

VIII. VIOLENCIA SILENCIADA EN ABUELAS CUIDADORAS DE NIETOS: UNA REFLEXIÓN DESDE LA SALUD COLECTIVA

ISAÍ ARTURO MEDINA FERNÁNDEZ
DONOVAN CASAS PATIÑO
ALEJANDRA RODRÍGUEZ TORRES

INTRODUCCIÓN

EL SER ABUELA cuidadora de nietos cumple un rol esencial en el sostenimiento familiar, asumiendo responsabilidades sin apoyo ni reconocimiento institucional; esto es debido a los cambios demográficos, sociales y cultura, donde se refleja desigualdades de género y envejecimiento con sobrecarga, donde el amor convive con el desgaste, evidenciando la necesidad de visibilizar y dignificar su labor.

Este fenómeno sucede ante la falta de apoyo público para el cuidado, lo que obliga a las madres en situación vulnerable a recurrir a abuelas que enfrentan condiciones aún más precarias. Esta realidad refleja una compleja red de opresiones que requiere ser analizada desde la interseccionalidad, ya que sus identidades combinan factores de vulnerabilidad, exclusión social y violencia estructural que profundizan su situación de desprotección y sobrecarga (Jiménez-Pelcastre *et al.*, 2025).

El panorama de las abuelas cuidadoras de nietos en el 2022 señaló que, alrededor de 32 millones de personas realizaban labores de cuidado, lo que representa el 28.1% de la

población, siendo 24 millones mujeres y 7.9 millones hombres. Estas tareas se dirigían principalmente a niños, adolescentes, personas con discapacidad, con cuidados temporales y adultos mayores (Hurtado Vega, 2021). Los infantes de hasta 5 años fueron el grupo más atendido (99%), seguidos por niñas y niños de 6 a 11 años (93%), adolescentes de 12 a 17 años (65.9%), personas con discapacidad o dependencia (61.5%) y, finalmente, personas adultas mayores (22.4%) (INEGI, 2023).

En México, la Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022 del INEGI indica que el 7.6% de los niños de 0 a 5 años y el 6.7% de los menores de 0 a 17 años son cuidados principalmente por sus abuelas. Estas cifras reflejan la importante participación de las mujeres mayores en el sistema informal de cuidados, especialmente en hogares monoparentales o de bajos recursos.

Dentro de las características de esta vulnerabilidad del cuidador mexicano corresponde a una persona de sexo femenino, mayor de cincuenta años, hija o cónyuge del dependiente. Los cuidadores familiares dedican catorce horas diarias a esta labor, presentando más ansiedad, depresión, así como peor salud física que los no cuidadores (Hurtado-Vega, 2021).

Esta situación sucede en muchas comunidades latinoamericanas; las abuelas son personas muy importantes en la familia, de forma especial en el cuidado de los nietos. Esta situación, que parece un gesto dulce, en realidad oculta fenómenos como el abuso, sobrecarga y un trato injusto hacia las mujeres. Sin embargo, se ha naturalizado este tipo de violencia por que está relacionado con la satisfacción del cuidado, pero existe una paradoja que también genera un desgaste en la salud.

En este orden de ideas, el cuidado de las abuelas cuidadoras aunque en apariencia resulta positivo para todos, parece ser contradictorio o irracional, al examinarse con mayor profundidad puede revelar una verdad oculta o invitar a la reflexión (Kotsias, 2017), no obstante, ese mismo compromiso puede convertirse en una causa de desgaste, ya que mien-

tras mayor es la dedicación, mayor es también el riesgo de agotamiento, es por ello que es necesario tener una mirada desde la salud colectiva de este problema de la actualidad.

La salud colectiva plantea una reflexión crítica sobre cómo se entiende la salud de la población desde un enfoque médico-social, es decir que no está basado en los modelos epidemiológicos tradicionales; por ello, propone nuevas alternativas que permitan transformar estructuralmente la forma en que se produce la salud, basándose en el enfoque de la determinación social (Donovan *et al.*, 2025).

Ahora bien, desde la mirada antes referida, la paradoja entre la satisfacción y la sobrecarga en abuelas cuidadoras de nietos revela tensiones estructurales: encuentran sentido y afecto en el cuidado, pero enfrentan agotamiento físico y emocional. Esta doble carga evidencia desigualdades sociales e invisibilizan el rol femenino en redes informales de cuidado familiar y que puede estar influenciado por la determinación social de la salud.

Es importante señalar tal determinación social de la salud, según el enfoque de epidemiología crítica latinoamericana, es un proceso complejo e integral que analiza la salud enfermedad como producto histórico-social. Integra dimensiones estructurales, grupales e individuales y rechaza una visión fragmentada centrada en estilos de vida y riesgos aislados (Sánchez *et al.*, 2018).

Teniendo en cuenta lo anterior, esta situación de las abuelas cuidadoras de nietos refleja cómo la determinación social configura su salud, al exponerlas a violencia estructural, sobrecarga y falta de reconocimiento. Su rol, sostenido por desigualdades de género y clase, evidencia la necesidad de políticas que dignifiquen y visibilicen este cuidado invisibilizado. Es así que el tener un enfoque de determinación social de la salud permite identificar que los cuidadores familiares, especialmente mujeres, enfrentan condiciones de vida marcadas por desigualdades económicas, de género y acceso a servicios de salud, dado que se ve afectada por la sobrecar-

ga física y emocional, producto de estructuras sociales que delegan el cuidado sin brindar apoyo institucional suficiente.

La figura de la abuela cuidadora se ha vuelto cotidiana, pero pocas veces se reconoce que esta responsabilidad puede ser impuesta por necesidad o abandono por parte de los propios hijos. Muchas de estas mujeres asumen el rol de madres sustitutas sin apoyo económico, sin descanso y sin reconocimiento social, es así que este fenómeno constituye una forma de violencia invisible, enmarcada dentro de las violencias estructurales y simbólicas que enfrentan las mujeres mayores. Es por ello que, se planteó el objetivo de reflexionar sobre la violencia silenciada en abuelas cuidadoras de nietos desde una mirada de la salud colectiva.

El rol de la abuela

La abuelidad es entendida como la relación emocional y social entre abuelos y nietos, con implicaciones psicológicas derivadas de este vínculo. Este lazo familiar posee una dimensión psíquica y se desarrolla a lo largo del tiempo (Redler, 1986). Actualmente, este rol es asumido principalmente por mujeres y se clasifica como cuidado informal, ya que abarca tres dimensiones: lo material, relacionada con el trabajo que implica; la económica, por el costo que representa; y la psicológica, vinculada al lazo afectivo (Gallardo, 2012; García & Alfageme, 2016; Redler, 1986).

Este rol de cuidado ha sido históricamente asignado a las mujeres, quienes suelen ser amas de casa o trabajadoras que asumen una doble jornada. Muchas renuncian a sus empleos o se retiran anticipadamente para cuidar a sus nietos, combinando tareas domésticas con un papel no remunerado e invisibilizado (Alvarado *et al.*, 2025).

Es así que puede traer consigo un impacto biopsicosocial dado que presentan inquietudes y puede tener un efecto negativo en la salud del cuidador, es decir, el cuidado prolongado de los nietos conlleva una mayor probabilidad de pre-

sentar alguna patología, así como afecciones psicológicas y familiares (Fruhauf et al., 2019; Lee et al., 2019).

Así mismo, este grupo presenta un riesgo en su salud integral dado las carencias, la vulnerabilidad, la falta de protección o falta de servicios para atender a las cada vez más numerosas, urgentes y cambiantes demandas y necesidades de este colectivo. Además, llama la atención los problemas de soledad, aislamiento familiar, abusos y maltrato, tanto de tipo económico como emocional y físico, que se infringen en el ámbito familiar como en el institucional (Jimenez- Pelcastre, 2012), lo que refleja la violencia, su concepción desde la salud colectiva entendida como forma de dominación, manipulación u opresión, mediante el poder o la fuerza; podemos no solo imaginar que exista tal diversidad en sus formas visibles u ocultas, sino también que subyacen lógicas y raíces que son compartidas en cuanto a sus mecanismos de producción y reproducción social, y también en su encubrimiento o expresión (Sosa y Sosa, 2015).

Reflexionar desde la mirada de la salud colectiva permite comprender la violencia no solo como un acto individual, sino como una expresión de desigualdades estructurales que afectan el bienestar físico, mental y social de las personas. Desde este enfoque, la violencia se analiza en sus múltiples dimensiones económica, de género, institucional y simbólica, reconociendo cómo las condiciones sociales, políticas y culturales determinan la exposición y vulnerabilidad de ciertos grupos. Así, se promueve una mirada integral que articule derechos, justicia social y transformación de los determinantes que perpetúan el daño y el sufrimiento colectivo.

Estas mujeres, en su mayoría mayores y con escaso apoyo institucional, asumen el cuidado sin reconocimiento ni recursos, lo que genera sobrecarga, desgaste y vulnerabilidad. La salud colectiva permite visibilizar cómo estas formas de violencia se relacionan con determinantes sociales, como la pobreza, el envejecimiento y la inequidad de género, evidenciando la necesidad de políticas públicas que reconozcan y protejan su rol dentro del entramado social.

Dicho lo anterior se plantea dos posturas principales: la violencia estructural, la cual se expresa en la falta de políticas públicas que apoyen a las cuidadoras, en sistemas de salud que no consideran su sobrecarga física y emocional, y en contextos familiares que naturalizan su rol sin cuestionar los límites de su bienestar. A esto se suma la violencia simbólica, donde la sociedad romantiza el “sacrificio” de las abuelas, ocultando así su sufrimiento y el desgaste progresivo de su salud y autonomía.

Estos tipos de violencia antes referidos requieren ser tratados como un problema urgente de la salud de los territorios, no solo por los altos índices de maltratos, lesiones, muertes y discapacidades que ocasiona, sino porque representa un factor fundamental en el rompimiento de la complejidad de sistemas de relaciones sociales, la ruptura de los lazos de solidaridad y cooperación, deterioro de la convivencia local, nacional e internacional. En ambos sentidos es causa primordial de sufrimiento, dolor, malestar y frustraciones (Sosa y Sosa, 2015).

Violencia estructural en abuelas cuidadoras de nietos

La violencia estructural se refiere al daño potencialmente evitable en el que a pesar de que no existe un actor identificable que provoca la violencia, este es explicable a partir de estructuras sociales que producen distribuciones inequitativas del poder y de los recursos (Weigert, 1999).

Este tipo de violencia no siempre se percibe tal, porque se ejerce de forma indirecta y está naturalizada en las instituciones sociales. No requiere de un agresor visible ni de una acción concreta para causar daño. A diferencia de la violencia directa (como la física), la violencia estructural puede perdurar en el tiempo, integrada en las normas sociales, sin cuestionamiento. Afecta la vida cotidiana, la salud, la digni-

dad y las expectativas de vida de quienes la padecen (Parra y Tortosa, 2003).

La salud no puede entenderse únicamente como el resultado de elecciones personales o aspectos biológicos, sino como una consecuencia directa de los contextos sociales, económicos, políticos y culturales en los que se vive. Este enfoque, fundamental para la determinación social de la salud, se refleja claramente en la situación de muchas abuelas que, sin ser visibilizadas, se hacen cargo de sus nietos en medio de condiciones adversas como la pobreza, el abandono por parte de la familia y la falta de apoyo institucional, estas mujeres mayores terminan asumiendo el cuidado constante, dejando de lado su propio bienestar físico y emocional.

En este escenario, la violencia estructural se manifiesta como un tipo de sufrimiento que se vuelve cotidiano y aceptado socialmente: no se trata de agresiones visibles, sino de un desgaste continuo; no hay estructura arquitectónica que limita la libertad, pero sí confinamientos en el hogar; no hay insultos, pero sí silencios impuestos. Así mismo, la carencia de sistemas de pensiones adecuados, la escasa cobertura de salud y la inexistencia de redes de ayuda colocan a las abuelas en una situación de fragilidad permanente, es así que se les impone el cuidar a otros sin garantizarles una vejez con calidad de vida y libre de cargas injustas.

Desde la mirada de la salud colectiva, es esencial cuestionar enfoques limitados que reducen la salud al ámbito individual, y reconocer que las abuelas cuidadoras requieren no solo asistencia médica, sino también cambios profundos en las estructuras sociales. Darles visibilidad como personas con derechos, y no solo como figuras afectivas, es primordial para evidenciar la violencia que enfrentan y para fomentar transformaciones que garanticen tanto su derecho a cuidar como a ser cuidadas con dignidad.

Violencia simbólica en abuelas cuidadoras de nietos

La violencia simbólica se refiere a la imposición de categorías de percepción y pensamiento que una clase dominante instala en una comunidad, a menudo disfrazada en la naturalidad de lo social y lo cultural, sin aparente fuerza física. Esta dominación se manifiesta en prácticas cotidianas, lenguaje, e incluso en las instituciones educativas, las cuales perpetúan una estructura social desigual (Mc-Kay, 2023). En consecuencia, el poder dominante actúa sobre la concepción contextual del dominado, lo que implica el desconocimiento parcial o total de las coacciones impuestas (Villalba, 2014).

Este tipo de violencia reside en el poder que se otorga a los dominantes, lo cual conlleva a los dominados a ejercer sobre sí mismos relaciones de dominación y a aceptar su propio sometimiento (Peña, 2009). Es así que no es simplemente un subproducto de las desigualdades económicas; es una forma de control social que está profundamente arraigada en las estructuras sociales y culturales, y que se perpetúa a través de la educación, los medios de comunicación y las prácticas cotidianas (Mc-Kay, 2023).

En el caso de las abuelas cuidadoras, esta violencia se expresa en la idealización cultural del rol de la abuela como "incondicional", "sabia" y "entregada", negando la posibilidad de que ella también necesite ser cuidada. Esta romanización del sacrificio impide cuestionar la injusticia de que una mujer mayor, muchas veces con enfermedades crónicas o con limitaciones físicas, deba asumir la crianza de sus nietos como si fuera su obligación moral.

La violencia simbólica actúa al hacer parecer natural lo que es resultado de una desigualdad de género y edad. Invisibiliza su malestar, su cansancio y su derecho a una vejez libre de cargas impuestas. El discurso cultural que exalta el "amor de abuela" oculta que, muchas veces, ese amor es sostenido a costa de la salud, del descanso y de la autonomía. Además, refuerza la idea de que cuidar es inherente a lo femenino,

perpetuando así una división sexual del trabajo que afecta especialmente a las mujeres mayores.

Síndrome de la Abuela Esclava (SAE) como tipo de violencia

El SAE se trata de un síndrome que afecta a mujeres, predominantemente latinas, con una edad mayor de 55 o 60 años, cuidan nietos pequeños o adolescentes y son amas de casa (Fojo, 2018). Esta hace referencia a una condición en la que las mujeres adultas mayores, especialmente abuelas, se ven sobrecargadas por responsabilidades familiares que exceden su capacidad física, emocional y social. Este fenómeno se presenta cuando las abuelas asumen de forma constante el cuidado de nietos, labores domésticas y apoyo emocional o económico a hijos adultos, muchas veces sin apoyo, reconocimiento o elección.

Algunos factores predisponen a la enfermedad, son el desequilibrio entre los espacios personales y familiares, el asumir roles y funciones de las familias extensas en las que conviven, realizar trabajos o actividades extra-domésticas, se suma la acumulación de obligaciones, tener una familia numerosa o tener familiares con alguna discapacidad o enfermos a su cargo (Cahuasa, 2023).

A su vez genera enfermedades como: la hipertensión arterial, diabetes, taquicardias, molestias paroxísticas, fatiga crónica, caídas fortuitas, ansiedad, depresión, angustia e ideación suicida (Guijarro, 2001). Lo anteriormente referido por no contar con una solvencia económica garantizada, la cual vincula con temas como la violencia familiar, falta de autonomía en la toma de decisiones, una devaluación del quehacer femenino dentro y fuera del hogar; además con la invisibilización del trabajo de cuidados en el curso de la vida (Lugo, 2020).

CONCLUSIÓN

El rol de las abuelas cuidadoras de nietos revela una forma de violencia estructural y simbólica profundamente normalizada, derivada de desigualdades sociales, de género y etarias. Su entrega es invisibilizada por sistemas que no reconocen el impacto físico y emocional que asumen diariamente.

Desde la salud colectiva, se entiende que el bienestar de estas mujeres no depende solo de decisiones personales, sino de contextos históricos y sociales injustos. El cuidado debe ser valorado, compartido y respaldado con políticas públicas, reconociendo los derechos y necesidades de quienes lo ejercen con amor, pero también con sobrecarga.

La romantización del sacrificio femenino contribuye a perpetuar la violencia que niega a las abuelas su derecho a una vejez libre, autónoma y digna. Es necesario cuestionar estas estructuras y construir un sistema de cuidados más justo, que respete tanto el acto de cuidar como el derecho a ser cuidadas.

Bibliografía

Alvarado Bautista, M. F, Medina Fernández, I. A., & Carrillo Cervantes, A. I. (2025).

El rol de ser abuela cuidadora de nietos: percepción del estado de salud y ambiente familiar. *Cienciacierta*, 21(82), 49-59. <https://revistas.uadec.mx/index.php/CienciaCierta/article/view/224>

Cahuasa, Paula. (2023).

'Abuelas esclavas', un síndrome común en nuestro contexto. <https://unifranz.edu.bo/blog/abuelas-esclavas-un-sindrome-comun-en-nuestro-contexto/>

Casas Patiño Donovan, Rodríguez Torres Alejandra, Quintana Juan Vicente y Véliz Alex (2025).

La salud colectiva para el análisis del proceso salud/enfermedad. *Cfío. Revista de Historia, Ciencias Humanas y Pensamiento Crítico*, (10), 1541-1577. <https://ojs.revistacio.es/index.php/edicionesclio/article/view/371>

Entrena-Durán, F. (2003).

La violencia estructural: una aproximación desde la paz imperfecta. *Documentación social*. 131. 58-72. <https://www.ugr.es/~fentrena/Violen.pdf>

Fojo F.(2018).

El síndrome de la abuela esclava. *Rev Galenus*. 35(1). <https://www.galenusrevista.com/?El-sindrome-de-la-abuela-esclava>

Fruhauf, Hayslip, & Dolbin. (2019).

Grandparents Raising Grandchildren: What Have We Learned Over the Past Decade?. *The Gerontologist*. 59 (3): 53-63). <https://doi.org/10.1093/geront/gnx106>

Gallardo, A. (2012).

Género y cuidado: el caso de las abuelas cuidadoras. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4666486>

García, E., & Alfageme, A. (2016).

Abuelas cuidadoras: percepciones y desigualdad de género. Universidad Jaume. <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/167121>

Guijarro, A. (2001).

El síndrome de la abuela esclava. Grupo Editorial Universitario. Granada.

Hurtado Vega, J. C. (2021).

Impacto psicosocial e intervenciones de apoyo para cuidadores informales de personas dependientes en México. *Psicología Iberoamericana*, 29(1), 1-17. <https://doi.org/10.48102/pi.v29i1.339>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2023).

Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASIC/ENASIC_23.pdf

Jiménez Pelcastre, A., (2012).

Violencia en la vejez: el caso de las abuelas que cuidan a nietos y nietas en una localidad rural en el estado de Hidalgo. *El Cotidiano*, (174), 19-32.

Jiménez-Pelcastre, A., Romero-Plana, V., & Ortiz-Ávila, E. (2025).

Desgastes y violencias en el cuidado: abuelazgos de mujeres en Hidalgo, México. *Íconos -Revista de Ciencias Sociales*, (82), 77-95. <https://doi.org/10.17141/iconos.82.2025.6350>

Kotsias, Basilio A. (2017).

Una paradoja. Medicina Buenos Aires, 77(2), 352. <https://www.medicinabuenosaires.com/volumen-77-ano-2017/volumen-77-ano-2017-no-4-indice/una-paradoja/>

- Lee, Y., & Jang, K. (2019).**
Mental health of grandparents raising grandchildren: understanding predictors of grandparents' depression. *Innovation in Aging*, 3(Supplement_1), S282-S282.
- Lugo, Guadalupe. (2020).**
La abuela esclava, un síndrome de nuestro tiempo. <https://www.gaceta.unam.mx/la-abuela-esclava-un-sindrome-de-nuestro-tiempo>
- Mc-Kay Levy, L. M. (2023).**
Violencia simbólica y desarrollo social comunitario: reflexionado en la perspectiva de Pierre Bourdieu. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7 (6), 845-852. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.8734
- Peña Collazos, W. (2009).**
La violencia simbólica como reproducción biopolítica del poder. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 9(2), 62-75. <https://doi.org/10.18359/rubi.1060>
- Redler, P. (1986).**
Abuelidad mas allá de la paternidad (Legasa (ed.)).
- Sánchez, L., Ascanio, V., Araque, M., Parra, J., & Ron, M. (2018).**
Determinación social versus los determinantes sociales. reflexiones desde la mirada de la epidemiología crítica. *Revista Inclusiones*, (6), 38-51. <https://revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/2047>
- Sosa Sánchez, Gerónimo, & Sosa Lugo, Gerónimo Josué. (2015).**
Violencia y salud colectiva: un desafío antropológico sociocultural. *Comunidad y Salud*, 13(1), 64-77. Recuperado en 31 de julio de 2025, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690-32932015000100010&lng=es&tlng=es.
- Villalba, F. (2014, enero).**
Violencia simbólica. Irénées. https://www.irenees.net/bdf_fiche-notions-231_es.html
- Weigert, Kathleen. (1999).**
Maas: Encyclopedia of Violence, Peace and Conflict, vol. 3, Lester A. KURTZ (ed.). San Diego: Academic Press, 1999, págs. 431-440.

Territorios y Violencias en el área de la Salud: “Propuestas sostenibles e intersectoriales para el cuidado de la salud en los territorios”

Coordinadores

Alejandra Rodríguez Torres

Ernesto Licona Valencia

Donovan Casas Patiño

Cielo Rebeca Martínez Reyes



**Castellanos
editores
digital**

Primera Edición: Enero 2026
Diseño de portada: María Elisa Salazar Moya

© Alejandra Rodríguez Torresl
© Ernesto Licon Valencia
© Donovan Casas Patiño
© Cielo Rebeca Martínez Reyes
© Castellanos editores, S.A. de C.V.

ISBN: 978-607-5923-29-1

Todos los derechos reservados. Se permite la reproducción de la presente obra, por cualquier medio impreso, electrónico, auditivo, con la autorización por escrito de los editores y el titular de los derechos y citando la fuente.

Impreso en México