos. El carácter no expresado de estos síntomas responde, en gran medida, a la naturalización del sacrificio de las mujeres, menoscabando su salud física y psicológica

El silenciamiento de las emociones también tiene consecuencias directas y se ve reflejada en el cuerpo, la experiencia de las situaciones de salud en las mujeres que realizan trabajo doméstico no remunerado y de cuidados constituye un campo de análisis complejo, donde el malestar físico y emocional se entrelaza con las condiciones estructurales de género, clase y desigualdad social. Asimismo, las enfermedades y los síntomas presentes no interrumpen del todo las labores, sino que se integran en ellas, continuando con el desempeño de labores domésticas y de cuidado, Eugenia Martin (2013), apunta que:

El orden simbólico tradicional de los géneros arraigado de manera profunda en la mayoría de las culturas, asigna unilateralmente a la mujer como responsable del cuidado de los hijos, de su salud y en general de todo el grupo doméstico. Esta construcción cultural del género femenino afecta la capacidad de autoatención de las propias mujeres, éstas olvidan o posponen sus propias necesidades y deseos, afectando con ello su salud física y emocional (p.163).

Un aspecto diferencial que resaltó respecto a los hombres (miembros de sus familias, en específico con sus esposos), es que algunas participantes empataron que cuando sus esposos enferman, a diferencia de ellas estos se recuestan, toman reposo y demandan cuidados inmediatos, mientras que ellas, aún sienten la obligación de continuar, “siento que a veces mi esposo, y los esposos de mis hermanas, de mis conocidas, se detienen con la enfermedad, para una enfermedad se quejan mucho, y de todo, y una en cambio, aunque esté enferma, se levanta al quehacer, a dar de comer (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2023). Zolla y Mellado (1995 citados en Martin, 2013), refieren sobre el análisis del papel

protagónico de las mujeres en las situaciones de salud dentro el ámbito doméstico con sus grupos familiares, donde si bien se encargan del cuidado y bienestar de las y los demás, las enfermedades de las propias mujeres ocupan un lugar secundario con respecto a las necesidades de salud, por ejemplo, en comparación con las infancias y/ o adultos mayores o los conyugues.

Se refiere entonces, una situación subalterna de la enfermedad femenina, ya que este desplazamiento no solo es una cuestión de práctica, sino de una expresión de las jerarquías de género que estructuran el cuidado y las condiciones de salud. Las enfermedades crónico-degenerativas, sumadas a los síntomas y malestares sentidos a través del trabajo constante y estados emocionales complejizan el panorama reflejando tensiones además de la responsabilidad de sostener el hogar. Los malestares y los síntomas se experimentan, en este sentido, como un proceso relacional, que afecta la forma de estar con las y los demás y de organizar el tiempo de la vida diaria que hace evidente este menoscabo a sus condiciones de salud que se sostiene bajo un marco afectivo de entrega y de continuidad en sus labores domésticas.

4.3 Hacer en nombre del amor

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados ha encontrado justificación bajo el argumento del amor, el discurso amoroso que bajo el uso de este afecto sostiene las diferencias de género, al prescribir a las mujeres en un papel central en la atención y cuidado de los otros como muestra incondicional del mismo, Silvia Federici (2013), señala que el hacer por amor ha sido el mecanismo más eficaz del patriarcado y del capitalismo para asegurar que las mujeres realicen de manera gratuita labores indispensables para la reproducción de la vida; donde el amor aparece como elemento central que justifica esta carga.

Marcela Lagarde (2021), por su parte, retoma esta discusión al mostrar cómo el mandato de ser madres amorosas y mujeres abnegadas convierte el sacrificio en virtud, transformando la renuncia y el desgaste en atributos y expectativas hacia las mujeres. En este sentido, problematizar el hacer en nombre del amor, permite

cuestionar también los mandatos de género que legitiman este discurso, lo romantizan y lo naturalizan tal como si fuera una cualidad inherente a las mujeres.

Durante el trabajo de campo, las mujeres de San Miguel Totoltepec, señalaron que el cuidado hacia hijos, hijas, nietos y nietas, adultos mayores, (miembros que forman parte de su núcleo familiar) se vive como una práctica atravesada por el amor y el afecto. Esta entrega, además de ser una forma de demostrar amor (principalmente) cariño y afecto hacia sus familiares, se convierte en aquello que estructura y dota de sentido a sus días “yo a pesar de todo hago las cosas por amor, porque quiero que esté bien mi familia, mi casa, yo lo hago por misma, por ese amor que les tengo” (Maribel Valenzuela, 45 años, trabajo de campo, 2024), evidenciado también una legitimación del sacrificio.

El amor emerge en los testimonios como un campo atravesado por tensiones, que relatan la entrega cotidiana hacia los hijos, las parejas o los familiares se sostiene “por amor”, “yo quiero mucho a mis hijos, todo en cuanto hago hasta tenderles su cama es por amor a ellos, aunque no hagan cosas por mí, esa es mi manera de expresarles mis sentimientos, con mis actos, porque yo quiero que ellos salgan adelante”(Bianca Bernal, 56 años, trabajo de campo, 2024); también como una fuerza íntima que otorga sentido y continuidad a sus vidas. Sin embargo, este amor no puede ser leído únicamente en clave afectiva o emocional, sino como una categoría socialmente construida que ha operado de manera histórica. Tal como lo señala Marcela Lagarde (2021), el amor femenino ha sido moldeado como deber, un sentimiento convertido en obligación, que naturaliza la idea de que son las mujeres quienes deben cargar con la responsabilidad de sostener la vida doméstica.

La noción de hacer en nombre del amor, muestra la tensión existente entre el afecto y opresión, si bien las mujeres expresan con ternura la dedicación a cuidar y procurar a sus hijos e hijas, nietos y nietas, e incluso a sus esposos, también revelan, en sus silencios y en su cansancio, la carga de sostener una estructura desigual, donde el acto de amar se tergiversa pues esta atravesado por relaciones de poder que lo convierten en justificación de la desigualdad. Así, pues, hacer en nombre del amor, no puede entenderse únicamente como una elección afectiva ni

como un sentimiento dado, que, sin dejar de restarle importancia a los sentires, también se muestra como un mandato de género es un determinante de cómo y cuándo las mujeres deben cuidar. Este mandato sostiene la desigualdad y naturaliza el desgaste, incluso cuando ellas mismas reconocen el desgaste presente, tanto físico como emocional y mental que implica.

Esta doble dimensión del amor, como sentimiento genuino y como imposición social, constituye una ambivalencia fundamental, el amor como sentido y motor, y por otro nombra la falta de valoración y reconocimiento a sus labores, sin deslegitimar la autenticidad de un afecto, “yo creo que el amor se demuestra con actos, no solo decirles a los hijos que se les quiere sino demostrarlo, ni modo que no les haga la comida, cuando llegan cansados del trabajo, porque sé que también se cansan, porque a veces digo, pues yo no trabajo, bueno no tengo un sueldo, entonces por lo menos les lavo su ropa (Adriana López, 58 años, trabajo de campo 2024), revelando así que el amor también se traduce en actos concretos de disposición y servicio que refuerzan la noción de cuidar, alimentar y sostener el hogar son pruebas de afecto.

Tabla 12. Ambivalencia del hacer en nombre del amor: acciones y significados para las mujeres de San Miguel Totoltepec

Ejemplo de acción	Significado otorgado por las participantes	Sentido de género y cuidado
Cocinar y preparar alimentos para la familia	“Es porque los quiero, y quiero que estén bien”.	Se naturaliza como labor femenina ligada al amor.
Cuidar a adultos mayores	“Amo a mi mamá y es mi deber como hija”.	El amor se mezcla con el mandato moral y filial
Mantener la casa limpia y en orden constantemente	“Para que ellos descansen y encuentren limpio”.	El orden se vuelve muestra de amor y sacrificio.
Levantarse temprano para ayudar o alistar para el trabajo y/o la escuela de familiares	“Mis hijos también trabajan, entonces en eso puedo ayudarles”.	El amor se demuestra en acciones de disponibilidad constante.
Atravesar constantes situaciones de violencia	“Lo hice por mis hijos, yo nos los quería ver sufrir”.	El amor justifica la tolerancia a episodios de violencia.

Fuente: elaboración propia a partir de trabajo de campo (2024-2025).

La tabla anterior muestra cómo el realizar actividades domésticas y de cuidados se entrelaza, en este sentido, con hacer en nombre del amor, y cómo se manifiesta en la vida de las mujeres como un fenómeno ambivalente. Reflejando obligaciones que ellas asumen y cargas que fragmentan sus tiempos, por otro lado, se convierte en una fuente de sentido motivación y valoración de su propia importancia, como lo relató Maribel Valenzuela (45 años):

Cuando tallo mi baño bien con jabón y huele rico, me dicen ahora si limpiaste y se ve bonita la casa, luego me dicen “como no encontraran todos los días así de limpio”, (eso sería si me ayudaran), pero siento bonito cuando me dicen eso, porque encuentran bonita la casa, o cuando cocino mi esposo me dice “te quedo bien rica la comida”, y me emociono porque les gusta, porque los quiero (trabajo de campo 2024).

Así, el sentido del amor también opera como horizonte de significado, evidenciando la complejidad de sus experiencias en el trabajo doméstico y de cuidados. La antropología del género nos permite reconocer esta ambivalencia no como contradicción menor, sino como parte estructural de las experiencias de las mujeres en contextos de desigualdad. Tal como los sostiene Bonavitta (2020), el trabajo doméstico ha sido sosteniendo como un no-trabajo, además de una actividad de cuidado, obligatoria para el género femenino, como estandarte de la constitución fundacional de una mujer, “cuando este compromiso se asume, no sucede solamente por una determinación genética, se trata también de un acto social cargado de significados, interpretaciones, sentimientos y comportamientos que están definidos culturalmente” (Hernández, 2016, p.47). Donde los vínculos afectivos en el hogar suelen estar ligados a la concepción legitimada de que las mujeres realizan labores domésticas, cuidan y atienden por amor, una obligación desinteresada y naturalizada como parte de los roles femeninos que deben cumplir.

La comparación con el campo religioso es ilustrativa, ya que, aunque existen algunos mandatos que enuncia la religión y que fungen como medio de control y/o disciplina como institución, para las mujeres creyentes es también un espacio dotado de sentido y refugio. De manera similar, el amor en la vida doméstica opera como doble registro, una estructura de disposición y carga, pero también refugio

emocional que otorga sentido y horizonte a la vida cotidiana, permitiendo comprenderla en su complejidad; no solo se trata de mandato, ni solo de afecto, sino de una intersección donde la experiencia afectiva se ve condicionada por expectativas sociales.

Jelin, (1994, citada en Flores y Tena, 2014) refiere, que esta tensión se entreteje con la exaltación de la virtud femenina como cuidadora, obediente, entregada, que es reforzado tanto en la religión, como por el modelo familia nuclear de carácter tradicional, algunos de estos aspectos han configurado estrategias familiares de cuidado, donde la consanguinidad y los lazos de parentesco se asumen como criterios centrales para delegar a las mujeres la responsabilidad de hacerse cargo del trabajo doméstico y de cuidados. En este sentido, resulta fundamental no reducir a un mero “mandato del discurso amoroso”, pues ello implicaría despojar a las mujeres de la agencia que ejercen al sostener los afectos, vistos como un motor vital. Tampoco puede ignorarse su dimensión estructural, ya que de lo contrario se corre el riesgo de naturalizar la desigualdad que reproduce. Es aquí donde se torna importante reconocer simultáneamente la autenticidad del sentimiento y el peso del mandato, la agencia de las mujeres y las limitaciones impuestas por un orden social que capitaliza su capacidad de amar.

Conviene subrayar también, que el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, no puede entenderse como una disposición natural de las mujeres, sino como un trabajo complejo que exige energía física, atención y tiempo sostenido, supone además destrezas y estrategias cotidianas. Este reconocimiento no busca negar la legitimidad e importancia de los afectos, sino politizarlos mostrando cómo lo que parece puramente íntimo e individual es también un espacio que se sostiene con cansancio, frustración y contradicciones, donde se reproducen desigualdades, pero también se generan resistencias.

Los resultados de esta investigación confirman la hipótesis planteada en tanto muestran que el trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidados continúan siendo asignadas mayoritariamente a las mujeres a través de roles y mandatos de género profundamente naturalizados, sostenidos desde los vínculos

familiares, los procesos de enculturación y los afectos; que las colocan como principales responsables del sostenimiento de la vida cotidiana. Estas prácticas no sólo se organizan desde una división sexual del trabajo históricamente construida, sino que también se legitiman mediante narrativas que asocian el cuidado con la feminidad, el amor y la entrega.

No obstante, el análisis etnográfico permitió complejizar esta hipótesis al evidenciar que estas experiencias no se viven únicamente como imposiciones estructurales, sino como procesos ambivalentes en los que coexiste el afecto, el cansancio físico, emocional y mental, así como formas cotidianas de agencia, negociación y resistencia. En este sentido, el trabajo doméstico no remunerado y las tareas de cuidados aparecen no sólo como un espacio de desigualdad, sino un terreno donde las mujeres producen sentidos, resignifican sus prácticas y construyen estrategias para habitar un orden social que, aunque las condiciona, no agota sus capacidades de acción.

4.5 Capacidad de agencia, resistencia y resignificaciones: el caso de taller de bordado

La agencia, como lo menciona Scott (1999, citada en Cuevas, 2014), puede entenderse como la voluntad de construir una identidad, una vida, un entramado de relaciones y una sociedad con ciertos límites, que al mismo tiempo establecen fronteras, abren espacios para la reinterpretación, la resistencia y la creación de nuevas posibilidades. Tratándose de una práctica situada que se ejerce en tensión con las estructuras, a través de actos de negación, negociación e imaginación.

Desde esta perspectiva, la agencia no implica autonomía plena frente a las estructuras sociales, sino la posibilidad de actuar dentro de ellas. Aun cuando los límites sociales delimitan el campo de acción, estos no cancelan la capacidad de las personas de resistir, reinterpretar su experiencia y producir sentidos alternativos.

Hablar de agencia, dentro de las diversas dimensiones en que se presenta el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, tal como menciona Ana Cuevas (2014), permite analizar las narrativas, así como los mecanismos que se ponen en marcha

para resistir y modificar mecanismos de dominación masculina. La agencia pues, está presente en aquellas prácticas cotidianas que reconfiguran significados, en aquellas decisiones cotidianas que permitieron a las mujeres participes del taller de bordado, situarse en un tiempo destinado para ellas; tomar unos minutos de más dentro del taller para bordar, organizar las labores domésticas para acudir al mismo, negociar tiempos y actividades con sus esposos e hijos e incluso al nombrar lo que había permanecido silenciado como lo fueron los episodios de violencia o sus sentires y pensares, a tomar la decisión de continuar con espacios colectivos por y para ellas, y en la posibilidad de dotar de sentido a experiencias que han sido relegadas.

El taller de bordado fue concebido inicialmente como una estrategia metodológica orientada a facilitar la narración y la construcción colectiva de relatos en un espacio de confianza. Sin embargo, durante su desarrollo, emergieron dinámicas que trascendieron el propósito inicial, las participantes comenzaron a apropiarse del espacio, fortaleciendo vínculos de confianza e intimidad, en la construcción de redes de mujeres, que se acompañaron entre sí y generaron sus potencias a partir de los encuentros, las posibilidades, las discusiones y las reflexiones “en esos espacios, privados y seguros, se atreven a contar lo que sienten, qué las ha cansado, qué les da temor aún y sus pequeñas-grandes victorias personales” (Bonavitta, 2020, p.12), constituyendo un hallazgo etnográfico que permitió comprender la agencia no como una intención programada, sino como una práctica que se despliega en la interacción y en la construcción colectiva de espacios propios.

El acto de bordar posibilitó evocar fragmentos de la infancia, la adolescencia y los sueños truncados, pero también de la posibilidad de proyectar deseos y anhelos a futuro, “me gustaría estudiar así ya de grande la primaria o la secundaria, o aprender de estilista o hacer si quiera un pantalón, estudiar corte y confección, yo le corto el pelo a mi esposo y a mis nietos entonces creo que sí sería buena para eso, si me gustaría aprender más” (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2023), mostrando que la agencia de las mujeres apertura a pensar en nuevas posibilidades.

El bordado, tradicionalmente se ha visualizado como una labor femenina dentro del hogar; bordar en colectivo, entonces se convirtió en un gesto subversivo al mostrar que las mujeres no son sujetos pasivos, ya que la elaboración de los libros textiles no significó producir para la casa ni para el mercado, sino crear por y para ellas mismas, “me gustan estas reuniones porque convivimos con otras personas, y a lo mejor nos falta platicar más anécdotas y convivir más, pero la amistad cuenta mucho, y eso es bueno, me da gusto estar aquí, y bordar”(Olga Ibáñez, 55 años, trabajo de campo, 2023), “ya cuando termino cada página del libro es satisfacción y digo apoco eso yo lo hice, me sorprende mucho todo lo que bordamos, lo que más me gusta de venir al taller, es desestresarme de todo” (Catalina Téllez, 62 años, trabajo de campo, 2023).

La resistencia se manifestó en esos mismos gestos que desafían, de manera sutil pero significativa, transgredir los mandatos de género que las confinan en lo que se ha considerado el espacio privado. Así como las resignificaciones que aparecen con prácticas asociadas tradicionalmente a lo “femenino”, como el acto de bordar, dejan de entenderse únicamente como labores domésticas o decorativas y se transforman en medios de expresión. Como sostiene Pál Pelbart (2019, citado en Bonavitta, 2020), resistir no consiste apenas en decir no, sino en inventar, reinventarse, crear nuevos efectos, nuevos preceptos, nuevos posibles, nuevas posibilidades. En el ser y estar con otras, también se plantean nuevas maneras posibles de cuidar y ser cuidadas.

A través de la práctica, se fueron generando redes de confianza, donde las conversaciones iniciaban con preguntas técnicas, “¿cómo haces esa puntada?”, “¿qué color de hilo usaste para esa figura?”, pero se expandían hacia relatos más íntimos sobre la carga del trabajo doméstico, la maternidad, la violencia, el cansancio acumulado o la falta de reconocimiento.

Imagen 8. El bordado como práctica de agencia



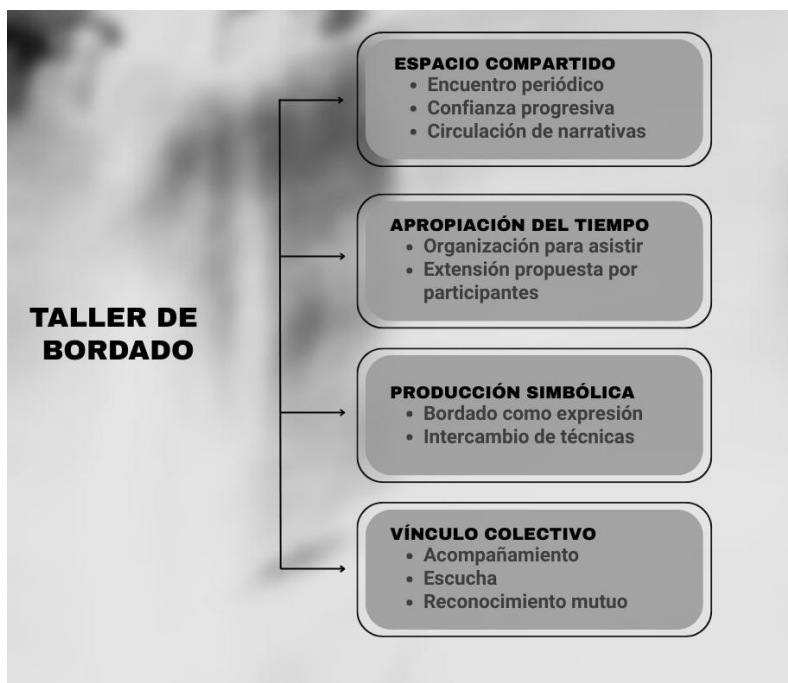
Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

Asimismo, se torna preciso subrayar que estas experiencias de agencia no eliminan las tensiones estructurales, sin embargo, permiten vislumbrar otros modos de reconfigurar el espacio doméstico y los cuidados. La capacidad de agencia en lo que se refiere a esta investigación no trata de idealizar las prácticas creativas, sino de reconocerlas como gestos concretos frente a roles, estereotipos y mandatos de género que son naturalizados para las mujeres.

Galindo (2024), refiere los círculos de bordado como un laboratorio de resignificación, donde el cuidado puede ser pensado desde otras lógicas, colectivas, compartidas y menos ligadas al sacrificio íntimo, ya que cuando se ejerce la agencia ya sea de manera individual o colectiva, se desafían los estereotipos y las normas de género y se buscan nuevas formas de ser y actuar, siendo este un modo de hacer visible la condición que representa llevar a cabo el trabajo doméstico y de cuidados.

El bordado como ejercicio de expresión y escritura, tanto privada como pública, permite comprender lenguajes textiles y vivenciales mediante los cuales es posible conectarse, cuidarse y acompañarse (Pérez-Bustos & Chocontá, 2018; citada en Tapia, 2021). “Del taller me quedo con una bonita experiencia, porque ustedes nos comparten todo lo que trae su corazón” (Gisela Olin, 53 años, trabajo de campo, 2023); “me gustó mucho la convivencia, porque casi siempre estoy sola, no tengo como que, a nadie, para platicar, aparte de mis hijas, no tenía a más personas con quien convivir” (Maricela Rodríguez, 41 años, trabajo de campo, 2023). Donde fue posible visualizar otras dimensiones del cuidado a partir del taller, cuidado del espacio, del tiempo, del cuerpo y de la palabra; de espacio de contención emocional, de escucha y la creación de comunidad, ofreciendo un contraste con el aislamiento que a menudo acompaña el trabajo doméstico.

Diagrama 3. Dimensiones de la agencia en el taller de bordado



Fuente: elaboración propia a partir de trabajo de campo (2023).

El diagrama anterior ilustra las distintas formas de agencia que emergieron dentro del taller de bordado, asimismo, los libros textiles, permitieron documentar sus experiencias, su interpretación y las ofrecían a otras para ser vistas, leídas, sentidas y compartidas, el bordado se documentó como un archivo sensible del trabajo

doméstico, desde cada subjetividad. Pensar así, el bordado como una labor que construye y sostiene redes y relaciones colectivas, como una labor cuidadosa también de las relaciones afectivas que se configuran entre las bordadoras (Pérez Bustos & Márquez, 2015). “Yo he sufrido muchos golpes, tuve depresión, pero yo creo que se quita un poquito con este tipo de reuniones, aquí platicamos un ratito, y eso vale mucho también, para escuchar y aprender una de otra” (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2023).

A partir de esta práctica textil, las actividades realizadas dentro del espacio doméstico también comenzaron a ser descritas y compartidas en una narrativa colectiva, que habilitó el reconocimiento mutuo de llevar a cabo las actividades domésticas, asimismo los bordados fueron expresando la cotidianidad donde también el espacio doméstico fue experimentado como un espacio de creación continua dentro del taller. Al momento de tener los libros textiles terminados las participantes se mostraron emocionadas de aquello que pudieron crear, e interesadas de lo que cada participante elaboró, reconociendo su creatividad y dedicación, como lo señaló Maribel Valenzuela (45 años):

Significó mucho porque me animé a bordar, yo sentía que no sabía muy bien, me inspiró, me dio un ratito para mí, además de que cuando veían mis bordados sentía bonito, y emoción porque mis compañeras del taller cosen muy bonito, y la verdad yo no había tenido una convivencia así, y me gustaría que siguiéramos, porque seguimos aprendiendo (trabajo de campo, 2023).

El bordado permitió narrar lo que no siempre se dice, o aquello que, como el mismo trabajo doméstico, permanece en lo ajeno, en lo invisible. Arias-López (2017) refiere que:

Las mayores transformaciones se presentan en el ámbito micro político, donde logran reconocer y reescribir sus múltiples historias, nombrarse desde diversas posiciones y agenciar nuevas subjetividades, no atadas a modelos de dependencia, sino a proceso de afirmación propia, individuales y colectivos, donde el tejido actúa como opción para liberar, no para sujetar. Esto tiene que ver con una orientación que problematiza los aspectos éticos y políticos del cuidado: las personas no son objetos de cuidado sino sujetos creativos que tienen capacidades de construir vínculos, pensar y emocionarse (2017, p. 68).

Imagen 8 Foto collage del taller de bordado



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

Durante las sesiones previas al término oficial del taller de bordado, las participantes propusieron de manera autónoma continuar con la actividad, aun cuando estas reuniones ya no formaran parte de la investigación. Este planteamiento inicial evidencia un hallazgo de capacidad de agencia, ya que las mujeres lograron organizarse, planificar y diseñar tiempos propios de encuentro, “para seguir compartiendo, aprendiendo puntadas y seguir bordando, seguir conviviendo y compartiendo, escuchar nuestras vivencias” (Catalina Téllez, 62 años, trabajo de campo 2023).

Posteriormente, durante un periodo aproximado de tres meses, algunas de las participantes continuaron reuniéndose, incorporando nuevas técnicas de tejido y pintura en tela, estas acciones reflejan la expansión del alcance del taller como parte de su agencia al generar y sostener espacios colectivos.

4.4 ¿Cuándo podrán ya no hacer?

Imagen 10. Bordado del trabajo doméstico II



Fuente: F.C.F, trabajo de campo, 2023.

La pregunta que da título a este apartado abre un horizonte hacia la reflexión, ¿cuándo dejará de recaer sobre las mujeres la carga principal del trabajo doméstico sin remuneración y de cuidados? Diana Hernández (2022), señaló que, en 2020, las tareas domésticas y de cuidados o apoyos en el hogar requirieron de una inversión de 452 millones de horas, en el caso de México. Para 2021, esta cifra tuvo un aumento a 459 millones, y para los años siguientes según las proyecciones de ONU Mujeres, esta cantidad podría dispararse y alcanzar números sin precedentes, develando una carga generacional para las mujeres, quienes continúan siendo las mayores responsables de realizar este trabajo.

Estas proyecciones nos llevan a la pregunta “¿cuándo podrán ya no hacer?”, misma que no es solo personal o vinculada únicamente al espacio privado, sino estructural, se trata de roles, estereotipos y mandatos de género que atraviesan generaciones, además de pensar en un Estado que sea garante de derechos y reconocimiento a

este trabajo. Como ha señalado Marcela Lagarde (2021), el trabajo de cuidados se naturaliza en nombre del amor y se coloca como un deber esencial de las mujeres, invisibilizando su valor económico y social. En la misma línea, Silvia Federici (2013), recuerda que el trabajo reproductivo ha sido históricamente expropiado bajo la lógica del capitalismo, sin reconocimiento ni redistribución.

Donde es urgente el reconocimiento de la contribución de las mujeres a la economía en sus distintas escalas, como lo es el caso del trabajo doméstico sin remuneración, y a partir de ello elaborar alternativas de desarrollo con equidad donde las acciones de cuidado jueguen también un papel sustantivo (Pautasii, 2010, citada en Enríquez, 2014). Por ello, pensar en un futuro donde la carga dimensional de este trabajo no recaiga única o mayoritariamente en las mujeres, como principales responsables del trabajo doméstico y de cuidados, requiere más que voluntades individuales, transformaciones profundas en los sistemas de género, económicos y políticos.

Durante el trabajo de campo, cuando se planteó esta pregunta, las respuestas evidenciaron tanto la crudeza de la experiencia como la obligación asumida de un deber ser aprendido en torno a estas labores, “cuándo ya esté enferma y ya no pueda, a lo mejor ya deje de cuidar y entonces ya me cuiden a mí” (Olga Ibáñez, 56 años, trabajo de campo, 2024), “cuando de verdad ya no pueda moverme, cuando ya no me dé el cuerpo, hasta ese entonces voy a seguir haciendo el quehacer de la casa y cuidar de mis hijos y de mis nietos” (Norma Rojas, 63 años, trabajo de campo, 2024); “nunca, toda mi vida, todo lo que me queda de vida, yo creo que voy a seguir haciendo labores domésticas” (Maricela Rodríguez, 41 años, trabajo de campo, 2024).

Estos testimonios resuenan en lo que Marta Lamas (1996) menciona al señalar que la desigualdad de género no solo está en las instituciones, sino también en las subjetividades y los imaginarios que las mujeres reproducen, muchas veces como parte de su identidad y del afecto hacia los demás. Esta interrogante devela la urgencia de seguir cuestionando las estructuras que naturalizan la desigualdad y de reflexionar sobre futuros donde el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados no sea una carga exclusiva, un destino inevitable.

CONCLUSIONES

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, constituye una condición estructural para la reproducción social, aun cuando permanece desigualmente distribuido y escasamente reconocido. Abordar este fenómeno desde una perspectiva antropológica y de género permitió desnaturalizar las desigualdades que suelen presentarse como diferencias “normales” entre hombres y mujeres, evidenciando su carácter histórico, cultural y estructural.

La presente investigación partió de la necesidad de problematizar el trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, no como un ámbito privado o secundario, sino como un eje estructural que organiza la vida social y como propósito analizar la cotidianidad de este mismo en mujeres del barrio de San Miguel Totoltepec, atendiendo particularmente a la forma en que dicho trabajo se organiza, se distribuye y se experimenta emocional y corporalmente. A partir de un enfoque etnográfico el estudio buscó comprender no solo la carga objetiva de actividades, sino los significados, tensiones, malestares y formas de agencia que emergen en la vida cotidiana.

En este sentido, los hallazgos muestran que el trabajo doméstico se sostiene mediante una disponibilidad continua, entendida como una disposición permanente hacia las necesidades de otros. Esta disponibilidad no se reduce a la ejecución de actividades específicas, sino que implica una organización como una práctica repetitiva, intensiva y multifuncional demandando atención física, emocional y mental constante, donde el tiempo propio se fragmenta, configurando jornadas extendidas en las que el descanso aparece como escaso o condicionado.

De manera articulada, uno de los aportes centrales de esta investigación es la conceptualización del *cansancio no dicho* como forma de malestar interiorizado que se normaliza en la experiencia cotidiana del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, donde este cansancio se incorpora como parte esperable del rol femenino, dificultando su reconocimiento como efecto de una organización desigual.

Esta organización produce efectos corporales y emocionales que tienen a normalizarse. Durante las narraciones emergieron malestares recurrentes (dolor corporal, cansancio constante, ansiedad, estrés y episodios de depresión), lo cuales no siempre son nombrados explícitamente como consecuencia del trabajo doméstico, pero que se vinculan con el desgaste acumulativo que implica la sobrecarga. Dichos efectos se intensifican cuando se entrecruzan con experiencias de violencia y precariedad económica, evidenciando que la desigualdad se inscribe materialmente en los cuerpos.

Cabe preguntarse, preguntarse entonces, ¿a quién beneficia esta organización? En primer lugar, a un sistema económico que descansa en la reproducción cotidiana de la vida sin asumir plenamente los costos materiales y emocionales que ello implica. Asimismo, esta organización beneficia al Estado, que históricamente ha delegado el cuidado en el ámbito y familiar, descargando sobre las mujeres responsabilidades que deberían ser asumidas de manera colectiva e institucional. La ausencia o insuficiencia de políticas públicas integrales en materia de cuidados se sostiene, en gran medida, sobre la presunción de que siempre habrá mujeres disponibles para garantizar la reproducción de la vida. Al mismo tiempo, esta organización fortalece un orden patriarcal en tanto mantiene a las mujeres en una posición de disponibilidad constante limitando su autonomía, su tiempo y sus posibilidades de participación plena en otros espacios sociales. Esta disponibilidad constante no anula la agencia de las mujeres, pero sí delimita sus márgenes de acción, restringiendo el acceso pleno a espacios de decisión, creación y participación social.

Al mismo tiempo, el análisis etnográfico permitió identificar que el amor constituye un eje organizador del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados. Lejos de negarlo, las mujeres lo reconocen como una fuerza que impulsa prácticas de sostén y acompañamiento cotidiano. Sin embargo, también fue posible observar que ese sentimiento opera como un dispositivo cultural que legitima la sobrecarga y naturaliza la responsabilidad femenina del cuidado.

En particular, el amor maternal ha sido históricamente configurado como un mandato incuestionable, asociado al sacrificio ilimitado y a la disponibilidad

permanente. Esta construcción no niega la profundidad del vínculo afectivo, pero sí impone una expectativa moral de entrega total que dificulta el reconocimiento del cansancio y del deseo propio. Cuestionar esta asociación no implica negar el amor, sino problematizar su vínculo automático con el sacrificio constante.

Por otra parte, incorporar el análisis de las emociones permitió complejizar la comprensión del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados. Las emociones no operan como experiencias puramente individuales o biológicas, sino como disposiciones socialmente aprendidas. Las mujeres son socializadas para asumir la responsabilidad emocional del hogar (cuidar, acompañar, escuchar, preocuparse y sostener afectivamente a otros. En contraste, los hombres no son interpelados con la misma intensidad a asumir esta carga afectiva, lo que produce una distribución desigual no solo del trabajo material, sino también del trabajo emocional.

Incorporar el análisis de las emociones permitió complejizar la comprensión del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados más allá de su dimensión cuantificable, ya que no solo implica actividades medibles en tiempo, sino una carga afectiva constante que organiza la vida cotidiana. Analizar las emociones hizo visible cómo el amor, la culpa, la preocupación y el cansancio no dicho funcionan como mecanismos que sostienen y legitiman la desigualdad. En este sentido, atender a las emociones para comprender cómo la disponibilidad femenina se reproduce no solo a través de normas externas, sino mediante procesos afectivos interiorizados.

En relación con la agencia, el taller de bordado constituyó un hallazgo etnográfico significativo. Concebido inicialmente como estrategia metodológica para facilitar la narración y generar confianza el espacio fue progresivamente apropiado por las participantes, la propuesta de extender su duración y continuidad autónoma posterior evidenciaron formas situadas de organización y encuentro. No se trató de un dispositivo diseñado para producir transformación estructural, sino de un espacio donde emergieron prácticas concretas de apropiación del tiempo, del espacio y del intercambio colectivo. En este sentido, la agencia no se manifestó como ruptura radical del orden doméstico, sino como espacio de capacidad de negociación,

organización y creación de espacios propios dentro de límites estructurales persistentes.

Analizar el trabajo doméstico y de cuidados desde la antropología del género permite comprender cómo estas labores son asignadas de manera desigual y legitimadas a través de mandatos culturales que organizan la vida social. Esta perspectiva no solo visibiliza la división sexual del trabajo, sino que permite identificar los matices mediante los cuales las mujeres negocian, resisten y reconfiguran parcialmente esos mandatos.

Investigar las experiencias de las mujeres continúa siendo relevante en tanto las desigualdades de género persisten y se instalan en distintos ámbitos. En el caso del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, la inserción femenina en el espacio laboral remunerado no ha implicado una redistribución proporcional de estas responsabilidades, lo que mantiene jornadas extendidas y sobrecarga acumulativa.

Desmontar los preceptos culturales que conciben el cuidado como una tarea sencilla o innata resulta fundamental, ya que esta percepción invisibiliza la complejidad, el tiempo y el desgaste físico, emocional y mental que implica sostener la vida cotidiana. La naturalización del cuidado no solo desvaloriza estas labores, sino que legitima su asignación desigual y contribuye a la normalización del cansancio y del agotamiento.

Asimismo, esta organización no se limita al ámbito privado, sino que se produce de manera intergeneracional, configurando aprendizajes y expectativas diferenciadas para hijas e hijos. Pensar el cuidado como una responsabilidad colectiva implica también cuestionar estos mandatos de género y reconocer que el sostenimiento de la vida no puede recaer exclusivamente en las mujeres.

En este sentido, ampliar el debate sobre el cuidado exige considerar también el papel de las instituciones y del Estado en la construcción de políticas públicas integrales que reconozcan y redistribuyan estas responsabilidades de manera justa. Como lo mencionan Flores y Tena, (2014):

Enfocar de este modo el problema de los cuidados pasa también por considerarlos como un derecho, donde los cuidados incluyen el derecho de cada persona a ejercerlos en condiciones de calidad, a recibir cuidados y también a cuidar de sí, lo que cierra el círculo de una estricta ética de cuidado como política social que resignifica el concepto de justicia que lo enmarca (p. 38).

Apostar por una mirada crítica implica reconocer la potencia de los estudios cualitativos para visibilizar experiencias que suelen permanecer en los márgenes de las métricas; escuchar, narrar dichas experiencias permite evidenciar la urgencia de una redistribución del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados, así como la necesidad de su reconocimiento. Donde la redistribución no puede desligarse de la voluntad política ni de la construcción de marcos institucionales que lo reconozcan como un derecho, el derecho a cuidar y a ser cuidado.

Esta investigación no pretende enunciar una verdad totalizante, sino ofrecer un acercamiento situado a las experiencias de las mujeres que sostienen cotidianamente la reproducción de la vida. Las voces aquí recuperadas muestran que el trabajo doméstico no remunerado se inscribe en los cuerpos, en las emociones y en los tiempos, configurando tramas subjetivas que históricamente han sido relegadas del análisis social.

Desde la antropología, aún queda mucho por cuestionar, por indagar, por tensionar y por deshilar. Este trabajo se suma a los esfuerzos por complejizar la comprensión del cuidado sumando las dimensiones afectivas, corporales y políticas; porque en las narrativas, en los gestos, en los silencios y en los bordados también habita el conocimiento. En este sentido, constituye una invitación a continuar problematizando el trabajo que sostiene la vida y que, pese a su centralidad, permanece insuficientemente reconocido. A seguir apostando por metodologías que dignifiquen las experiencias de las mujeres, no desde la idealización sino desde el reconocimiento crítico de su agencia, sus límites, sus pliegues y sus resistencias.

BIBLIOGRAFÍA

Abasolo, O. (enero-marzo,2010). DIÁLOGO: Mari Luz Esteban e Isabel Otxoa. *El debate feminista en torno al concepto de cuidados*. Boletín ECOS, (10). https://www.fuhem.es/media/cdv/file/biblioteca/Boletin_ECOS/10/DIALOGO_Esteban_Otxoa_sobre_cuidados.pdf

Abenshushan, V. et al (2023). Disolutas (a ante cabe con contra) las pedagogías de la crueldad. En Jauregui, G. (Coord). *Tsumani*, Editorial Sexto Piso.

Águila, N., & Laterra, P. (2013). La redistribución de las tareas domésticas, ¿Realidad o ficción? Aportes sobre la importancia del trabajo doméstico y de cuidados no remunerado para la reproducción de la fuerza de trabajo. En *VII Jornadas de Jóvenes Investigadores*. Instituto de Investigaciones Gino Germani, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.

Aguilar Montes de Oca, Y. P., Valdez Medina, J. L., González-Arratia López-Fuentes, N. I., & González Escobar, S. (2013). Los roles de género de los hombres y las mujeres en el México contemporáneo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 18(2), 207-224.

Amilpas, M. (2022). Cuidados. En A. Samaniego & E. Torres (Comps.), *Léxico de las Ciencias Sociales en la Pandemia*. (Col. Letras sin papel). Universidad Autónoma de Chiapas.

Amorós, A (1995). División sexual del trabajo. En C. Amorós, *10 palabras clave sobre la mujer* (pp. 55-84). Editorial Verbo Divino.

Arnal, J., Del Rincón, D., & Latorre, A. (1992). *Investigación educativa. Metodologías de investigación educativa*. Labor.

Arias-López, B. E. (2017). Entre-tejidos y Redes. Recursos estratégicos de cuidado de la vida y promoción de la salud mental en contextos de sufrimiento social. *PROSPECTIVA. Revista De Trabajo Social E Intervención Social*, (23), 51–72. <https://doi.org/10.25100/prts.v0i23.4586>

Arteaga, N., (2005). Una aproximación sociohistórica de la pobreza en tres comunidades de México. *Revista Mexicana de Sociología*, 67(4), 661-685.

Asociación de Academias de la Lengua Española. (2010). *Diccionario de americanismos*. <https://www.asale.org/damer/xocoyotl>

Ayuntamiento de Toluca. (2023, 05 de marzo). *Comunicado núm. 177/2023*. <https://www2.toluca.gob.mx/comunicado-num-177-2023/>

- Basaglia, F. (2015). En M. Lagarde y de los Ríos. *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Siglo XXI Editores.
- Barbieri, T. D. (1993). Sobre la categoría género: una introducción teórico-metodológica. *Debates en Sociología*, (18), 145-169. <https://doi.org/10.18800/debatesensociologia.199301.006>
- Benería, L. (2019). Reproducción, producción y división sexual del trabajo. *Revista De Economía Crítica*, 2(28), 129–152. <https://revistaeconomiacritica.org/index.php/rec/article/view/245>.
- Bericat, E. (2000). La sociología de la emoción y la emoción de la sociología. *Papers*, (62), pp. 145-1476,
- Bogantes, J. (2008). Violencia doméstica. *Medicina Legal de Costa Rica*, 25 (2).
- Bonavitta, P. (2020). Cuidados (invisibles) y cuerpos para otros. Un estudio de caso de mujeres de Córdoba, Argentina. *Cuadernos Inter.c.a.Mbio Sobre Centroamérica Y El Caribe*, 17(2), e43759. <https://doi.org/10.15517/c.a.v17i2.43759>.
- Bourdieu, P (2000). *La dominación masculina*. Editorial Anagrama.
- Brito, M. (2024). División sexual del trabajo: Espacio público, espacio privado, espacio doméstico. En H. Moreno & E. Alcántara (Coords.) *Conceptos clave en los estudios de género*, (tomo I pp.90-110). Ú-topicas.
- Butler, J. (2007). *El género en disputa. El feminismo y la subversión de la identidad*. Editorial Paidós.
- Calderón Rivera, E., (2014). Universos emocionales y subjetividad. *Nueva Antropología*, XXVII(81), 11-31.
- Campillo, F., (2000). El trabajo doméstico no remunerado en la economía. *Nómadas (Col)*, (12), 98-115.
- Castellanos, D; & Castaño, D.C. (2022). Bordando afectos: Subjetividad y trueque entre redes de mujeres. *Revista CS*, 38, 222-251. <https://doi.org/10.18046/recs.i38.5118>.
- Castellanos. G. (1994). Introducción. Género, discursos sociales y discursos científicos. En G. Castellanos, S. Accorsi & G. Velasco (Comps.) *Discurso, género y mujer* (pp. 9-18). Centro de estudios de género, Mujer y Sociedad.
- Castro, R. (2024). Violencia de género. En H. Moreno, & E. Alcántara, E. (Coords.), *Conceptos clave en los estudios de género* (pp. 405-422). Editorial Ú-Tópicas.

Cobo, B. en. Amorós, C. De Miguel, A. (Eds). (2005). Teoría Feminista: de la ilustración a la globalización. De los debates sobre el género al multiculturalismo. Minerva Ediciones. Madrid.

Cobo, R. (1995) Género. En C, Amorós, *10 palabras clave sobre la mujer* (pp. 55-84). Editorial Verbo Divino.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe CEPAL, (s/f). *Sobre el cuidado y las políticas de cuidado*. <https://www.cepal.org/es/cuidado-politicas-cuidado>.

Cuevas, A. (2014). Madres solas: el sentido de la soledad y proceso de agencia. En Cuevas, A. (Coord.) *Familias, género y emociones. Aproximaciones interdisciplinarias*. (pp. 73-102), Universidad de Colima, Juan Pablos Editor.

Delfino, A., Herzfeld, C., & Arrillaga, H. (2018). Trabajo no remunerado y uso del tiempo en la Argentina de principios del siglo XXI. *Sociedad y economía*, (34), 167-184. <https://doi.org/10.25100/sye.v0i34.6477>.

De Beauvoir, S. (1949). *El segundo sexo*. Vintage Books.

Delgado, Y. (2008). El sujeto: Los espacios públicos y privados desde el género. *Revista Estudios Culturales*. 1(2), julio-diciembre.

Del Valle, Teresa (2000). *La organización del tiempo y del espacio: análisis feminista de la ciudad*. Universidad del País Vasco.

Del Valle, T. (2012) Tirando del hilo: Ejemplo de crítica feminista en antropología. En C. Gregorio & M. Castañeda (Coords.) *Mujeres y hombres en el mundo global. Antropología feminista en América Latina y España* (pp-93-109). Siglo XXI editores.

Díaz, C. (2023). Carga mental doméstica: Estar a cargo también es carga. *Comunidad Mujer, Boletín* (53) julio.

Dorantes Soria, M., (2010). El código Techialoyan de San Pedro Tototepec y los conflictos por la tierra en el siglo XVII. *Contribuciones desde Coatepec*, (19), 31-59.

Dorantes, O., Martínez, C. & Ramírez, I. (1999). *Monografía Delegacional de San Pedro Totoltepec*. H. Ayuntamiento de Toluca.

Emporo, E. (2024). *La experiencia de las mujeres de Santa María del Monten el mundo del trabajo doméstico*. (Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de México). Repositorio UaeMéx.

Enríquez, R. (2014). Las emociones y el cuidado en las familias con miembros envejecidos. En Cuevas, J. (Coord.) *Familias, género y emociones. Aproximaciones interdisciplinarias*. Universidad de Colima, Juan Pablos Editor.

Espinosa, M., et al., (2021). *Diccionario de los cuidados: Un enfoque universal e incluyente*. Oxfam. https://oxfamMexico.org/wp-content/uploads/2022/06/DICCIONARIO-DE-CUIDADOS_OXFAM_20junio.pdf.

Exigen vecinos de San Miguel Totoltepec inspección a Bonafont. (2021, 11 de noviembre). *AD Noticias*. <https://adnoticias.mx/exigen-vecinos-de-san-miguel-totoltepec-inspeccion-a-bonafont/>

Federici, S. (2013). *Revolución en punto cero. Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas*. Editorial Traficante de sueños

Federici, S. (2017). Economía feminista entre movimientos e instituciones: posibilidades, límites, contradicciones. En Carrasco, C., & Díaz, C. (Eds.). *Economía feminista: desafíos, propuestas, alianzas*. Entre pueblos.

Federici, S. (2022). *Mas allá de la periferia y la piel. Repensar, reconstruir y recuperar el cuerpo en el capitalismo contemporáneo*. Ediciones Corte y Confección.

Fernández Poncela, A. M. (2011). Antropología de las emociones y teoría de los sentimientos. *Versión. Nueva época*, 26, 1-24.

Fernández, A. (1993). *La mujer de la ilusión*. Paidós.

Fernández, L. (2005). Género y Mujeres Académicas: ¿Hasta dónde la equidad? En Blázquez y Flores (Ed.). *Ciencia, Tecnología y Género en Iberoamérica*, (pp. 331-352).

Ferraris, S. A., & Martínez Salgado, M. (2022). El sostenimiento de la vida: Trayectorias de trabajo remunerado y no remunerado de mujeres en México. *Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México*, 8, e883. <https://doi.org/10.24201/req.v8i1.883>.

Flores Ángeles, R. L., & Tena Guerrero, O. (2014). Maternalismo y discursos feministas latinoamericanos sobre el trabajo de cuidados: un tejido en tensión. *Iconos. Revista de Ciencias Sociales*, 50, 27-42.

Galeana, P. (Coord.), (2024). *El estado y la sociedad frente a los cuidados*. UNAM.

Galindo, S. (2024). Tejiendo resistencia: agencia y perspectiva de género ante el sistema de dominación de las mujeres. *Uno diverso. Revista de complejidad en ciencias sociales y humanidades*. 4(4). <http://doi.org/10.54188/UD/03/A/03>.

García, R. (2023). *Trabajo de cuidados no remunerados realizados por madres académicas en el espacio privado durante la pandemia por COVID-19 en la Ciudad*

de México, un análisis desde la geografía feminista. (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México). Repositorio UNAM.

GIRE, (2022). Promesas sin cumplir: derechos reproductivos y laborales de las trabajadoras del hogar en México 2021. 2. Panorama del trabajo del hogar remunerado en México. <https://promesas-sin-cumplir.gire.org.mx/02-panorama-del-trabajo-del-hogar-remunerado-en-mexico/>

Gobierno del Estado de México, (1993). *Ley orgánica municipal del Estado de México* (última reforma 24 de mayo de 2024). <https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/leyvig/leyvig022.pdf>.

González Rosas, G. I. (2020). Bordar, sentir, pensar: Un espacio de bordado feminista en Salvatierra, Guanajuato. *H-ART. Revista de historia, teoría y crítica de arte*.

Harris, Marvin. (1990). *Antropología Cultural*. Alianza Editorial.

Heller, A. (1980). *Teoría de los sentimientos*. Fontamara.

Hernández, A. L. (2016). Cuidar se escribe en femenino: Redes de cuidado familiar en hogares de madres migrantes. *Psicoperspectivas, individuo y sociedad*. 15,3, (p.46-55).

Hernández, D. (2022, 09 de diciembre). En 2025, México alcanzará niveles sin precedentes en la demanda de tareas de cuidado. *Cimanoticias. Periodismo con perspectiva de género*. <https://cimacnoticias.com.mx/2022/12/09/en-2025-mexico-alcanzara-niveles-sin-precedentes-en-la-demanda-de-tareas-de-cuidado/>.

Instituto Nacional de Geografía y Estadística, (2023). Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE) https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/envipe/2023/doc/envipe2023_mex.pdf.

Instituto Nacional de Geografía y Estadística, (2023). Cuenta Satélite del Trabajo no remunerado de los hogares de México (CSTNRHM) 2023. Comunicado de prensa número 680/24 25 de noviembre de 2024. <https://www.inegi.org.mx/programas/tnrh/2018/>.

Instituto Nacional de Geografía y Estadística, (2010). Compendio de información geográfica municipal de los Estados Unidos Mexicanos, Toluca, México. https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos_geograficos/15/1106.pdf.

Instituto Nacional de Geografía y Estadística (2020, 08 de octubre). Comunicado de Prensa núm. 458/20: *Resultados de la encuesta nacional sobre uso del tiempo*. (ENUT,2019).https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2020/ENUT/Enut_Nal20.pdf.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía, (2020). México en Cifras. <https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/?ag=151060112#collapse-Resume>.

Instituto Nacional de Geografía y Estadística (2022). Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares, ENDIREH 2021. Principales resultados Estado de México.

INMUJERES, (s/f). *Glosario. Trabajo no remunerado*. <https://campusgenero.inmujeres.gob.mx/glosario/terminos/trabajo-no-remunerado#:~:text=El%20trabajo%20no%20remunerado%20es,salario%20o%20ingreso%20a%20cambio>.

Instituto Nacional de las Mujeres. (2024). Guía, ¿cómo cuidarme mientras cuido?. Gobierno de México. http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/Guia_Como_cuidarme_cuido.pdf.

Jacobo, Frida E. (2022). Las emociones en la etnografía. Revisión de propuestas para un registro etnográfico de la dimensión emocional. En Jacobo, F.E. & Martínez-Moreno, M. (Coords.), *Las emociones de ida y vuelta. Una experiencia etnográfica, método y conocimiento antropológico* (pp. 29-47) UNAM.

Lagarde, M. (2021) *Los cautiverios de las mujeres. Madresposas, monjas, putas, presas y locas*. 2a. Ed. Siglo XXI editores.

Lagarde, M. (2023). *Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres*. Siglo XXI editores.

Lamas, M. (1986). La antropología feminista y la categoría género. *Nueva Antropología*, vol. VIII, 30, pp. 173-198.

Lamas, M. (1999) Usos, dificultades y posibilidades de la categoría género. *Papeles de Población*, 5, pp. 147-178. Universidad Autónoma del Estado de México.

Lamas, M. (2013). *El género, la construcción cultural de la diferencia sexual*. Porrúa-UNAM.

Lamas, M. (2014). *Cuerpo, sexo y política*. Editorial Océano.

- Le Breton, D. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Nueva Visión.
- Martín, A. (2021). *Antropología del género. Culturas, mitos y estereotipos sexuales*. 9a. ed., Ediciones Catedra Universitaria de Valencia.
- Martín, E. (2013). *Doble jornada, estrés y enfermedad. Relatos de vida de mujeres académicas en la ciudad de México*. (Tesis de doctorado, Escuela Nacional de Antropología e Historia). Repositorio ENAH.
- Martínez, M. & Rojas, O. (2016). Estudios demográficos y urbanos, 31, 3 (93), pp. 635-662.
- Martínez, S. (2020). Un paciente con síndrome del cuidador quemado. *REV CLÍN MED FAM* ; 13(1): 97-100.
- Mazariegos, H. (2022). El diario de campo encarnado, apuntes para una propuesta metodológica para el estudio de las emociones desde y con el cuerpo. En Jacobo, F.E. & Martínez-Moreno, M. (Coords.), *Las emociones de ida y vuelta. Una experiencia etnográfica, método y conocimiento antropológico* (pp. 29-47) UNAM.
- Mead, Margaret. (1935). *Sexo y temperamento en tres sociedades primitivas*. Routledg.
- Mead, M. (1993) *Adolescencia, sexo y cultura en Samoa*. Editorial Planeta-De Agostini. (Obra original publicada en 1928).
- Méndez, M. C, & López Carré, E. (2009). Un acercamiento hacia la caracterización del mercado potencial del aeropuerto de la Ciudad de Toluca, Estado de México. *El Periplo Sustentable*, (17), 55-71. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=193414420003>.
- Moncó, B. (2011). *Antropología del género*. Editorial Síntesis.
- Montes de Oca, E. (2001). *El reparto de tierras en el municipio de Toluca*. El Colegio Mexiquense, A.C.
- Murillo, F. J. y Martínez-Garrido, C. (2010) *Investigación etnográfica*. Madrid: UAM.
- Observatorio de Igualdad de Género de América Latina y el Caribe (OIG) (2012). *Los programas de transferencias de ingresos, la protección social, la autonomía y el trabajo de las mujeres*, Santiago de Chile, CEPAL-Naciones Unidas.
- Ochoa, M. (2007). *Límites de la pobreza: desigualdad y exclusión de las mujeres jefas de familia* (Tesis doctoral, Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social). Repositorio CIESAS.

Ortner, Sherry. (2006). Entonces, ¿es la mujer al hombre lo que la naturaleza a la cultura? *Revista de Antropología Iberoamericana*, 1, 1, p.p 12-21.

Pateti Y., (2007). Escuela y corporeidad femenina: la cuestión del género en el desarrollo motor de la mujer. *Educere*, 11(38), 455-460.

Pavez, A. (2012). Género y emociones en el ejercicio de la ciudadanía. En C. Gregorio & M. Castañeda (Coords.) *Mujeres y hombres en el mundo global. Antropología feminista en América Latina y España*, (pp-322-333). Siglo XXI editores.

Peralta Martínez, C., (2009). Etnografía y métodos etnográficos. *Análisis. Revista Colombiana de Humanidades*, (74), 33-52.

Pérez Padrón, D. (2020). El trabajo del hogar y su regulación en América Latina. Un estudio comparado. *Revista Latinoamericana De Derecho Social*, 1(37), 95–119.

Pérez, A. (2005). Economía del género y economía feminista ¿conciliación o ruptura? *Revista Venezolana de estudios de la mujer* .10 ,24.

Pérez-Bustos, T., & Márquez Gutiérrez, S. (2015). Aprendiendo a bordar: Reflexiones desde el campo sobre el oficio de bordar y de investigar. *Horizontes Antropológicos*, 21(44), 279-308.

Phillip, C. (2006). *Antropología Cultural*. McGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA.

Ramírez de Garay, R. M. (2025). Trabajo doméstico y de cuidados, ¿cuánto tiempo le dedican los varones mexicanos? *DIVULGARE Boletín Científico De La Escuela Superior De Actopan*, 12(23), 12–25. <https://doi.org/10.29057/esa.v12i23.13888>.

Rangel, Y. (2024). Implicaciones de la feminización de la vejez en la demanda, la carga y la distribución de los cuidados en Galeana, P. (Coord). *El estado y la sociedad frente a los cuidados*. (pp.425-442). UNAM.

Rea, D. (2002) *Fruto*. Ediciones Antílope.

Reyes & Pérez, (2014). Cuando el cambio climático nos alcanzó: emociones, género y familia. En Cuevas, A. (Coord.) *Familias, género y emociones. Aproximaciones interdisciplinarias*. (pp. 181-212). Universidad de Colima, Juan Pablos Editor.

Robles Ortega, R. (2005). Violencia doméstica y resistencia. Un problema de opresión y desafío. *Nósis. revista de ciencias sociales y humanidades*, 15(28), 129-146.

RODRIGO AGULLÓ, J. (20123). Concepto y formas de trabajo: Influencia de los cambios socioeconómicos y tecnológicos. *Revista Crítica de Relaciones de Trabajo, Laborum*. 6 (97-119).

Rodríguez, A. (2012) Cuidados, dependencias y relaciones de género: algunos nuevos interrogantes. En C. Gregorio & M. Castañeda (Coords.) *Mujeres y hombres en el mundo global. Antropología feminista en América Latina y España* (pp-93-109). Siglo XXI editores.

Rodríguez, C. (2015). Economía feminista y economía del cuidado. Aportes conceptuales para el estudio de la desigualdad. *Nueva Sociedad*, 256, ISSN: 0251-3552.

Rodríguez, Z. (2014). Socialización, valores y emociones en torno al amor y la sexualidad en dos generaciones de mujeres. En Cuevas, A. (Coord.) *Familias, género y emociones. Aproximaciones interdisciplinarias*. (pp. 39-72). Universidad de Colima, Juan Pablos Editor.

Rubin, Gayle. (1986). El tráfico de mujeres. “Notas sobre la economía política del sexo”. *Revista nueva antropología*, 30, (95-145). UNAM.

Sánchez, S. A. (2019). Inventario del Archivo Parroquial de San Pedro Apóstol Totoltepec, Toluca, Estado de México, México. *Apoyo al Desarrollo de Archivos y Bibliotecas de México, A. C.*, pp. 10-11.

Sánchez, A. R. (2019). Introducción a la perspectiva de género. *Unidades de Apoyo para el Aprendizaje*. CUAED/FES Acatlán-UNAM. <https://uapa.cuaed.unam.mx/sites/default/files/minisite/static/168909b9-cb66-4cae-b4c7-7ab84751e5d6/Introduccion-a-la-perspectiva-de-genero/index.html>.

Scott, Joan W. (1998). El Género: una categoría útil para el análisis histórico, en Marta Lamas (Comp), *El género, la Construcción cultural de la diferencia sexual*. Porrúa-UNAM.

Secretaría de las Mujeres del Estado de México; Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI); Instituto de Información Geográfica, Estadística y Catastral del Estado de México (IGECEM). (2022). Atlas de Género del Estado de México. <https://atlasdegenero-semujeres.edomex.gob.mx/>.

Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (2024). Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública <https://www.gob.mx/sesnsp>.

Sagato, R. (2003). *Las estructuras elementales de la violencia*. Universidad Nacional de Quilmes.

Serret, E. (2008) Qué es y para qué es la perspectiva de género. *Libro de texto para la asignatura: perspectiva de género en educación superior*. Instituto de la Mujer Oaxaqueña del Gobierno Constitucional del Estado de Oaxaca.

Soto, P. (2024). Espacio y género: problemas, momentos y objetos en H. Moreno & E. Alcántara (Coords.) *Conceptos clave en los estudios de género*. (Tomo I, pp.90-110). Ú-topicas.

Soto, V. (2022). Cuerpos y Emociones en Trabajadoras al Cuidado Protector de la Niñez. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*.40, 69-82.

Sousa Santana, V. (2012). Empleo, condiciones de trabajo y salud. *Salud Colectiva*, 8, 101-106 Universidad Nacional de Lanús Buenos Aires.

Stolcke, V. (1996). Antropología del género. El cómo y el porqué de las mujeres. En Prat, J. y Martínez, A. (Eds.). *Ensayos de antropología cultural*. Ariel.

Stolcke, V. (2004). La mujer es puro cuento: La cultura del Género. Estudios Feministas. *Revisita de Estudios Feministas, Florianópolis* (pp. 69-95). Universidad Autónoma de Barcelona.

Tapia, M. (2021). *Entre bordar y ser mujeres: habitar el cuerpo a través de los hilos*. (Tesis de posgrado) Repositorio Universidad de Chile.

Tras lluvias, habitantes de San Miguel Totoltepec viven entre aguas negras. (2021, 03 de septiembre). *El Universal*. <https://www.eluniversal.com.mx/metropoli/tras-lluvias-habitantes-de-san-miguel-totoltepec-viven-entre-aguas-negras/>.

Urrea, F. (1994). La categoría de género en las ciencias sociales contemporáneas. En G. Castellanos, S. Accorsi & G. Velasco (Comps.) *Discurso, género y mujer* (pp. 49-76). Editorial Facultad de Humanidades, Centro de estudios de Género, Mujer y Sociedad.

Varela, N. (2005). *Feminismo para principiantes*. Penguin Random House Grupo Editorial.

Vega Montiel, A., (2007). Por la visibilidad de las amas de casa: rompiendo la invisibilidad del trabajo doméstico. *Política y Cultura*, (28), 173-193.

Velasco, L. (2024). Cambios en las políticas sobre cuidados y familiarización del trabajo de cuidados en México de 2018 a 2023. *Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México*, 10, e1128. <http://dx.doi.org/10.24201/reg.v10i1.1128>.

Velásquez, M. (2021). *Sexo-género y patrones culturales en Santa Ana Ixtlahuatzingo, Tenancingo*. (Tesina de licenciatura Universidad Autónoma del Estado de México). Repositorio UaeMex.

Vite, M. (2023). *Sororidad, autocuidado y empoderamiento: Un análisis de la apropiación del espacio laboral por parte de las mujeres estudiantes*. (Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Querétaro, Facultad de Artes). Repositorio UAQ.

Zicavo, M. (2013). La construcción cultural de la corporalidad femenina; *Universidad Nacional de Lanús*; Perspectivas metodológicas; 1; 13; 12.

ANEXOS

Anexo no.1 Cronograma del taller de bordado

SEMANA/TEMA	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 5	SEMANA 6	SEMANA 7	SEMANA 8
Presentación del taller de bordado y de las integrantes.	07/07/23							
¿Qué es ser mujer?		14/07/23						
¿Qué representa el trabajo doméstico y las tareas de cuidado?			21/07/23					
Uso del tiempo				28/07/23				
Autocuidado					11/08/23			
Emociones y cansancio			.			18/08/23		
Fotobordado			.		.		25/08/23	
Cierre del taller								01/09/23

Anexo no 2. Galería fotográfica del taller de bordado

Esta galería reúne algunas páginas de los libros textiles elaborados por las mujeres de la subdelegación de San Miguel Totoltepec como parte de la presente investigación.

La galería puede consultarse en línea en el siguiente enlace:
<https://www.behance.net/gallery/243486677/A-bordando-dialogos-remendando-dolencias>