



Universidad Autónoma del Estado de México

***Facultad de Ciencias de Ciencias Políticas y
Sociales***



MAESTRÍA EN ESTUDIOS PARA LA PAZ Y EL DESARROLLO

AVANCES DE TESIS:

**“NARRATIVAS DE DESIGUALDADES DE GÉNERO Y SOCIOECONÓMICAS
EN LA CALIDAD DE VIDA DE MUJERES EN MATERNIDAD: UN ESTUDIO EN
EL VALLE DE TOLUCA”.**

PRESENTA:

L. en P. HÉCTOR JESÚS OLGUÍN MOLINA.

Nº DE CUENTA: 1674574.

DIRECTOR:

DR. JOSE JAVIER NIÑO MARTINEZ.

COMITÉ:

DRA. VANESSA LIZBETH LARA CARMONA.

DRA. ARLETTE COVARRUBIAS FERREGRINO.

ENERO, 2025.

TABLA DE CONTENIDO

I.	INTRODUCCIÓN	5
II.	FUNDAMENTOS TEÓRICOS	18
2.1.	Desvelando Desigualdades	18
2.1.1.	Definición y fuentes de la Desigualdad	18
2.1.2.	Desigualdad de Género	21
2.1.2.1.	Índices de Inequidad	22
2.1.2.2.	El Origen de la Opresión	24
2.1.2.3.	El Patriarcado	24
2.1.2.4.	Roles y Estereotipos de Género	28
2.1.2.5.	La Familia	28
2.2.	Desigualdades Socioeconómicas	29
2.2.1.	División Sexual del Trabajo	30
2.2.2.	Los Trabajos de Cuidado: Una Economía Invisible.	32
2.2.3.	Trabajo Doméstico	33
2.2.4.	La Economía Invisible en la Doble Jornada	34
2.2.5.	Ética del Cuidado	35
2.3.	Tejiendo Calidad De Vida	36
2.3.1.	El Bienestar	38
2.3.1.1.	Teorías del Bienestar	39
2.3.1.1.1.	Teoría de Martin Seligman	40
2.3.1.1.2.	Teoría de Robert Cummins	41
2.3.1.2.	Teorías de las Capacidades Humanas	43
2.3.1.2.1.	Teoría de Martha Nussbaum	44
2.3.1.2.2.	Teoría de Amartya Sen	46
2.4.	Travesías Maternas	48
2.4.1.	La Diferencia Social y Cultural	48
2.4.2.	La Maternidad como Constructo Social	49
2.4.3.	Historia de la Maternidad	52
2.4.4.	La Familia en México, siglos XX y XXI	54
2.4.5.	Clasificación de la Maternidad	56
2.4.5.1.	Maternidad Forzada/Obligada	56

2.4.5.2.	Maternidad por Convicción/Aceptación	57
2.4.5.3.	Maternidad Deseada	57
2.4.6.	Perspectiva Crítica de la Maternidad	57
2.4.6.1.	La “Buena” y la “Mala” Madre	58
2.5.	La Fachada Emocional de la Maternidad	60
III.	MATERNIDADES EN CONTEXTO	68
3.1	Eje Histórico-Cultural	69
3.1.1.	La Maternidad como Constructo Social	69
3.1.2.	Movimientos Feministas y la Redefinición de la Maternidad	70
3.1.3.	La Maternidad y su Significado en Diferentes Épocas	71
3.2.	Eje Institucional	71
3.2.1.	Políticas Públicas y Legislación en Torno a la Maternidad	71
3.2.2.	Vacíos Legales y la Necesidad de un Enfoque Integral	72
3.2.3.	Campañas Históricas y su Relevancia en la Percepción de la Maternidad	73
3.3.	Eje Situacional	74
3.3.1.	El Contexto del Valle de Toluca	74
3.3.2.	Implicaciones Laborales y Educativas en la Maternidad	74
3.3.3.	Estadísticas Clave en el Valle de Toluca	75
IV.	PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS	80
4.1.	Preguntas de Investigación	81
4.2.	Herramientas de Recolección de Datos	81
4.3.	Las Narrativas como la Historia de Vida	82
4.4.	Perspectivas y Tipos de Historias de Vida	83
4.5.	Aplicación y Elección Metodológica	83
4.6.	Guía Semiestructurada de Historias de Vida	83
4.7.	Consentimiento Informado	84
4.8.	Criterios de Selección de Participantes	84
4.9.	Aplicación Metodológica	84
V.	RESULTADOS	90
5.1.	Análisis de las Narrativas	90
5.1.2.	Aspectos Materiales	91
5.1.2.1.	Bienes	91

5.1.2.2. Laboral.....	93
5.1.3. Aspectos Inmateriales	96
5.1.3.1. Estados Afectivos.....	97
5.1.3.1.1. Estados Afectivos Positivos.....	99
5.1.3.1.2. Estados Efectivos Negativos	103
5.1.3.1.3. Estados Afectivos en xSGP (Expectativas Sociales, de Género y Profesionales).....	108
5.1.3.2. Capacidades	117
5.1.3.2.1. El Nivel Educativo.....	118
5.1.3.2.2. Acceso a Salud y Bienestar Físico/Mental	124
5.1.3.3. Redes de Apoyo, Roles Sociales y Negociación del Hogar	128
5.1.3.3.1. Redes De Apoyo	129
5.1.3.3.2. Roles Sociales.....	132
5.1.3.3.3. Negociación Del Hogar.....	133
5.1.4. (Des)Oportunidades en la Adaptabilidad	135
5.1.4.1. Adaptabilidad Laboral	135
5.1.4.2. Adaptabilidad al Cambio	140
VI. CONCLUSIONES.....	148
6.1. Hallazgos Principales.....	148
6.2. Aportes a los Estudios sobre Maternidades.....	154
6.3. Recomendaciones para Futuras Investigaciones.	155
VII. REFERENCIAS	157
VIII. ANEXOS.....	178
ANEXO 1. La guía semiestructurada	178
ANEXO 2. Consentimiento informado	181
ANEXO 3. Criterios de inclusión	183
ANEXO 4. Posteo en redes sociales.....	185
ANEXO 5. Nube de frecuencia de palabras en ATLAS.TI (2024)	186

I. INTRODUCCIÓN

Esta investigación tiene como objetivo, analizar cómo las desigualdades socioeconómicas y de género condicionan la experiencia de la maternidad en las mujeres del Valle de Toluca, a través de las narrativas en torno a la calidad de vida. Del cual fueron desglosados tres subobjetivos, que se recapitulan como:

- Analizar las narrativas de las mujeres madres del Valle de Toluca para identificar cómo las desigualdades de género y socioeconómicas influyen en su percepción de la calidad de vida durante la maternidad.
- Explorar de qué manera las experiencias de maternidad reflejan las interacciones entre las desigualdades socioeconómicas y de género en los relatos de calidad de vida de las mujeres del Valle de Toluca.
- Determinar las principales dificultades y oportunidades que emergen de las narrativas de las mujeres madres, con el fin de proponer recomendaciones para mejorar sus condiciones de calidad de vida.

La maternidad, posee un gran valor cultural en la sociedad mexicana, trasciende lo biológico, y conlleva diversos estandartes, ya que ninguna maternidad se repite, lo que significa que existe una plétora de formas de ejercer la maternidad.

Esta apreciación arraigada de la maternidad ha generado un interés en explorar las diversas dimensiones de esta vivencia en el contexto mexicano. Entre ellas, se encuentra la compleja relación entre las desigualdades de género y socioeconómicas que impactan la calidad de vida de las mujeres en su papel de madres. A pesar de que la maternidad es celebrada y valorada en la sociedad, persisten desafíos significativos que pueden influir negativamente en la experiencia de las mujeres.

En la actualidad, las mujeres que son madres se enfrentan a múltiples retos, esto como efecto de llevar a cabo los roles de cuidadoras, trabajadoras y otros roles sociales. De acuerdo con el Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES, 2018), en la inserción laboral, las mujeres que son madres se enfrentan a condiciones más adversas que otras personas, esto debido a tener que equilibrar las labores de crianza, labores domésticas y cuidados, con su vida profesional. Además, la Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo (ENUT), (INEGI, 2019), reporta que, en México las mujeres dedican un promedio de 39.7 horas semanales al trabajo no remunerado en los hogares y 37.9 horas al trabajo remunerado. Esta doble jornada laboral, genera una carga que no solo limita su tiempo y sus oportunidades de desarrollo, esta situación genera un impacto negativo en su calidad de vida y su bienestar.

Las desigualdades de género y las socioeconómicas, son factores primordiales en la distribución desigual de responsabilidades, roles y recursos. La carga adicional del trabajo no remunerado y no reconocido, sumado a una falta de apoyo estructural, desde deficientes políticas de conciliación, genera desigualdades que presentan un efecto de auto abandono en las madres, quienes tienen menos tiempo y recursos para invertir en su propio bienestar y desarrollo. Amartya Sen (2000) y Martha Nussbaum (2002), en sus respectivas teorías sobre el bienestar humano, destacan la importancia de las oportunidades y capacidades básicas que permiten a las personas vivir de manera digna y tener agencia sobre sus vidas. Sin embargo, para muchas madres, estas mismas oportunidades se ven restringidas por las estructuras socioeconómicas y de género en las que viven.

Esta investigación busca visibilizar las desigualdades de género y socioeconómicas que enfrentan las mujeres madres en el Valle de Toluca, especialmente en términos de su calidad de vida y bienestar. A través de un enfoque que combina género y condiciones socioeconómicas, se analizarán los efectos de la doble jornada y en otros factores sobre su experiencia de la maternidad. La importancia de este estudio radica en la necesidad de comprender como las estructuras sociales limitan las

capacidades de estas mujeres para ejercer una maternidad plena y desarrollar su bienestar, tal como lo proponen las teorías de Sen y Nussbaum.

Además, este análisis puede contribuir a la formulación de políticas públicas orientadas a mejorar la calidad de vida de las mujeres madres, promoviendo un reparto más equitativo de las responsabilidades domésticas y profesionales. En el contexto en el que la igualdad de género es una meta internacional, y dado el papel fundamental que las mujeres desempeñan en la economía y la sociedad, se convierte imperativo entender las barreras específicas que afectan a las madres y abordar estos problemas desde una perspectiva de género. Esta investigación pretende aportar conocimientos valiosos para mejorar las condiciones de vida de las mujeres madres en el Valle de Toluca, promoviendo un entorno favorable para su desarrollo personal y profesional y el de sus familias.

La desigualdad de género, las condiciones socioeconómicas y la calidad de vida están profundamente interrelacionadas y esta conexión condiciona de forma significativa la experiencia de la maternidad. Las mujeres madres enfrentan desafíos únicos que no solo afectan sus recursos materiales y oportunidades laborales, sino también sus capacidades emocionales y psicológicas. Estudiar estos aspectos de manera integral es crucial para comprender el impacto que las estructuras de desigualdad tienen en su vida cotidiana. Al analizar cómo estos factores se entrelazan, se busca reconocer y abordar las barreras específicas que afectan la calidad de vida de las madres en el contexto del Valle de Toluca, y cómo estas se relacionan con las expectativas de género y las realidades socioeconómicas. Por esta situación, se estructuran tres categorías de análisis, para abordar las bases teóricas que respaldan los resultados obtenidos, será abordado por cada categoría, que son los aspectos materiales, inmateriales y (des)oportunidades.

Para la primera categoría que atienden a los aspectos materiales, se abordan los bienes y las condiciones laborales. Dentro de la segunda categoría, serán abordados los tópicos de las emociones y capacidades. En la tercera categoría se aborda la flexibilidad y la autonomía en la maternidad. Por último, se brinda una

contribución que cumple la función de visibilizar los aportes de esta investigación a los Estudios para la Paz y el Desarrollo.

Aspectos materiales: Bienes y condiciones laborales.

En el contexto de las mujeres madres del Valle de Toluca, las condiciones materiales, con mayor énfasis, la propiedad y la estabilidad de la vivienda y las oportunidades laborales, juegan un papel de suma importancia, en su percepción de la calidad de vida. La propiedad de la vivienda, además de proporcionar seguridad, añade a las madres un sentido de estabilidad emocional y económica que presenta un beneficio positivo en su bienestar. Situación muy diferente para aquellas que dependen de sus familiares para su vivienda o que alquilan, la situación es más vulnerable, ya que suelen enfrentarse a incertidumbres que influyen en sus niveles de estrés percibido y su satisfacción general de su calidad de vida. Autoras como Folbre (2001), citada en Waterman (2003), y Hochschild (2012), han señalado que la seguridad económica, incluida en la estabilidad de la vivienda, es esencial para que las madres logren un equilibrio entre sus responsabilidades familiares y laborales. Estas autoras destacan que la falta de seguridad material genera una carga emocional adicional, ya que estas madres dependen de otros o están sometidas a los constantes cambios del mercado inmobiliario, lo cual limita su autonomía.

La situación laboral y el tipo de empleo, que estas mujeres madres han referido, se convierte en otro componente esencial de los aspectos materiales. La inconformidad laboral, es frecuente en la población, al igual que en las madres participantes, esta situación las priva de beneficios como seguridad social, licencia de maternidad y otros derechos laborales que apoyarían su rol como madres. Este hallazgo coincide con los estudios de Hochschild (2012), así como de Rojas (2016, pp. 88), han argumentado que los empleos informales exacerban la vulnerabilidad económica y emocional, impidiendo que las madres puedan contar con una base sólida para planificar su vida familiar y económica a largo plazo. Rojas (2016, pp. 87), añade que la precariedad laboral no solo afecta la económica del hogar, sino también la percepción de seguridad y estabilidad de las madres, quienes se ven

obligadas a asumir múltiples roles y responsabilidades sin los recursos necesarios para afrontarlos.

Igualmente, el tipo de ingresos (fijos o variables) genera diferencias notables en la percepción de calidad de vida entre las participantes. Aquellas con ingresos variables suelen experimentar altos niveles de estrés y ansiedad debido a la incertidumbre sobre si podrán satisfacer las necesidades básicas de sus descendientes. Jiménez y Gómez (2015, pp. 292), al igual que Zimmerman (2013), citado desde Carrasco-Campos, Martínez & Moreno (2013, pp. 99), explican que las variaciones, en los ingresos impactan directamente en la percepción de calidad de vida, generando una carga emocional adicional, que no solo afecta a las madres, sino que también a la familia. Esta situación desemboca en resaltar la importancia de los ingresos fijos y estables para el bienestar, en este caso, de las madres, ya que proporciona una base de seguridad que permite planificar y afrontar los gastos relacionados con el cuidado de los hijos.

Finalmente, en cuanto al equilibrio, entre el trabajo y la vida familiar, las madres que trabajan enfrentan desafíos significativos para poder conciliar ambos roles. De acuerdo con Hochschild (2012) y Oliveira & García (1994, pp. 32), el modelo tradicional de familia, en el que el hombre juega con el rol de proveedor y la mujer es la cuidadora, sigue influenciando las expectativas sobre las madres, quienes además de trabajar fuera del hogar, continúan siendo responsables principales de la crianza y del cuidado del hogar, pasando del modelo de la super madre al de hipermadre, como lo refiere Alzard (2020, pp. 289). Lo que, en efecto, esta carga adicional afecta la salud mental y la percepción de calidad de vida de las madres, quienes, como se ha observado y planteado, a menudo reportan altos niveles de estrés percibido, al no poder “cumplir” con equilibrar eficazmente sus roles. Este hallazgo es consistente con lo planteado por diversos autores, como son Vaca-Trigo (2019, pp. 9-11), Aboites (2022, pp. 208), Brunet y Santamaría (2015, pp. 71), De Beauvoir (2013, pp. 326) argumentan que el acceso limitado a empleos flexibles y la falta de políticas laborales que se contemplen las responsabilidades familiares generan una desventaja estructural que afecta a las madres con su rol laboral y

familiar, esto se debe añadir que a la fecha en la que se escribe esta sección, octubre de 2024, en México no se ha ratificado el acuerdo 156, de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), Del Pilar Martínez (2024), dicho convenio se aplica a los trabajadores y a las trabajadoras con responsabilidades hacia los hijos a su cargo, cuando tales responsabilidades limiten sus posibilidades de prepararse para la actividad económica y de ingresar, participar y progresar en ella (OIT, s.f., 1981), en la que Hernández e Ibarra (2019), refieren que la ratificación de este convenio puede tener como beneficio el diseño de políticas y medidas para favorecer una incorporación de los hombres en actividades de cuidados, así como, una incorporación de la mujer en el mundo laboral. De mantenerse así, sin políticas adecuadas, como menciona Vaca-Trigo (2019, pp.11), las mujeres se mantienen en la cuerda floja de ser excluidas de algunos beneficios futuros en los empleos, una situación, que esta, presente en las narrativas de las madres participantes.

En resumen, la calidad de vida de las madres en el Valle de Toluca está profundamente influenciada por factores materiales, como la propiedad y estabilidad de la vivienda, el tipo de empleo y los ingresos. La seguridad en la vivienda brinda una sensación de estabilidad emocional y económica, mientras que la dependencia de familiares o el alquiler genera vulnerabilidad y estrés. En cuanto a la situación laboral, muchas madres carecen de beneficios esenciales debido a empleos informales, lo que impacta negativamente en su estabilidad y capacidad de planificación. Los ingresos variables también contribuyen a niveles elevados de ansiedad, al no asegurar la cobertura de las necesidades básicas de sus hijos. Además, el equilibrio entre trabajo y vida familiar es difícil de alcanzar debido a las expectativas tradicionales de género, que aún sitúan a las madres como principales responsables del cuidado del hogar. Sin la ratificación del Convenio 156 de la OIT en México, el diseño de políticas que promuevan una mayor corresponsabilidad entre hombres y mujeres sigue siendo limitado, lo que profundiza las desigualdades estructurales y limita las oportunidades de las madres para mejorar su calidad de vida.

Aspectos inmateriales: Emociones y capacidades

Los aspectos inmateriales, que incluyen las emociones y el desarrollo de las capacidades, desempeñan un papel crucial en la percepción de la calidad de vida de las madres participantes del Valle de Toluca. En términos de emociones, diversas participantes experimentan un vaivén en los estados afectivos, como son los positivos y los negativos, como son la satisfacción por ejercer su rol materno, así como el estrés y la ansiedad, que se relacionan con las demandas sociales y las expectativas de género sobre su papel en la crianza y el hogar. De acuerdo Jelin y Feijoo (1983), citados en Covarrubias (2012, pp. 194), Nicolson (1999), Esteban (2011, pp. 64), Sancho (2021, pp. 183), Palomar (2005, pp. 47), la maternidad en contextos de presión social puede producir una tensión interna en las mujeres, quienes intentan satisfacer tanto sus propios ideales de la maternidad como las expectativas impuestas culturalmente, lo que se conoce como presiones cruzadas. Esto desemboca en una desproporción que afecta su bienestar emocional, lo que también fue evidente en la presente investigación.

El nivel educativo, se convierte en otro factor determinante que influye en la percepción de calidad de vida de estas madres, que han participado, ya que proporcionan una base para la autogestión y el acceso a los recursos, como el empleo y las redes de apoyo. Como subraya Sen (2000, pp. 15-16) y Arroyo, Hernández, Hernández, & Sepúlveda (2023, pp. 273), las capacidades de las madres para acceder a empleos estables y tomar decisiones informadas sobre el cuidado de sus hijos, están directamente relacionadas con su nivel educativo. En este estudio, las madres con un mayor nivel educativo lograron acceder a mejores oportunidades laborales, que están mejor remuneradas, y con mayor flexibilidad, lo que a pesar de lo que conlleva en sí mismo esto, les permite tener una mejor organización entre sus actividades laborales y las de la maternidad. Sin embargo, aquellas con menor nivel educativo alcanzado, tienen un menor acceso a redes de apoyo formales, como instituciones que ofrezcan servicios de cuidados infantiles, lo que coincide con los hallazgos de Mazuera y Albornoz (2017, pp. 123), Binstock y Näslund-Hadley (2013, pp. 35-36) para sustentar que las madres con limitaciones en el ámbito educativo, suelen enfrentarse barreras adicionales para acceder a servicios que les faciliten la maternidad.

Otro elemento crítico es el acceso a redes de apoyo, tanto familiares como institucionales, que se ha demostrado es fundamental para el bienestar y psicológico de las madres. En línea los estudios de Issler, 2001; Panduro, 2012; Pantelides, 2004; De Jesús y Menkes 2011; De Jesús, 2011; De Jesús y González, como se citan en Mazuera y Albornoz (2017, pp. 123), Orcasita y Uribe (2010, pp. 79), Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES) (2015, pp. 22), las redes de apoyo, ya sean familiares o de amistades, contribuyen a mitigar los sentimientos de aislamiento y de sobrecarga que diversas madres experimentan. Sin embargo, se ha observado que, aunque estas redes cumplen como una válvula de alivio, en relación a la proporción de una ayuda tangible al momento del cuidado infantil, también se convierten en una válvula de presión para las madres, para que estas cumplan con los estándares tradicionales de cuidado y de crianza. Esta situación se ha observado en la misma línea de estudio de Palomar y Contreras (2024, pp.15), así como Sánchez-Bringas (2024, pp. 109), que han argumentado que, en contextos donde las redes de apoyo están presentes, las madres aún enfrentan expectativas sociales como de “buenas madres”, lo que en consecuencia aumenta la presión percibida en las madres, en lugar de buscar el efecto contrario.

Dentro de un contexto de los estados afectivos negativos, la falta de apoyo estructural en el ámbito laboral también impacta la percepción de la calidad de vida de las madres. La ausencia de las políticas con flexibilidad laboral y de acceso a servicios de salud mental adecuados, incrementa los niveles de estrés, ansiedad, angustia, entre otros, en especial, para aquellas que deben equilibrar los empleos exigentes y las responsabilidades del hogar, y de las crías. García (2016, pp. 43) ha argumentado que, la falta de las políticas que permitan un equilibrio entre el trabajo y la familia refuerza el agotamiento emocional y reduce la satisfacción general de las madres con sus vidas, lo cual se confirma dentro de la investigación al observar la alta prevalencia de estrés entre las madres laboralmente activas. Friedan (2009, pp. 295; 306), Hochschild (2012), Saavedra (2017, pp. 236-238) López (2023, pp. 100), también han destacado que la presión de cumplir simultáneamente con los roles de trabajadora y madre, conlleva una “doble jornada laboral” o como le nombra Lagarde (2005, pp. 103), la doble opresión, lo que afecta directamente en la salud

mental de la madre, lo que se refleja con los testimonios recopilados durante esta investigación.

A manera de resumen, los aspectos inmateriales, como las emociones y el desarrollo de capacidades, son fundamentales en la percepción de la calidad de vida de las madres en el Valle de Toluca. Estas mujeres experimentan fluctuaciones emocionales, alternando entre la satisfacción y el estrés debido a las expectativas de género y los desafíos de conciliación entre el trabajo y la familia. El nivel educativo emerge como un factor clave, pues aquellos con más educación tienen acceso a mejores oportunidades laborales y redes de apoyo. Sin embargo, el apoyo familiar y social, si bien ayuda a reducir la carga, también intensifica las presiones para cumplir con los ideales tradicionales de maternidad. Además, la falta de políticas laborales flexibles y de servicios de salud mental adecuados exacerba el estrés y la ansiedad, especialmente para aquellas con una "doble jornada" de trabajo y cuidado, afectando negativamente su bienestar psicológico.

(Des)Oportunidades: Flexibilidad y Autonomía en la maternidad.

El concepto de (Des)oportunidades en la adaptabilidad, surge durante la revisión de las propuestas teóricas, principalmente de Nussbaum (2012) y Sen (2000), se refiere a las circunstancias en las que las madres pueden encontrar espacios para el desarrollo personal y profesional (oportunidades), pero en diversos casos, estos espacios se encuentran condicionados o restringidos por factores estructurales de desigualdad de género y socioeconómicas (desoportunidades), es acompañado por la noción de Bourdieu (1986), en la que las oportunidades se encuentran condicionadas por las estructuras de poder y desigualdad que limitan su acceso. Permite analizar, más allá de las opciones accesibles para estas mujeres, sino que también las limitaciones o las barreras que enfrentan debido a su rol de cuidadoras y las expectativas sociales que se imponen ante ellas, tal y como Fraser y Butler (2017), refieren acerca de las normativas de género.

Dentro de esta categoría, se refleja tanto los desafíos como las posibilidades que las madres del Valle de Toluca enfrentan en la construcción de su calidad de vida. En el ámbito de las oportunidades, algunas madres encuentran en la maternidad la

posibilidad de modificar patrones tradicionales de crianza, optando por estilos más empáticos, que se basan en el respeto y en la no violencia. Tal y como señalan, Rivera (2021, pp. 79) y Fajardo; Vázquez-González, Díaz-Pérez & Alcañiz-Moscardó (2023, pp. 66-67), la maternidad puede ofrecer una plataforma para que las mujeres redefinan las normas de crianza, donde se promueven valores distintos a los que ellas mismas, en su momento, experimentaron, lo que les permite romper con ciertos patrones generacionales. Esta oportunidad de cambio está presente en las narraciones de las madres participantes, quienes destacan la posibilidad de construir una relación más cercana y emocionalmente segura con sus crías, aunque este cambio puede verse limitado por la influencia de familiares y de redes tradicionales.

Por otro lado, en términos de desoportunidades, la falta de apoyo estructural y flexibilidad en el entorno laboral impone importantes restricciones para las madres trabajadoras, limitando sus opciones para equilibrar la vida familiar y laboral. Como han planteado, Hernández et al., (2019, pp. 171;176-17), la falta de políticas laborales que permitan a las madres un horario flexible o el acceso a opciones de trabajo remoto, intensifica las dificultades de satisfacer las demandas de la maternidad y el trabajo. Las madres que han participado en esta investigación, confirman que esta carencia limita su capacidad para adaptarse a las necesidades cambiantes de sus hijos y las coloca en una posición de vulnerabilidad tanto económica como social, al tener que elegir entre permanecer en empleos precarios o renunciar a su vida profesional, ya que inclusive se han referido como que “la maternidad ha sido un freno en su vida profesional”, por la misma situación ya mencionada.

La investigación ha revelado que diversas madres se han visto obligadas a rechazar oportunidades laborales y educativas, debido a las responsabilidades familiares, un hallazgo que es consistente con las observaciones de Lagarde (2005, pp. 126) y Federici (2018, pp. 31). Estas autoras pueden sostener que las expectativas sociales y culturales restringen las opciones de las madres, ya que a menudo se espera que propicien el cuidado del hogar sobre sus propios intereses o de

crecimiento personal y profesional. En este sentido, la maternidad en contextos de limitación económica se convierte en un rol que, aunque puede ofrecer oportunidades de cambio social, y de desarrollo afectivo, restringe de forma crítica el acceso a recursos y oportunidades, que mejorarían su calidad de vida. En línea con estos hallazgos, Lagarde (2005, pp. 171-172); Aguilar, Ojeda e Islas, (2019, pp. 34-36) y Vaca-Trigo (2019, pp.20), señalan que la maternidad en circunstancias socioeconómicas desfavorables refuerza el ciclo de dependencia y limita el potencial de movilidad social de las mujeres, un fenómeno que se refleja en la experiencia de muchas de las madres del Valle de Toluca.

La falta de adaptabilidad laboral también impone una carga adicional sobre estas mujeres, quienes se enfrentan a la tan nombrada “doble jornada”, para cumplir con las expectativas laborales y de cuidado, situación que Federici (2013, pp. 210), identifica como un factor que afecta significativamente la salud mental y el bienestar de las madres. La ausencia de las políticas de cuidado infantil accesibles y flexibles constituye otra clave de desoportunidad, ya que variedad de madres reportan dificultades para encontrar apoyo externo que sea seguro y accesible para sus hijos. La presentación de este hallazgo también coincide con las propuestas de Hernández et al., (2019, pp.180), quien aboga por las políticas públicas que garanticen guarderías accesibles y seguras, permitiendo a las madres desarrollar sus trayectorias profesionales sin comprometer el cuidado y desarrollo de sus crías.

En resumen, el concepto de (Des)oportunidades en la adaptabilidad, se centra en las posibilidades y restricciones que enfrentan las madres del Valle de Toluca para su desarrollo personal y profesional, determinados por factores de género y socioeconómicos. En el ámbito de las oportunidades, algunas madres se encuentran en la maternidad una vía para cambiar patrones de crianza tradicional, buscando una relación más cercana y sin violencia con sus hijos. Sin embargo, las desoportunidades, como la falta de flexibilidad laboral y apoyo estructural, imponen barreras que dificultan el equilibrio entre trabajo y familia, limitando su progreso profesional y obligándolas a rechazar oportunidades. Esta falta de apoyo y adaptabilidad refuerza un ciclo de dependencia y limita la movilidad social,

afectando negativamente la calidad de vida de las madres en condiciones desfavorables.

Aporte a los Estudios para la Paz y el Desarrollo.

Esta tesis contribuye a los estudios para la paz a través del enfoque de la paz imperfecta, un concepto que entiende la paz no como un estado ideal o completo, sino como un proceso continuo de mejora en las condiciones de vida, incluso en entornos donde persisten desigualdades y conflictos estructurales. Desde la perspectiva de Francisco Muñoz (2001), este enfoque permite reflexionar sobre cómo las madres en el Valle de Toluca, a pesar de enfrentar barreras tanto de género como socioeconómicas, se encuentran en la búsqueda de alcanzar un bienestar relativo y progresivo.

La investigación destaca los esfuerzos de estas mujeres por equilibrar las responsabilidades laborales y familiares, desafiando las limitaciones que afectan su autonomía y calidad de vida. Así mismo se propone políticas inclusivas como horarios laborales flexibles, guarderías en el lugar de trabajo y reducción de la jornada laboral, medidas que no solo promueven una mejor calidad de vida, sino que, en efecto, fomentan una paz más inclusiva, equitativa y justa.

Dicha sugerencia de pasos tan concretos, el estudio contribuye al avance de una justicia social parcial que beneficia a las mujeres, a las familias y a los que les rodean, subrayando la importancia de abordar las desigualdades estructurales para la transformación y construcción de sociedades más equitativas.

Breve Perspectiva de las Secciones de la Investigación

Dentro del apartado de los *Fundamentos Teóricos*, se abordan elementos clave relacionados con desigualdades de género y socioeconómicas, calidad de vida y maternidad. Se exploran teorías sobre el bienestar, capacidades humanas, desde las teorías de autores como Amartya Sen y Martha Nussbaum y la construcción social de la maternidad. Así mismo, se explora la maternidad como un constructo social, cuestionando las ideas tradicionales y los roles impuestos por el patriarcado.

El siguiente apartado, *Maternidades en Contexto*, se examina la maternidad desde tres ejes, que son: histórico-cultural, institucional y situacional. Se analizan políticas públicas, legislaciones, movimientos feministas y las implicaciones laborales y educativas en la maternidad en el Valle de Toluca.

Para el apartado de los *Procedimientos Metodológicos*, se detalla metodología aplicada, incluyendo las preguntas de investigación, las herramientas de recolección de datos, la elección del enfoque narrativo mediante historias de vida. Se explican los criterios de selección de participantes, así como los procedimientos éticos empleados.

Dentro de los *Resultados*, se organizan en tres categorías principales, que son, aspectos materiales (bienes, condiciones laborales, ingresos), aspectos inmateriales (emociones, capacidades, redes de apoyo), y (Des)Oportunidades (adaptabilidad al cambio y laboral). Explorando como estos afectos intervienen en la calidad de vida de las madres.

En las *Conclusiones*, se resumen los hallazgos principales, además se ofrecen recomendaciones para futuras investigaciones. Se realiza la propuesta de políticas públicas que aborden las desigualdades estructurales y mejoren las condiciones de vida de las madres.

II. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

2.1. Desvelando Desigualdades

Las desigualdades son una de las características más persistentes en las sociedades contemporáneas, se presentan en múltiples formas, que cada una puede afectar de manera significativa a los individuos, esto dependiendo de algunas condiciones como la clase, el género, el origen étnico, el nivel socioeconómico, entre otros. Comprender el origen, dinámica y repercusiones, es de vital importancia para construir las bases que permitan identificar las barreras estructurales que perpetúan estas brechas, así como las posibles estrategias para superarlas.

Esta sección aborda las desigualdades desde una perspectiva integral, dividiéndose en dos dimensiones principales: las desigualdades de género y las socioeconómicas. Ambas se entrelazan creando una interconexión que permite reforzarse mutuamente, creando así un sistema que limita las capacidades y los funcionamientos de los grupos más vulnerables, particularmente las mujeres. Es importante señalar que las estructuras sociales y los recursos disponibles también juegan un rol crucial, ya que, al ser barreras, en las que se incluyen la desigualdad salarial y el acceso a recursos, restringen no solo las capacidades de las mujeres, sino también la posibilidad de alcanzar funcionamientos clave como el equilibrio entre el trabajo y la vida familiar.

Este enfoque no solo visualiza las problemáticas, sino que también abre las puertas a reflexionar sobre las estrategias transformadoras que permitan construir sociedades más justas y equitativas.

2.1.1. Definición y fuentes de la Desigualdad

Como punto de partida para contextualizar las desigualdades, es útil comprenderlas en contraste con el concepto de igualdad. La noción de igualdad surge en la

Revolución Francesa, en la década de 1790 (Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères, s.f.), bajo el lema "Liberté, Égalité, Fraternité" ("Libertad, Igualdad, Fraternidad"). Este ideal promovía la igualdad política y jurídica, con el propósito de que todos los hombres, aunque invisibilizando a las mujeres, fueran reconocidos como ciudadanos iguales ante la ley.

A lo largo del tiempo, los movimientos sociales impulsaron una visión más amplia de la igualdad, abogando por una equidad económica y social que busque reducir las disparidades en recursos y oportunidades. No obstante, Caparrós (2019) en el *New York Times* crítica estos movimientos, argumentando que, pese a sus esfuerzos, la desigualdad sigue profundamente arraigada en nuestras sociedades.

La igualdad, además, es reconocida como un derecho fundamental en la Declaración Universal de Derechos Humanos (United Nations, s. f.), en el artículo 10, que establece que:

Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal. (United Nations, s.f.).

A pesar de este reconocimiento, las violaciones a los derechos humanos continúan ocurriendo, siendo las desigualdades una forma sutil de estas violaciones. El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR, s.f.) define la desigualdad como la falta de equilibrio entre dos o más personas, manifestándose de diversas formas, tales como desigualdades sociales, económicas, legales, educativas y de género. Cada una de estas desigualdades tiene características particulares, descritas por el ACNUR (s.f.) de la siguiente manera:

Desigualdad	Definición
Social	Es cuando se trata a una persona de forma distinta por su posición social, su situación económica, su religión o su cultura.
Económica	Se produce cuando los ingresos de determinadas personas son diferentes y, por lo tanto, el acceso a los bienes también lo es.

Legal	Sucede cuando no todas las personas tienen los mismos derechos ante los tribunales
Educativa	Se hace presente cuando las personas no tienen las mismas posibilidades para acceder a la educación.
De género	Surge cuando hay diferencias en el acceso a oportunidades entre hombres y mujeres

Fuente: Elaboración propia con datos de ACNUR (s.f.).

Además, la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2019) amplía esta perspectiva al señalar que la desigualdad no se limita a aspectos de riqueza o ingreso, sino que también afecta áreas como la esperanza de vida, el acceso a servicios de salud, la educación de calidad y otros servicios públicos.

Galindo y Ríos (2015), retomando la propuesta de McKay (2002), destacan que la desigualdad implica variaciones en los estándares de vida dentro de una población, lo que no siempre está vinculado a la pobreza: "la desigualdad hace referencia a la variación de los estándares de vida de la población, independientemente de si dicha población está o no en pobreza. De hecho, puede existir desigualdad sin pobreza, y pobreza sin desigualdad". Estas definiciones nos permiten entender que la desigualdad surge de diversas disparidades que afectan la calidad de vida, resultando en violaciones a los derechos humanos y generando injusticias sociales en múltiples áreas.

Antes de profundizar en las desigualdades de género y socioeconómicas, es relevante contrastar las perspectivas sobre la desigualdad de clase y de género. Desde una visión funcionalista, sociólogos como Davis y Moore (1945, citado en Barroso, s.f.) argumentan que la desigualdad de clase es funcional y necesaria para la estabilidad social, ya que motiva a las personas a adquirir habilidades y desempeñar roles importantes. Según esta teoría, la desigualdad salarial, por ejemplo, actúa como incentivo para que las personas asuman tareas más complejas, contribuyendo a la eficiencia social.

Por otro lado, la desigualdad de género tiene una interpretación distinta. Desde una perspectiva feminista, no se considera una necesidad estructural, sino una

manifestación de opresión sostenida por las estructuras socioculturales patriarcales. Se argumenta que estas condiciones han otorgado históricamente una ventaja a los hombres sobre las mujeres, perpetuando un sistema social injusto. La desigualdad de género, entonces, se percibe como una construcción social que debe ser desafiada y transformada para lograr una sociedad más equitativa.

Entre las múltiples manifestaciones de la desigualdad, la de género es una de las más persistentes e impactantes, afectando no solo las relaciones interpersonales sino también las estructuras socioeconómicas.

2.1.2. Desigualdad de Género

Desde la perspectiva de género, se ha evidenciado que las diferencias sexuales no solo son biológicas, sino que también se traducen en desigualdades sociales y culturales (Rueda, Chapoy, Chávez, Rodríguez, & González, 2010). Originalmente, el término "género" fue percibido como un sinónimo de lo femenino y, en ocasiones, como un opuesto al concepto de "sexo". De esta dicotomía surgió el binomio sexo/género, que llevó a una comprensión inicial de que el "sexo" correspondía a la anatomía y la fisiología, distinguiendo entre macho y hembra, mientras que el "género" se configuraba como una asignación social y cultural de roles y comportamientos para hombres y mujeres.

Simone de Beauvoir, una figura clave en los estudios de género, en su obra *El Segundo Sexo* (1949), desafió las nociones tradicionales sobre lo que significa ser hombre o mujer. A través de un análisis interdisciplinario, incluyendo el psicoanálisis, la antropología y la filosofía, De Beauvoir mostró que las diferencias entre hombres y mujeres son en gran medida construcciones culturales, reflejando cómo las ideologías de género se transmiten a través de la educación y se consolidan en los contextos socioculturales de cada individuo.

Dentro de esta idea, la Secretaría de Educación Media Superior del Estado de México (2022, pp. 64), afirma que el concepto de género permite entender cómo las asignaciones culturales, históricas y sociales se entrelazan con lo biológico. El sistema sexo/género revela así la compleja interacción entre la identidad personal

y los roles impuestos culturalmente, los cuales influyen en la vida cotidiana de las personas y condicionan su desarrollo y oportunidades.

Por su parte, Joan Scott (2013, pp. 190) profundiza en esta noción definiendo el género como un "elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos". Scott identifica cuatro componentes clave: los símbolos culturales, los conceptos normativos (por ejemplo, doctrinas religiosas y educativas que dictan el significado de lo femenino y masculino), las instituciones y organizaciones sociales (como la familia y el mercado laboral), y la identidad subjetiva. Esta construcción de género refuerza y perpetúa las desigualdades entre los sexos, otorgando ventajas a un género sobre otro.

En suma, la desigualdad de género, puede ser entendida como una asimetría en las oportunidades y derechos basados en el género, es entonces producto de una construcción histórica y social con implicaciones profundas en todos los aspectos de la vida. Factores económicos, sociales, políticos y culturales configuran las brechas entre hombres y mujeres y, de acuerdo con INMUJERES (2007), dichas brechas impiden la igualdad en el acceso y control de recursos y oportunidades. Esto se manifiesta en estadísticas que reflejan la distancia en oportunidades, control de recursos económicos, y participación social y política entre géneros.

2.1.2.1. Índices de Inequidad

Aguilar (2012), citado en Zamudio, Ayala & Arana (2014, pp. 254), ha referido que los índices de inequidad, son ejemplos claros de cómo se reflejan estas desigualdades, mostrando cómo las mujeres y personas de otros los géneros tienen menos acceso a recursos y oportunidades en comparación con los hombres. Este sistema de opresión tiene sus raíces en el patriarcado, una estructura social que coloca a los hombres en posiciones de poder y controla las normas y valores de la sociedad.

Los índices de inequidad de género miden la brecha en áreas como la educación, la participación económica y el acceso a la salud, mostrando cómo la desigualdad afecta a las mujeres en múltiples aspectos de sus vidas.

Por ello, se recurre a la investigación realizada por Zamudio, et al., (2014, pp. 257), quienes han reportado que las inequidades y desigualdades de género no se limitan a un solo ámbito, ya que estas se hacen presentes ámbitos como son la educación y el trabajo, pero abarcan sectores como la salud, la migración y prácticamente en todas las actividades humanas, sociales, culturales, religiosas, políticas y personales. Siendo legitimizadas por una cultura que ejerce ciertas violencias simbólicas, que las valida, como lo señaló Bourdieu y Passeron, (1996), como lo cita Peña (2009, pp. 65), “la violencia simbólica logra imponer significados e imponerlas como legítimas”.

Así mismo Zamudio et al. (2013: 259-275) identifican once factores que representan los índices de inequidad: violencia, familias y hogares, participación política, trabajo, mujeres rurales e indígenas, educación, salud, seguridad social, pobreza, niñez y migración. Sus resultados evidencian que mujeres y hombres enfrentan situaciones diferentes, lo que resulta en condiciones y posiciones desiguales en cada uno de estos factores. Específicamente, señalan que (2013: 258):

- En cinco factores (violencia, familias y hogares, participación política, trabajo y mujeres rurales e indígenas), las inequidades y condiciones a corregir son mayores para las mujeres.
- En tres factores (educación, salud y seguridad social), las inequidades son poco significativas para ambos géneros.
- En tres factores (pobreza, niñez y migración), las inequidades afectan más a los hombres.

Esta clasificación muestra cómo las inequidades de género se distribuyen de manera diferente según el contexto y la situación específica, subrayando la necesidad de enfoques diversos y específicos para abordar y corregir estas desigualdades.

Estos índices de desigualdad son esenciales para comprender las dinámicas sociales y económicas que limitan el desarrollo equitativo.

2.1.2.2. El Origen de la Opresión

El punto de partida de esta investigación, pretende brindar una comprensión del origen de las desigualdades en la especie humana. De acuerdo con Lamas (1994, pp. 5), la opresión conlleva una gran carga cultural, siendo tanto un resultado como una mediación. Los seres humanos nos enfrentamos a un hecho básico presente en todas las sociedades: la diferencia corporal entre mujeres y hombres, especialmente en lo referente a los genitales. La cultura es el resultado de cómo interpretamos, simbolizamos y elaboramos la angustia o el miedo que estas diferencias generan; además la cultura actúa como un filtro a través del cual percibimos la vida.

Cagigas (2000, pp. 307) también señala que la sociedad en general se caracteriza por la opresión. Todas las instituciones, estructuras y personas ejercen dominación o son dominadas en función de factores como la raza, la clase social, la religión, la edad o el sexo. El género puede considerarse un sistema de dominación y subordinación conocido como patriarcado. Esta perspectiva teórica es respaldada por Lamas (1994: 8), quien menciona que “el género es el conjunto de ideas sobre la diferencia sexual que atribuye características femeninas y masculinas a cada sexo, a sus actividades y conductas, y a las esferas de la vida”. La sociedad fabrica ideas sobre lo que deben ser los hombres y las mujeres y lo que es "propio" de cada sexo, generando así los roles y estereotipos por género.

Estas ideas son impuestas a los individuos desde la educación básica, donde se puede incluir a la familia. Desde una perspectiva teórica, la humanidad ha operado bajo este sistema patriarcal mencionado y es crucial entender cómo estas construcciones sociales se originaron y perpetuaron.

2.1.2.3. El Patriarcado

La sociedad se estructura en una serie de sistemas interconectados, cada uno de ellos distinto a los demás. Según Luhmann (2007, pp. 42), cada sistema define su propio papel al diferenciarse de su entorno, lo cual es útil para entender el patriarcado, que también opera como un sistema. En el patriarcado, los elementos

están diseñados para mantener una jerarquía en la cual se asignan roles específicos según el género, perpetuando una estructura de poder.

Rosario Castellanos, en su obra *Sobre cultura femenina* (2005), describe el patriarcado como un sistema jerárquico en el que el poder se concentra en la figura masculina, representada con características como la valentía, la fuerza y la inteligencia. En esta lógica patriarcal, estas cualidades justifican una división de género donde el hombre es el sexo fuerte, mientras que la mujer, es el sexo débil.

Por otro lado, Lerner (1990) interpreta el patriarcado como una institución que consolida la dominación masculina sobre las mujeres, tanto en el ámbito familiar como en la sociedad en general. Esta no es una relación natural ni biológica, sino el resultado de un proceso histórico largo, de más de 2.500 años. En la misma sintonía, Cagigas (2000) lo analiza como una relación de poder en la que los hombres buscan someter a las mujeres para mantener su control. Este sistema de poder genera una desigualdad en la que los hombres son los dominantes y las mujeres, las subordinadas.

Estas visiones reflejan cómo el patriarcado establece una jerarquía en la que ciertos individuos se ubican en posiciones de superioridad. Aristóteles (2000), por ejemplo, veía al ser humano como un “ser social”, mientras que Arendt (2005), amplía esta idea señalando que la capacidad de comunicación y pensamiento diferencian a los humanos de los animales. Sin embargo, esta misma capacidad ha sido utilizada para construir categorías de poder basadas en características biológicas que el patriarcado ha usado para mantener el dominio sobre las mujeres.

La estructura patriarcal se fortalece y se transmite con el tiempo mediante símbolos e ideales que refuerzan esta posición de superioridad masculina. Farfán (2009) explica que las sociales adquieren significado cuando se comprenden los objetivos del grupo que las acciones ejecutan. Al hacer que estas ideas se vuelvan comunes y aceptadas, el patriarcado consigue que sus valores sean vistos como algo “normal” en la sociedad (Pereda & Muro, 2021).

En este contexto, Hérítier-Augé (1991, pp. 92), en *La sangre de los guerreros y la sangre de las mujeres*, analiza cómo se han construido simbólicamente ciertos atributos femeninos para justificar la subordinación de la mujer. Por ejemplo, se ve a las mujeres como seres frágiles, emocionales y pacíficas, lo que, según esta visión, justificaría la necesidad de ser dirigidas y controladas por un hombre.

A su vez, Virey (1802), citada en Hérítier-Augé (1991, pp. 98), sostenía que las mujeres, por su naturaleza débil, debían ser sumisas y pacientes, manteniendo la paz familiar a través de esta sumisión. Este ideal femenino contrasta con la figura masculina, representada como fuerte, activa y valiente. Según Hérítier-Augé (1991, pp. 98), estas construcciones simbólicas legitiman la dominación masculina en el sistema patriarcal.

Facio y Fries (2005, pp. 261) señalan que el patriarcado establece creencias que hacen ver las diferencias entre hombres y mujeres como algo inherente a su biología. Esta visión no solo beneficia a los hombres, sino que también impone restricciones a ambos géneros, limitando a las mujeres y encasillando a los hombres en roles rígidos.

De esta manera, las diferencias biológicas se transforman en normas sociales. Gayle Rubin (1986) define el “sistema sexo-género” como el mecanismo mediante el cual la sociedad convierte la biología en una construcción cultural. Según Hérítier-Augé (1991, pp. 102), esta capacidad del hombre para controlar su propio cuerpo y vida, en contraste con la supuesta pasividad de la mujer ante sus ciclos biológicos, se convierte en el fundamento de la dominación patriarcal, subrayando que la dominación masculina se basa en la apropiación de la fertilidad de la mujer.

Bourdieu (2000, pp. 20) analiza esta dominación como una imposición simbólica donde el deseo de poder masculino se convierte en dominación y el deseo femenino se configura como subordinación. Johan Galtung (1996, desde La Parra & Tortosa, 2003, pp. 60) añade que este tipo de violencia estructural se sostiene sin necesidad de violencia física, ya que es la misma organización social la que perpetúa la desigualdad.

Finalmente, Coady (1995), citada en La Parra & Tortosa (2003, pp. 61), define la violencia estructural como una forma de injusticia social que, aunque puede ser invisible, afecta el bienestar, la identidad y la libertad de las personas. Así, el patriarcado se mantiene a través de estructuras simbólicas y culturales que justifican la subordinación de la mujer y consolidan una estructura de poder desigual.

Dentro del engranaje del patriarcado, un elemento clave en el funcionamiento se encuentra, en las relaciones de poder que existen, estas ayudan a entender cómo se configuran las dinámicas de dominación y subordinación entre hombres y mujeres. Villarreal (2001, pp. 3), afirma que el poder no está limitado a instituciones como el Estado; en cambio, siguiendo la visión de Foucault, se manifiesta en todas las interacciones sociales y relaciones personales, actuando como una red de fuerzas que atraviesa cada aspecto de la vida. Desde esta perspectiva, el poder es una relación que define quién controla y quién obedece en distintas áreas de la sociedad.

Marcela Lagarde (1997) como lo cita Villareal, (2001, pp. 3), señala que el poder actúa a nivel social, grupal y personal, permitiendo la explotación y opresión de unos sobre otros, y en el contexto patriarcal, ubicando a los hombres en una posición de superioridad histórica sobre las mujeres. Este poder ha impactado profundamente todos los aspectos de la vida femenina, tanto en lo personal como en lo colectivo, afectando sus decisiones y derechos.

Para Foucault (1981) como lo cita Villareal, (2001, pp. 3-4), el poder tiene cualidades productivas y no únicamente de represión, generando placer, conocimiento y discursos, con lo que se pueden definir nuestras identidades. Esto presenta una realidad, en la que el poder no solo impone límites, sino que produce normas y valores que influyen en cómo nos percibimos nosotros mismos y a los demás.

Como ya se daba el preámbulo, el control al que se refiere Hérítier-Agué (1991), se ha enfocado en controlar la capacidad reproductiva de las mujeres, que esta ha sido crucial para la supervivencia de la sociedad, pero se convirtió en la manera en la que el patriarcado limitó su libertad y la encerraba en roles maternos. Al mantener el control sobre la sexualidad y la reproducción femenina, el patriarcado ha logrado

mantener el poder. Lerner (1990, pp. 47), resalta que el intercambio de mujeres marca el inicio de la subordinación femenina y su cosificación como mercancías.

2.1.2.4. Roles y Estereotipos de Género

Los roles y estereotipos de género han desempeñado un papel significativo en la perpetuación de las desigualdades entre hombres y mujeres. Las sociedades han asignado roles específicos basados en el género, limitando las oportunidades y expectativas de cada sexo. Estos estereotipos, arraigados en normas culturales, pueden influir en la distribución desigual de recursos, poder y acceso a oportunidades. Abordar las desigualdades de género implica cuestionar y transformar estos roles preconcebidos, promoviendo la equidad y la igualdad de oportunidades para todos, sin importar el género.

ONU Mujeres (2018), define los roles y estereotipos como “generalizaciones simplistas de los atributos de género, las diferencias y los roles de las mujeres y los hombres”, este concepto se alinea con la teoría del aprendizaje de Bandura (1977), donde se explica que las nuevas generaciones aprenden de lo que van observando.

Arenas (2006, desde Del Valle, 2018, pp. 17), destaca que dentro de la familia se inculcan estos estereotipos de género, lo que desencadena que se segreguen así los roles desde la infancia. Los estereotipos son inculcados y transmitidos desde la socialización, principalmente en la infancia, en el que tienen influencia los factores culturales y el contexto cercano a la persona. Por lo que Feijóo (2019: 7), señala que a partir de que hacemos constancia del género, continúa la reproducción de las características y conductas de los progenitores.

2.1.2.5. La Familia

Desde Karl Marx y Friedrich Engels, hasta nuestros días una gran diversidad de autores ha buscado entender el sistema patriarcal, en relación al Estado, la propiedad privada y la acumulación capitalista. Engels (2017) nos presenta cómo la familia, como institución, surge en este contexto, marcada por la opresión femenina y la consolidación de la familia monogámica. Este tipo de familia, según Engels,

coincide con el surgimiento de la propiedad privada y marca el inicio de la opresión de clases, donde las mujeres son subordinadas por los hombres.

Engels (2017) también señala cómo el control dentro de la familia está estrechamente ligado a la cuestión de la propiedad privada y cómo el Estado, al establecer desigualdades legales entre hombres y mujeres, perpetúa la opresión económica de la mujer. Esto conduce a una sociedad en la que cada avance es también un retroceso relativo, donde el bienestar de unos se logra a expensas del sufrimiento y la represión de otros.

La familia moderna, según Engels (2017, pp. 32), se basa en la esclavitud doméstica de la mujer, convirtiéndola en la servidumbre del hogar. Esta idea resuena en la obra de Althusser (1974), quien considera que la familia es un aparato ideológico del Estado que contribuye a la reproducción de la fuerza de trabajo y a la construcción de identidades de género mediante discursos ideologizantes. Para autores como Roa (2018), la familia es entendida como la primera instancia ideológica o institución que sirve de desarrollo y sostenibilidad a la sociedad, moldeando el comportamiento y estableciendo relaciones afectivas y sociales.

Fomentar la igualdad de género dentro de la familia implica promover relaciones basadas en el respeto mutuo, la equidad en las responsabilidades y la valoración de las capacidades individuales, independientemente del género. La transformación de las estructuras familiares puede ser un punto clave para dismantelar estereotipos arraigados y construir una sociedad más justa e igualitaria. La diferenciación por género es una forma específica de desigualdad social que se presenta de manera universal y permanente en todas las sociedades. Esta centralidad del género en la estructuración del orden social destaca la importancia de abordar las desigualdades de género como un aspecto central en la lucha por la justicia y la igualdad en la sociedad.

2.2. Desigualdades Socioeconómicas

La desigualdad socioeconómica se refiere a las disparidades económicas y sociales entre diferentes grupos de personas dentro de una sociedad. Esta desigualdad

puede manifestarse en diversos aspectos, como ingresos, riqueza, acceso a oportunidades educativas y de empleo, y calidad de vida en general, (Marx, 2005; Piketty 2013, como los cita Ruvalcaba, 2016, pp. 184).

Estas desigualdades son propicias, en la mayoría de los casos, por razones de género, sin embargo, existen algunas en las que el género no es participe de estas mismas. La división sexual del trabajo juega un papel fundamental en la formación de estas desigualdades, dicha división genera diferencias en las tareas consideradas propias de cada género, lo que, a su vez, tiene implicaciones tanto en términos socioeconómicos como históricos. Muchas de estas acciones, aunque fundamentales para el funcionamiento de la sociedad, no son reconocidas ni valoradas adecuadamente en un sistema capitalista, lo que contribuye a la invisibilización de quienes las realizan.

2.2.1. División Sexual del Trabajo

La división sexual del trabajo implica una diferenciación de actividades según el género. Entender cómo se establecieron los roles y estereotipos de género es fundamental, ya que estas distinciones llevan implícitas las actividades asignadas a cada sexo. Diversos autores han explorado cómo esta división ha sido una parte integral de la estructura del patriarcado y del capitalismo. Silvia Federici (2018), se refiere a esto como "el patriarcado del salario", para explicar cómo es que estas dos estructuras se entrelazan.

Engels (2017, pp. 27), menciona que «La primera división del trabajo es la que se hizo entre el hombre y la mujer para la procreación de hijos». En esta línea, Pierre Bourdieu (2000, pp. 10), observa como la división de los sexos pareciera estar en el orden natural, ya que esta situación está tan arraigada en la cultura que se asume como lo normal. De acuerdo con este autor, la división se ve reflejada en el entorno físico, así como en el modo en el que las personas lo interpretan en el mundo cotidiano.

En este sentido, la Encuesta Nacional de Tiempo Libre (ENUT), (INEGI, 2019), reporta que en promedio por horas a la semana, las mujeres dedican: 37.9 h a un

Trabajo para el mercado, un 39.7 h de Trabajo no remunerado de los hogares, un 5.6 h en producción de bienes para uso exclusivo del hogar; mientras que las estadísticas correspondientes a los datos de hombres: 47.7 h para un Trabajo para el mercado; 15.2 h de Trabajo no remunerado de los hogares; y un 6.6 h Producción de bienes para uso exclusivo del hogar. Por lo que, en promedio las mujeres trabajan 6.2 horas más que los hombres, según el tiempo total de trabajo.

Federici (2010, pp. 267), plantea que la caza de brujas, fue el principal factor que marcó la devaluación del trabajo femenino y de la aparición de una división sexual del trabajo específica del capitalismo. Con esto, la autora italiana, realiza la distinción de que, ante una sociedad con una moralidad tan reservada, los demonólogos, se ajustaban a la creación de los estereotipos, convirtiéndolos en tabús, en los que la mujer, debía cumplir con sus funciones reproductivas, sino era el caso, se convertían en seres antisociales y fuentes de todo mal, por lo que esta nueva estructura, se convierte en, el cambio el primer paso de una larga marcha hacia el «sexo limpio entre sábanas limpias», y la transformación de la actividad sexual femenina en un trabajo al servicio de los hombres y la procreación, (Federici, 2010, pp. 264).

Engels (2017, pp. 33), argumenta que, en la familia monogámica tradicional, la mujer se encontraba condicionada a servir al hombre, con la producción de herederos de sus propiedades. De este modo la economía formal era ejercida por los hombres, siendo esta la única valorada, mientras que la contribución de la mujer, solo era limitada a la actividad doméstica y reproductiva.

Reafirmando el argumento, ONU Mujeres (2018: 32), realiza una clasificación de tres principales de roles, en esta división del trabajo, que nos presentan como:

- **Roles productivos:** Actividades realizadas por hombres y mujeres con el fin de producir bienes y servicios ya sea para la venta, intercambio, o para satisfacer las necesidades familiares de subsistencia.
- **Roles reproductivos:** Actividades necesarias para asegurar la reproducción de la fuerza laboral de la sociedad. Estas incluyen el trabajo en la casa como

limpiar, cocinar, tener y criar hijos/as, y cuidar a familiares. Estas tareas en general son realizadas por las mujeres.

- **Rol de gestión comunitaria:** Actividades realizadas principalmente por las mujeres a nivel comunitario, como extensión de su rol reproductivo, para asegurar la provisión y mantenimiento de recursos escasos para el consumo colectivo, tales como agua, atención de la salud y educación. Se trata de trabajo voluntario no remunerado realizado en tiempo “libre”.

La misma ONU Mujeres (2018), describe un triple rol que realizan las mujeres, en las que incluyen tres roles principales reproductivo, productivo y trabajo comunitario, dando como resultado, una triple jornada de actividades.

2.2.2. Los Trabajos de Cuidado: Una Economía Invisible.

En el mundo actual, la importancia de recibir un salario digno es fundamental para el bienestar, ya que el salario es la expresión de la relación de poder entre el capital y la clase trabajadora (Federici, 2018). Campillo (2000, pp. 99), describe esta realidad como una economía real, en la que incluye dos ámbitos, la economía de la producción y la economía del cuidado. Diane Elson (1995, como la cita Campillo, 2000), lo resume como dos economías, una economía en la que las personas reciben un salario por bienes y servicios; y por otro lado una economía oculta, invisible, la economía del cuidado, que rara vez es reconocida y remunerada.

Los trabajos de cuidados, son propiamente acciones, en las que dentro de un sector económico no suelen ser tomados en cuenta, excepción de algunas profesiones, que gran parte de sus acciones son para el cuidado, tanto propio, como de terceros, como puede incluir, la enfermería, psicología, medicina. Las actividades de cuidados pueden incluir, entre otras, la prevención de daños a sí mismos o a terceros, y abarcan actividades como la asistencia personal y la asistencia doméstica. Algunas de estas profesiones tienen en común, además de los cuidados, que han sido profesiones altamente feminizadas, con más de la mitad de sus practicantes siendo mujeres (Buquet, 2006, citado en Figueroa & Hernández, 2019, pp. 122).

Dentro del apartado doméstico, labor históricamente invisibilizada, que incluye actividades como el cuidado de niños, ancianos y enfermos, suelen exigir atención constante. En la que la flexibilidad de horarios en estas tareas, ha llevado en ocasiones, que diversas autoras, lo describan como un "trabajo artesanal", a pesar de que puede extenderse a labores de tiempo completo.

2.2.3. Trabajo Doméstico

En la actualidad, muchas personas consideran que el trabajo doméstico es una vocación natural de las mujeres, a menudo etiquetándolo como "trabajo de mujeres" (Federici, 2018, pp. 69). Margaret Reid, en su obra *Economics of Household Production* (1934, como la cita Campillo, 2000, pp. 100), señala que:

La producción en el hogar consiste en esas actividades no remuneradas que son llevadas a cabo por y para sus miembros; actividades que podrían ser reemplazadas por bienes de mercado o servicios pagados si las circunstancias, como el ingreso, las condiciones del mercado o las inclinaciones personales, permitieran que el servicio fuera delegado a alguien fuera del hogar. (Reid, 1934, como la cita Campillo, 2000, pp. 100).

D'Alessandro (2016, pp. 6), refiere que las actividades de cuidado del hogar, que incluyen: lavar, planchar, cocinar, y cuidar a los niños y a los ancianos, son acciones que han sido consideradas como tareas inherentes a las mujeres, casi como un atributo natural de la feminidad.

Federici (2018, pp. 30) por su parte, contextualiza sobre el trabajo doméstico cómo:

Es mucho más que la limpieza de la casa. Es servir a los que ganan el salario, física, emocional y sexualmente, y tenerlos listos para el trabajo día tras día. Es la crianza y cuidado de nuestros hijos, los futuros trabajadores, asegurándonos de que también ellos actúen conforme a las expectativas del capitalismo. Federici (2018, pp. 30).

El sistema capitalista introdujo a la mujer en el sector privado, relegándola al trabajo doméstico, aseguraba que la producción de la fuerza laboral futura, ya que las madres preparaban a sus hijos para integrarse en el mismo sistema capitalista,

impartiendo ideologías y roles de género que perpetuaban los estereotipos en la sociedad. En este contexto, si un hombre no podía proveer a su familia con su salario, su masculinidad y capacidad eran cuestionadas.

2.2.4. La Economía Invisible en la Doble Jornada

La falta de remuneración del trabajo doméstico y de cuidado evidencia una relación de poder donde el capital se beneficia del esfuerzo de la clase trabajadora sin retribuirle adecuadamente. En un sistema que busca maximizar ganancias al menor costo, los productos incrementan su valor, lo que obliga a la sociedad a esforzarse más para satisfacer sus necesidades básicas. Como resultado, las mujeres ya no pueden dedicarse exclusivamente a las labores del hogar, que no se contabilizan económicamente, sino que deben desempeñar trabajos remunerados.

En la actualidad se observa una mayor paridad laboral, sin embargo, las mujeres continúan enfrentando las responsabilidades de cuidados y tareas domésticas. Después de una jornada laboral de ocho horas, muchas mujeres se enfrentan a la realidad de tener que continuar con las labores de cuidado, como si no hubieran trabajado fuera de casa. Lagarde (2005) señala que las madres que realizan actividades económicas reconocidas no se liberan de una doble o incluso triple jornada laboral. Un ejemplo, donde las mujeres, especialmente las madres, deben ejercer una constante y continua labor de cuidados, puede ser en casos donde una enfermera que es madre, durante su horario laboral realiza cuidados reconocidos económicamente, pero al llegar a su hogar continúa con más labores de cuidados para sus hijos, a menudo descuidando su propio autocuidado.

El Instituto Nacional de Mujeres (2018), ha reportado que las mujeres que son madres se insertan en el mercado laboral en condiciones más adversas que otras personas, pues deben combinar la crianza de los hijos y los quehaceres domésticos con sus actividades laborales. La participación de las mujeres en el mercado laboral disminuye conforme aumenta el número de hijos: la mitad de las mujeres de 15 años y más que tienen de uno a dos hijos (49.6%) participa en el mercado laboral, mientras que al tener de 3 a 5 hijos la participación disminuye a 41.4%, y apenas 22.7% de quienes tienen 6 o más hijos son económicamente activas. Cuatro de

cada diez mujeres de 25 a 49 años de edad que forman parte de hogares con hijos menores de 3 años desempeñan una actividad económica en el mercado laboral (40.9%); esta cifra aumenta a siete de cada diez mujeres cuando viven en hogares sin hijos (68.2%). En el caso de los hombres, tales diferencias son mínimas (97.9% y 94.3%, respectivamente).

Lagarde (2005), ha ejemplificado que, esta situación, no es únicamente que a las madres se les han atribuido actividades de cuidado, sino que, es una situación que ocurre en general con las mujeres, cuando refiere que:

Las mujeres pueden ser madres temporales o permanentes —además de sus hijos—, de amigos, hermanos, novios, esposos, nueras, yernos, allegados, compañeros de trabajo o estudio, alumnos, vecinos, etc.; son sus madres al relacionarse con ellos y cuidarlos maternalmente. Lagarde (2005, pp. 364).

2.2.5. Ética del Cuidado

Irene Comins (2003) propone que la ética del cuidado facilita la resolución pacífica de conflictos. Sin embargo, también destaca que el cuidado ha sido tradicionalmente asignado a las mujeres, confinándolas al espacio privado con un trabajo invisibilizado, no remunerado o mal pagado (Comins, 2019, como la cita Cepeda-Mayorga, Echenberg & Ortiz, 2019, pp. 119-120). Comins vincula la ética del cuidado con la teoría de la no-violencia, identificando el amor como su valor central, un valor que las madres inculcan durante la crianza en el ámbito privado, promueve el bienestar tanto de quienes cuidan como de quienes son cuidados.

Sara Ruddick (1992), como la cita Comins (2003, pp.139-140), sugiere que la experiencia materna puede ser instrumental en la resolución pacífica de conflictos. Al perder poder social, las mujeres suelen recurrir a estrategias no violentas, siendo el amor una de ellas. Este amor se conecta con el reconocimiento, esencial para todo ser humano. Ruddick ejemplifica que si a un niño pequeño se le muestra amor y reconocimiento (es decir, se le cuida), crece con un autoconcepto sano y una

mayor seguridad en sí mismo, lo cual le capacita para crear y plantear alternativas y soluciones en la vida.

Las tareas de atención y cuidado son cruciales para el desarrollo humano, ya que son el vehículo a través del cual se satisfacen las necesidades humanas (Comins, 2003: 144). Es fundamental reconocer y admirar a las personas que realizan estas labores de cuidado. Este reconocimiento implica valorar y apreciar tanto al que recibe los cuidados como al que los proporciona, fomentando así un aprecio mutuo por la importancia de estos trabajos.

2.3. Tejiendo Calidad De Vida

Comprender la calidad de vida (CV), se torna complejo ya que influyen diversos aspectos, para tomar a consideración, sin embargo, este término ha sido ampliamente relacionado con el bienestar. La calidad de vida no solo debe ser relacionada con términos materiales, ya que abarca una amplia intersección con la salud, las relaciones sociales y factores psicológicos como la realización personal, entre otras. En este apartado, nos sumergiremos en las aguas profundas de este concepto multifacético, destacando su importancia como brújula que guía nuestros esfuerzos hacia una comprensión más holística y enriquecedora de lo que significa vivir una vida plena.

En términos generales, la calidad de vida ha sido aplicada y reducida a algo utilitarista, esto lo convierte en ambiguo, (Roqué, 2001, pp. 86). La concepción de calidad de vida puede entenderse desde dos dimensiones: objetivamente y subjetivamente. Dentro de una concepción objetiva, es cuando se le da relación al aspecto material, mientras que, en la subjetiva, se abarcan las dimensiones intangibles, como el aspecto emocional, que puede incluir la autorrealización.

Dentro de esta línea, Nava (2012), como le citan Marcial, Peña, Escobedo & Macías (2016, pp. 282), refiere que la dimensión objetiva abarca el bienestar material, la salud objetivamente considerada, las relaciones armónicas con el ambiente y la comunidad. Por otro lado, en la dimensión subjetiva se encuentra, la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud

percibida, estos por mencionar algunos elementos que se pueden incluir en las dimensiones de la calidad de vida.

Es por ello que, ante tales dimensiones, la calidad de vida tiene que verse como un elemento integral y no como dos dimensiones. Ante la problemática de no contar con una definición clara de la calidad de vida, ya que como se mencionaba abarca dos amplias dimensiones, ante esta situación recurro a una definición que se puede considerar como integradora de ambas dimensiones, como es la que propone Ardila (2003):

Calidad de vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud objetiva. Como aspectos objetivos el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida. (Ardila, 2003, pp.163).

Dicha definición coincide con la perspectiva que brindan Urzúa & Caqueo-Úrizar (2012), en la que, la calidad de vida, no puede ser definida desde un punto económico, sino que se debe considerar desde la perspectiva social, y de la médica, lo que le convierte en un concepto multidisciplinar.

Amartya Sen y Martha Nussbaum (1993), destacan que la calidad de vida no solo implica las condiciones materiales, sino que se deben incluir las oportunidades reales para llevar una vida digna, ambos autores serán abordados a detalle más adelante. Ruut Veenhoven (2000, pp. 30), complementa esta perspectiva, cuando indica que la calidad de vida debe entenderse a partir de cuatro cualidades: la habitabilidad del entorno, la capacidad de las personas para vivir bien, la utilidad de la vida para el entorno y la apreciación personal de la vida. Según Veenhoven (2000), la calidad de vida no es una simple suma de estos elementos, sino un proceso continuo de adaptación y mantenimiento de estas condiciones a lo largo del tiempo.

Botero de Mejía y Pico (2007, pp. 15), han referido que la calidad de vida de nuestra vida equivale a la calidad de nuestro envejecimiento, por lo que se da la prioridad a mejorar las condiciones de vida de todas las personas.

Dentro de las definiciones que existen acerca de la calidad de vida se le relaciona constantemente con la satisfacción de la vida, un elemento que puede ser abordado desde otro termino, que particularmente, se le encuentra estrechamente vinculado con la calidad de vida, como es el bienestar.

2.3.1. El Bienestar

Se puede encontrar una relación directa con los conceptos de bienestar y calidad de vida, son términos intrínsecamente polisémicos. Dentro de un ámbito internacional el bienestar es conocido como Well – Being, desde una definición puramente etimológica, el bienestar, surge del latín “bene” y “stare”, que, a la traducción actual, podemos comprender como “nivel elevado” y “estar o vivir” (Veschi, 2018). El bienestar puede ser referido como un estado subjetivo, que es relacionado con la percepción de felicidad, satisfacción y equilibrio personal, se centra más en los elementos internos desde el como la persona evalúa su vida. Gillham (2009), como le citan Marcial, et al., (2016, pp. 283), lo define como aquellos altos niveles de afecto positivo, bajos niveles de afecto negativo y el juicio de una vida bien vivida. Por su parte García-Alandete (2014, pp. 17), ha referido que existen dos constructos acerca del bienestar, que son: el bienestar subjetivo y el bienestar psicológico.

Dentro del bienestar subjetivo, Diener (1984), afirma que depende de las percepciones individuales y no de indicadores externos. Al incluir elementos cognitivos (satisfacción de vida) y emocionales (presencia de estados afectivos positivos y ausencia de estados afectivos negativos), las personas pueden realizar una distinción de las condiciones objetivas como sus ingresos, para encontrar una variabilidad a la hora de referir su bienestar.

Por su parte, en el bienestar psicológico Ryff (1989), quien de igual manera se le puede considerar como la autora de referencia en el tema, propone que este modelo

puede representar un ser funcional en la vida, ya que la autora percibe que no solo se debe vincular este aspecto a la ausencia de problemas, ya que se deben considerar la presencia de aspectos positivos asociados con el crecimiento personal como puede ser la autorrealización.

Dentro de esta intersección, es conveniente esquematizar la diferencia que existe entre la calidad de vida, con el bienestar, como se presenta a continuación:

Criterio	Calidad de Vida	Bienestar
Enfoque	Objetivo y subjetivo	Subjetivo
Dimensiones	Factores como la salud, economía y educación.	Factores como las emociones, la felicidad, objetivos de vida
Evaluaciones	Se puede evaluar a través de indicadores	Es subjetivo, se basa en la percepción y en las emociones
Aplicación	Políticas públicas, salud pública.	Psicología positiva

Fuente: elaboración propia, basado en las investigaciones de Requena (2000) y Vielma & Alonso (2010).

La calidad de vida y el bienestar efectivamente se encuentran relacionados, sin embargo, una calidad de vida que tiene el acceso a recursos básicos y de salud no garantiza una percepción de bienestar en todos los casos.

2.3.1.1. Teorías del Bienestar

Abordar las teorías del bienestar, nos lleva a comprenderlas desde un apartado de la psicología, por ello se recurre a presentar las teorías de Seligman y Cummins, ya que ambos teóricos comparten la idea de que la calidad de vida no puede entenderse solo a través de indicadores objetivos, sino que es crucial considerar la experiencia subjetiva y la percepción individual. A continuación, se presenta una breve perspectiva teórica que plantean ambos autores.

Martin Seligman: Es conocido por su trabajo pionero en la Psicología Positiva, que se centra en el estudio de factores que contribuyen al florecimiento humano y la felicidad. Seligman propone que el bienestar va más allá de la ausencia de malestar, destacando la importancia de aspectos como el compromiso, las relaciones, el sentido de logro, la vitalidad y la satisfacción.

Robert Cummins: En su teoría de la Evaluación de la Vida Subjetiva (SWB), también se centra en la satisfacción subjetiva como un componente esencial de la calidad de vida. Su enfoque destaca la importancia de la percepción individual de la vida, incorporando factores cognitivos y afectivos en la evaluación del bienestar.

2.3.1.1.1. Teoría de Martin Seligman

Martin Seligman, quien en su obra “Flourish” (2011, pp. 5-29), brinda una teoría del bienestar, basada en la psicología positiva, en la que menciona que:

Well – being is a construct, and happiness is a thing. A “real thing” is a directly measurable entity. Such an entity can be “operationalized - which means that a highly specific set of measures defined it”, [...] Well – being is just like “weather” and “freedom” in its structure: no single measure defines it exhaustively, but several things contribute to it; these are the elements of well-being, and each of the elements is a measurable thing.¹ Seligman (2011, pp. 5-29).

En su teoría da a conocer elementos pueden estar sujetos al bienestar, por lo menos desde la perspectiva psicológica, es cuando nos presenta la nomotecnia “P.E.R.M.A.”, que hace referencia a cinco elementos, los cuales son:

¹ Por su traducción al español: traduce al español: Well – being is a construct, and happiness is a thing. A “real thing” is a directly measurable entity. Such an entity can be “operationalized - which means that a highly specific set of measures defined it”, [...] Well – being is just like “weather” and “freedom” in its structure: no single measure defines it exhaustively, but several things contribute to it; these are the elements of well-being, and each of the elements is a measurable thing
El bienestar es un constructo, y la felicidad es una cosa. Una "cosa real" es una entidad directamente medible. Dicha entidad puede ser "operacionalizada, lo que significa que un conjunto muy específico de medidas la define". [...] El bienestar es como el "clima" y la "libertad" en su estructura: ninguna medida única lo define exhaustivamente, pero varias cosas contribuyen a él; estos son los elementos del bienestar, y cada uno de los elementos es una cosa medible, Selgiman (2011, 5-29).

- (P) Positive emotions (emociones positivas): sentirse bien
- (E) Engagement (compromiso): estar totalmente inmerso en una actividad
- (R) Relationships (relaciones): estar conectado genuinamente con los demás
- (M) Meaning (propósito): dar sentido a la existencia
- (A) Achievement (logro): sentirse realizado y satisfecho

La teoría que presenta Seligman nos proporciona herramientas prácticas para cultivar el bienestar y fomentar una vida más plena, centrándose en fortalezas personales, relaciones saludables y la búsqueda de significado. Este enfoque ha sido fundamental para cambiar la narrativa en psicología, promoviendo la idea de que el objetivo no es simplemente evitar el malestar, sino cultivar activamente la felicidad y el florecimiento.

Una parte importante en la identificación, para abordar esta teoría dentro de esta investigación, es que, al aplicar la teoría, la investigación puede explorar no solo las desigualdades y desafíos que enfrentan las mujeres madres, sino también identificar y potenciar aspectos positivos en sus vidas. Se pueden examinar dimensiones como las relaciones positivas, el sentido de logro y el significado, arrojando luz sobre cómo estas variables pueden actuar como amortiguadores frente a las desigualdades y contribuir a una mayor calidad de vida. Además, no solo permitirá comprender las dimensiones negativas de las experiencias de las mujeres madres, sino también enfocarse en fortalecer los aspectos positivos que pueden contribuir a una vida más plena y satisfactoria.

2.3.1.1.2. Teoría de Robert Cummins

Esta teoría es conocida como, la Teoría de la Evaluación de la Vida Subjetiva (SWB, por sus siglas en inglés), se centra en la evaluación de la satisfacción subjetiva como un componente esencial de la calidad de vida. Cummins (2005) argumenta que la calidad de vida no puede entenderse solo a través de indicadores objetivos, sino que es crucial considerar la percepción individual de la vida. Así mismo el autor brinda como parte inicial de su teoría, el planteamiento de definición de calidad de vida, que como se mencionaba anteriormente, al hablar de este tema, está estrechamente relacionado con el bienestar, por lo que sus propuestas son:

- La CV es multidimensional y generalmente se considera que comprende componentes objetivos y subjetivos.
- Generalmente se está de acuerdo en que la CV comprende un número de ámbitos de la vida, aunque existe todavía alguna discrepancia acerca del número real y las características de tales ámbitos.
- La CV debe reflejar las normas culturales de bienestar objetivo.
- Dentro de la dimensión subjetiva, las personas otorgan un peso específico diferente a los distintos ámbitos de su vida. Es decir, algunos ámbitos son considerados más importantes para algunos individuos que para otros.
- Cualquier definición de calidad de vida debe ser aplicable por igual a todas las personas, cualesquiera que sean sus circunstancias vitales. Cummins, (2000, pp.187).

Dentro del proceso que Cummins (2000), nos plantea que, la CVS se conceptúa como el conjunto de satisfacción con varios ámbitos de vida, esto es respaldado por varias investigaciones realizadas en los años 70's y 80's (Abrams, 1973; Campbell, Converse y Rodgers, 1976; Flanagan, 1978; Krupinski, 1980) donde se, ofrecieron la evidencia empírica de la existencia de cinco ámbitos: la Salud, la Intimidad, el Bienestar Material, la Productividad y el Bienestar Emocional.

Urzúa & Caqueo-Urizar (2012), refieren que por su parte Cummins (2000), visibiliza que las personas con la habilidad de adaptarse a los factores cambiantes intentarán mantener un nivel estable de bienestar, y, por otro lado, los dominios de CV probablemente no cubran toda la CV de la persona. Por otra parte, la evaluación de la CV general requiere que las personas evalúen los diversos dominios y combinen el peso que le dan a cada uno de estos con un juicio valórico genérico.

Como un breve resumen, la teoría de Cummins destaca la importancia de la perspectiva individual y subjetiva en la medición de la calidad de vida. Al considerar tanto aspectos cognitivos como emocionales, el Bienestar Subjetivo proporciona una visión completa de la experiencia subjetiva de una persona. Por lo que en otros términos se puede comprender que, para algunas personas, el bienestar cubre

algunos ámbitos ya mencionados, para otras personas puede cambiar el orden o el nivel de atención que le brindan a esos ámbitos, para realizar un balance de su bienestar.

A esta perspectiva, se suma la de Lawton (1983), citado por García (2002), en la que el bienestar psicológico incluye la congruencia entre los objetivos deseados y alcanzados en la vida, un buen estado de ánimo y un nivel afectivo óptimo. En cuanto a la calidad de vida percibida, consiste en la satisfacción de la persona consigo misma, con la familia y los amigos, con su trabajo, las actividades que realiza o con el lugar donde vive. Que además incluye cuatro componentes de la calidad de vida, que son:

- Bienestar Psicológico
- Percepción De La Calidad De Vida
- Competencia Conductual
- Medio Ambiente Objetivo

Es observable como desde un modo progresivo, al concepto de calidad de vida se le incorporan componentes más subjetivos.

2.3.1.2. Teorías de las Capacidades Humanas

Amartya Sen y Martha Nussbaum desarrollaron, teorías de las capacidades humanas. Estas se basan en un enfoque centrado en el bienestar humano que trasciende las mediciones económicas tradicionales, como el ingreso o el producto interno bruto (PIB). Esta perspectiva teoría se enfoca en las capacidades reales de las personas para llevar a cabo las actividades que valoran y vivir vidas que consideran significativas. Mientras que Sen destaca la importancia de las libertades individuales para expandir las opciones de las personas, Nussbaum amplía el enfoque proponiendo una lista de capacidades fundamentales, necesarias para garantizar una vida digna.

Es importante diferenciar entre las capacidades y funcionamientos, por su lado las primeras representan las oportunidades disponibles para las mujeres, los segundos, son los logros concretos alcanzados a partir de dichas oportunidades. Por ejemplo,

contar con un nivel educativo adecuado no solo tiene un valor intrínseco como capacidad, sino que también actúa como una herramienta instrumental para mejorar la calidad de vida.

2.3.1.2.1. Teoría de Martha Nussbaum

Nussbaum ofrece una perspectiva teórica en la que se centra en tres fundamentos, como son el género, la ética y la justicia, en la que no solo se enfoca en la inclusión de las mujeres, ya que también considera a las personas con discapacidades y a otros grupos que han sido históricamente marginados.

En su libro *Women and Human Development: The Capabilities Approach* (2000), desde una perspectiva feminista, plantea que las mujeres de todo el mundo, son afectadas por las diversas desigualdades estructurales, por lo que existen capacidades que se deben garantizar para que la población pueda llevar una vida digna. Generando así una perspectiva en la que la visión del desarrollo humano no debe ser únicamente considerada desde los indicadores económicos, ya que en ocasiones estos invalidan otros aspectos importantes en la vida de las personas, en este caso, considera relevante que se deben incluir, las capacidades que tienen estas personas en su libertad, punto en el que coincide con Amartya Sen (2000).

Dentro de la preferencia de Nussbaum por brindar una lista de las capacidades humanas, resalta que es importante establecer, un conjunto de capacidades universales que cumplan una función de justicia, en dicha lista podemos encontrar:

Vida, salud, integridad corporal, sentidos-imaginación y pensamiento, emociones, razón, sentido de afiliación, otras especies, juego, control sobre el entorno político y material, (Nussbaum, 2000, pp. 78-80). Desde la propia perspectiva de la autora, estos elementos no son negociables, ya que son la base de una vida plena.

En otra de las obras de Nussbaum como es en *Human Capabilities, Female Human Beings* (1995), la perspectiva teórica que presenta es desde un punto cultural y ético, ya que refiere que el reconocimiento de las capacidades de las mujeres no debe condicionarse a las normas culturales que continúan perpetuando su subordinación, -por ejemplo, en algunas zonas de México, se encuentran primero

los usos y costumbres sin darle la consideración necesaria a la ley-, Gómez (2005). Esta perspectiva permite visibilizar una doble crítica al relativismo cultural, donde se justifican las prácticas que han sido opresivas, y la otra crítica es a los enfoques que reducen la igualdad de género, desde la obtención de recursos.

Nussbaum en *Frontiers of justice: Disability, nationality, species membership* (2006), amplía los límites del enfoque de las capacidades, cuando presenta tres desafíos éticos, y es considerar a las personas con discapacidades, a los ciudadanos extranjeros y la relación con los animales no humanos. Desde esta perspectiva Nussbaum no solo se enfoca en las capacidades humanas como el único punto de atención, ya que es necesario que se extiendan para las personas cuya agencia ha sido limitada, para que puedan generar un cambio.

Un enfoque central de Nussbaum se encuentra en su obra *Creating Capabilities: The Human Development Approach* (2011), aquí se destaca la importancia de traducir la teoría a la práctica, como es en las políticas públicas que sean realmente efectivas. Cuando las capacidades logran guiar la implementación de los derechos sociales y económicos, tienen como efecto, su efectividad garantizada, siempre y cuando el Estado las promueva y genere una evaluación de la misma.

Ejemplo de esta situación, es que la autora sugiere que las políticas educativas deben diseñarse no únicamente para garantizar el acceso a las escuelas, sino que también para promover habilidades que le permitan al estudiantado ser partícipes de la sociedad. Este énfasis, se relaciona mucho con la perspectiva de Sen (1992), en la se deben evaluar los logros reales de las personas y no solo los recursos disponibles.

Antes de pasar al siguiente apartado, en el que se aborda la teoría de Amartya Sen, considero relevante, crear el espacio para presentar una breve intersección entre ambos autores, en este caso Nussbaum y Sen en *The Quality of Life* (1993), comparten la convicción de que el desarrollo humano debe centrarse en las capacidades, a pesar de que los enfoques de ambos autores pueden ser divergentes, no se considera que en sí mismos sean un obstáculo, Sen privilegia un

marco flexible para evaluar las capacidades, y por su parte Nussbaum aboga por un núcleo de capacidades esenciales para la justicia.

2.3.1.2.2. Teoría de Amartya Sen

Los aportes teóricos de Sen, ofrecen un enfoque revolucionario para comprender temas fundamentales, como son la justicia, el desarrollo y las desigualdades, lo que en efecto proporciona un marco que privilegia la agencia humana, las capacidades humanas y un análisis de las condiciones sociales.

Para iniciar, en *The idea of justice* (2009) Sen propone un desafío a las perspectivas tradicionales sobre la justicia, como es el contractualismo de John Rawls, que busca principios ideales para una sociedad que sea justa. Este argumento, con un enfoque idealista deja en evidencia que no responde a las injusticias que afectan la vida de las personas. Por ello, es que Sen brinda un enfoque que se centra en la reducción de las privatizaciones y en la mejora de las condiciones humanas. Este enfoque resulta similar al de Nussbaum, en el que refieren que la justicia no se mide por que las instituciones sean realmente justas, sino que, se basa en que los logros reales, son lo que verdaderamente permiten a los individuos llevar una vida que valoran.

Dentro del repertorio de obras de Sen, en su obra de 1992, el *Nuevo Examen de la Desigualdad*, presenta las capacidades como un criterio alternativo al enfoque de recursos y utilidades para medir la igualdad. Ya que las capacidades representan las libertades reales de las personas para realizar actividades valiosas y así alcanzar estados de bienestar. Como ejemplo de esta situación, Sen menciona que el tener acceso a un hospital es insuficiente si la persona no tiene el medio para poder llegar al mismo. Por esto es que el autor se cuestiona que realmente no hay una igualdad absoluta (1992, pp. 7).

Por otro lado, en la obra el *Desarrollo y Libertad* (2000), Sen refiere que el enfoque de las capacidades se puede aplicar en el desarrollo, particularmente realiza una crítica a que existen visiones en las que se mide el desarrollo únicamente a través de los medios económicos, en este caso el PIB, por lo que propone un modelo centrado en las libertades humanas. Para Sen, el desarrollo es un proceso que

elimina las privaciones de la libertad y estos limitan las oportunidades y la capacidad de agencia de las personas, en el que destaca cinco tipos de libertades fundamentales, 1) libertades políticas, 2) facilidades económicas, 3) oportunidades sociales, 4) garantías de transparencia y, 5) redes de seguridad, (2000, pp. 19).

Así mismo, ha referido que las libertades no son el fin del desarrollo, sino que son el medio para alcanzarlo, por ejemplo, la ausencia de libertad económica puede generar ausencia de libertad social, de igual forma que la ausencia de libertad social o política puede fomentar ausencia de libertad económica, (2000, pp. 18).

En otra obra de Amartya Sen, realizada en colaboración con Martha Nussbaum, en *Capability and Well-Being* (2002), profundizan que la teoría de las capacidades debe considerarse como un marco para evaluar la calidad de vida. Este enfoque ha resaltado que las mediciones unidimensionales como es el ingreso per cápita, dejan de lado el análisis de las múltiples dimensiones del bienestar humano. Ya que esta puntualización, resalta que el bienestar debe ser mayormente inclusivo y no solo medir lo que las personas tienen, sino que se debe considerar lo que pueden hacer y ser con los recursos que poseen.

Dentro de este repaso de la teoría de Sen, recurro a la publicación que realiza en *El desarrollo como libertad* (2000), ya que en esta obra menciona que garantizar el acceso a la educación y a la salud puede empoderar a las comunidades, fomentando no solo un bienestar inmediato, sino que también fomenta una capacidad de agencia a largo plazo. Así mismo argumenta que las brechas sociales no se reducen únicamente redistribuyendo los recursos, sino que hay que garantizar que todas las personas realmente tengan las mismas oportunidades para llevar vidas significativas.

Por último, quiero concluir este apartado aclarando que el trabajo de Sen no se puede entender de manera fragmentada, ya que todas sus obras generan un dialogo de cómo podemos seguir un camino a una sociedad más equitativa. Dentro de *The idea of justice* (2009), plantea cómo la justicia requiere de la transformación de las barreras estructurales que limitan las libertades, mientras que en el *Nuevo Examen de la Desigualdad* (1992) y en el *Desarrollo y Libertad* (2000) ha

profundizado en cómo estas barreras se encuentran arraigadas en las desigualdades de acceso a recursos y a las capacidades.

2.4. Travesías Maternas

La maternidad, es un constructo social que se encuentra estrechamente relacionado con factores biológicos, y rodeado de múltiples factores sociales que repercuten en una gran carga emocional y social. Dentro de esta sección de las bases teóricas, el tema de la maternidad es importante visualizarla desde la perspectiva de género y considerando las condiciones socioeconómicas que influyen en su configuración. Este enfoque permite comprender la relevancia histórica y sociocultural.

2.4.1. La Diferencia Social y Cultural

La maternidad debe ser diferenciada de la gestación, aunque frecuentemente se relacionan deben ser diferenciados. La gestación, desde una perspectiva biológica, es la capacidad de desarrollar un embrión dentro del útero, abarcando un periodo aproximado de 40 semanas (± 2 semanas). Este proceso incluye etapas como la concepción, el control prenatal, el parto o cesárea, y en algunos casos la lactancia materna, (Mosby, S.F., pp. 444-446; Hernández-Parra & Nachón-García, 2005).

Mientras que la maternidad trasciende lo biológico, ya que engloba dimensiones sociales, emocionales y culturales. Debido a la influencia de estas mismas esferas, la maternidad no puede ser definida de manera única o universal. Cada experiencia materna es singular e irrepetible, moldeada por los contextos históricos, culturales, sociales y emocionales que vive cada persona. La maternidad no es un hecho natural a pesar de involucrar procesos bio-fisiológicos. Podemos ver que las madres tienen una historia, es por esto que la maternidad no puede verse como un hecho natural, atemporal y universal, sino como una parte de la cultura en evolución continua.

La maternidad es un constructo social en constante performatividad. Caracterizado por la atribución de actividades de cuidado hacia terceros. Aunque se puede identificar un inicio en el acto de ser madre, no tiene un fin determinado, lo que lleva a reflexionar ¿Cuándo se deja de ser madre? En este sentido, Lagarde (2005, pp.

364), señala que las mujeres pueden ser madres temporales o permanentes, ya que, más allá de cuidar a sus hijos, suelen extender este rol a otras personas con quienes se relacionan, cuidándoles maternalmente.

Esta perspectiva es enriquecida por Palomar (2005, pp. 36), quien menciona que la maternidad está compuesta, por discursos y prácticas sociales que configuran un imaginario complejo y poderoso. Este imaginario, actúa tanto como causa como efecto del género, una noción que se encuentra respaldada por la teoría feminista. Dicho enfoque, ha visibilizado las condiciones históricas que han consolidado el modelo de maternidad, las formas cómo se organizan las prácticas maternas y los mecanismos mediante los cuales estos se reproducen en la sociedad.

2.4.2. La Maternidad como Constructo Social

Como ya se anticipaba el ejercicio de la maternidad, implica una relación histórica entre la cultura, la naturaleza y el género. Lagarde (2005, pp. 27) reconoce que la cultura es el resultado y la acción de la relación de los seres humanos entre ellos mismos, en su acción sobre la naturaleza y sobre la sociedad. Esto es reforzado con la teoría de Alexander (2000), como lo cita Bordes (2011), en el que brinda una perspectiva de la cultura desde la sociología, situación clave para la humanidad, al brindar una distinción entre la sociología de la cultura y la sociología cultural, ya que la primera corresponde más al estudio de las variables fuertes de la estructura social, mientras que la segunda se enfoca al nivel de los significados y al lugar que asumen en la definición de la acción social, por lo que cuando se aterriza en la maternidad, es que esta se ve influenciada en los valores culturales que existen alrededor de ella, como es en México, lo que conlleva una gran carga cultural, que se ve diferenciada en la acción social. En esta misma línea, Margaret Archer (2009) como le cita Hernández-Romero (2017), refiere que la cultura no es simplemente un conjunto de normas y valores transmitidos de una generación a otra, sino que está arraigada en las estructuras sociales más amplias. Estas estructuras proporcionan el contexto y los límites dentro de los cuales se desarrolla la cultura. Si realizamos un breve ejercicio de esta relación planteada, podemos observar lo siguiente:

Instituciones y Roles Sociales: Se examinaría cómo las instituciones sociales, como la familia, la educación y el trabajo, forman roles y expectativas de género. Estas estructuras influyen en la forma en que se espera que hombres y mujeres se comporten en la sociedad.

Reproducción social: En el caso de la desigualdad de género, las normas y expectativas tradicionales pueden perpetuarse a lo largo de las generaciones, contribuyendo a la persistencia de desigualdades.

Como una breve recapitulación sobre la teoría de Margaret Archer, la autora proporciona un marco para entender cómo las estructuras sociales y la cultura están interconectadas, y cómo esta interacción puede contribuir a las desigualdades de género y socioeconómicas en una sociedad, que condicionan el ejercicio de la maternidad.

Por parte de la relación de la maternidad con la naturaleza, Franca Basaglia (1983), proporciona la definición de la relación mujer-naturaleza, en la que plantea que el problema cultural que crea en la identidad de las mujeres es su homologación con la naturaleza:

Si la mujer es naturaleza, su historia es la historia de su cuerpo, pero de un cuerpo del cual ella no es dueña porque sólo existe como objeto para otros, o en función de otros, y en torno al cual se centra una vida que es la historia de una expropiación. ¿Y qué tipo de relación puede haber entre una expropiación y la naturaleza? ¿Se trata del cuerpo natural, o del cuerpo históricamente determinado? Basaglia (1983, pp. 40).

La perspectiva de Basaglia, permite entender cómo es que la mujer ha sido relegada de la propia toma de decisiones sobre su cuerpo, ya que su cuerpo podía ser visto como el cuerpo de otros, una simple incubadora, esta situación fue la condicionante para que la mujer no fuera considerada como un sujeto histórico-cultural, ya que fue convertida en una prisionera de su sexualidad, en la que lo natural era que cumpliera con una función de reproducción.

La relación entre la mujer, la naturaleza y la cultura, se ven influenciadas por una función biológica, que socialmente fue transformada y moldeada al punto en el que se llegó a considerar que existen actividades propias de cada sexo, esto por medio de la perspectiva del género. Gayle Rubin (1986) establece una diferenciación entre el sistema sexo-género, y es que dentro de su definición conceptual establece que es un conjunto de dispositivos por el cual una sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana, en el cual se satisfacen esas necesidades humanas transformadas. La aportación de Gayle Rubin hace posible distinguir lo que puede significar, nacer con un sexo, para desarrollarlo en un género, la sociedad marca un paso significativo, ya que es la misma sociedad quien lo crea, sobre la noción de ser hombre o ser mujer y esta asignación tradicionalista, nos lleva a una asignación de roles y estereotipos.

Mead (1994), propone un planteamiento de las diferencias entre hombres y mujeres, como un hecho cultural, la cual genera un peso fundamental al referir la socialización a través de la educación de los niños, lo que configura su personalidad de adultos. El sexo no debe ser consustancial al propio comportamiento humano, es más bien el resultado del condicionamiento social que cada cultura y cada grupo social asigna a los individuos para hacerles capaces de desenvolverse dentro de un contexto social, lo que se les conoce tradicionalmente como los roles de cada género, (Castañeda, 2006).

Los roles de género pueden llevar a estereotipos y estos nos pueden llevar a los estigmas, los cuales Goffman (1989), menciona que son un atributo desacreditador definido en términos de relaciones, tanto los roles como los estereotipos de género, al desembocar en estigmas, estos pueden ser percibidos como violentos, principalmente del tipo simbólico, no excluyendo que genere otros tipos de violencia, (Restrepo, 2021). Pierre Bourdieu (1991), como le cita Capdevielle (2011), presenta el *habitus*, en el que se refiere como parte de una serie de sistemas que conllevan disposiciones duraderas y transferibles, estructuras estructuradas predispuestas para funcionar como estructuras estructurantes, es decir, como principios generadores y organizadores de prácticas y representaciones que pueden estar

objetivamente adaptadas a su fin sin suponer la búsqueda consciente de fines y el dominio expreso de las operaciones necesarias para alcanzarlos, objetivamente reguladas y reguladores sin ser el producto de la obediencia a reglas y a la vez que todo esto, colectivamente orquestadas sin ser el producto de la acción organizadora de un director de orquesta.

Este planteamiento puede ser el fundamento para comprender como es que la violencia simbólica es vista con naturalidad, ya que al estar tan naturalizada, continua con la perpetuación de las violencias culturales y estructurales en las que la mujer, al ser vista como una generadora de nuevas vidas debe ser “cumpliendo” esta función, sin embargo, este entramado es más complejo, ya que la maternidad esta relegada al ámbito privado, sin embargo, Foucault es quien brinda una perspectiva clara de cómo es que esta relación de desigualdad es aprobada por la sociedad, cuando refiere que el disciplinamiento del cuerpo es visto como una relación del poder, que entre más obediente sea, será más útil, y a sí mismo, entre más útil, se convierte en más obediente, lo que permite continuar con un ciclo de desigualdades y violencias, Federici (2010, pp. 179).

2.4.3. *Historia de la Maternidad*

En la historia de la humanidad la maternidad, no era siquiera considerada, (Palomar, 2005, pp. 40), por lo que ni los filósofos le tomaron consideración, fue entonces que a este hecho Mendoza (2019), brinda una recapitulación a lo largo de la historia de cómo era percibida la maternidad:

PERIODO HISTÓRICO	SIGNIFICADO DE LA MATERNIDAD EN LA SOCIEDAD OCCIDENTAL
Era Primitiva	No se conocía el orgullo de la creación. El parto era un accidente inútil e inoportuno (De Beauvoir, 2013)
Edad Antigua	División sexual del trabajo. La maternidad se convierte en la característica y actividad fundamental de las mujeres.
Edad Media	La esterilidad era motivo de deshonor, las mujeres sin hijos perdían importancia en la sociedad (De Beauvoir, 2013)

Renacimiento	La Iglesia dicta que las prácticas eróticas y sexuales solo deben estar encaminadas a la procreación (Barrantes y Cubero, 2014)
Revolución Industrial	Hay un nuevo rol dentro de la industria, las mujeres ocupan lugares dentro de las fábricas, sin abandonar las labores domésticas; siguen siendo responsables en su totalidad de la crianza de los hijos (Castillo, 2008).
Época contemporánea	Las mujeres pueden elegir ser madres o no, a pesar de ser influidas y responder a los requerimientos del sistema vigente (Barrantes y Cubero, 2014).

Fuente: Mendoza (2019), La maternidad como decisión y construcción social.

Para ampliar la perspectiva que existía en torno a la maternidad en el renacimiento Rivera (2021), brinda una reconstrucción del proceso social, en el que la mujer ha atravesado el largo camino de ser un ser con una función biológica a tomar mayor reconocimiento social:

En el renacimiento, cuando la teología comienza a dejar de ser el centro de la sociedad, el concepto de madre está ligado al deber ser de la mujer dentro de la sociedad, ya no desde el compromiso exclusivo de crianza y afecto hacia sus hijos, sino desde la función procreadora. Posteriormente con la división de clases sociales también definen roles tanto en la vida pública como en la privada; para la clase alta el hombre tiene como principal rol mantener económicamente a su familia, es decir su desarrollo social se encuentra en la esfera pública, la mujer queda en la esfera privada como cuidadora de la familia y madre; mientras que para las clases bajas estos ámbitos no son tan definidos ya que la mujer empieza a ser parte de esa clase obrera naciente dejando de lado ese rol guardián y cariñoso hacia sus hijos dado que su tiempo se divide entre el trabajo y la manutención del hogar. Rivera, (2021, pp. 56).

En México, la historia de la maternidad, nos lleva a contextualizarlo y a plantearlo desde el siglo XX, hasta la actualidad en el siglo XXI, para ello se torna un tanto necesario comprender el cambio de la familia en México.

2.4.4. La Familia en México, siglos XX y XXI

-El matrimonio es solo un acuerdo político para los hombres, para las mujeres es una sentencia de muerte.

-Rhaenyra Targaryen a Daemon Targaryen, en Kilner (2022).

En el México Colonial, la mujer solo podía tener dos espacios: la familia o el convento, y la familia se basaba en el matrimonio, el cual tenía como principal base la religión, ya que por este medio la mujer se veía comprometida a cumplir ciertas funciones que la mantenían en la subordinación a su pareja. El matrimonio le aseguraba al hombre detener, controlar y asegurar el poder sexual de la mujer, limitándola a los confines del hogar (Amaro, 2017, pp. 12).

Para Gutiérrez, Díaz & Román (2016) en México, a pesar del tiempo y de los cambios sociales, tecnológicos y demográficos, la familia sigue siendo un referente vital, pues los lazos de parentesco siguen vigentes y los integrantes de esta institución acuden a ella para la solución de problemas y la búsqueda de apoyo.

Los Cambios a lo Largo del Siglo XX

Comprender la evolución de la familia en México, se encuentra estrechamente relacionado con uno de los movimientos sociales más grandes en la historia de México, como es la Revolución Mexicana (Secretaría de Gobernación, 2018), en un periodo pre revolución, las familias eran extensas y numerosas, así como muy observantes de la moral, paternalista, tenían muy marcados los roles femenino y masculino, por lo que en el hogar prevalecía el patriarcado, y en la otra parte, el machismo, era solidaria, y sujeta a un rígido código de honor, Mijares (2017).

Posterior al evento revolucionario, la familia comenzó a presentar cambios significativos, una de ellas como ejemplo, se retoma de un periódico de la época, nombrado: El Informador, del año 1937, en el que menciona que “el máspreciado de los bienes, condición esencial de belleza”, en el que las mujeres, al ser aceptadas en ejercicios públicos, era precisamente para conservar esa belleza, en lugar de

poder verlo como en pro de la salud, “ya que agradar es uno de sus deberes”, dentro de la publicación del diario se hace gran referencia a que la joven, no debía olvidar que estaba hecha para ser madre (Fregoso, 2009, pp. 172-173).

Rendón (2004), como le cita Gutiérrez et al., (2016), menciona que, dentro de esta etapa de cambios estructurales, que fueron principalmente producto de la revolución de 1910, y sus efectos en esta sociedad y la crisis económica de 1929, que tal impacto en México, forjó un escenario migratorio por el déficit económico existente en el país. Además de la industria y la migración, como parte de los efectos de la revolución, ante la ausencia del padre en la familia, la madre es quien toma parte de estas acciones, como el cultivo, además del trabajo doméstico, para poder amortiguar los embates económicos que vivían. A dicha situación, se le sumaron las enfermedades, ya que, ante la pérdida de algún miembro, se produce una inestabilidad emocional, situaciones que fueron implicando que la estructura familiar fuera transformándose.

La Transición al Siglo XXI

Con el cambio de siglo, se dio lugar a nuevos paradigmas familiares. Las familias mexicanas se diversificaron, con una creciente participación de las mujeres en el ámbito laboral y la inclusión de nuevos modelos familiares, como son las familias monoparentales y las uniones libres. Además, se suma, la globalización, los avances tecnológicos, las transformaciones culturales han desafiado las estructuras tradicionales, lo que permite una mayor flexibilidad en los roles de género y en las dinámicas familiares.

Aunque la familia, continúa siendo un espacio clave para el apoyo emocional y social persisten tensiones entre las expectativas tradicionales y las realidades contemporáneas. Como ejemplo, la maternidad continúa siendo idealizada (Ariza & De Oliveira, 2004, pp. 18) pero cada vez más mujeres cuestionan y redefinen su rol dentro y fuera del hogar. Estos cambios reflejan una sociedad que se encuentra en evolución constante, en la que la familia continúa siendo un núcleo fundamental, aunque adaptando a los desafíos actuales, Quilodrán (2008).

2.4.5. Clasificación de la Maternidad

Dentro de las diversas maternidades, se logra identificar tres grandes categorías, estas pueden ser una oportunidad de adentrarse más en otras investigaciones futuras, sin embargo, en esta ocasión solamente se darán una perspectiva a grandes rasgos de cada una de ellas.

2.4.5.1. Maternidad Forzada/Obligada

Simone De Beauvoir (2023, pp. 465) nombra la maternidad forzada como una producción de “niños enclenques” a quienes sus padres serán incapaces de alimentar y que se convertirán en víctimas de la asistencia pública o en «niños mártires», por lo que se puede percibir esta forma de producción de hijos, sin una intención real de ejercer cuidados para su vivencia digna, incluso nos hace una gran referencia a cómo es que en una gran cantidad de casos la maternidad que no se desea, que ha sido impuesta por los diversos contextos o las situaciones que se viven, crean y conllevan a mayores problemáticas sociales, como es que se puede convertir en una violencia de diversos índoles y de diversas clasificaciones. Se puede sumar aspectos políticos, como la no aprobación del aborto legal y los religiosos en los que se estigmatiza que la mujer debe cumplir con ese proceso sin importar si lo desea.

A esta situación, se suma el trabajo presentado por Lagarde (2005), en *Los cautiverios de las mujeres, madresposas, monjas, putas, presas y locas*, encontramos una referencia acerca de cómo desde una perspectiva antropológica encontramos lo que llama la categoría del cautiverio como síntesis del hecho cultural que define el estado de las mujeres en el mundo patriarcal. El cautiverio define políticamente a las mujeres, se concreta en la relación específica de las mujeres con el poder y se caracteriza por la privación de la libertad, por la opresión. Las mujeres están cautivas porque han sido privadas de autonomía vital, de independencia para vivir, del gobierno sobre sí mismas, de la posibilidad de escoger y de la capacidad de decidir sobre los hechos fundamentales de sus vidas y del mundo. Esto guarda una especial relación con la perspectiva de una maternidad

forzada/obligada, al tener que cumplir con su vocación natural de ser mujer, como De Beauvoir menciona (2023, pp. 464).

2.4.5.2. Maternidad por Convicción/Aceptación

De Beauvoir (2023, pp. 474), nos abona que dentro de las maternidades hay una deliberada voluntad de que la mujer desea la maternidad sin obtenerla, sea porque no tiene comercio con los hombres, o porque su marido es estéril, o porque está mal conformada. En cambio, frecuentemente se ve obligada a engendrar a su pesar. El embarazo y la maternidad serán vividos de manera muy diferente, según se desarrollen en la rebeldía, la resignación, la satisfacción o el entusiasmo. Hay que tener muy en cuenta que las decisiones y los sentimientos confesados de la joven madre no siempre corresponden a sus deseos más profundos. Además, se puede entender esta maternidad por convicción como una forma de ejercer maternidad, sin verse involucrada directa o indirectamente de la gestación.

Dentro de este espacio es que puedo ejemplificar la diferencia entre el ser madre y el considerarse madre, la manera de clarificar esto, es que una mujer que desea ser madre, sin importar razones no lleva un proceso biológico, pero su deseo de ejercer la maternidad le lleva a la adopción, o cualquier otro proceso, puede llevar la maternidad, a esto le nombre como la maternidad por convicción (en resumen, el querer ser madre, con o sin proceso biológico).

2.4.5.3. Maternidad Deseada

Se puede conceptualizar como parte del derecho al libre desarrollo de la personalidad por ser una facultad de las personas el aspirar a tener la cualidad de madre, es decir para tener uno o más hijos, desde la clasificación propia de la maternidad deseada, lleva a una construcción más compleja sobre este deseo de querer ser madre y ejercer la maternidad, aun conociendo los retos que esta misma puede afrontar.

2.4.6. Perspectiva Crítica de la Maternidad

Élisabeth Badinter (1980), menciona que no existe el amor maternal, existe el amor sin adjetivos y amar es cuidar. Carrasco (2013) retoma a Boulding (1972), quien

afirma que la supervivencia de la raza humana ha dependido primero de la explotación de las mujeres, sin la cual hace mucho tiempo que hubiese desaparecido, además, Palomar (2005: 43), añade que: no es el amor lo que determina que una mujer “cumpla” con sus “deberes maternos”, sino la moral, los valores sociales o religiosos, confundidos con el deseo nada transparente de la madre. Esta información presentada brinda un contraste enorme, que sin la explotación de la mujer a los trabajos de cuidados asignando culturalmente la maternidad, la humanidad potencialmente estuviera extinta.

Victoria Sau (2001, pp. 173), en su publicación *Diccionario Ideológico Feminista* nos dice que, si existiese dicho instinto natural en las mujeres, ¿cómo se explica que hayan podido prescindir de él los millones que han tenido prohibida la maternidad por convención social (solteras, vestales, monjas, etc.). Y cómo habría podido darse una prohibición tan doblemente sádica: ¿sádica en tanto que represora de la libertad en la vida privada y sádica por prohibir la manifestación de un instinto tan natural? Si fuese la maternidad un instinto ¿cómo habrían podido elegir libremente, en este caso, tantos millones de mujeres a través de los tiempos, la nomaternidad biológica? (solteras libres, beguinas, monjas, etc.)

Es Rivera (2021, pp. 58), quien nos dice que en el imaginario social de la maternidad se ha construido sobre un andamiaje simbólico muy denso, en el que se articulan no sólo niveles del orden biológico sino cultural, psicológico, religioso y político, por lo que la opción de muchas mujeres por la maternidad ha sido reducida a la idea tradicional y hegemónica de la madre amorosa, abnegada, capaz de abandonar sus deseos y aspiraciones por cumplir con su rol como encargada de la familia y reproductora de la sociedad a la que pertenece, dejando fuera del análisis otras formas de ser madre y prácticas de crianza culturales diversas.

2.4.6.1. La “Buena” y la “Mala” Madre.

Como ya se había planteado en otro punto de esta investigación, cuando se habla de la maternidad, inevitablemente, se toca el estigma de la “buena” y “mala” madre, en la que por determinadas acciones es que la sociedad engloba a alguna mujer madre, en alguna de estas “categorías”, cargando un peso adicional a sus

actividades, ante someterse a una nueva carga social. No se debe olvidar, que no existe una o dos maneras de ser madre, existe desde la perspectiva de Sancho (2021), una imperfección en la maternidad, ya que para cada condición, para cada vida, para cada persona, para cada cultura, sus forma de ejercer ese ejercicio sociocultural es diverso, donde es tan grande las acciones que se pueden realizar, que no se puede ser capaz de categorizar, las actividades, a manera de ejemplo, una madre que deja en la guardería a su criatura, todo el día mientras ella realiza doble jornada laboral y que su interacción con su cría es escasa, se puede ver como una “mala” madre, sin embargo, y una contraparte, la mujer madre que esta todo el tiempo al cuidado de sus hijos, donde cumple ese rol. De cuidadora y protectora, que no realiza alguna actividad laboral formal, mientras que su pareja sentimental labora formalmente, se le atribuye la etiqueta de una “buena” madre, ya que este modelo se adapta a lo que el sistema patriarcal quiere, como es una mujer, sumisa que realiza únicamente labores de cuidados en un sector privado.

Sharon Hays (1998), en su obra *"Las contradicciones culturales de la maternidad"*, ha contribuido significativamente a la comprensión de estas tensiones.

1. Buena Madre:

Se espera que la "buena madre" sea abnegada, dedicada por completo a sus hijos, y que priorice su bienestar por encima de todo. Debe cumplir con los ideales tradicionales de la maternidad, renunciando a otras identidades y roles en aras de sus hijos. Estigma: Aquellas que no cumplen completamente con estas expectativas pueden ser juzgadas y estigmatizadas como negligentes o egoístas.

2. Mala Madre:

La "mala madre" desafía las normas tradicionales al buscar satisfacción en roles y actividades fuera de la maternidad. Esto puede incluir la búsqueda de una carrera profesional, intereses personales o la toma de decisiones que no se alinean completamente con las expectativas tradicionales. Estigma: Estas mujeres pueden ser etiquetadas como egoístas, descuidadas o incluso como amenazas para la estabilidad de la familia.

Ambos estigmas reflejan las tensiones culturales y sociales en torno a la maternidad y la dificultad que enfrentan las mujeres al tratar de equilibrar las expectativas contradictorias de ser una madre "buena" y, al mismo tiempo, satisfacer sus propias necesidades y aspiraciones.

La persistencia de estos estigmas, generan en las madres diversas condicionantes en su calidad de vida. Aunque el impacto puede variar, es evidente que esta situación requiere transformarse para que la maternidad no continúe cargada de estas exigencias socioculturales desproporcionadas. Esta transformación implica la creación de nuevas formas de vivir la maternidad, en las que la mujer deja de ser vista como la única responsable de este rol y el soporte emocional de la familia

Actualmente, existen ejemplos claros de estas transformaciones en la maternidad, aunque muchas veces siguen siendo invisibilizados. Entre ellos se encuentran las madres solteras, y las maternidades LGBT, que desafían las normas tradicionales y se expanden la maternidad hacia otros contextos. Estas nuevas formas reflejan como la maternidad se adapta a las realidades contemporáneas, evidenciando su capacidad de diversificarse, así como su capacidad de ajustarse a los cambios sociales y culturales, Gamboa & Orozco (2012).

2.5. La Fachada Emocional de la Maternidad

La forma en que aprendemos (o no) a expresar nuestras emociones influye en la construcción de nuestra identidad como seres humanos. Tanto la psicología como la sociología han proporcionado herramientas clave para entender cómo los procesos emocionales están intrínsecamente ligados a la formación de la identidad individual y colectiva y cómo estos procesos son mediados por factores sociales, culturales y de género.

Esta sección busca explicar cómo y de qué manera las emociones influyen en la formación de expectativas y metas en la maternidad, a través del significado que las mujeres atribuyen a su entorno (relaciones sociales, vínculos institucionales y formación de redes). Una de las preguntas iniciales es: ¿Cómo se definen las emociones desde la psicología y la sociología?

Desde la psicología las emociones se definen como respuestas complejas a estímulos internos y externos, que implican componentes fisiológicos, cognitivos y conductuales (Barragán & Morales, 2014). Estas respuestas emocionales pueden dividirse en tres sistemas: cognitivo/subjetivo, conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo, como lo señalan Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas (2009, pp. 87). Las emociones no solo son reacciones afectivas inmediatas, sino que también conforman estructuras estables que influyen en la percepción que las personas tienen de sí mismas y de su entorno. Fernández-Abascal (2015, pp. 40) afirma que las emociones están profundamente relacionadas con la manera en que las personas perciben el mundo, ya que influyen en la memoria, la toma de decisiones y la interpretación de las experiencias cotidianas. Asimismo, las emociones regulan la interacción social y facilitan la adaptación a diferentes contextos.

Desde esta perspectiva, las emociones pueden clasificarse en positivas y negativas, sin embargo, es importante aclarar que esta clasificación no implica un juicio de valor, es decir, no significa que unas estén “bien” o “mal”. Las emociones responden a diversos estímulos y, como emociones básicas, no están condicionadas por factores culturales. Por ejemplo, cuando percibimos una situación que nos pone en peligro experimentamos cambios físicos que desencadenan emociones, como miedo o ansiedad. La forma en que cada persona expresa estas emociones depende de factores individuales (Piqueras et al., 2009). Algunas de estas emociones básicas incluyen la alegría, el miedo y la ansiedad.

Barragán et al. (2014, pp. 108), citando a Csikszentmihalyi (1998), señala que las emociones positivas pueden entenderse como atemporales, ya que se experimentan en el pasado, presente y futuro. Las emociones relacionadas con el pasado suelen ser más fáciles de identificar, ya que pueden vincularse con eventos ya ocurridos. En el presente pueden manifestarse como gratificación por lo que está sucediendo, mientras que las emociones orientadas hacia el futuro, como el optimismo, reflejan deseos de desarrollo.

Para comprender mejor las narrativas de las madres participantes, es la diferencia entre estados afectivos y emociones. Solana (2020, pp. 37) distingue que los afectos pueden percibirse como intensidades corporales inconscientes, mientras que las emociones son actualizaciones de esos afectos que dependen de narrativas y símbolos compartidos. Esto implica que las emociones son más efímeras, mientras que los estados afectivos son más transversales, a incluir el tiempo, la duración y su impacto en las personas.

Hablar de emociones, a menudo se hace referencia a la educación emocional y su relación con el bienestar. Bisquerra (2019) destaca que las personas capaces de reconocer, gestionar y expresar sus emociones adecuadamente tienden a desarrollar una identidad más coherente y saludable. Este enfoque resalta la conexión entre el manejo emocional y la estabilidad identitaria, sugiriendo que las habilidades emocionales fortalecen la percepción positiva de uno mismo.

Sin embargo, las emociones no solo se entienden desde una perspectiva interna, sino también desde su marco social. La sociología ha profundizado en la forma en que las emociones son moldeadas por las estructuras sociales, particularmente por el género.

Una de las primeras formas de socialización del ser humano es a través de la familia. Bisquerra (2019, pp. 16) señala que muchas familias no están preparadas para educar en aspectos como la autoestima, las competencias sociales y emocionales, ni para fomentar la felicidad. Goleman (2006, pp. 169) sostiene que el vínculo entre padres e hijos es ideal para que los primeros enseñen a los segundos las normas de convivencia social, sentando así las bases de una vida social adecuada.

Piqueras et al. (2009, pp. 89) destacan que las emociones cumplen un doble rol social: por un lado, su expresión puede considerarse un estímulo que indica a los demás cómo actuar; por otro lado, la represión emocional tiene la capacidad de alterar las relaciones sociales y afectar la estructura y el funcionamiento de grupos y sistemas organizacionales.

En esta línea, Suverbiola (2019, pp. 81) afirma que las emociones juegan un papel fundamental en la construcción de las interacciones sociales, las cuales se ven influenciadas por la socialización del género. En particular, la socialización diferencial emocional de género limita las posibilidades de expresión de sentimientos, ya que define cómo hombres y mujeres deben expresar sus emociones (Rebollo, Hornillo y García, 2006), influyendo directamente en la configuración de la personalidad.

Sociólogos como Hochschild (2012) han argumentado que las emociones son reguladas socialmente, mediante normas que dictan cómo y cuándo es apropiado expresar determinadas emociones. Estas "normas emocionales" establecen lo que se espera sentir en situaciones específicas. La teoría del "trabajo emocional" de Hochschild es clave en este sentido, ya que introduce el concepto del esfuerzo consciente que hacen las personas para modificar o gestionar sus emociones según lo que es socialmente aceptable. Este trabajo emocional es particularmente relevante en los roles de género, donde se espera que las mujeres expresen emociones relacionadas con el cuidado y el afecto, mientras que a los hombres se les asocian emociones como la ira o la competitividad (Hochschild, 2012, pp. 13). Este control emocional no solo impacta la vida individual, sino también la estructura social, ya que contribuye a la reproducción de las desigualdades de género.

Por otro lado, Goffman (1989, pp. 29-61) introduce el concepto de "fachada emocional", donde las personas adoptan diferentes "caras" emocionales en función de las situaciones sociales en las que se encuentran. En este sentido, las emociones son gestionadas estratégicamente para mantener una cierta imagen pública y esta gestión emocional está profundamente influenciada por las expectativas de género.

El enfoque sociológico destaca que las emociones no son simplemente experiencias internas, sino que están íntimamente ligadas a las interacciones sociales. Las instituciones sociales, como la familia, el trabajo o la escuela, actúan como contextos que moldean qué emociones son aceptables y cómo deben ser expresadas. Ariza (2004, pp. 10) sostiene que las familias no solo son unidades

productivas, sino también productoras de significados, valores y roles sociales que sancionan y refuerzan los comportamientos emocionales esperados de sus miembros, especialmente en torno a la maternidad y la paternidad.

Así, podemos contextualizar que, al hablar de la maternidad, no se trata solo de un "teatro dramatúrgico", sino que engloba una "fachada emocional". Esto se ve en la maternidad actual, donde una serie de emociones debe ser encubierta para presentar una cara distinta a la realidad. Esta gestión emocional ha perpetuado desigualdades que, me atrevería a decir, han convertido ciertos comportamientos en algo "propio de ser mujer". Las mujeres, aunque conocen profundamente lo que implica ser madre, no siempre comparten en su totalidad todo lo que esta experiencia significa y conlleva, lo que nos ayuda a comprender la maternidad en el México actual. Como aclara Solana (2020, pp. 35):

Los afectos, así, funcionan como un caballo de Troya: tras la fachada de una defensa inocente de las sensaciones, se esconde una visión errónea de lo emotivo, de lo social y del lenguaje. como espacios deterministas, predecibles y políticamente limitados. Solana (2020, pp. 35).

Goleman (1995, pp. 13) también resalta el gran poder de las emociones, refiriéndose a cómo un acto heroico, como el de unos padres salvando la vida de su hija, puede ser visto desde dos ángulos. Desde un punto de vista intelectual, podría considerarse un sacrificio irracional, pero desde una perspectiva emocional, era la única elección posible.

Tras comprender cómo las emociones se definen y estructuran desde una perspectiva psicológica y sociológica es importante destacar cómo este marco influye en la asignación de significados emocionales en función del género. Las emociones no solo operan a nivel individual, sino que también están profundamente condicionadas por las normas y expectativas sociales de género que dictan cómo deben experimentarse y expresarse en diferentes contextos. Esto nos lleva a plantear la segunda pregunta de análisis: ¿Cuál es la relación entre el contenido emocional del significado y el género? El significado que atribuimos a las emociones en relación con el género radica en la manera en que la sociedad impone diferentes

expectativas emocionales y de comportamiento, de acuerdo con las asignaciones de los roles de género, las interiorizamos y las reforzamos, de acuerdo a los contextos, como pueden ser la familia y algunas instituciones sociales.

La forma en que hombres y mujeres expresan y experimentan emociones está condicionada por las expectativas de género que la sociedad ha construido a lo largo del tiempo (Holmes, 2009, pp. 1). De acuerdo con la investigación de Chaplin (2015), recapitula que en la mayoría de los países donde se han realizados estudios de la expresión de emociones de acuerdo al género, las mujeres son las que más expresan sus emociones, más específicamente las positivas, mientras que los hombres suprimen sus emociones en sociedad. Esta situación a pesar de tener componentes diferenciales biológicos, la gran diferencia radica en como son los vínculos sociales que tenemos en la infancia, y en cómo se nos asigna una función, para cumplir con ciertos roles de género (Brody & Hall, 2008, pp. 395).

Hochschild (2012), respalda esta perspectiva al destacar un aspecto clave en la comprensión de como las emociones son gestionadas de acuerdo con las expectativas de género. Su teoría del trabajo emocional describe el proceso de regular conscientemente las emociones para ajustarse a las normas sociales de comportamiento. Este proceso puede generar tensiones internas, cuando las emociones experimentadas no coinciden con las emociones que se espera que se expresen, lo que se puede entender como un conflicto entre las experiencias emocionales individuales y las demandas sociales.

Actuando de manera conjunta, desde la psicología, autores como Gross y Barrett (2011), han señalado que los procesos emocionales están influenciados por el contexto cultural y social, lo que determina no solo qué emociones son aceptables, sino también cómo deben ser experimentadas e interpretadas por los individuos en función de su género. Estas diferencias en la expresión y gestión emocional contribuyen a la construcción de significados emocionales diferenciados para hombres y mujeres, lo que a su vez influye en la formación de sus identidades.

Retomando la investigación de Chaplin (2015), señala que las mujeres tienden a ser percibidas como más expresivas debido a su predisposición a manifestar

sentimientos de manera más abierta, lo que es un reflejo de las expectativas de género en muchas culturas. Sin embargo, estas diferencias no son biológicas, sino construcciones sociales que determinan qué emociones son apropiadas para cada género. Esta diferenciación también tiene implicaciones en el ámbito laboral, donde las mujeres que muestran actitudes percibidas como "inapropiadas" para su género, como la ira, suelen ser percibidas de manera negativa. Por otro lado, los hombres que reprimen señales de vulnerabilidad pueden enfrentar conflictos internos y dificultades en sus relaciones interpersonales, como han referido Shields, MacArthur y McCormick, (2018).

El género juega un papel fundamental en la atribución de significados afectivos, dictando cómo deben gestionar sus expresiones según las normas sociales, reforzando los roles que hombres y mujeres deben cumplir. Esto no solo influye en la forma en que las personas experimentan sus sentimientos, sino también cómo se relacionan con los demás y cómo construyen su identidad dentro de este marco cultural.

Una vez explorada la relación entre las expresiones afectivas y el género, es crucial profundizar en cómo estas dinámicas se manifiestan en la vida cotidiana a través de las interacciones sociales. Las manifestaciones no solo son condicionadas por los vínculos que las personas establecen en sus entornos, ya sean familiares, laborales o comunitarios. Esto nos lleva a formular la tercera pregunta clave: ¿Cuál es el papel de las emociones y los vínculos sociales?

Las relaciones sociales y su influencia en la formación de expectativas son fundamentales para entender cómo las mujeres moldean sus metas dentro del rol de ser madre. Las experiencias individuales, se entrelazan con los significados colectivos atribuidos a estos roles. A través de los vínculos sociales, tales como la familia, los amigos y las instituciones educativas, las madres reciben constantes mensajes sobre cómo deben comportarse y qué emociones deben priorizar. Estas interacciones sociales generan una red de apoyo y, al mismo tiempo, un marco de expectativas que configura sus decisiones y aspiraciones (Harkness & Super, 2020).

En este sentido, la maternidad se convierte en un rol moldeado por las interacciones sociales, donde el trabajo emocional y la expresión controlada de las emociones afectan la formación de metas y expectativas, reforzando el significado cultural de ser madre. En este sentido, las emociones son una herramienta para formar, mantener y modificar vínculos sociales, lo que resulta fundamental en el proceso de la maternidad, Bornstein (2012).

Los estudios de Gross y Barrett (2011); Harkness y Super (2020); Holmes (2008) refuerzan la idea de que las emociones son un eje de cohesión social y personal en la maternidad, permitiendo a las mujeres adaptarse a los roles y expectativas, mientras que sus vínculos sociales se encargan de reforzar y perpetuar estas normas, configurando de esta forma una red compleja de significados afectivos y culturales.

III. MATERNIDADES EN CONTEXTO

Las feministas eran plenamente conscientes del doble carácter de la maternidad: valiosa para la libertad, valiosa para la opresión, - Marcús (2006, pp. 102).

El concepto de maternidad se encuentra moldeado por factores, históricos, culturales, institucionales y situacionales, que dependiendo del contexto individual presenta variaciones significativas. Dentro de esta investigación se exploran las desigualdades en la calidad de vida de las mujeres madres del Valle de Toluca durante la maternidad, utilizando un enfoque multidimensional que articula estos cuatro ejes clave.

El objetivo de este marco contextual es comprender de forma integral los factores clave que tienen influencia en las experiencias maternas, desde los cambios históricos y culturales que brindan una percepción de la maternidad, de una manera longitudinal, incluyendo las políticas públicas y las condiciones locales que intervienen en las condiciones de vida de las madres a lo largo de su experiencia de vida. Enfocar la investigación en el Valle de Toluca, permite tomar en consideración las diversas situaciones culturales, sociales y económicas de una región en específico.

Como preámbulo de los tres ejes principales, dentro del primero, histórico-cultural se realiza una recapitulación del propio concepto de la maternidad. Mientras que, en el institucional, se elabora un análisis de las políticas que presentan una influencia alrededor de la maternidad, por último, en el situacional, se aborda desde una perspectiva de las realidades de la región.

3.1 Eje Histórico-Cultural

3.1.1. *La Maternidad como Constructo Social*

Después de varias preguntas, lecturas, conversaciones, podcast, tesis consultadas, artículos revisados, videos, series, películas, libros, no existe una respuesta clara del significado de ser madre, para algunas personas puede significar la mejor etapa de su vida, mientras que para otras puede representar un amor hermoso e imperfecto, pero que no les gustaría volver a repetir. Como ya se presentaba anteriormente, la maternidad no puede ni debe ser reducida únicamente a una situación biológica, ya que se encuentra intervenida por otros factores como los históricos y los culturales.

Plantear la maternidad como lo hace Palomar (2005), implica entenderla no solo como un acto natural, sino como una construcción social. Este enfoque resalta que la maternidad se ha configurado a lo largo de la historia, adquiriendo significados específicos según cada sociedad y sus contextos culturales. En esta línea de pensamiento, se encuentra Marcús (2006), destaca la importancia de desnaturalizar el concepto de maternidad. señalando que es fundamental cuestionar la idea de que la maternidad es un instinto inherente al ser humano. Según Marcús (2006, pp. 102), esta visión, reduce la maternidad a una condición biológica, ignorando las influencias culturales, sociales y personales que le dan forma.

Marcús, se basa en dos teorías como fueron las de Freud y Rousseau, para hablar de los arquetipos y de los estereotipos, que funguen un papel importante para la construcción de la ideología de la maternidad: los arquetipos Carl G. Jung, como le cita Guil (1998), en el inconsciente colectivo de los individuos de una determinada cultura perviven una serie de determinados arquetipos y estereotipos que condicionan su manera de ver y vivir el mundo. Los arquetipos de género han estado especialmente presentes en la cultura occidental condicionando de forma importante el papel de los hombres y las mujeres (Guil, 1998, pp. 96; 99).

Freud y Rousseau, son participes importantes en la creación e implementación de un arquetipo de mujer y de madre, la imagen de la mujer, que coincidían con su sentido de la abnegación y el sacrificio que según ellos caracteriza a la mujer

“normal”, quienes marcaban como buena maternidad, como la; capacidad de adaptarse a las necesidades del hijo. En oposición, el argumento de la mala madre como aquella que es incapaz o indigna, Marcús (2006), incluye que postular que la maternidad genera naturalmente amor y la dedicación al niño, las aberraciones eran percibidas como excepciones patológicas a la norma (Badinter, 1991, desde Marcús, 2006: 102).

3.1.2. Movimientos Feministas y la Redefinición de la Maternidad

Los movimientos feministas han desafiado las construcciones históricas, cuestionando la relación entre la maternidad y la opresión de género, Marcús (2006), rescata que se presentaba una reformulación del significado de la maternidad, se conocía como una “función social”, mientras que, desde otras representaciones, significaba una “posición política”, el ejercicio de la maternidad era una forma de hacer política. Puesto que eran o podían ser madres, no podía privarse a las mujeres de derechos civiles, sociales y políticos, (Nari, 2000, citada en Marcús (2006, pp. 103).

Por su parte Adrienne Rich (2019) distingue entre la maternidad como una experiencia personal significativa y la maternidad como una institución controlada bajo los sistemas patriarcales. Desde el análisis que brinda ha resaltado la importancia que tendría liberar la maternidad de las restricciones normativas, lo que en efecto lograría espacios de libertad para ejercer una maternidad más auténtica por cada madre.

Dentro del contexto de las maternidades, el feminismo ha desempeñado un papel crucial al defender y promover los derechos de las mujeres en todas las etapas de su experiencia materna. A lo largo de la historia las mujeres han enfrentado diversas formas de discriminación y opresión relacionadas con la maternidad y el feminismo ha sido fundamental en la lucha por la autonomía, el respeto y la equidad en este ámbito.

En ese sentido, la autora Esther Vivas (2019), promueve una mirada crítica a las imposiciones sociales que rodean y moldean la maternidad, en la que aboga por

modelos más inclusivos y flexibles que logren reconocer la diversidad de ejercer la maternidad.

3.1.3. La Maternidad y su Significado en Diferentes Épocas.

La maternidad ha atravesado cambios significativos a lo largo de la historia de la maternidad, dentro de las sociedades antiguas estaba exclusivamente relacionada con la procreación y con la perpetuación de la especie humana. Por ejemplo, en la época del renacimiento las iglesias promovieron la función maternal como un deber ser espiritual. Durante la revolución industrial las mujeres tomaron roles domésticos y laborales, esto debido a la situación económica que atravesaban, para una época actual, la maternidad adoptó un pensamiento más reflexivo y electivo a pesar de las presiones continuas.

Realizar un planteamiento histórico de la maternidad demuestra que no es un proceso que se encuentra estático, por lo que adaptar las condiciones de cada persona a este ejercicio permite que continúe evolucionando. Ejemplo de esta situación es la concepción del amor materno, como un modelo tradicional de la familia burguesa, da como principal resultado una estrategia reproductiva que promueve “tener pocos hijos e invertir a fondo (emocional y materialmente) en cada uno de los que nacen”, (Scheper-Hughes, 1997, desde Marcús, 2006).

En investigaciones como la de Lerner & Szasz, (2008), en las que citan a Echarri (2008), se presenta una importante relación de la historia de la maternidad con respecto a la vida de las personas, en las que posicionan que la fecundidad es el proceso histórico más importante de la humanidad, lo que produce una relación directa con la historia de la maternidad.

3.2. Eje Institucional

3.2.1. Políticas Públicas y Legislación en Torno a la Maternidad

En México, las políticas públicas que se relacionan con la maternidad han evolucionado lentamente, a menudo priorizado los aspectos biológicos de la gestación y el parto, mientras se descuidan las dimensiones sociales y culturales.

Cardozo (2013, pp. 40) explica que las políticas públicas constituyen respuestas diseñadas y aplicadas, a través de procesos políticos y técnicos, para resolver problemas que por su relevancia son importantes para sectores de la sociedad, pero en el caso de la maternidad este enfoque ha sido limitado, dejando fuera como la equidad en roles parentales, así como el acceso a servicios de cuidado infantil.

Posterior a diversas revisiones a las iniciativas que han sido implementadas en relación con la temática, destacan diversos programas, como son: estancias infantiles para apoyar a las madres trabajadoras y/o padres solos (Secretaría del Bienestar, s.f.), Desarrollo Social Salario Rosa por el Trabajo (ahora Mujeres con Bienestar, Secretaría del Trabajo, s.f.), y el ya extinto, seguro popular (ahora, IMSS-Bienestar, s.f.), mismas que buscaban atender las necesidades económicas y laborales de las madres. Sin embargo, estas iniciativas no han logrado tener el alcance esperado, siendo constantemente criticados por su alcance y su incapacidad enfrentar las realidades diversas de la maternidad en México. Tras un análisis detallado, se identificó que uno de los principales problemas radica en la suposición de que la maternidad es una experiencia homogénea. Esta perspectiva dejó a las propuestas planteadas como insuficientes al ignorar factores clave, como la clase social, la salud de las madres e hijos, y el contexto cultural en el que se desenvuelven.

Dentro de un ámbito laboral, la licencia de maternidad y los beneficios asociados (Ley del Seguro Social, 1995; última reforma 2023, Congreso de la Unión), presentaron avances significativos, aunque no suficientes, ya que estas medidas no garantizan una verdadera igualdad. Por ejemplo, las mujeres que desarrollan actividades laborales dentro del sector informal, que son un sector con gran relevancia en México, quedan fuera del alcance de estas políticas, lo que, en efecto, perpetua la exclusión social.

3.2.2. Vacíos Legales y la Necesidad de un Enfoque Integral

La constante revisión de la legislación en México, denota la persistencia de vacíos legales que limitan el impacto positivo de las políticas públicas orientadas hacia la maternidad. Notablemente las iniciativas gubernamentales se han centrado en los

primeros meses de vida del recién nacido, sin embargo, se desatienden los desafíos propios de la maternidad a mediano y largo plazo, como es el acceso a la educación y a oportunidades laborales flexibles. Esta situación continúa reforzando la desigualdad de género al perpetuar la idea de que la responsabilidad de cuidados recae exclusivamente en las mujeres. Si bien, un primer paso puede ser desde la actualización de las políticas ya existentes, es necesario tomar un enfoque más integral, que considere las necesidades biológicas, así como las socioculturales de las madres, esto incluye:

- Promoción de roles parentales equitativos, en la que se promueve la ampliación de las licencias de paternidad para fomentar una distribución equitativa de los cuidados.
- Servicios accesibles de cuidado infantil, que permitirían a las madres participar plenamente en la vida laboral y social.
- Revisión de las políticas de salud, en especial de salud reproductiva, para garantizar una atención integral para el proceso de gestación y posteriores.

3.2.3. Campañas Históricas y su Relevancia en la Percepción de la Maternidad

Una de las iniciativas más relevantes en México, sucede en los años 1970's, el Consejo Nacional de Población (CONAPO), propuso la campaña "la familia pequeña vive mejor". El objetivo de la campaña era impulsar la política de población como eje central del desarrollo económico y social sostenible en México, esta misma, se acompañaba por promover una mejor planificación familiar, CONAPO (2014).

Gutiérrez et al., (2016), presentan que, ante el cambio estructural presentado, por la base ideológica de este momento histórico-político fue la frase: tener menos hijos para vivir mejor y darles una calidad de vida en relación con lo económico y educativo. Dicha campaña presento cambios tan significativos, que cuando se contrasta con cifras proporcionadas por INEGI, como lo refiere El Colegio de la Frontera Norte (El Colef) (2022), reportan que la primera mitad del siglo XX la tasa de fecundidad osciló entre 6 y 6.5 hijos por mujer, es a partir de los años 1970, con los cambios asociados a los factores culturales y socioeconómicos de la población

en México, se comenzó a observar una disminución, la cual se ha mantenido hasta hoy en día.

También existen iniciativas más recientes como es NOM-007-SSA2-2016, Para la atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y de la persona recién nacida, Diario Oficial de la Federación, (DOF) (2016). A pesar de que busca un enfoque más respetuoso y centrado en las madres, su implementación continúa siendo desigual, lo que evidencia que las políticas deben ser más consistentes con un tema que es tan relevante para el México actual.

3.3. Eje Situacional

3.3.1. El Contexto del Valle de Toluca

Ubicado en el Estado de México, el Valle de Toluca se caracteriza por su diversidad cultural, socioeconómica y geográfica, lo que influye en los sistemas educativos y en las oportunidades de aprendizaje disponibles para sus habitantes. De acuerdo con datos presentados por INEGI (2003), al área metropolitana del Valle de Toluca (AMVT) es un conglomerado urbano compuesto por 38 localidades de los municipios de Almoloya de Juárez, Lerma, Metepec, San Mateo Ateneo, Toluca y Zinacantepec, que se caracterizan por tener una continuidad urbanística. Ejemplo de la gran diversidad que se encuentra dentro del Valle de Toluca, Metepec destaca por su nivel educativo y acceso a servicios, mientras que Almoloya de Juárez enfrentan mayores niveles de pobreza y carencias sociales. La presencia de estas desigualdades estructurales presenta un impacto en las oportunidades y en los desafíos que enfrentan las mujeres en su rol como madres.

3.3.2. Implicaciones Laborales y Educativas en la Maternidad

En las décadas más recientes, la participación de las mujeres en la educación y el empleo han ido en aumento considerablemente, lo que implica una transformación en las dinámicas familiares y laborales, (Ocañas, Garay & Calderón 2023). La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), informa que a nivel mundial del año 1995 al 2018, se ha producido un aumento considerable de la matrícula femenina en la educación superior (UNESCO,

2021), además complementa que tienen mayores posibilidades para completar la educación superior en comparación con los hombres.

A pesar de los avances presentados, las mujeres continúan enfrentando barreras que son persistentes, como son la brecha salarial y la falta de políticas que concilien la vida laboral y familiar. Las mujeres que se encuentran inmersas en el campo laboral, además de presentar el reto de equilibrar sus responsabilidades profesionales, y de cuidados, deben conciliar con las presiones sociales, a esta situación Zabłudovsky (2007, pp. 13), resalta que como efecto de esta situación, un aumento de la población mexicana considera que la maternidad no influye en el crecimiento personal de las mujeres, sino que también tiene que ver con sus actividades y expectativas laborales, profesionales y sociales y con el desempeño en una multiplicidad de roles.

3.3.3. Estadísticas Clave en el Valle de Toluca

El Valle de Toluca es una región que destaca por su diversidad social, económica y demográfica, aspectos que impactan directamente en la calidad de vida de las personas que la habitan. Cada municipio presenta características diversas en términos de educación, acceso a internet, condiciones laborales, seguridad social, lo que permite identificar áreas de oportunidad para el desarrollo integral de la región.

La siguiente tabla permite presentar un panorama comparativo entre seis municipios clave en el Valle de Toluca, resaltando datos fundamentales que permiten comprender mejor las dinámicas sociales y económicas de la región.

Aspecto	Almoloya de Juárez	Lerma	Metepec	San Mateo Atenco	Toluca	Zinacantan
---------	--------------------	-------	---------	------------------	--------	------------

Población (2020)	174.587 (49,9% hombres, 50,1% mujeres)	170.327 (49,3% hombres, 50,7% mujeres)	242.307 (47,9% hombres, 52,1% mujeres)	97.418 (48,7% hombres, 51,3% mujeres)	910.608 (48,2% hombres, 51,8% mujeres)	203.872 (48,8% hombres, 51,2% mujeres)
Tasa de analfabeti smo (2020)	5,62% (67,3% mujeres, 32,7% hombres)	2,73% (67,9% mujeres, 32,1% hombres)	1,33% (69,9% mujeres, 30,1% hombres)	2,03% (67,5% mujeres, 32,5% hombres)	2,62% (72% mujeres, 28% hombres)	3,77% (71,3% mujeres, 28,7% hombres)
Principale s Grados Académic os	Secunda ria (34,6%), Primaria (30,1%), Preparat oria (19,2%)	Licenciat ura (29,5%), Secunda ria (23,9%), Preparat oria (21,5%)	Licenciat ura (30,2%), Secunda ria (21,1%), Preparat oria (20,7%)	Secunda ria (35%), Preparat oria (20,2%), Primaria (17,3%)	Secundari a (29,7%), Licenciatur a (20,5%), Preparator ia (20,1%)	Secundari a (33,4%), Primaria (21,9%), Preparato ria (21,3%)
Acceso a Internet (2020)	26,3%	51,9%	73,4%	55,5%	58,2%	47,9%

Salario Promedio Mensual	Insuficiente para cubrir las necesidades básicas, alineado con el promedio estatal (\$4,230 MXN, 2023).	Insuficiente para cubrir las necesidades básicas.	Similar al promedio estatal, con diferencias entre sectores formal (\$4,850 MXN) e informal (\$3,750 MXN).	Insuficiente para cubrir las necesidades básicas.	Estado de México (promedio) : \$4,230 MXN; marcado por desigualdad en sectores formal/informal.	Insuficiente para cubrir las necesidades básicas.
Carencia Sociales (2020)	46,6% pobreza moderada, 18,7% pobreza extrema. Principales carencias: seguridad social, salud, alimentación.	30,8% pobreza moderada, 4% pobreza extrema. Principales carencias: seguridad social, salud, alimentación.	30,2% pobreza moderada, 3,07% pobreza extrema. Principales carencias: seguridad social, salud, alimentación.	33,1% pobreza moderada, 5,8% pobreza extrema. Principales carencias: seguridad social, salud, alimentación.	41% pobreza moderada, 10,8% pobreza extrema. Principales carencias: seguridad social, salud, alimentación.	42,7% pobreza moderada, 9,73% pobreza extrema. Principales carencias: seguridad social, salud, alimentación.

Opciones de Salud Utilizadas	Centro de Salud (79.4k), Farmacia (31k), IMSS (23.1k).	IMSS (54.3k), Farmacia (45.2k), Centro de Salud (29.4k).	IMSS (92.3k), Farmacia (55.7k), Otro (31k).	IMSS (37.1k), Farmacia (18.3k), Centro de Salud (17.9k).	IMSS (293k), Centro de Salud (193k), Otro (152k).	Centro de Salud (68.7k), IMSS (55.6k), Otro (23.8k).
Pobreza en jóvenes (2020)	N / A	N / A	42% de los jóvenes de 15 a 29 años han vivido en pobreza.	N / A	41% de los jóvenes en pobreza moderada o extrema.	N / A

Fuente: Elaboración propia²

Los datos presentados reflejan la complejidad y diversidad del Valle de Toluca, evidenciando las desigualdades sociales y económicas que enfrentan sus municipios. Factores como la educación, el acceso a servicios básicos, las condiciones laborales y las carencias sociales muestran como las oportunidades y desafíos varían significativamente dentro de la región.

Este análisis contextual, abona en la identificación de áreas de acción que mejoren la calidad de vida de las mujeres madres del Valle de Toluca. Reconocer estas

-
- ² Se consultaron diversas fuentes como son Data México, (s.f.). Estadísticas Municipales, Almoloya de Juárez, Lerma, Metepec, San Mateo Atenco, Toluca y Zinacantepec. En: <https://datamexico.org>
 - Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2020). *Censo de Población y Vivienda 2020*. INEGI. Recuperado de <https://www.inegi.org.mx>
 - El Consejo de Investigación y Evaluación de la Política Social (CIEPS) (2024). Cifras que transforman, Bienestar para todos, en: <https://cieps.edomex.gob.mx/sites/cieps.edomex.gob.mx/files/files/Cifras%20que%20transforman/CIFRASQUETRANSFORMAN11SEPT2024.pdf>

interacciones se vuelve fundamental para diseñar políticas estratégicas que promuevan la equidad, la inclusión y el bienestar en este ámbito.

IV. PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS

¿Qué mejor manera de acercarnos a las experiencias de maternaje de las mujeres que a través de sus propias voces? -Sancho, (2021, pp. 243).

Este estudio se enfoca en una metodología cualitativa, la cual permite comprender fenómenos sociales desde la perspectiva de los participantes en su entorno natural (Hernández Sampieri et al., 2014, pp. 358). La metodología cualitativa se distingue por su enfoque holístico y contextual, permitiendo una comprensión enriquecida de aspectos sociales, culturales y psicológicos mediante la exploración detallada de situaciones, eventos, interacciones y comportamientos observables (Watson-Gegeo, 1982, citado en Barranza, 2023, pp. 10).

Por su parte Pérez (2002, pp. 374) describe la metodología cualitativa como un enfoque multidisciplinario que busca entender la realidad social a través de significados y símbolos construidos. Este enfoque no solo captura lo que los participantes dicen, sino también sus experiencias, actitudes, creencias y reflexiones, tal como ellos las expresan.

La selección de este enfoque metodológico se justifica por su capacidad para profundizar en cómo los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, revelando sus interpretaciones y significados (Hernández Sampieri et al., 2014, pp. 358). Además, la revisión de la literatura y la teoría desempeña un papel crucial al identificar conceptos clave y orientar los métodos de recolección y análisis de datos, así como al enriquecer las interpretaciones del estudio (Hernández Sampieri et al., 2014, pp. 365).

En la fase de recolección y análisis de datos cualitativos, se emplean métodos como la observación, las entrevistas y la recolección de materiales, seguidos por un proceso de codificación que genera unidades de significado, categorías y temas

emergentes. Este análisis culmina en la formulación de teorías fundamentadas en los datos recogidos (Hernández Sampieri et al., 2014, pp. 394).

4.1. Preguntas de Investigación

Autores como Kerlinger & Lee (2002), aportan su definición del problema como un enunciado u oración interrogativa que pregunta: ¿Qué relación existe entre dos o más variables? La respuesta constituye aquello que se busca en la investigación. Es una contradicción entre lo que sucede, lo que es y lo que debería ser.

Es por ello que las preguntas de esta investigación, son:

🚦 ¿Cómo se manifiestan las estructuras patriarcales y económicas en la configuración de desigualdades de género y socioeconómicas durante la maternidad en el Valle de Toluca? Contexto: Explorar cómo las estructuras sociales y económicas específicas del Valle de Toluca interactúan para originar y perpetuar desigualdades, considerando el marco teórico de estructuras patriarcales y económicas.

🚦 ¿Cómo la teoría de la diversidad de la mujer y la perspectiva interseccional pueden enriquecer la comprensión de las desigualdades vividas por mujeres con diferentes identidades en el Valle de Toluca durante la maternidad? Contexto: Explorar cómo la teoría de la diversidad de la mujer y la perspectiva interseccional pueden dar cuenta de las experiencias variadas y complejas de mujeres en el Valle de Toluca durante la maternidad.

🚦 ¿Cómo son las vivencias de la maternidad que están influidas por las diversas desigualdades de género y socioeconómicas, del Valle de Toluca? Contexto: explorar las perspectivas teóricas de Amartya Sen y Martha Nussbaum, sobre las condiciones de desigualdades con el impacto de la calidad de vida de las personas.

4.2. Herramientas de Recolección de Datos

En la investigación cualitativa, la recolección de datos se centra en capturar conceptos, percepciones, imágenes mentales, creencias, emociones y experiencias expresadas por los participantes, ya sea de manera individual, grupal o colectiva.

Estos elementos se analizan y comprenden para responder a las preguntas de investigación y generar conocimiento (Hernández-Sampieri, 2014, pp. 397).

4.3. *Las Narrativas como la Historia de Vida*

El mundo está profundamente impregnado de narrativas y relatos (Cabruja, Iñiguez y Vázquez, 2000, pp. 65). Estas narrativas construyen la realidad que enfrentamos desde el nacimiento, moldeada por diversos medios como el lenguaje y las historias personales. Sancho (2021, pp. 239-240) sugiere que nuestras historias no solo ofrecen introspección sobre el pasado, sino que también interpretan nuestro presente y moldean nuestro futuro. Las narrativas no solo reflejan significados, sino que también median y articulan nuestra realidad social (Atkinson, 2001; Gandarias Goikoetxea y García Fernández, 2014; Gergen y Gergen, 1983).

Taylor y Bogdan (1984, citado en Chárriez, 2012, pp. 51) sostienen que la realidad social se construye mediante definiciones individuales o colectivas de situaciones, observadas y comprendidas desde la perspectiva del actor social. Jesús de Miguel (1996, citado en Ander Egg, 2011, pp. 132) resalta que la historia de vida no solo ilustra los procesos sociales, sino que también comprende la experiencia total de vida en una sociedad concreta.

El método biográfico, también conocido como historia de vida, ha sido un recurso invaluable desde principios del siglo XX para las ciencias sociales (Güelman, 2023). Este enfoque, iniciado con la obra pionera *The Polish Peasant in Europe and America* (1918-1920) de William Thomas y Florian Znaniecki, busca narrar las experiencias vitales de individuos a lo largo del tiempo (Pujadas Muñoz, 1992, citado en Güelman, 2023).

Para Ferrarotti (2007, citado en Naranjo & Soto, 2018), la historia de vida es un texto que permite un contacto directo con la experiencia vivida de las personas, fundamental para la investigación social. Además, Ferrarotti subraya que estas historias no solo preservan el pasado, sino que también iluminan el presente y otorgan sentido a los futuros posibles (Ferrarotti, 2007).

4.4. Perspectivas y Tipos de Historias de Vida

La historia de vida se puede clasificar en relatos de vida y en historias de vida. El primero es la narración de una vida o fragmento de ella según la persona que la ha vivido (Feixa, 2018; Pujadas Muñoz, 1992). El segundo implica un estudio exhaustivo de una persona particular, incluyendo documentos biográficos adicionales para una reconstrucción detallada (Bertaux, 1981; Moriña, 2017).

Ruiz Olabuénaga (2012, citado en Chárriez, 2012, pp. 50) describe la historia de vida como un proceso que revela la negociación diaria entre aspiraciones y realidades, fundamentalmente extraído de la vida cotidiana y del sentido común del individuo para vivir y sobrevivir.

4.5. Aplicación y Elección Metodológica

En mi investigación sobre maternidades, recorro a las historias de vida para capturar las experiencias maternas desde diversas etapas de la vida de las participantes. La entrevista a profundidad semiestructurada se presenta como el medio principal para obtener estas historias, permitiendo una exploración detallada y flexible de las vivencias individuales.

4.6. Guía Semiestructurada de Historias de Vida.

En el marco de esta investigación se ha diseñado una guía semiestructurada de historias de vida que servirá como herramienta para recopilar datos cualitativos relevantes para el estudio.

La guía semiestructurada de historias de vida se basa en un conjunto de preguntas abiertas y temas de discusión que permitirán explorar en detalle las experiencias, percepciones y opiniones de las participantes sobre el tema de estudio. Estas preguntas están diseñadas para fomentar la reflexión y el diálogo y para facilitar la generación de datos ricos y significativos. La guía semiestructurada de entrevista a profundidad se incluirá en los anexos de la investigación, donde estará disponible para su consulta y referencia, véase anexo 1.

4.7. Consentimiento Informado

En el marco de esta investigación, es fundamental garantizar la protección de los derechos y la dignidad de las participantes. Por esta razón, se ha decidido implementar un proceso de consentimiento informado y establecer criterios de selección específicos para las participantes. Esta justificación se basa en la ética de la investigación y en el respeto a la autonomía y la integridad de las personas involucradas en el estudio.

El consentimiento informado es un componente esencial de la ética de la investigación, ya que asegura que las participantes comprendan completamente el propósito, los procedimientos y los posibles riesgos y beneficios de su participación en el estudio. A través del consentimiento informado, se busca garantizar que las participantes otorguen su consentimiento de manera voluntaria y plenamente informada, sin coerción ni presión externa. Véase anexo 2.

4.8. Criterios de Selección de Participantes

Los criterios de selección de participantes se establecen con el fin de identificar a aquellas personas que cumplen con los requisitos necesarios para contribuir de manera significativa al estudio. Estos criterios se basan en consideraciones específicas relacionadas con el tema de investigación, como, el ser o considerarse madre³, su zona de residencia sea del Valle de Toluca, tener al menos un (a) hijo (a), tener una edad de 25 a 45 años, el estado civil, empleo y nivel educativo son indistintos. Véase anexo 3.

4.9. Aplicación Metodológica

Se llevó a cabo un análisis cualitativo, basado en entrevistas semiestructuradas para explorar y comprender las experiencias de las mujeres madres en relación con su calidad de vida. Las entrevistas se realizaron entre el 8 y el 17 de agosto de

³ Existe una diferencia entre el ser madre, que incluye los elementos bio-fisiológicos del embarazo, parto, puerperio, lactancia y el ejercer la maternidad. Por otro lado, el considerarse madre, en el que, por ejemplo, se puede incluir un proceso de adopción, en el que no se atraviesa el proceso bio-fisiológico, sino que solo se ejerce la maternidad.

2024, a través de la plataforma Microsoft Teams. Previo a su participación, se solicitó a las entrevistadas su autorización para grabar y transcribir las sesiones.

La recolección de datos se llevó a cabo a través de un posteo en redes sociales, específicamente en Facebook (véase anexo 4). Esta publicación invitaba a participar a madres interesadas que cumplieran con ciertos criterios, utilizando la técnica de muestreo por bola de nieve. Facebook sirvió como medio principal para llegar a las participantes que cumplieran con los siguientes requisitos:

- Ser y/o considerarse madre.
- Tener por lo menos un(a) hijo(a).
- Tener entre 25 y 45 años de edad.
- Residir en alguno de los siguientes municipios: Almoloya de Juárez, Lerma, Metepec, San Mateo Atenco, Toluca, Zinacantepec.

El estado civil, el empleo y el nivel educativo de las participantes no fueron criterios de exclusión, lo que permitió una diversidad de perfiles dentro de la muestra.

En total, participaron 17 mujeres madres, representativas de la región del Valle de Toluca, cuyas perspectivas proporcionan una visión integral de las desigualdades que enfrentan en su vida diaria. Para más detalles, véase tabla de datos de las madres participantes. Para el análisis de la información recolectada, se utilizó el software ATLAS.ti, versión 2024, que facilitó la identificación y categorización de los temas emergentes, véase anexo 5, nube de palabras Nube de ATLAS.ti (2024).

Tabla de datos de las participantes

Entrevista N°	Nombre	Estado civil	Trabaja		Tipo de empleo		Ingresos		Nivel educativo	N° de hijos	Edad
			Si	No	Formal	Informal	Fijo	Variable			
1	Claudia	UL		x					L	1	25
2	Julieta	C		x					L	2	26
3	Lucero	UL	x			x		x	L	1	25
4	Carolina	C	x		x		x		M	2	37
5	Nicoole	S	x			x		x	L	1	26
6	Itzel	S	x			x		x	L	1	30

7	Madai	S	x		x		x		L	1	26
8	Tanya	S	x		x		x		M	1	37
9	Sara	C	x		x		x		L	1	28
10	Nadia	S	x		x		x		M	2	45
11	Guadalupe	S	x		x		x		L	1	28
12	Lizethe	UL	x		x		x		L	1	25
13	Sandra	C	x		x		x		L	2	32
14	Nahema	UL	x			x		x	L	1	26
15	Araceli	UL	x		x		x		M	1	31
16	Mercedes	C	x		x		x		M	3	46
17	Areli	S	x			x		x	UT	1	29

Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos de las madres participantes.

Nomenclatura:

Casada (C)

Licenciatura (L)

Soltera (S)

Maestría (M)

Unión Libre (UL)

Universidad Trunca (UT)

El análisis de las entrevistas se llevó a cabo mediante un enfoque narrativo, centrado en identificar los temas emergentes en las historias de las madres sobre su calidad de vida y maternidad. Las entrevistas se realizaron de forma virtual a través de Microsoft Teams, lo que facilitó tanto la grabación como la transcripción automática de cada sesión. Posteriormente, estas transcripciones fueron revisadas manualmente para asegurar su exactitud y corregir cualquier error generado por el sistema de transcripción automática.

Una vez obtenidas las transcripciones, se utilizó el software ATLAS.ti 2024, para gestionar y organizar los datos cualitativos. Este software permitió la codificación de las narrativas y la identificación de los temas principales, tales como las estrategias de adaptación, la percepción de la calidad de vida, la carga emocional, y las expectativas sociales. Si bien ATLAS.ti 2024, facilitó la organización y el procesamiento de la información, el proceso de identificación de temas fue realizado manualmente para asegurar una interpretación fiel de las experiencias de las madres. Se empleó un enfoque temático del análisis narrativo, donde se agruparon las narrativas en categorías clave que reflejan tanto las tensiones emocionales

como las estrategias de resiliencia que las madres han desarrollado para equilibrar sus responsabilidades.

A partir del análisis, se identificaron tres categorías centrales que estructuran las experiencias de las mujeres madres en el Valle de Toluca: **Materiales, Inmateriales y (Des)Oportunidades en la adaptabilidad.**

La justificación del análisis de resultados en esta investigación se fundamenta en las teorías de Amartya Sen y Martha Nussbaum, quienes han desarrollado un enfoque de las capacidades que sostiene que el bienestar humano no solo depende de los bienes materiales, sino también de las oportunidades reales que las personas tienen para vivir una vida digna y significativa (Nussbaum, 2003; Sen, 1999). Este marco conceptual es esencial para entender cómo las madres del Valle de Toluca enfrentan diversas condiciones que limitan o potencian su calidad de vida, especialmente al considerar los **Aspectos Materiales, Aspectos Inmateriales y las (Des)Oportunidades en la adaptabilidad.**

La categoría de **Aspectos Materiales** incluye bienes y condiciones laborales, reflejando el acceso a recursos tangibles que permiten a las mujeres cubrir necesidades básicas y participar activamente en el mercado laboral. Aquí, las teorías de Sen sobre la importancia de los bienes y la libertad económica adquieren relevancia, complementadas por la visión de Simone de Beauvoir (1949), quien argumentó que las mujeres, históricamente relegadas a roles domésticos, enfrentan una lucha por la autonomía económica y personal. Sancho (2021) también destaca cómo las estructuras sociales influyen en las oportunidades laborales de las mujeres, subrayando la carga desproporcionada del trabajo de cuidado en las madres (Commins, 2003).

En cuanto a los **Aspectos Inmateriales**, que abordan los estados afectivos y capacidades, las teorías de bienestar subjetivo de Martin Seligman (2011) y Robert Cummins (2005) se conectan al explorar cómo las emociones y el bienestar psicológico influyen en la calidad de vida de las madres. En este sentido, la capacidad de las mujeres para alcanzar su potencial personal y emocional está profundamente afectada por las expectativas sociales, de género y laborales.

Adrienne Rich (2019) analizó cómo la maternidad impacta la identidad femenina, revelando las tensiones entre el deseo de realización personal y las demandas de la maternidad.

Finalmente, en la categoría de **(Des)Oportunidades en la adaptabilidad**, se exploran las limitaciones y estrategias que enfrentan las madres para acceder a oportunidades laborales, educativas y personales. Este enfoque refleja el análisis de Sen sobre cómo las oportunidades reales, más allá de los bienes materiales, determinan la capacidad de las mujeres para participar plenamente en la sociedad. Las teorías feministas de Beauvoir y Rich también iluminan cómo las barreras estructurales perpetúan la desigualdad de género, afectando las posibilidades de desarrollo personal y profesional de las madres.

En conjunto, estas teorías proporcionan un marco sólido para analizar cómo las madres del Valle de Toluca enfrentan desafíos tanto materiales como inmateriales, y cómo las oportunidades que se les presentan están profundamente influenciadas por factores económicos, sociales y culturales.

1. Aspectos Materiales:

- Esta categoría se subdivide en **bienes** y **laboral**. Dentro de los bienes, se evaluaron factores como la propiedad de vivienda, que se subdividió en tres subcategorías: Vivienda con hijos en casa propia o rentada, Vivienda con hijos y pareja en casa propia o rentada, y Convivencia con padres u otros miembros de la familia nuclear en casa propia o rentada. Los datos fueron recopilados a través de preguntas control previas a la entrevista. En el ámbito laboral, se analizaron el tipo de empleo (formal o informal), tipo de ingresos (fijo o variable), el equilibrio entre trabajo y vida familiar, y el acceso a beneficios laborales como la seguridad social, licencias de maternidad, y guarderías.

2. Aspectos Inmateriales:

- Esta categoría se enfoca en los **estados afectivos** y las **capacidades**. En el ámbito de los estados afectivos, se analizaron los positivos y negativos, como el estrés, la preocupación, y la angustia derivados de la maternidad y el trabajo, pero también se identificaron emociones positivas, como la satisfacción por los logros alcanzados en la crianza y el trabajo, así como el apoyo emocional recibido por parte de familiares, amigos o la comunidad, además se aborda la perspectiva de los estados afectivos influenciados por las expectativas (sociales, de género y/o laborales), que se viven durante la maternidad. En cuanto a las capacidades, se incluyeron aspectos como el nivel educativo alcanzado, acceso a salud y bienestar físico/mental, y el acceso a redes de apoyo.

3. (Des)Oportunidades en la adaptabilidad:

- Dentro de esta categoría, se exploraron las **oportunidades y desoportunidades** que enfrentan las madres en su rol familiar y laboral, teniendo en cuenta cómo estas oportunidades pueden ser aprovechadas o limitadas, se destaca la adaptabilidad al cambio en la crianza, donde algunas logran implementar prácticas no violentas, pero enfrentan tensiones cuando familiares, como los abuelos, interfieren. En cuanto a la adaptabilidad laboral, algunas madres encuentran trabajos flexibles o independientes, pero muchas se ven obligadas a renunciar o abandonar sus empleos por las demandas del cuidado infantil y del hogar, limitando así su desarrollo profesional.

V. RESULTADOS

El análisis comienza en el mismo momento de las entrevistas, cuando una comienza a escuchar las historias, y a experimentar las emociones, Heather Fraser (2004, en Sancho, 2021).

5.1. Análisis de las Narrativas

El análisis de las narrativas permite visualizar las experiencias de las mujeres madres del Valle de Toluca, ofreciendo un enfoque integral que conecta con sus vivencias personales con las estructuras sociales, económicas y culturales que condicionan su calidad de vida. Este enfoque destaca como las mujeres ejercen agencia para enfrentar barreras adaptándose a contextos desafiantes para alcanzar funcionamientos y capacidades esenciales.

Las narrativas permiten más allá de identificar barreras estructurales que enfrentan las mujeres, sino que también visibiliza su agencia, es decir, su capacidad de transformar las limitaciones en oportunidades.

Dentro del análisis, se exploran tres dimensiones clave: los aspectos materiales, que abarcan bienes y condiciones laborales; los aspectos inmateriales, que incluyen las emociones, redes de apoyo y capacidades; y las (des)oportunidades en la adaptabilidad, que reflejan tanto los retos como las estrategias proactivas de las mujeres. Esta estructura permite distinguir entre los funcionamientos que las mujeres logran y las capacidades que poseen para alcanzar los objetivos, considerando también las limitaciones impuestas por las desigualdades estructurales y los roles sociales.

5.1.2. Aspectos Materiales

Los aspectos materiales son fundamentales para comprender la calidad de vida de las mujeres madres, ya que incluyen bienes esenciales, condiciones laborales y recursos económicos que influyen directamente en su bienestar. Dentro de este apartado se analiza cómo la posesión de bienes (como una vida adecuada) y las condiciones laborales determinan los funcionamientos alcanzados por las mujeres, así como su capacidad para generar logros significativos

En términos laborales, muchas mujeres enfrentan empleos informales y mal remunerados, lo que puede tener una funcionalidad doble, ya que pueden limitar su autonomía económica, así como su acceso a servicios sociales. Esta precariedad se agrava por las expectativas de género, que imponen responsabilidades adicionales relacionadas con el cuidado del hogar y de los hijos. A pesar de estas limitaciones, las mujeres ejercen su capacidad de agencia al buscar trabajos flexibles o independientes que les permitan conciliar sus roles familiares y laborales.

Por último, se torna crucial destacar como las estructuras limitantes, como son la falta de acceso a créditos, la desigualdad salarial y la escasez de políticas públicas que fomenten la equidad, restringen tanto las capacidades como los funcionamientos alcanzados.

5.1.2.1. Bienes

En esta sección, se presenta un análisis detallado de las condiciones de vivienda de las participantes, categorizadas según su situación habitacional. Esta categoría es fundamental para entender las desigualdades materiales que influyen en la calidad de vida de las mujeres madres en el Valle de Toluca. La propiedad de vivienda se subdividió en tres subcategorías: Vivienda con hijos en casa propia o rentada, Vivienda con hijos y pareja en casa propia o rentada y Convivencia con padres u otros miembros de la familia nuclear en casa propia o rentada.

Durante las entrevistas, aunque no se preguntó explícitamente sobre la situación de vivienda, el tema surgió de manera espontánea en las conversaciones, lo que permitió identificar varios patrones importantes respecto a la propiedad de la vivienda entre las mujeres madres entrevistadas del Valle de Toluca.

La mayoría de las participantes mencionaron que viven con sus hijos y pareja en una casa propia o rentada, aunque no se especificó si la vivienda es de su propiedad o arrendada, lo que sugiere una posible falta de estabilidad patrimonial. Solo dos madres entrevistadas, refirieron no trabajar en ninguna institución o de forma independiente, ya que su rol principal es el cuidado de los hijos y del hogar. Por otro lado, las demás participantes de este grupo sí mencionaron estar laboralmente activas, algunas de manera independiente y otras trabajando en instituciones. Es relevante señalar que, dentro de este grupo, se observó que solo una madre indica ser la proveedora principal del hogar, mientras que su esposo se encarga del cuidado y crianza de las hijas, así como de las labores del hogar. Esta dinámica permite que la madre mantenga al menos dos empleos, lo que le proporciona el ingreso suficiente para ser el referente económico de la familia. Este caso resalta cómo algunas mujeres logran equilibrar múltiples responsabilidades laborales y domésticas, aunque muchas veces no saben exactamente como es que sucede, para sostener económicamente a su familia, aunque no representa la experiencia de la mayoría de las participantes en esta subcategoría.

Un número significativo de mujeres entrevistadas, especialmente aquellas en situaciones socioeconómicas más precarias, indicó que viven con sus padres. Este grupo incluye tanto a madres solteras como a aquellas que, aun viviendo con su pareja y su hijo, no pueden independizarse debido a las limitaciones económicas o por decisión propia. Estas mujeres reportaron que la convivencia con sus padres a menudo genera dificultades adicionales, como conflictos relacionados con la crianza del hijo, donde las decisiones de la madre pueden ser cuestionadas o contradichas por otros miembros de la familia. Además, mencionaron que se les cuestiona más sobre el uso de su tiempo en el cuidado del hogar y la atención a su pareja, en caso de que exista esa convivencia. Aunque muchas reciben apoyo en las labores de

cuidado del hijo, la familia suele preferir que ese tiempo sea aprovechado para obtener un empleo que genere ingresos económicos. Este contexto pone mayores expectativas sociales y de género sobre las madres, dado que se considera que, al recibir apoyo, deberían ser más productivas. Cabe destacar que de las mujeres que viven en casa de sus padres, solo dos mencionaron tener un empleo estable.

Por otro lado, una tercera parte de las madres entrevistadas vive sola con sus hijos en una casa, ya sea propia o rentada, aunque nuevamente no se especificó el tipo de tenencia. Estas mujeres enfrentan el desafío de encontrar empleos que se ajusten a sus responsabilidades como madres solteras, ya que deben generar ingresos que cubran tanto sus necesidades como las de sus hijos. Algunas mencionaron que deben pagar una renta y además inscribir a sus hijos en escuelas privadas que les ofrezcan la flexibilidad de horarios necesaria para compaginar con sus empleos, que en algunos casos son independientes. En particular, dos madres que trabajan de forma independiente y son las únicas responsables del ingreso económico, indicaron tener más de un empleo para poder cubrir sus necesidades. Además de sus responsabilidades laborales, estas mujeres también deben cumplir con los roles de cuidado, crianza y educación de sus hijos, así como con las labores del hogar.

El análisis de estos resultados sugiere que la falta de un trabajo estable y bien remunerado limita considerablemente las posibilidades de que estas mujeres accedan a una vivienda propia. Según datos de la Secretaría de Economía (2024), el salario promedio en el Estado de México, es insuficiente para cubrir los costos de una vivienda, ya que se estima que, el salario promedio mensual en el primer trimestre de 2024 fue de \$4.54k MX siendo superior en \$164 MX respecto al trimestre anterior (\$4.37k MX), por lo que, el 60% de la población trabajadora en la región gana menos de cuatro salarios mínimos, lo que hace casi imposible la compra de una propiedad sin apoyo financiero externo, (Data México, 2024).

5.1.2.2. Laboral

Los datos relacionados con la subcategoría laboral dentro de los aspectos materiales fueron obtenidos a través de preguntas de control realizadas antes de

las entrevistas, así como a partir de las respuestas dadas durante las entrevistas en profundidad. Este enfoque permitió una comprensión detallada de las condiciones laborales de las participantes y su impacto en su calidad de vida y acceso a bienes materiales.

De las 17 participantes, dos reportaron no estar laborando en el momento de la entrevista. Estas participantes indicaron que se dedican exclusivamente al cuidado de sus hijos o hijas y al mantenimiento del hogar. Ambas mencionaron haber trabajado antes del nacimiento de sus hijos y expresaron su intención de reincorporarse al mercado laboral una vez que sus hijos ingresen a la escuela y requieran menos atención directa. Este hallazgo subraya la influencia que la maternidad tiene sobre la participación de las mujeres en el mercado laboral, donde el cuidado de los hijos puede llevar a periodos prolongados de inactividad laboral (INEGI, 2020).

Cinco participantes señalaron que su empleo actual es de carácter informal. El empleo informal se caracteriza por la falta de contratos formales, seguridad social y otros beneficios laborales, lo que expone a los trabajadores a una mayor precariedad y vulnerabilidad económica (Organización Internacional del Trabajo [OIT], S.F.). Estas mujeres, que representan casi un tercio de las entrevistadas, dependen de ingresos inestables y carecen de acceso a servicios esenciales como la seguridad social y las licencias de maternidad, lo que puede limitar su capacidad para acumular bienes y mejorar su calidad de vida.

Por otro lado, diez participantes reportaron tener un empleo formal. No obstante, sus respuestas revelaron inconsistencias significativas, ya que aunque mencionaron recibir ingresos fijos, ya sea de manera semanal o quincenal, muchas no cuentan con beneficios laborales básicos como seguridad social, licencias de maternidad o acceso a guarderías. Esta situación refleja una problemática común en el mercado laboral formal en México, donde la falta de cumplimiento con las normativas laborales deja a muchos trabajadores en una situación de semi-formalidad, donde los derechos laborales están incompletos o no se cumplen plenamente (Ley Federal Del Trabajo, 2024: Art. 2°).

Dentro del apartado de equilibrio entre trabajo y vida familiar, las mujeres madres expresaron dificultades significativas. La mayoría de ellas indicó no saber bien cómo logran ese equilibrio, ya que no pueden adaptarse, con la excepción de un solo caso, a las condiciones laborales ofrecidas por las instituciones, como los horarios de tiempo completo. En empleos como la docencia o terapias, mencionaron que han tenido que adaptar sus horarios en la medida de lo posible para lograr flexibilidad en sus horas de entrada y salida, permitiéndoles así cumplir con sus responsabilidades familiares. Algunas participantes mencionaron que buscan este equilibrio mediante una estricta organización de su tiempo, lo cual deja poco o ningún espacio para el ocio personal, como lo menciona Mercedes:

-No, no, no, y ahora cada vez que pienso en hacer alguna actividad o planeo algo para el mañana, ellas están ahí en mi cabeza para poder balancear las actividades- Mercedes.

Aunque intentan aprovechar el tiempo libre para estar con sus hijos, varias admitieron la necesidad de disponer de tiempo para ellas mismas, para realizar actividades que disfrutan sin la presencia constante de sus hijos, reconociendo que tanto ellas como sus hijos también necesitan espacios de separación para evitar el agotamiento mutuo, como así lo hace saber Nicoole:

-Trato de estar al pendiente, pero también creo que yo me canso de él y él se cansa de mí, así darle su espacio y que puede hacer sin mí- Nicoole.

Además, algunas participantes expresaron que, en su búsqueda de equilibrio enfrentan la falta de involucramiento de sus parejas en las labores de cuidado y crianza. En muchos casos sus parejas no participan activamente o lo hacen solo de manera mínima y solo cuando ellas mismas lo solicitan o lo hacen notar. Este hecho añade una carga adicional a las responsabilidades de las mujeres, quienes deben gestionar tanto las demandas laborales como las del hogar casi en su totalidad, exacerbando las tensiones y dificultando aún más el equilibrio entre trabajo y vida familiar.

Estos hallazgos sugieren que, a pesar de tener empleo formal, muchas de las mujeres entrevistadas experimentan condiciones laborales que no garantizan su bienestar a largo plazo. La ausencia de beneficios laborales esenciales no solo impacta su seguridad económica inmediata, sino que también limita su capacidad para planificar y asegurar un futuro más estable para ellas y sus hijos. Además, la carga adicional de equilibrar trabajo y vida familiar sin el apoyo adecuado agrava las tensiones y afecta negativamente la calidad de vida y la salud mental de estas mujeres.

5.1.3. Aspectos Inmateriales

Los aspectos inmateriales engloban dimensiones emocionales, capacidades, redes de apoyo y las influencias de los roles sociales. Dentro de este apartado, se analiza como estas variables interactúan para moldear las experiencias de las mujeres madres, destacando tanto sus logros como los obstáculos que enfrentan.

En términos emocionales, las mujeres pueden experimentar una dualidad entre estados afectivos como la satisfacción de su rol como madres, y negativos, como el estrés generado por las demandas sociales y económicas. Estas emociones están influenciadas por los estereotipos de género, que imponen expectativas sobre su desempeño como cuidadoras y proveedoras.

Las redes de apoyo también desempeñan un papel importante y se diferencian en tres tipos:

- Apoyo emocional: que es proporcionado por familiares o amistades, que fortalece la resiliencia de las mujeres
- Apoyo de cuidados: que incluye la colaboración de otros en las responsabilidades domésticas y de crianza
- Apoyo económico: como el acceso a recursos monetarios provenientes de familiares o instituciones.

Asimismo, las capacidades de las mujeres, como el nivel educativo o el acceso a servicios de salud, son determinantes para alcanzar funcionamientos como el bienestar físico y mental. Sin embargo, estas capacidades se ven limitadas por la

falta de recursos adecuados y la persistencia de estructuras que refuerzan la desigualdad de género.

5.1.3.1. Estados Afectivos

Antes de adentrarnos en el análisis de los estados afectivos que las madres entrevistadas han experimentado a lo largo de su proceso de maternidad, es importante aclarar que el uso de citas específicas en apartados como los estados afectivos positivos y negativos no implica que las vivencias de estas mujeres se limiten únicamente a dichas emociones. Las citas seleccionadas sirven como ejemplos representativos de diferentes momentos y experiencias en sus trayectorias como madres. Sin embargo, las experiencias de maternidad son complejas y multidimensionales y cada mujer puede atravesar una amplia gama de emociones que varían con el tiempo y las circunstancias. Por tanto, los testimonios recogidos aquí deben entenderse como parte de un conjunto más amplio de sentimientos y vivencias.

El análisis de las emociones en las madres entrevistadas surgió de manera implícita, pues no se incluyó como un tema central en las preguntas. Sin embargo, a través de sus relatos, fue posible identificar una amplia gama de estados afectivos que abarcan tanto emociones positivas como negativas, principalmente relacionadas con el estrés, la ansiedad y la satisfacción en sus roles como madres y también como trabajadoras.

Para abordar las emociones es esencial hacer referencia a los estados afectivos, que pueden agruparse en positivos y negativos. No obstante, es importante aclarar que las emociones no deben ser interpretadas simplemente como buenas o malas, ya que todas proporcionan información valiosa sobre el estado emocional de una persona (Sroufe, 2000, como se cita en Barragán et al., 2014, referido en Olguín, 2022). Las emociones tienen múltiples dimensiones, que involucran factores cognitivos, sociales y comportamentales, lo que significa que la forma en que una

emoción se experimenta depende de diversas circunstancias contextuales y personales (Blanco, 2019, pp. 2-6).

Como señala Piqueras (2009, citado en Olgúin, 2022), las emociones pueden entenderse en función de tres aspectos principales: (1) las condiciones que las evocan, (2) las consecuencias adaptativas que generan y (3) la experiencia subjetiva de quien las vive. En este sentido, la maternidad, vista desde la perspectiva de las participantes, no siempre encaja en la narrativa romántica que la sociedad frecuentemente asocia con esta etapa de la vida. En lugar de representar únicamente sentimientos de alegría y amor, muchas madres enfrentan situaciones estresantes, preocupantes e incluso angustiantes. Este análisis busca precisamente desromantizar la maternidad para ajustarla a la realidad de las mujeres, quienes atraviesan una variedad de emociones complejas y diversas, tanto positivas como negativas.

La maternidad, en las múltiples dimensiones que abarca, incluye tanto momentos de satisfacción como de agotamiento emocional. En las entrevistas, varias madres refirieron experimentar altos niveles de estrés vinculados a la crianza de sus hijos y a las exigencias laborales, -si es el caso-. Estas emociones no deben ser ignoradas ni clasificadas simplemente como "negativas", sino reconocidas como una parte integral de la experiencia de ser madre trabajadora, o no siendo madre trabajadora, en contextos desafiantes.

Estados Afectivos en la Maternidad

La maternidad debe entenderse como un proceso dinámico, en constante transformación y no como un estado estático o una simple situación puntual. Este proceso implica una transformación personal profunda que abarca múltiples dimensiones de la vida, desde lo físico y emocional hasta lo social y psicológico. La maternidad es una experiencia integral que evoluciona con el tiempo, influenciada por factores internos y externos. De manera similar, los estados afectivos y las emociones tampoco son estáticos. Estos también son dinámicos y complejos, fluctuando a lo largo del tiempo. No es posible experimentar un solo estado emocional de manera constante, ya que las personas atraviesan una variedad de

emociones y estados afectivos en su vida cotidiana. Así como la maternidad evoluciona, nuestras emociones cambian, permitiendo una experiencia rica y multidimensional que refleja la naturaleza cambiante de la vida misma.

5.1.3.1.1. Estados Afectivos Positivos

Dentro de los estados afectivos que conlleva el proceso de la maternidad, se experimentan sentimientos contradictorios que, en ocasiones, se superponen. A pesar de que las madres entrevistadas describen la maternidad como un sacrificio, tanto personal como en sus actividades diarias e intereses, su dedicación las lleva a expresar que este proceso también les genera felicidad. Un ejemplo de esto es el caso de Julieta:

“Pues porque a pesar de que tú misma sacrificas por ejemplo desde empezando que estás embarazada, sacrificas tu cuerpo para poder darle vida a alguien, entonces comienzas a tener más prioridades a cuidar tu alimentación, a cuidar de ti para poder cuidar a alguien más que está dentro de ti, entonces, sacrificas esa parte tuya porque, pues te crece tu panza, subes de peso, hay celulitis en el embarazo, tu cabello es muy lindo, pero cuando nace tu bebé, pues se caen tus mechones. Pero a pesar de eso, cuando tú ves a tu bebé, a tu hijo cómo va creciendo y siendo feliz, pues todo eso vale la pena porque eres feliz con él, en cada paso que él da, aunque a veces su primer paso solo se agarrar una cuchara para ti eso te genera felicidad en cualquier paso hasta el simple hecho de cuando nace, ya empiezas a tener felicidad”-Julieta.

El testimonio de Julieta refleja cómo las madres experimentan una mezcla de sacrificio y satisfacción, donde el bienestar de sus hijos se convierte en su principal fuente de alegría, superando las dificultades físicas y emocionales que enfrentan en el proceso.

De manera similar, otras madres entrevistadas destacan cómo el rol de ser madre ha transformado sus vidas en una experiencia profundamente significativa. Para ellas, la maternidad no solo representa sacrificios, sino que también es una fuente constante de propósito y satisfacción personal. Carolina, por ejemplo, enfatiza cómo sus hijos no solo se convirtieron en su mayor prioridad, sino también en el centro de su vida, dándole sentido y valor a cada una de sus decisiones y acciones:

“Ah, bueno, y sí, es o fue un objetivo que me planteé desde hace muchos años, yo crecí en una familia con una educación tradicional, entonces para mí era desde un inicio el camino a seguir, primero casarme y luego vienen los hijos y hacer todo esto de la mejor manera posible. Pero conforme que fui teniendo a mis hijos y viviendo la experiencia y pues ellos son mi todo, se podría decir que mi vida gira en torno a ellos. Entonces no solo son lo objetivo de mi vida, sino pues ahora le dan sentido y le dan valor, a mi propia persona en todo lo que hago, todo lo todas las decisiones que tomo y, pues en sí, toda todos los pasos que doy es para ellos y por ellos entonces. Pues son la base, el pilar de mi vida”-Carolina.

Para muchas madres, el afecto incondicional hacia sus hijos es una fuente constante de felicidad y satisfacción, aunque esté acompañado de desafíos. La alegría de ver a sus hijos crecer y poder brindarles amor y apoyo es un elemento central en sus experiencias emocionales positivas. Itzel, por ejemplo, expresa cómo la maternidad le ha permitido cumplir un anhelo personal y desarrollar una relación de amor profundo con su hijo, aunque también reconoce las dificultades que enfrenta como madre soltera, especialmente en términos económicos:

“Bueno, bonito, porque pues yo siempre tuve como la idea, no siempre, sino ya cuando fui creciendo tuve la idea de tener uno o más hijos, hasta ahorita pues parece que no tengo como la idea de tener más hijos, nada más tengo uno, este y pues eso la ilusión de que pues a lo mejor lo logré y lo tengo, entonces tengo alguien aquí, que puedo amar incondicionalmente, a quién le puedo demostrar mi cariño, mi afecto y, a la vez este pues apoyarle, en su crecimiento en cuanto a su educación, pero es difícil también, por ejemplo,

en mi situación, porque pues soy mamá soltera y más que nada en los gastos, no tanto como en la educación, en los gastos de, a lo mejor de su escuela, de su alimentación, por ejemplo, yo tengo el apoyo de mi familia, pero aún así a mí se me hace, pues complicado porque tampoco es como que yo les quiero exigir este que me apoyen en, ahora sí que en mantenerlo”- Itzel.

Al igual que otras madres, Sara describe la maternidad como una experiencia profundamente gratificante, aunque no exenta de desafíos. A pesar del cansancio y las responsabilidades que conlleva, destaca el amor incondicional y sincero que siente por su hijo, un amor que no depende de ninguna condición y que es fuente de una gran satisfacción emocional. Para ella, a pesar de los cambios físicos y sociales que implica la maternidad, lo positivo prevalece, convirtiendo cada día en una oportunidad para demostrar su amor y entrega:

“Pues es algo bonito, es algo muy bonito, la verdad es que es una palabra que conlleva muchísimos cambios, pero, así como es bonito, también es una palabra muy complicada este desde lo emocional, pues experimentas muchísimas cosas, tanto bueno, desde mi punto de vista. Para mí es como un amor, cómo te diré un amor muy sincero, o sea, que no va bajo ninguna condición desde lo físico, pues son muchísimos cambios en tu cuerpo desde que, pues sí, estás embarazada hasta que estás lactando, cuando lo dejas de hacer, o sea, muchísimas cosas en lo social, pues también. Pues como te digo, es mucha responsabilidad porque a pesar de que es algo muy bonito, también es algo muy cansado. Entonces, aunque hay días en los que a lo mejor tú no te quieres levantar o no, puedes o te sientes mal, o sea, hay momentos en donde ya ni siquiera tu enfermedad puede, es como, pues no sé cómo decirlo, como disfrutar porque pues tienes que estar siempre al 100 para, pues para esa persona” – Sara.

Para muchas madres, la experiencia de la maternidad está marcada por una profunda felicidad, pero también surge la frustración cuando las demandas del día a día comienzan a sentirse abrumadoras. Madai, por ejemplo, expresa cómo, a pesar de vivir una maternidad feliz, el deseo de cumplir con todas las

responsabilidades como madre y trabajadora puede generar momentos de frustración. Ella reconoce que, aunque busca darle lo mejor a su hijo, a veces siente que lo más valioso que puede ofrecerle es su propia presencia. Este equilibrio entre felicidad y frustración nos lleva a explorar los estados afectivos negativos que también forman parte de la experiencia materna:

“Es una maternidad feliz, realmente feliz y de pronto hay ciertos puntos en ciertos momentos, sabes, lo siento como frustrante, no por el hecho de que de que no lo quiera, sino por lo que te decía por lo que engloba, ¿no? Yo, por ejemplo, que Trabajo y a veces en los tiempos, el que, pues como te digo, el ser mamá implica muchas actividades, ¿no? Entonces, este a veces yo creo que como mamás me atrevo a decirlo, nos causa frustración el que queremos hacer todo. Queremos darle todo a nuestros hijos, pero hay una frase en lo que suena mucho que dice, a veces queremos darles todo, pero al final lo que les faltaba somos nosotros, entonces este, pero realmente yo te puedo decir que para mí eso ha sido una maternidad feliz porque pues puedo decirlo, o sea, gracias a Dios he podido tener trabajos en los cuales se me ha permitido en los cuales mis horarios han podido compaginar con todas las actividades que como madre tengo que hacer” – Madai.

Como se ha destacado hasta ahora, los estados afectivos positivos asociados con la maternidad brindan a las mujeres una profunda satisfacción emocional y un sentido de realización. Sin embargo, la experiencia de la maternidad es compleja y, lejos de ser exclusivamente positiva, está marcada también por desafíos que impactan el bienestar emocional de las madres. A medida que se profundiza en sus relatos, es evidente que, junto con el amor, la felicidad y la plenitud, también emergen emociones de frustración, agotamiento y culpa. Esta coexistencia de sentimientos contrapuestos nos lleva a explorar los estados afectivos negativos, que revelan las tensiones emocionales inherentes a la maternidad y las dificultades que surgen al intentar equilibrar las demandas personales, laborales y familiares.

5.1.3.1.2. Estados Efectivos Negativos

A lo largo de la maternidad, los estados afectivos negativos emergen como una parte inevitable y compleja de la experiencia. Las madres entrevistadas describen una serie de emociones difíciles que van desde la frustración y el agotamiento hasta la culpa y la ansiedad. Estas emociones no surgen de una falta de amor hacia sus hijos, sino de la acumulación de presiones externas e internas: las exigencias de la crianza, las responsabilidades laborales y domésticas, las expectativas sociales y en muchos casos, la sensación de no estar a la altura de todas estas demandas. A través de sus relatos, se observa cómo estos estados afectivos negativos no solo afectan su bienestar personal, sino que también influyen en su sentido de identidad y en las decisiones que toman en su vida cotidiana. En este análisis, abordamos estos sentimientos no como experiencias aisladas, sino como parte integral de la complejidad emocional que acompaña el ejercicio de la maternidad.

Al comenzar la maternidad, muchas mujeres descubren que la experiencia, aunque llena de momentos gratificantes, también está acompañada de aspectos desafiantes que no siempre son evidentes antes de tener hijos. Claudia, una de las madres entrevistadas, describe cómo sus expectativas iniciales sobre la maternidad comenzaron a cambiar cuando se dio cuenta de que no todo es tan "bonito" como se suele idealizar. En sus palabras:

“Entonces, fue más o menos, yo creo que como uno o dos años antes de que tuviera mi bebé siempre empecé a ver cómo hacer todo y con eso, pues no es tan fácil, no es tan bonito. O sea, así es, pero también tiene sus cosas pesadas, tiene cosas no tan buenas, entonces pues ahí fue cuando lo valoré y, y pues al final de todas formas, difícil la verdad.”-Claudia.

Esta dificultad se intensifica una vez que el bebé llega a casa, cuando el cansancio físico y emocional se hacen evidentes. Claudia comenta cómo los primeros meses después del nacimiento fueron especialmente desafiantes, no solo porque el bebé dependía completamente de ella, sino también por los efectos emocionales que esto generó:

"En general, todo, todo, todo, todo cambió porque, yo creo que los primeros meses son los más complicados, porque depende pues literalmente solo de mí, aunque otras personas quieran como ayudar, pues el bebé siempre me busca como mamá, por la lactancia. Desde ahí ya los baños son como súper rápidos, o sea, luego yo le digo a David (su pareja) que alucino que está llorando, aun cuando no es así, solo está dormido, nada más. Es como mi ansiedad, estoy bien. Oh, pues en pareja también es más complicado, yo creo que ambos estamos más estresados. Yo por el bebé y él, quizá por el dinero, el trabajo, pero cuando el bebé se pone difícil, eso pues sí, y la verdad es que es muy cansado." -Claudia.

Al igual que Claudia, otras madres entrevistadas comparten que, si bien la maternidad trae momentos de inmensa alegría, también está llena de retos que no siempre son evidentes antes de convertirse en madres. Lucero amplía esta reflexión al señalar cómo las expectativas sociales y los estereotipos que rodean a la maternidad añaden una presión adicional. Para ella, cumplir con el rol de cuidadora y las exigencias de ser "la madre perfecta" resulta complejo y, a menudo, desconectado de la realidad emocional que viven las madres. Aunque reconoce la belleza del proceso, también destaca la necesidad de no romantizarlo, pues detrás de esos momentos felices, existe una carga emocional considerable. En sus palabras:

"Pues sí, es una pregunta complicada, no porque podemos verlo desde lo social, los roles sociales y estereotipos y todo no que te dice que tienes que ser la persona casi casi perfecta. Y cuidadora, ¿no? que depende de ti y la vida, de la personita que sea tu hijo o hija y muchas reglas y muchos estereotipos. No, pero ya más allá y dejando de lado todo eso, pues sí, obviamente seguir esta parte de ser cuidadora, de que de que tienes que proveer y demás, pero también es ser, No olvidar la parte humana, no saber estar para para tus hijos, no perder el equilibrio entre el ser mamá y los demás roles. Este digo algo muy complicado, es lo de las cosas más bonitas, No, no se trata de romantizar tampoco la maternidad porque no es nada romántica

ni nada bonita tampoco, pero pues sí es, es algo muy bonito, ¿no?, el proceso desde, de la noticia y todo, no quita la parte bonita, pero también es un proceso muy complicado y difícil” -Lucero.

Mientras Lucero reflexiona sobre las presiones sociales y la complejidad emocional que conlleva ser madre, Tanya añade otra dimensión a la discusión, enfocándose en la profunda responsabilidad que implica la maternidad. Para Tanya, más allá de los desafíos afectivos y los cambios personales, la maternidad se convierte en un reto constante, uno que ha asumido con determinación. Desde el momento en que supo que estaba embarazada, su vida cambió drásticamente, y el compromiso de educar, guiar y cuidar a su hijo ha sido una de las tareas más demandantes. En sus palabras:

“Primero responsabilidad muy, muy grande con ese ser o esos seres, porque bueno, en mi caso solo tengo un hijo, pero para mí es una responsabilidad sumamente, muy, muy grande. No es una tarea sencilla, claramente viene la parte afectiva una cosa, Una experiencia bien extraña que se siente cuando se concibe desde que más bien desde que se concibe desde que se sabe de está allá adentro y desde que en el momento cambian muchísimas cosas en los aspectos, pues toda la parte afectiva, [...], Entonces ha sido un reto para mí. Este significado ha sido un reto de hace 5 años bien interesante, cada etapa de mi hijo la he visto muy distinta, hemos pasado por cosas difíciles, él y yo somos una familia chiquita, pero sí, significa algo bien restante bien de todo, tanto la responsabilidad del compromiso, el cuidado, El sostener sus necesidades, la parte económica es muy importante, yo sé que sí, pero sobre todo educar, educar y guiar, enseñar qué tiene que hacer que no, porque incluso entra algo que nosotros nos enseñaron entonces a veces, pues vamos en esa línea sin querer, entonces para mí, pues en resumido es un reto la maternidad, para mí es un reto y como me gustan los retos, pues obviamente yo lo veo de esa manera”-Tanya.

El texto que presenta Tanya sobre su experiencia de la maternidad encaja principalmente en los estados afectivos mixtos. Aunque la maternidad la percibe

como un reto, lleno de responsabilidades y compromisos, ella también expresa una actitud positiva hacia ese reto. Por un lado, habla de la responsabilidad abrumadora, los desafíos económicos y la presión de educar y guiar a su hijo, lo que refleja sentimientos de estrés, agotamiento y la carga emocional de tener que sostener las necesidades de otro ser. Por otro lado, Tanya se siente motivada y comprometida por esta experiencia, describiéndola como algo que le gusta, lo cual implica una satisfacción personal y la sensación de estar a la altura de este reto. Por tanto, su relato está marcado por una combinación de sentimientos de responsabilidad, estrés, satisfacción y resiliencia. Esto la ubica en un punto intermedio entre los estados afectivos negativos (debido a los desafíos y el peso de las responsabilidades) y positivos (debido a la gratificación y la autoconfianza que deriva de superar dichos retos).

Mientras Tanya describe la maternidad como un reto que asume con determinación, Nadia introduce una perspectiva más ambivalente. Por un lado, expresa gratitud por ver crecer a sus hijos, pero también reconoce el cansancio y la carga emocional que implica ser madre soltera. Esta situación ha intensificado su sensación de responsabilidad, especialmente al tener que organizar todo su tiempo en función de sus hijos, lo que le genera un sentimiento de agotamiento. Nadia, a diferencia de Tanya, resalta cómo la carga mental de ser la principal figura de apoyo para sus hijos nunca se detiene, agregando una dimensión de frustración que surge de la expectativa de ser siempre la "parte sana". En sus palabras:

“Pues a veces, como muy ambivalente, no, o sea, muy agradecido en este tema de verlos crecer y otras veces, pues también muy cansada. Como te colocaba en los datos generales, pues ahora soy soltera, hace 4 años me separé, y pues hace casi dos años que me divorcié y pues no es lo mismo hacer esto sola que en equipo. Entonces, pues ahora la bueno, creo que en realidad casi siempre fue así, solo que ahora están más grandes. ¿No? Pues todo, todo mi tiempo es está organizado para estar con ellos y a veces eso es muy agobiante para mí y la carga mental que tenemos las mamás, [...], Como que mis hijos sepan que yo siempre soy quien lo va a resolver como

sea, pero lo va a resolver. A veces es agobiante o como mantener la salud mental, que yo sea la responsable de la salud mental de mis hijos. Ni siquiera porque se soy Psicóloga no, sino porque por las cosas del otro lado no están, no están bien. Entonces, si he escuchado como mucho esto de pues qué bueno que te tienen a ti, porque pues tú eres como la parte sana, ¿no? Y es como, cómo te explico que no, no quiero ser siempre en la parte sana. O no quiero que esa responsabilidad la tenga totalmente, sé que la tengo. Cuando corresponde lo hago con mucho gusto. Sin embargo, hay otras veces que es ya pido esquina, es como, aunque no estén, yo sigo pensando en ah, pues ya van a llegar el fin de semana, ya va, ya va a ser fecha de escuela, ya tengo que hacer tal cosa, o sea, como pienso que la carga mental nunca, nunca para”-Nadia.

Mientras Nadia expone el agotamiento emocional y la constante carga mental que implica ser la figura central para sus hijos, Guadalupe nos ofrece una perspectiva aún más intensa sobre los aspectos difíciles de la maternidad. Para ella, el embarazo no fue solo un reto, sino la peor etapa de su vida. Aunque reconoce los momentos emotivos de sentir a su bebé, Guadalupe deja claro que su vivencia de la maternidad realmente comenzó el día que nació su hija, no durante el embarazo. Esta franca admisión destaca cómo las experiencias de la maternidad varían significativamente, incluso en sus fases iniciales. En sus palabras:

*“Para mí, el embarazo fue la peor etapa de mi vida y lo digo abiertamente a todos, si yo puedo borrar una etapa de mi vida, sería el embarazo. Yo lo odie con todas mis fuerzas en todos los sentidos. Sí, lo bonito es sentir a tu bebé, es sentir como se mueve. Es algo diferente. No, pero creo que yo, mi maternidad, la empecé a vivir el día que la niña nació, no desde el embarazo”
– Guadalupe.*

A lo largo de este apartado hemos explorado cómo los estados afectivos negativos relacionados con la maternidad emergen de la experiencia personal de las mujeres entrevistadas. Desde el cansancio y la frustración hasta la carga mental constante, estos sentimientos reflejan las exigencias y retos que la maternidad impone,

especialmente en situaciones de mayor responsabilidad, como ser madre soltera o enfrentarse al agobio de cumplir con múltiples roles. Las vivencias de Nadia y Guadalupe, entre otras, evidencian cómo el proceso de ser madre, aunque gratificante en algunos momentos, también está cargado de dificultades emocionales que impactan profundamente en la vida cotidiana.

No obstante, es importante destacar que estos estados afectivos negativos no se presentan de forma aislada. Los relatos de las madres subrayan una coexistencia con momentos de satisfacción y gratitud, lo que hace que la maternidad sea una experiencia compleja y multifacética, donde lo positivo y lo negativo conviven de manera constante.

5.1.3.1.3. Estados Afectivos en xSGP (Expectativas Sociales, de Género y Profesionales)

Actualmente la maternidad se encuentra profundamente influenciada por expectativas sociales, culturales y de género que imponen una multiplicidad de roles a las mujeres. El análisis de los estados afectivos en este marco es fundamental para entender cómo las madres enfrentan y experimentan estas expectativas en diversas áreas de su vida, incluyendo el trabajo, el hogar y las relaciones familiares. Lejos de ser un fenómeno estático, los estados afectivos en la maternidad son dinámicos, fluctuando entre emociones positivas como el amor y la satisfacción, así como emociones negativas como el estrés, la culpa y la frustración.

En esta sección, se busca explorar cómo las expectativas sociales influyen en los estados afectivos de las madres, particularmente en lo que respecta a los roles impuestos de ser madres, esposas, trabajadoras y cuidadoras del hogar. Se analizará cómo estas expectativas generan una serie de emociones y afectos que, en muchos casos, están vinculados a la autoexigencia, la presión por cumplir con múltiples responsabilidades y el sentimiento de tener que "poder con todo". Además, se examinarán las emociones relacionadas con el trabajo, tanto formales como informales y cómo el equilibrio entre la vida laboral y familiar afecta su bienestar emocional.

El impacto de estas expectativas en la vida emocional de las madres no se limita al ámbito privado; las desigualdades de género en la distribución de tareas dentro del hogar, la falta de apoyo por parte de sus parejas y las redes de cuidado social, también juegan un papel crucial en sus estados afectivos. Este análisis también abordará las diferencias en las experiencias emocionales en función del contexto socioeconómico y laboral, destacando los contrastes entre mujeres que cuentan con apoyo y aquellas que enfrentan la maternidad y el trabajo en condiciones más adversas. Al final, se reflexionará sobre las implicaciones a largo plazo de estas expectativas en la identidad y el bienestar de las madres, así como en su capacidad para desarrollar proyectos de vida más allá de la maternidad.

El testimonio de Nicoole ilustra de manera clara cómo las expectativas sociales y personales relacionadas con la maternidad impactan en los estados afectivos y la identidad de las mujeres. Su relato refleja cómo la necesidad de equilibrar un trabajo fijo y las demandas de la maternidad reconfigura su percepción de tiempo y prioridades. Nicole destaca que ya no dispone de su tiempo de manera individual, sino que ahora debe destinarlo a satisfacer las necesidades de su hijo, tanto en términos económicos como en actividades sociales. Esta adaptación no solo afecta su desarrollo profesional, que ha tenido que poner en pausa, sino también su vida social, pues debe seleccionar cuidadosamente los espacios y personas con las que puede convivir para garantizar el bienestar de su hijo. En su caso se puede observar cómo las emociones de responsabilidad y sacrificio moldean su día a día, influyendo en su bienestar emocional y en la manera en que prioriza los recursos, ya no solo para ella misma, sino principalmente para su hijo.

“Sí, este yo creo que el principal y el que más me ha pegado es que, por la necesidad de tener un trabajo fijo, que me puede acomodar, como para llevarlo a los gastos de mi hijo, así como parar un poco mi carrera profesional, pues ahora sí, dedicarme a hacer mamá trabajadora más que una profesional, yo también, yo creo que tiene que ver el hecho del tiempo, ya no es mi tiempo, ya es el tiempo que voy a tomar como para hacer cosas que le benefician. También cambia mucho eso de los amigos, no muchos tienen la

habilidad de convivir con niños. Yo también necesito saber con qué personas puedo convivir y con cuáles no. Al fin de que mi hijo no se sienta incómodo o que tenga o que vaya a lugares aburridos. También el hecho de prioridad de priorizar como ciertas cosas. Así, antes no se gastaba ropa para mí que no ocupaba, pues ahora tengo que saber invertir este dinero invertido, en que necesitan mi hijo, o que necesito yo, y poder priorizar las cosas”-Nicoole.

El testimonio de Nicoole también evidencia cómo las expectativas sociales pueden ser limitantes y desmotivadoras para las madres, en especial cuando se relacionan con la idea de que deben "trabajar de lo que sea" para cubrir los gastos de sus hijos, dejando de lado sus aspiraciones profesionales. Nicoole menciona que a pesar de no sentirse restringida completamente en el ámbito profesional, sí percibe una presión social para priorizar la maternidad sobre su carrera, lo que conlleva una renuncia implícita a sus propios proyectos y deseos. Las preguntas que recibe de otras personas, como "¿por qué sigues viviendo con tus papás?" o "¿trabajaste de tu carrera?", reflejan cómo se espera que las madres, además de ser cuidadoras, sean económicamente activas en cualquier área, incluso si eso significa abandonar su verdadera vocación. Esta presión refuerza el sentimiento de que su papel está definido únicamente por la maternidad y la necesidad de cumplir con un trabajo, generando un conflicto emocional entre sus deseos personales y las expectativas externas

*“Mmmh, pues creo que creo que es de lo que más me ha pasado es que, bueno, no sé si me ve, pero cuando la gente recién me conoces, primero me cuestionan, pero ¿Por qué sigues viviendo con tus papás? ¿Trabajaste de tu carrera?, está muy marcado, el trabajar de lo que sea, pero trabajar, para cubrir los gastos de mi hijo. No, no creo que se me limitara en el ámbito profesional, Pero sí es como ver, pues si no consigues trabajo de eso, pues de lo que sea, sé que hasta cierto punto es real, pero no creo que sea como una expectativa como tan motivadora para mí. Es básicamente hacer a un lado tu carrera, como si no hubiera de otra, es mi papel, y es lo que me toca”
– Nicoole.*

El testimonio de Lizethe resalta cómo las expectativas sociales y presiones sobre la maternidad no solo provienen de la sociedad en general, sino también desde el núcleo familiar. En su relato menciona un patrón recurrente en su familia, donde la mayoría de las mujeres, incluidas sus tías y primas, han tenido hijos alrededor de los 20 años. Esta experiencia le ha permitido notar que, dentro de su entorno, existe una expectativa implícita sobre cuándo es el "momento adecuado" para tener hijos. La presión se vuelve evidente cuando, al llegar a cierta edad, las mujeres son cuestionadas directamente por su familia acerca de cuándo planean tener hijos, lo que refleja cómo estas expectativas pueden ser reforzadas desde el ámbito más cercano. Este tipo de presión familiar no solo influye en las decisiones de las mujeres respecto a la maternidad, sino que también contribuye a generar estados afectivos como ansiedad, frustración o estrés, al sentir que su vida debe seguir un patrón determinado por los otros, en lugar de tener la libertad de decidir su propio camino:

“Pues, de hecho, en mi familia, se ha dado como un patrón de que la mayoría somos mujeres, que, si tendemos a ser mujeres, y me refiero a mis tías, a mis primas, entonces de cierta manera, como que hay un, bueno, yo me he dado cuenta de que había un patrón en el que, a cierta edad, todas como que bueno por parte de mis primas era como que tuvieran fuera, no más, ya tuvieron a sus hijos, que es más o menos, en después de los 20 años. Entonces siento que sí, sí hay como, como un patrón que de cierta forma, incluso, bueno, ella, cuando alguien está como en ese rango es como a cuestionar a las mujeres como de cuándo vas a tener ya hijos en cierta edad es la que te comento que yo me he dado cuenta” – Lizethe.

El relato de Nahema pone de manifiesto cómo las expectativas contradictorias provenientes de la familia pueden generar un impacto emocional significativo en las mujeres madres. Por un lado, menciona cómo una parte de su familia le aconsejaba que se dedicara exclusivamente al cuidado de su hijo, sugiriendo que su rol primordial debía ser el de madre. Sin embargo, otra parte de su familia insistía en la importancia de que continuara trabajando, argumentando que debía seguir adelante

por el bienestar económico de su hijo, sin importar que tuviera que dejarlo al cuidado de otras personas. Esta dualidad de mensajes refleja una presión constante para cumplir con roles que, en ocasiones, parecen incompatibles. Como resultado, Nahema describe una sensación de frustración al no saber qué camino tomar, enfrentándose a expectativas contradictorias que le generaban angustia. Esta situación ilustra cómo las mujeres pueden sentirse atrapadas entre dos modelos de lo que "debería" ser su rol como madres y trabajadoras, lo que, en muchos casos, contribuye a generar altos niveles de estrés y tensión emocional

“No, ah sí, claro, este de hecho hubo familia que me decía, no, tú dedícate a tu hijo, deja todo lo demás y tu crece a tu hijo, pero también por otra parte, también familia me decía, no es que tú tienes que seguir adelante por tu hijo, este no importa que te lo cuide alguien más, pero tú trabaja porque de parte de mi mamá están acostumbrados a que tenían hijos y enseguida se iban a trabajar, o sea, no era de que no guardabas nada de tiempo, tienes que estar trabajando en un mes, entonces como que de lo las dos partes me decían cosas diferentes y yo me frustraba mucho”- Nahema.

El testimonio de Nahema revela cómo las múltiples expectativas que recaen sobre las madres pueden generar una sensación de incapacidad para cumplir con todo de manera satisfactoria. Ella expresa su dificultad para equilibrar las tareas del hogar, el cuidado de su hijo y la atención a su pareja, lo que genera una sensación de insatisfacción y frustración personal. Nahema menciona que, al priorizar una tarea, inevitablemente descuida otra, lo que resalta la imposibilidad de cumplir con las expectativas impuestas por los roles que la sociedad y la familia han asignado. Su lucha diaria por "hacerlo todo" refleja una presión interna y externa, generada por la expectativa de que las mujeres deben poder manejar eficientemente múltiples aspectos de su vida sin fallar en ninguno. Esta carga, tanto emocional como física, pone de relieve el desgaste que sufren muchas madres, quienes constantemente intentan cumplir con los roles de cuidadoras, amas de casa y parejas, sin tener un espacio para ellas mismas, lo que impacta en su bienestar emocional.

“Ay, no, pues, nos ni yo sé la verdad, porque trato de no soy la mejor, haciendo todo al mismo tiempo porque no todavía me cuesta trabajo copiarme y hace a lo mejor lavar los trastes y cuidar a mi hijo y ver darle de comer a mi pareja. Entonces, a veces sí se me va una cosa o dejo una por hacer la otra o salir a buscar algo para salir a buscar la comida y dejó la casa a lo mejor un poco sucia, me ha costado mucho trabajo, ¿no? No te puedo decir que soy la mejor en esos 4 aspectos, porque descuido algunos, cuando trato de hacer o priorizar a uno de ellos” – Nahema.

El relato de Araceli ilustra cómo la maternidad implica una serie de responsabilidades constantes que abarcan todas las facetas de su vida diaria. A pesar de contar con el apoyo de su madre en el cuidado de su hijo mientras trabaja, Araceli describe cómo, una vez que llega a casa, sus responsabilidades como madre se reactivan de inmediato. La necesidad de atender continuamente a su hijo, desde cambiar pañales hasta asegurarse de su bienestar general, se convierte en un ciclo ininterrumpido que organiza su jornada entera. Este testimonio pone de manifiesto cómo el rol de madre está marcado por una atención constante, lo que no permite desconectarse de las responsabilidades, ni siquiera cuando se tiene ayuda externa. La experiencia de Araceli destaca cómo la maternidad es un trabajo de tiempo completo, en el cual las madres deben equilibrar sus responsabilidades laborales con el cuidado diario de sus hijos, lo que añade un nivel adicional de estrés y agotamiento emocional al tratar de cumplir con ambos roles.

“Pues es un todo porque pues desde que te levantas, no desde tener que estar al pendiente del bebé en este caso, o sea muchas veces el dejar como las provisiones, mientras yo me voy a trabajar, ¿no? Entonces sí es un gran reto, a pesar de que tengo el apoyo de mi mamá, porque pues sí, mi mamá me apoyado mucho en este proceso de cuidarlo mientras yo trabajo, pero pues sí, una vez que llegas a casa pues es estarlo viendo cambiarlo, bañarlo, ir a su cita así todo. Entonces, si es como que definirte todo un día es complicado porque día con día es diferente, pero pues sí, o sea, engloba más

que nada y el alimentarlo, el estar al pendiente de él. ¿Qué es lo que sí está inquieto? Pues qué es lo que le duele ver si es el pañal, si es la ropa, si es esto, sí es lo otro no. Entonces, si tiene muchas cosas que ver, ahorita siendo bebé” – Araceli.

El testimonio de Mercedes refleja el sentimiento común de frustración y autoexigencia que muchas madres experimentan al enfrentarse a las expectativas sociales de ser "la madre perfecta". Ella relata cómo, desde su primer hijo, intentaba hacer todo bien, solo para darse cuenta de que los errores y fallos eran inevitables, un proceso que describe de manera humorística pero que también encierra una gran carga emocional. La anécdota con el pediatra, quien atribuía cualquier enfermedad del niño a un "descuido" de los padres, evidencia cómo estos comentarios, aunque sean dichos sin malicia, incrementan la sensación de responsabilidad y culpabilidad en las madres. Este relato destaca cómo las mujeres a menudo luchan con la presión interna y externa de cumplir con un ideal de perfección inalcanzable, lo que genera una carga emocional considerable. Mercedes ejemplifica la realidad de muchas madres que, a pesar de sus esfuerzos, terminan sintiéndose insuficientes, lidiando con el miedo constante a equivocarse en la crianza de sus hijos y enfrentándose a la imposibilidad de alcanzar la perfección que la sociedad y ellas mismas, esperan.

“Cuando eres papá hay, hay un meme divertidísimo que circulaba mucho en la pandemia, y es esos somos, esos somos nosotros cuando eres papá el primer hijo: Fracasas intentando hacerlo todo bien, porque nada más no haces nada. Y yo recuerdo mucho al pediatra de mis hijas, que es mega grosero como yo en mis buenos tiempos, y cuando mi hija la Atzuri se enfermaba y íbamos a verla, le llevamos a la niña y él decía: ¿y ahora qué le hicieron?, y yo ¿qué? ¿Qué le pasa? Y decía a los niños no se enferman solos, siempre se enferman por un descuido de los padres. Y yo, oh, ¿cómo se atreve? Y me acuerdo mucho que le decía a mi marido, este de pendeja no me baja, o sea, somos unos pendejos, somos perdón, espero que eso no lo uses, pero bueno, si lo usas está bien, no pasa nada, pero somos unos

pendejos, entonces eso me quedo claro, muy pronto. Que no importaba que hiciera, no, no iba a ser perfecto y nos íbamos a equivocar, o sea, era más que evidente. Entonces a veces una lucha con eso, como intentando engañarse a sí mismo y decir no, no, no voy a hacer la mamá más perfectísima del mundo, ¿no?” -Mercedes.

El relato de Areli ofrece una perspectiva profunda sobre la realidad de ser una madre joven y soltera, que en un primer momento creyó que salir de casa para vivir con el padre de su hijo sería una solución sencilla, pero que pronto descubrió que esto solo complicaba más su vida. La combinación de tener que trabajar y cuidar a un niño pequeño fue un desafío abrumador, haciendo que la presión de proveer para su hijo se sintiera aún más intensa.

“Bueno, pues cambió todo, cambió todo en el aspecto de que, pues era una mentira que era una puerta fácil, no poderme ir de mi casa para ir a vivir con el chico bueno con el papá de mi hijo en ese entonces. Era todo lo contrario y este fue más complicado porque pues tenía que trabajar y aparte, pues ver a un niño y si ya era complicada mi vida anteriormente, pues se volvió mucho más, más complicada, más difícil tener que buscar el sustento para otra persona” -Areli.

Además, su testimonio refleja cómo las expectativas sociales, como las críticas por no haber estudiado o el constante empuje de “no quedarse estancada solo por un hijo”, se imponen sobre ella, impulsándola a buscar empleo casi inmediatamente después del nacimiento de su hijo. Esta necesidad de “hacer más” y “salir adelante” está marcada tanto por la presión social como por la realidad de su situación económica, lo que añade una dimensión compleja a su experiencia como madre joven, en la que las emociones se mezclan entre el deber, la necesidad y la búsqueda de independencia personal y económica.

“Umh sí, claro, porque eran la presión de por qué no estudiaste y pues meterme a estudiar, digo también por algo personal, pero era este ¿La presión, hoy y siempre, no, y sigue siendo hora de no te puedes quedar ahí solo por un hijo? Sí, siempre era de tener que hacer este más. De hecho,

cuando mi hijo nació al poco tiempo, pues estuve que buscar empleo precisamente también por Más que presión, pues por la necesidad y cómo podría decirlo, pues sí, por querer salir adelante” -Areli.

Siguiendo la experiencia compartida por Areli, la cita de Sandra resalta otro ángulo de las expectativas que enfrentan las madres, en este caso relacionado con la crianza y el establecimiento de límites. Sandra refleja un balance entre el amor que siente por sus hijos y la gran responsabilidad que implica ser madre, subrayando el rol de guía y protectora que la sociedad espera que cumpla. Sin embargo, como ella misma menciona, ser una madre estricta le ha traído cuestionamientos tanto de su entorno familiar como social, lo que evidencia cómo las expectativas externas pueden llegar a desafiar las decisiones personales de crianza. A pesar de estas presiones, Sandra sigue firme en su enfoque, demostrando que ser madre no solo implica responder a los dictados sociales, sino también definir un estilo propio que muchas veces entra en conflicto con lo que otros consideran adecuado.

“Pues para mí ser mamá es algo muy bonito, pero también mucha responsabilidad en lo personal sí considero que soy una mamá muy estricta. Entonces, para mí, ser mamá es, o sea, el bonito, el compartir, el estar con ellos, el que ellos los vea y sus pequeños logros, grandes logros, pues me llenan, pero también ha sido algo muy difícil porque por lo mismo de que estoy un poco estricta a veces, tanto en mi familia como afuera, pues como que hay acciones que no ven favorablemente. Ejemplo este mi hijo, el más grande, ya tiene 13 años y aun así no tiene acceso libre a Internet, dispositivos, pantallas y este, y aun así todos, así de: Ay, pues ya déjaselos, ya está grande. ¿Cuándo se va a responsabilizar o por qué lo restringe? Están entonces para mí ser mamá, creo que más que otra cosa es esa parte de amor y de responsabilidad” -Sandra.

En conclusión, las voces de las entrevistadas reflejan cómo las expectativas sociales y familiares sobre la maternidad generan una carga emocional significativa, manifestándose en diversas formas de estrés, frustración, culpa y autoexigencia. Desde Nicole, que describe la necesidad de priorizar las responsabilidades

maternas sobre su carrera profesional, hasta Lizethe, que señala la presión familiar para cumplir con patrones establecidos de tener hijos en ciertos momentos de la vida, las mujeres se ven constantemente desafiadas a equilibrar múltiples roles. Los relatos de Nahema y Araceli subrayan cómo la lucha diaria por cumplir con las expectativas de ser madres, trabajadoras y cuidadoras afecta su bienestar emocional, generando frustración y agotamiento. A pesar del apoyo ocasional, como lo menciona Araceli al referirse a su madre, o Mercedes al compartir la lucha por aceptar la imperfección en la crianza, las madres sienten que la sociedad espera que puedan con todo. Finalmente, Sandra refleja cómo las expectativas sociales sobre la crianza de los hijos, en su caso sobre el uso de tecnología, pueden llevar a cuestionamientos y críticas, subrayando el conflicto entre el amor y la responsabilidad que siente al cumplir con su rol de madre.

En conjunto, estas experiencias muestran cómo las madres navegan un complejo entramado de expectativas y presiones, que impactan profundamente su bienestar emocional. A través de sus relatos queda claro que la maternidad es un proceso dinámico, cargado de emociones tanto positivas como negativas y que las expectativas sociales juegan un papel crucial en la configuración de sus experiencias y estados afectivos.

5.1.3.2. Capacidades

El análisis de las capacidades en la maternidad resulta esencial para entender cómo las madres desarrollan las habilidades y recursos necesarios para enfrentar los retos tanto personales como laborales de su vida cotidiana.

El nivel educativo es una capacidad clave que influye directamente en las oportunidades laborales y de desarrollo personal de las mujeres madres. Nussbaum (2011) destaca la importancia de la educación como una capacidad central que permite a las personas ejercer su autonomía y llevar una vida digna. En esta sección se analizará cómo el nivel educativo alcanzado por las mujeres entrevistadas afecta su capacidad para acceder a mejores empleos y su capacidad de tomar decisiones informadas en sus vidas personales y familiares, considerando también las limitaciones impuestas por las expectativas de género. Siguiendo a Sen (2002), se

evaluará cómo el acceso a la educación se traduce en mayores libertades y oportunidades para mejorar su calidad de vida.

El acceso a servicios de salud y bienestar físico y mental es fundamental para la calidad de vida de las mujeres madres ya que su bienestar impacta tanto en su rol como cuidadoras como en su capacidad para participar en la vida social y económica. Nussbaum (2011) resalta la salud como una de las capacidades centrales que garantizan una vida plena, mientras que Sen (2002) argumenta que el bienestar debe evaluarse en términos de las oportunidades reales de las personas para cuidar su salud. En esta sección se analizará cómo el acceso a la salud física y mental influye en la capacidad de las madres para manejar sus múltiples roles y enfrentar los desafíos diarios.

Las redes de apoyo, tanto familiares como comunitarias, son cruciales para aliviar la carga que enfrentan las mujeres madres en su vida diaria. Nussbaum (2011) enfatiza la importancia de la afiliación y las relaciones sociales como capacidades que permiten a las personas formar parte activa de su comunidad, mientras que Sen (2002) destaca el papel de las redes en la expansión de las libertades individuales. En esta sección se explorará cómo el acceso a redes de apoyo ayuda a las madres a gestionar sus responsabilidades familiares y laborales, y cómo estas redes contribuyen a mejorar su calidad de vida y bienestar general.

5.1.3.2.1. El Nivel Educativo

El nivel educativo alcanzado por las mujeres madres entrevistadas es un factor clave que influye en su inserción laboral, desarrollo personal y capacidad para mejorar su calidad de vida. Según Nussbaum (2011), la educación es una capacidad central que permite a las personas ejercer su autonomía y acceder a mejores oportunidades. De manera similar, Sen (2002) subraya que el acceso a la educación amplía las libertades y capacidades de las personas, brindándoles herramientas para elegir y construir la vida que valoran. En este apartado se examina cómo el nivel educativo de las madres entrevistadas influye en su trayectoria vital, destacando tanto las oportunidades que les ha proporcionado como las barreras

que han enfrentado, especialmente cuando la maternidad ha interferido en su formación académica.

Del total de madres entrevistadas, cinco cuentan con estudios de maestría, once tienen un nivel de estudios de licenciatura y una de ellas indica que no pudo concluir su licenciatura. Esta última madre, Areli, señala que convertirse en madre joven complicó significativamente la posibilidad de finalizar sus estudios:

“No, fue muy difícil y sigue siendo difícil, pero pues fue un fue complicado porque pues tenía que estudiar y regresar a, este a ver, a mi niño, entonces debiera haber esperado a su momento, pero pues bueno, fue muy complicado” -Areli.

Varias de las participantes mencionaron que estaban en las etapas finales de su licenciatura, o con algunos semestres pendientes, cuando supieron de su embarazo. Estas situaciones generaron desafíos similares entre ellas. Por ejemplo, Nicoole compartió lo difícil que fue combinar los primeros meses de maternidad con sus actividades escolares:

“Pues en realidad cuando regresé estudiar, mi hija tenía 6 meses, yo en esa época ya no tenía pareja, me regrese a vivir con mis papás, pero sí marcó mucho esa diferencia de antes de ser mamá, y el ahora ser mamá, pareciera que llegué a la escuela como nueva, yo me sentía, obviamente llegue a una generación atrás, pero mis amigos aun seguían, entonces, si era como yo, estaba con mis amigos y me sentía como otra persona, como si fuera la nueva del salón, este era un poquito difícil porque pues antes de irme a la escuela, tenía que dejarle alimentado, le daba su lactancia antes de irme, estar en mi escuela y tener que sacarme leche, era difícil y doloroso, eran cómo serán 5 horas en la escuela, la leche se salía, y después ir corriendo a la casa para que él pudiera comer” -Nicoole.

El impacto de la maternidad en las capacidades educativas y laborales de las madres entrevistadas es evidente en varios de los testimonios, donde expresan cómo el embarazo y la llegada de sus hijos modificaron profundamente sus planes

iniciales. En muchos casos las madres se vieron obligadas a pausar sus estudios o cambiar sus expectativas de vida, enfrentando nuevas barreras para lograr sus metas profesionales. Tal es el caso de Itzel, quien relata cómo su perspectiva de independencia y desarrollo personal cambió al convertirse en madre:

“Ajá, mira, bueno, antes de que de que me embarazara que tuviera mi niño y que ya estaba en la universidad. Mi idea era así como, de a lo mejor terminar la carrera y pues a lo mejor buscarme un trabajo, empezar a trabajar y tratar de ser independiente, como, de ya de vivir sola, este, no precisamente con una pareja, sino, o sea, vivir sola, ese era mí, pues mi idea ya, sin embargo, con lo de mi niño, pues yo obviamente seguía viviendo con mi mamá. Este me di de baja un año de la universidad y entonces ya era, como no sé si voy a seguir estudiando, ¿no? Entonces, yo tenía que buscar otra como otras, este, opciones, afortunadamente sí tuve el apoyo de mi papá, me siguió apoyando en lo de la carrera, mi mamá me ayudaba a cuidar a mi niño y pues yo seguí yendo a la universidad” -Itzel.

Este testimonio refleja los desafíos y ajustes que las madres realizan para equilibrar sus responsabilidades familiares con sus aspiraciones personales y profesionales.

La experiencia de la maternidad también trae consigo una serie de emociones complejas, particularmente cuando se presenta durante los estudios o cuando los planes de vida aún no se han consolidado del todo. Algunas madres describen un sentimiento inicial de miedo o incertidumbre al enterarse de su embarazo, preocupándose por el impacto que esto tendría en sus proyectos académicos y personales. Tal es el caso de Julieta, quien comparte cómo recibió la noticia de su embarazo y las emociones que experimentó al pensar en el futuro de su carrera:

“Pues cuando yo supe que estaba embarazada, al principio me dio mucho miedo, no porque pues no era como no, no, no quiere, hija, no, no es lo mismo, que ya hayas terminado tus estudios, a que tengas algo en estar embarazada es una felicidad, ¿no?, Pero yo me faltaba un año para terminar y sabíamos, no estábamos conscientes, mi esposo y yo estábamos conscientes, [...] Me dio mucho miedo y dije, no voy a acabar mi carrera, me

va a ir mal, o sea, yo pensé que él espera mi hijo, o sea, como que en ese momento se te nubla, porque si realmente no estás como, en una familia establecida que tu dices, pues llega un matrimonio a una casa propia, algo bueno te da mucho miedo. Y pues no sé, estuve muy triste como por una semana y después lo acepté, dije yo, pues es lo que estábamos buscando” - Julieta.

Este testimonio refleja cómo la maternidad puede generar tensiones entre los proyectos de vida y las responsabilidades que implica, destacando los sentimientos de duda y preocupación que muchas madres enfrentan en las primeras etapas del embarazo.

El equilibrio entre las responsabilidades académicas y las exigencias de la maternidad puede ser particularmente desafiante, pero muchas madres logran encontrar formas de adaptarse y continuar con sus proyectos personales. A pesar de los obstáculos, algunas madres priorizan el cuidado de sus hijos durante los primeros meses o años de vida antes de retomar sus estudios o actividades profesionales. Este es el caso de Sara, quien decidió dedicar el primer año de vida de su hijo exclusivamente a su cuidado antes de considerar alternativas como la guardería para poder regresar a sus proyectos personales:

“No, este bueno, seguimos en la escuela y casi como un mes antes de que mi bebé naciera, terminamos las materias, la Licenciatura y ya de ahí pues me quedé un año con mi niño, sea de tiempo completo 24/7 un año, año y dos meses y ya de ahí fue cuando empezamos a, pues a checar esta cuestión de que, pues se fuera a la guardería y de alguna manera, pues a mí me va a ayudar un poco” - Sara.

Este testimonio ilustra cómo, tras una pausa en sus actividades académicas, las madres buscan estrategias para reincorporarse a la vida estudiantil o laboral, con el apoyo de servicios como las guarderías que les permiten continuar con sus compromisos.

En muchos casos las madres jóvenes enfrentan el reto de equilibrar su educación con las demandas de la maternidad. Este desafío puede ser aún más complejo cuando la maternidad ocurre durante etapas tempranas de su formación académica, como lo relata Sandra. A pesar de las dificultades, algunas logran continuar sus estudios y avanzar en su desarrollo profesional, aunque el proceso implique un esfuerzo adicional y la reorganización de prioridades. Sandra comparte su experiencia al haber iniciado su maternidad a una edad temprana, lo que influyó en su trayectoria educativa:

"Sin embargo, mi primer bebé sí lo tuve a los 19 años, entonces la Licenciatura la estudié, pues ya con mi bebé." – Sandra.

Este testimonio refleja cómo, pese a las responsabilidades inherentes a la maternidad, algunas mujeres encuentran la forma de seguir adelante con sus metas académicas, adaptándose a las circunstancias y construyendo su camino hacia un futuro más prometedor.

El impacto de la maternidad en la vida académica no siempre implica una interrupción total de los estudios, aunque sí genera una preocupación significativa sobre cómo continuar. Para muchas mujeres, como Sandra, la maternidad temprana en combinación con la presión académica representa un momento de gran incertidumbre y estrés, especialmente al intentar equilibrar ambas responsabilidades. A pesar de las dificultades iniciales, algunas deciden continuar, adaptándose a las circunstancias sin abandonar por completo sus metas. Sandra describe cómo a los 19 años y con un embarazo en curso logró finalizar su semestre antes de tomar una pausa temporal:

"Fue como muy preocupante, porque pues tenía 19 años, estaba en la universidad y fue el ¿qué vamos a hacer? entonces este, pues sí, yo creo que el embarazo fue como muy preocupante, muy estresante, influyó en la parte de estudios, ya estaba estudiando turismo [...], yo quería ser maestra, entonces fue a decir así de, pues ya ok, dejo la carrera, tuve a mi bebé, algo que sí me marcaron fue el no, no dejes de estudiar, entonces este yo creo que el embarazo fue esa parte, seguí estudiando, seguí, terminé mi semestre,

no fue el de: Ay, estoy embarazada, me voy a salir de la escuela, ¿no?, Si terminé mi semestre y di la baja temporal, pues fue el valorar el qué va a pasar, ¿no?" – Sandra.

Este tipo de vivencias muestran cómo las madres enfrentan situaciones complejas, pero encuentran maneras de seguir adelante, reafirmando su capacidad de adaptarse y reorganizar sus prioridades.

En algunos casos, las madres entrevistadas expresan el deseo de continuar con su formación académica, pero enfrentan barreras relacionadas con las múltiples responsabilidades que conlleva la maternidad. Tal es el caso de Nadia, quien, aunque tiene la ambición de cursar un doctorado, reconoce que su realidad actual como madre soltera, con dos hijos y otras responsabilidades, le impide avanzar en este objetivo. La carga emocional y económica, sumada a sus deberes cotidianos, la han llevado a poner en pausa este proyecto personal, consciente de que en este momento no es viable llevarlo a cabo sin comprometer su bienestar:

"No manches, pues, con un doctorado así, dos hijos, una casa y un gato ¡Ay, no! Mi salud mental me dice, no, no hagas entonces. Y evidentemente, pues también la parte económica para hacer un doctorado, pues como que no ayuda mucho, vea entonces. Es como lo tengo en casa, ¿no? No es algo que no quiera hacer, lo tengo en pausa y tengo también muy claro que no me quiero institucionalizar" – Nadia.

Este ejemplo refleja cómo las madres no solo gestionan sus capacidades en función de su vida familiar, sino que también deben tomar decisiones difíciles para equilibrar sus deseos personales con las exigencias de su entorno.

Los testimonios presentados hasta el momento ilustran una de las situaciones más comunes que experimentan las madres entrevistadas: el desafío de gestionar sus capacidades en medio de las exigencias de la maternidad. Como señala Nussbaum (2011) en su enfoque de capacidades, la toma de decisiones es un aspecto fundamental de la vida humana. En este sentido, a pesar de enfrentar circunstancias difíciles, muchas de las madres eligen continuar con su embarazo y adaptarse a las

nuevas responsabilidades que esto conlleva. Este ejercicio de capacidad de decisión refleja su fortaleza para asumir no solo el cuidado de sus hijos, sino también para continuar con sus estudios y desarrollar su vida profesional, aunque con sacrificios y ajustes significativos.

5.1.3.2.2. Acceso a Salud y Bienestar Físico/Mental

Para introducir este apartado del análisis resulta relevante partir de una pregunta que surgió incluso antes de iniciar formalmente la investigación: ¿Tienen las madres tiempo para cuidarse física y mentalmente, o sus responsabilidades limitan esta capacidad? A partir de conversaciones informales y observaciones preliminares de madres cercanas, fue evidente que muchas de ellas no dedicaban tiempo a actividades que disfrutaran o que contribuyeran a su propio bienestar. Actividades como el ejercicio físico o prácticas de relajación, que podrían beneficiar su salud, parecían quedar relegadas frente a las múltiples demandas de su rol como cuidadoras. Este apartado abordará cómo las madres entrevistadas enfrentan estos desafíos y cómo el equilibrio entre sus responsabilidades y su autocuidado afecta su calidad de vida.

A lo largo de las entrevistas, surgió un tema recurrente en relación con el acceso al bienestar físico y mental de las madres, que es la dificultad de priorizar su propio autocuidado. Aunque muchas de ellas son conscientes de la importancia de dedicar tiempo para relajarse, hacer ejercicio o disfrutar de actividades que contribuyan a su bienestar, la sensación de culpa y la enorme carga que implica su rol como cuidadoras suelen interferir en esta necesidad. Este conflicto interno, entre el deseo de cuidarse y las responsabilidades maternas, es especialmente notable cuando se trata de dejar a sus hijos al cuidado de otros, aun cuando se reconozca el valor de este tiempo personal. Claudia, una de las madres entrevistadas, refleja esta lucha en su testimonio, al mencionar cómo, a pesar de saber que merece ese tiempo, le resulta complicado dejar a su hijo para poder disfrutar de momentos de relajación o en pareja.

“Es que todavía también cuesta trabajo como dejarlo, por esa carga que te comentaba como que siento como culpa de no, ¿cómo lo voy a dejar?”

Mi hijo está bien chiquito, o sea y sé que me merezco ese tiempo, y también él tiene que convivir con sus abuelos, así todo, pero sí me cuesta con un trabajo a veces dejarlo. Sí, La verdad es que me, me adaptado un poquito mejor con la últimamente trato de medirle, pues en sus siestas hacer lo más que puedo y ya en las noches cuando estaba dormido, es cuando trate como de hace rápido todo lo demás que me falta o lo más que pueda [...], cuando se duerme, pues lo aprovechamos para ver una película o hacer algo como en pareja y ya cuando se puede, casi siempre lo hacemos como una vez a la semana y lo dejamos con mis papás o con su mamá, y ya nosotros salimos al cine, bueno, pues apenas que tuvo la feria, y fuimos al Palenque, si procuramos darnos ese tiempo, aunque estoy digo a mí la verdad que me cuesta hablar con mucho trabajo dejarlo”. - Claudia

El acceso al bienestar físico y mental de las madres no solo se relaciona con la posibilidad de encontrar momentos para sí mismas, sino también con la transformación de sus rutinas y dinámicas personales a medida que asumen su rol maternal. El tiempo que solían dedicar a relajarse o desconectarse ahora está condicionado por las necesidades y preferencias de sus hijos, lo que modifica profundamente la manera en que experimentan su propio espacio. Para muchas, como Lucero, el acto de sentarse a ver una película, que antes era una actividad de relajación personal, se ha convertido en un espacio compartido donde las decisiones ya no se toman de manera individual, sino en función del bienestar de su hijo. Lucero describe cómo su rutina y hasta su personalidad han cambiado, adaptándose no solo a las demandas del rol de madre, sino también a las emociones y comportamientos que quiere modelar frente a su hijo.

“Sí, te digo, fue el adaptarme, el decir, pues ahora por ejemplo, no antes te sentabas a ver una película, no en las tardes, por ejemplo, yo, mi, cuando mi esposo no estaba, no era sentarme a ver una película, no, ahora es sentarme a ver una película con no o a ver lo que él quiere, no, o sea, ya es como el cambiar totalmente mi rutinas, mis dinámicas, mi personalidad, incluso porque a lo mejor te digo, tengo un carácter muy fuerte, tengo que aprender

a controlarlo para no porque no quiero que mi bebé vea esa parte mía, no, tampoco es mostrar la otra cara, pero no es algo que yo quiero que él vea, no. Entonces también aprenderá a cambiar hábitos míos, a cambiar costumbres, entonces sí, sí, muchísimos cambios” – Lucero.

El acceso a actividades de recreación y autocuidado se ve fuertemente condicionado por las responsabilidades que las madres, especialmente aquellas que son madres solteras, enfrentan en su día a día. En el caso de Areli, quien fue madre adolescente, la prioridad ha sido siempre garantizar el bienestar de su hijo, lo que implica cubrir sus necesidades básicas antes de considerar cualquier espacio para sí misma. Esta realidad resalta cómo el bienestar físico y mental de las madres a menudo queda relegado debido a las exigencias inmediatas del cuidado de sus hijos. Para Areli, salir o realizar actividades recreativas solo es posible si antes ha asegurado que su hijo esté alimentado y tenga lo necesario para su bienestar, lo que pone de manifiesto cómo la maternidad transforma las prioridades y limita el acceso a momentos de autocuidado.

Por otra parte, Areli menciona que, como madre soltera, desde muy joven, para acceder principalmente a otras actividades de recreación o autocuidado, primero debe tener la forma de garantizar que su hijo pueda cubrir sus necesidades de alimentación antes:

“Bueno, como sabes, pues soy madre soltera, entonces fui mamá adolescente, tenía 17 años cuando mi hijo nació entonces, pues siempre ha sido una responsabilidad de estar al pendiente de las necesidades de esta persona, tanto de alimento como como que tenga, pues lo necesario para su bienestar, pues todos los días haces tus actividades, pero pues siempre va incluido, ¿no? Porque ejemplo, aunque yo quiera salir, y si no hay comida, tengo que ver de qué manera haya comida para que esta persona se alimente, entonces, siempre día a día va, como que esa persona enfrente de ti” – Areli.

La maternidad también afecta la dinámica de pareja y la distribución del tiempo personal, lo cual influye directamente en el bienestar físico y mental de las madres.

En el caso de Sandra, su experiencia refleja cómo la llegada de un nuevo hijo demanda una reorganización no solo de las actividades diarias, sino también del tiempo dedicado a la relación de pareja. Para mantener un equilibrio entre las responsabilidades familiares y la salud emocional de ambos, ella y su pareja crearon un espacio al que llaman "la hora feliz", en el que, una vez que los hijos duermen, dedican tiempo para ellos mismos, ya sea viendo una película o simplemente compartiendo una comida. Esta estrategia les ha permitido conservar un tiempo de conexión como pareja, adaptándose a las nuevas demandas que la crianza implica, además de redistribuir las tareas del hogar para mantener un equilibrio en sus roles.

“Mi pareja, yo creo que cambió la parte de tiempos es de antes, es la convivencia de mi hijo el más grande, la comparto con su papá, entonces los días que se iba con su papá era los tiempos que teníamos para él y yo de pareja, por decirlo así y ahorita con la bebé pues ha tenido que cambiar este sí caímos en cuenta de que ya estábamos ya no estábamos teniendo como ese tiempo para nosotros y tuvimos que implementar, nosotros le decimos la hora feliz, este duermas a los niños y ya que se durmieron dedicamos una hora, en tiempo para nosotros, ya sea el platicar, ver una película incluso al de ¡Ay! vamos a comer algo que se nos antoje solo a ti y a mí, entonces yo creo que influido mucho en esa parte, y en actividades del hogar. Yo creo que también cambió con la bebé, generalmente, pues este buscábamos entre los dos, hacer quehacer, hacer comida, nos ayudábamos y ahorita ha sido así de, pues nos dividimos, tú haces una cosa y yo cuido a la bebé y al otro día, pues ayer tú cuidaste a la bebé, entonces yo hago lo que tu hiciste y tu cuidas a la bebé” – Sandra.

El equilibrio entre las responsabilidades de la maternidad y el cuidado personal es un desafío constante para muchas mujeres, pero algunas logran encontrar maneras de no descuidar su bienestar. Guadalupe, por ejemplo, demuestra que ser madre no significa dejar de lado sus necesidades personales o sus deseos de disfrutar de momentos de recreación. A diferencia de otras madres que sienten la presión de dedicarse completamente al cuidado de sus hijos y su pareja, ella, como madre

soltera, ha buscado mantener un balance entre su rol de cuidadora y su vida personal. Sus palabras reflejan una firme decisión de no abandonarse a sí misma, destacando cómo organiza su tiempo para salir a disfrutar de actividades que la nutren emocionalmente, como comer fuera o socializar con amigos, siempre con su hija a su lado o en compañía de personas de confianza. Esto le ha permitido conservar su autonomía y bienestar, mostrando que es posible combinar la maternidad con el autocuidado.

“Nunca me descuidé, nunca me dejé de lado, por eso te comentaba la parte del equilibrio, no muchas mamás se dejan de lado y solamente se quedan como con esa parte de yo tengo que servir a mi hijo y en su defecto a su esposo, a la familia que tengan, pero pues yo te puedo decir yo soy mamá soltera, yo trabajo y pues yo no he dejado por ejemplo de salir ¿no? Hoy, por ejemplo, en la mañana dije, Ay, tengo ganas de comer unos chilaquiles, pues entonces arreglo a mi hija, me arreglo yo y me voy a comer con ella, no porque no, no tienes por qué dejarte de lado llevado a la niña al cine hecho reuniones con mis amigos, obviamente con gente como, pues cercana y gente de confianza, pero yo nunca dejé de salir a fiestas, no digo no, no como antes” – Guadalupe.

A través de las entrevistas, se evidenció que muchas de ellas priorizan sus roles como cuidadoras, dejando en segundo plano sus propias necesidades, aunque también existen casos donde las madres encuentran formas de equilibrar ambos aspectos. En conjunto, estos testimonios muestran cómo las madres entrevistadas navegan entre las demandas de la maternidad y el desafío de cuidar su salud física y mental. Mientras algunas luchan por encontrar momentos para el autocuidado, otras han implementado estrategias para mantener un equilibrio, resaltando la diversidad de experiencias en el acceso a la salud y bienestar dentro del contexto de la maternidad.

5.1.3.3. Redes de Apoyo, Roles Sociales y Negociación del Hogar

5.1.3.3.1. Redes De Apoyo

Al abordar el análisis de las redes de apoyo en la maternidad, las relaciones familiares y el entorno cercano juegan un papel crucial en el bienestar de las madres. Estas redes alivianan la carga de distribución de actividades, ofrecen soporte emocional y contribuyen a equilibrar las demandas de la crianza. Sin embargo, también presentan algunas complicaciones, como generar mayores presiones tanto familiares como sociales que repercuten en las madres.

Apoyo Emocional

Julieta, por ejemplo, enfatiza la importancia de contar con una red de apoyo sólida, que puede estar compuesta tanto por la familia de origen como por la familia política. En su caso, su familia política le brindó apoyo al prestarle un departamento durante una situación sanitaria complicada, lo cual fue invaluable. No obstante, ella también menciona cómo la convivencia con otros familiares puede llegar a ser complicada, pues cuando vivía con sus suegros, se sentía presionada para cumplir con estándares de limpieza y organización, además del cuidado de sus hijos. Ahora que vive sola con su pareja, las expectativas han cambiado. Su esposo prioriza el bienestar de sus hijos, equilibrando las tareas del hogar y ofreciendo soluciones. Esta experiencia muestra cómo la independencia y una red de apoyo más comprensiva pueden mejorar la calidad de vida de las madres, permitiéndoles manejar mejor sus responsabilidades sin sentirse sobrecargadas o controladas.

“Sí, sí cambian tus expectativas de vivir con alguien a vivir sola, porque cuando vivía con mis suegros, pues me decía, no, si tienes que cuidar a tus hijos, pero también tienes que hacer tu comida y dejar todo limpio impecable para cuando llegue a mi hijo, ajá, pero ahora que vivo sola, mi esposo me dice, la prioridad son mis hijos y un día en la tarde me dices, no pude hacer comida, yo llevo comida preparada, yo llevo pizza, yo llevo algo, pero no nos quedamos sin comer y sin mi prioridad son mis hijos, dice, si hoy la niña tuvo clase de ballet porque la llevo a ballet, me dice, pero no te dio tiempo de dejar

algo hecho, me puedes mandar mensaje antes de irte a ballet y cuando yo salga de trabajar te dejo comida, dice, al igual si un día no puedes algo sin problema, pide comida a domicilio, pide algo y si hoy no pudiste lavar, no laves ya mañana será otro día, este, dice al igual si yo un día llego y no está recogido esto mira por mí no hay problema yo no veo, entonces sí cambian tus expectativas, porque cuando vives con alguien más sí se meten mucho a que cuando estás sola nadie se mete en tu vida, no nada o sea, tú sabes cómo?” – Julieta.

El apoyo de familiares y seres cercanos no solo contribuye al cuidado de los hijos, sino que también les brinda a las madres la posibilidad de involucrarse en actividades económicas sin descuidar sus obligaciones familiares. Este apoyo, ya sea ocasional o constante, es esencial para reducir la presión sobre las madres, dándoles el espacio necesario para desenvolverse en el ámbito profesional.

Apoyo Cuidados

Lucero, por ejemplo, comenta que su red de apoyo le ha permitido encontrar un equilibrio entre su trabajo y el cuidado de su hijo. Aunque trabaja solo unas horas al día o ciertos días a la semana, su familia, en especial su suegra y algunas primas, están disponibles para cuidar de su bebé cuando es necesario. Este respaldo le ha permitido continuar con su actividad económica sin enfrentar grandes complicaciones, ya que siempre cuenta con alguien que puede hacerse cargo de su hijo durante las horas de trabajo. La experiencia de Lucero resalta cómo la existencia de una red de apoyo eficiente permite a las madres desenvolverse laboralmente, al mismo tiempo que asegura el bienestar de sus hijos.

“En esa parte no tengo como ningún conflicto con la parte de mi bebé y el trabajo, pues te digo como a veces nada más trabajo unas horas al día o unos días a la semana cuando tengo que irme, pues no me puedo llevar a mi bebé, obviamente entonces casi siempre hay alguien aquí en casa que se puede quedar con él. Entonces, no, no tengo ningún problema y cuando de plano, si no hay nadie en casa pues tengo el apoyo de mi suegra, de algunas primas que también me lo me lo pueden cuidar, pero te digo, es como es muy

poco tiempo. La verdad es que nunca he tenido como problemas con eso” – Lucero.

El ejemplo de la vida de Lucero permite evidenciar como la disponibilidad de cuidadores dentro de la familia permite la continuidad laboral sin mayores desafíos.

Apoyo Económico

La importancia de las redes de apoyo se hace evidente en el testimonio de Nahema, quien destaca cómo su familia juega un papel crucial en su vida diaria y en su capacidad para mantener un empleo. A pesar de que solo trabaja un día a la semana, el apoyo que recibe de sus seres queridos es esencial para equilibrar sus responsabilidades como madre y profesional. Nahema menciona que su hijo se encuentra en una etapa demandante, lo que le exige estar presente y disponible para él en todo momento. Sin la ayuda de su familia, que cuida de su hijo durante el tiempo que ella trabaja, sería prácticamente imposible para ella gestionar ambas responsabilidades. Este testimonio resalta cómo la colaboración familiar no solo facilita la vida laboral de las madres, sino que también contribuye al bienestar emocional y al desarrollo de los niños, evidenciando que el acceso a redes de apoyo es fundamental para la calidad de vida y el equilibrio entre las múltiples facetas de la maternidad.

“Este bueno, yo trabajo solo un día a la semana, entonces, si mi familia no me ayudará a cuidar a mi hijo, yo creo que no podría con ambas cosas, porque ahorita justo mi hijo está en la etapa más demandante y entre semana pues me tiene al 100%, yo estoy para él en cualquier momento, y creo que él también ya sabe que los fines de semana, cuando yo tengo que ir a trabajar, sí está con mi familia y lo cuidan, y pues gracias a eso he podido seguir ahí” – Nahema.

En el análisis de las redes de apoyo en la maternidad, es evidente que este recurso juega un papel fundamental en la calidad de vida y bienestar de las mujeres madres. A lo largo de las entrevistas, las participantes compartieron cómo estas redes,

formadas principalmente por sus parejas, familiares y amigos cercanos, les permiten equilibrar las múltiples responsabilidades que enfrentan.

En conclusión, las redes de apoyo, ya sean familiares o de pareja, resultan cruciales para las madres al permitirles encontrar un equilibrio entre sus responsabilidades y su bienestar. Sin embargo, estas redes también están sujetas a la dinámica de los roles de género y las expectativas sociales, lo que influye en la manera en que las madres acceden y perciben el apoyo que reciben.

5.1.3.3.2. Roles Sociales

Los roles de género impuestos por la sociedad influyen en cómo se distribuyen las tareas en el hogar y cómo se percibe la participación de los hombres. R. Connell (2005) argumenta que la construcción de identidades masculinas debe incluir la participación activa en el hogar, ya que esto contribuye a la igualdad de género y a la creación de relaciones más equitativas.

Claudia ejemplifica este aspecto al relatar cómo su pareja se ha comenzado a involucrar activamente en cuanto a la distribución de tareas domésticas. En su testimonio, menciona que en lugar de presionarla para que realice todas las labores del hogar, su pareja se muestra involucrado, permitiendo que las tareas se realicen distribuyan o en ocasiones asumiendo algunas responsabilidades de cuidados.

“Pues al principio sí, la verdad si era muy, es más bien no era nada equitativo, y ahorita este te digo como que hemos tratado de aquí, lo hemos trabajado un poquito mejor como él trabaja ya ahorita desde casa, que cuando surge algo así como tengo que hacer esto, y él se queda cuando donde lo ve, lo cuida y sigue trabajando” – Claudia.

El ajuste de roles demuestra que puede fomentar la equidad, en este ejemplo, permite realizar una mejora en la distribución de actividades de cuidados, que es percibido positivamente en la calidad de vida de la madre. Las experiencias compartidas por las madres entrevistadas reflejan cómo la calidad de la red de apoyo puede influir directamente en su bienestar, brindándoles un espacio para delegar responsabilidades sin sentirse sobrecargadas

Mercedes relata cómo tras un proceso de negociación y ajuste, ella y su pareja invirtieron los roles tradicionales de género. Mientras que Mercedes asumió el papel de proveedora económica, su pareja tomó la responsabilidad del cuidado de las niñas y las tareas del hogar.

“Sí, nosotros hicimos ese cambio hace como unos 5 años más o menos, sí, más o menos sí, 5 o 6 años, ajá hasta la fecha, yo creo que en algún momento se hará otra cosa, ¿no? Pero por ahora, yo soy la que mi ingreso es el que mantiene el hogar, la fuerza de trabajo, y la fuerza intelectual de mi pareja es la que habitualmente está como en la atención de llevar a las niñas a la escuela a hacer la comida, porque el tema de las tareas escolares ese me toca a mí” – Mercedes

Mercedes describe cómo su tenacidad fue clave para que ambos encontraran un acuerdo que funcionara, a pesar de los desafíos iniciales, incluyendo la desaprobación de los padres de su pareja, esta experiencia subraya la importancia de la flexibilidad en los roles de género y cómo las redes de apoyo pueden estar dentro del núcleo familiar cuando ambos miembros colaboran activamente en el bienestar de la familia.

5.1.3.3.3. Negociación Del Hogar

Actualmente existe una constante negociación dentro de la distribución de responsabilidades en el hogar, aunque las dinámicas varían, en múltiples casos lo que se busca es, un mayor equilibrio entre las tareas del hogar y las laborales, cuestionando la idea de que la maternidad debe ser símbolo de asumir todas las responsabilidades.

Por lo que la negociación de responsabilidades es un proceso de bastante comunicación efectiva, el proceso debería buscar siempre el bienestar de los involucrados, considerando el equilibrio de tiempos y energías de los integrantes. Un ejemplo de esta dinámica es el relato de Claudia, quien refiere que su pareja ha adoptado un enfoque accesible y colaborativo en esta distribución.

“La neta sí, es que mi pareja, se porta muy accesible, así como ejemplo: ¡ay! no te preocupes si no se puede, pues lo haces otro día, o por ejemplo, los platos que aquí estoy lavando, son casi puras como ollas, tupper, porque comemos más, en platos desechables, precisamente para que no, pues no se haga como la carga todavía más pesada” – Claudia.

El testimonio de Claudia, puede ser un reflejo de como el apoyo y la flexibilidad por parte de la pareja pueden ser elementos clave para reducir la presión asociada a las labores del hogar. Al incorporar medidas como el uso de desechables puede ser una representación de la distribución de tiempos, actividades y el uso de energía, para que estos mismos elementos puedan ser aplicados en otros aspectos relevantes en su vida.

Sin embargo, también existen otros elementos que pueden influir en la negociación de las responsabilidades dentro del hogar. En algunos las dinámicas familiares o las expectativas sociales pueden intervenir, dificultando los acuerdos de pareja. El relato de Mercedes, es un claro ejemplo de esta situación.

“Entonces mi pareja y yo al principio no, no teníamos, como el mismo acuerdo, jalneamos mucho eso hasta que probamos y él dejó su trabajo y yo trabajo, digamos que trabajo por los dos y él, él se quedaba con las niñas, al principio fue difícil porque en ese entonces vivíamos en Toluca y nos tuvimos que ir a vivir con sus papás, entonces, aunque el acuerdo lo empezamos como a gestionar nosotros, cuando vivimos con sus papás, pues sus papás decían esto no está bien, porque es el hombre el que trabaja y es la mujer la que se queda en la casa, y es, y esa primera etapa no fue sencilla, pero yo soy muy necia. Sí, muy necia y al final mis suegros, que son maravillosos, este, se abrieron a la posibilidad de pensarlo” – Mercedes.

Este testimonio pone en manifiesto de cómo las creencias tradicionales sobre los roles de género pueden interferir en la negociación del hogar. No obstante, resalta como la persistencia y el dialogo pueden superar las barreras sociales y familiares.

5.1.4. (Des)Oportunidades en la Adaptabilidad

El análisis de las (Des)Oportunidades en la adaptabilidad examina cómo las responsabilidades familiares influyen en el acceso y el aprovechamiento de oportunidades laborales, y de desarrollo personal para las mujeres madres del Valle de Toluca. En este apartado, se exploran las estrategias que facilitan o limitan las oportunidades que estas mujeres pueden tomar, incluyendo tanto las oportunidades para la mejora de sus condiciones socioeconómicas como las limitaciones impuestas por las demandas de la maternidad y el hogar.

Este análisis se enfoca en dos áreas clave: la adaptabilidad al cambio en la crianza y la adaptabilidad laboral. En la primera, se evaluó cómo algunas madres logran transformar patrones tradicionales de crianza para ejercer una maternidad sin violencia, mientras que otras se ven limitadas por la influencia de familiares, como los abuelos, que interfieren en la toma de decisiones relacionadas con el cuidado de los hijos. En cuanto a la adaptabilidad laboral, se analizó cómo las mujeres buscan empleos que se ajusten a sus necesidades como madres, pero también se exploraron las dificultades que enfrentan cuando las exigencias del cuidado infantil restringen sus oportunidades de trabajo o las llevan a abandonar sus carreras.

Al observar estas experiencias, se busca identificar los factores estructurales y personales que contribuyen a la existencia de estas oportunidades o desoportunidades, ofreciendo una perspectiva sobre cómo las desigualdades de género y socioeconómicas afectan la vida diaria de las mujeres madres.

5.1.4.1. Adaptabilidad Laboral

La adaptabilidad laboral se refiere a la capacidad de las personas para ajustar su vida profesional a las nuevas exigencias y responsabilidades, en este caso a las impuestas por la maternidad. Para muchas madres, conciliar el trabajo con las demandas del cuidado y la crianza de los hijos implica desarrollar estrategias que les permitan mantener su actividad laboral sin comprometer su rol en el hogar. Según DiGirolamo, & Snyder, (2008), las madres enfrentan desafíos particulares para equilibrar estos dos aspectos, dado que las estructuras laborales tradicionales

no siempre se adaptan a las necesidades de las mujeres que asumen la maternidad. Además, la falta de flexibilidad laboral suele llevar a desoportunidades, como tener que reducir las horas de trabajo, renunciar a oportunidades de desarrollo profesional o incluso abandonar el empleo, lo que afecta tanto a la estabilidad económica como a su realización personal. Por lo tanto, la capacidad de adaptación de las madres en el ámbito laboral resulta esencial para poder compaginar ambos aspectos de su vida sin que se vean mutuamente excluidos (Ibarra, & González, 2010; Berlanga, Vizcaya-Moreno & Pérez-Cañaveras, 2013; Barrantes & Cubero, 2014; Muñoz & Ariza, 2021). En esta sección se explora cómo las madres entrevistadas han afrontado estos retos y las estrategias que han desarrollado para adaptarse a un mercado laboral que no siempre considera las particularidades de la maternidad.

Para algunas madres, la adaptabilidad laboral no solo implica ajustar su vida a las demandas del trabajo, sino también elegir un empleo que se alinee con las necesidades de sus hijos. Esto representa un proceso de negociación constante entre la vida profesional y las responsabilidades de la maternidad. Como menciona Madai, la prioridad es encontrar oportunidades laborales que se ajusten a las demandas del cuidado infantil:

"Mmmh, pues más que adaptarme, yo busqué las oportunidades que me permitieran poder estar con ella [...] no fue como yo adaptarme a la vida de ser mamá, sino adaptarme a la vida de ella, a sus necesidades de tiempo" – Madai.

Este testimonio subraya cómo, para muchas mujeres, la maternidad no solo transforma, sino que en ocasiones redefine su trayectoria laboral, llevándolas a priorizar las necesidades familiares sobre las profesionales.

Para algunas madres, el desafío de reincorporarse al ámbito laboral después de asumir su rol de madres se complica aún más por la falta de preparación o las limitadas opciones disponibles. Estas dificultades suelen presentarse al intentar equilibrar las responsabilidades de la maternidad con el deseo de encontrar un trabajo que se ajuste a sus necesidades y a sus estudios. Itzel, por ejemplo, relata cómo su maternidad no planeada alteró sus planes de terminar su carrera y

encontrar un empleo en su campo profesional. Aunque reconoce que su adaptación ha sido difícil, también expresa su deseo de encontrar un empleo que le permita avanzar en su desarrollo personal y profesional:

“O sea, yo sé que no es la culpa de mi hijo y nunca lo voy a pensar así, si, sino que siempre lo he pensado, que es como mi decisión por bueno, o sea, por más bien por no analizarlo y no tomar las decisiones, a lo mejor en el tiempo adecuado. Este cómo te digo, pues no fue planeado mi embarazo y sí fue como este, pues difícil no, porque ya no iba a ser lo mismo, ya a lo mejor ya yo sabía que mis planes que tenía de a lo mejor terminar la carrera, buscar un trabajo, pues ya no iba a ser lo mismo porque pues ahora tenía que adaptarme ¿no?, no mi hijo a mí, sino yo adaptarme a él, este y pues ver cómo, cómo le iba a hacer ¿no? para, pues para el empleo, para a lo mejor sí, yo me quería salir de aquí para vivir independiente o así, yo sabía que ya iba a ser, pues un tanto más complicado y más que nada porque pues como te digo, como soy más soltera, el papá de mi niño jamás se hizo cargo de él, tampoco es como que lo vea y no tengo tampoco ese apoyo, de a lo mejor ah, pues a lo mejor este unos días tú lo cuidas unos días, yo lo cuido, o sea, tampoco. Sí fue pues más difícil y sí se me ha hecho muy difícil este, pues más que nada a buscar un empleo de lo que yo este estudié” – Itzel.

Este testimonio ilustra las dificultades que enfrentan muchas madres solteras al tratar de encontrar un empleo adecuado, especialmente cuando no cuentan con el apoyo del padre de su hijo.

Desde la perspectiva de Lizethe, la maternidad implica cambios profundos que trascienden las expectativas personales y profesionales, sin importar la preparación previa o el cumplimiento de ciertos estándares sociales como tener una buena educación, estabilidad económica o una carrera exitosa. Ser madre representa un "antes y un después" en la vida de una mujer, ya que transforma no solo las prioridades, sino también la forma en que se experimenta la realidad. Este testimonio refleja cómo la maternidad reconfigura la vida de las mujeres, afectando

no solo su desarrollo personal, sino también su carrera profesional. Como ella misma menciona:

“Mhm, pues siento que, sí hay siempre todo, como que yo he pensado que, aunque tengas como, terminado una carrera obtengas como todos los estándares para ser mamá, a un cierto punto y considero que casi está 100% preparado, siempre va a haber como cambios, o sea, aún, yo tengo todo, todo lo que te exigen, no como dicen, porque es que ya tienes una carrera, es porque ella trabaja, ya tienes buena, a lo mejor situación económica, estabilidad, una pareja, pero aun así, yo considero que con siempre, siempre el ser mamá va Liz a detener, como como todas estas, este no sé, le llaman las expectativas, pero aunque tengas todo ya, esto va a haber cambios que van a poner un antes y un después, porque muchas veces como mamá, pues aunque hayas tenido un buen trabajo y tengas no sé, por ejemplo, incapacidad, que regresas con bueno te dan como te dan, es ese trabajo de mis sueños y haya sido algo que yo siempre quise, el ser mamá, yo siento que cambia completamente la realidad y se comió completamente como pues esas expectativas” – Lizethe.

Sin embargo, la adaptabilidad no siempre es vista de manera positiva o sencilla, como lo ilustra Guadalupe. Para ella, tomar decisiones sobre nuevas oportunidades laborales requiere una mayor consideración y responsabilidad debido a su rol como madre. Esto contrasta con las expectativas de flexibilidad que pueden tener quienes no son madres. Guadalupe explica que la maternidad limita su capacidad para tomar decisiones impulsivas o actuar con rapidez ante nuevas ofertas de trabajo, pues ahora debe contemplar factores adicionales como el cuidado de su hijo, los horarios de la guardería y la logística del traslado. Su testimonio refleja cómo la maternidad añade capas de complejidad a las decisiones laborales, condicionando tanto las oportunidades disponibles como la libertad para tomarlas.

“Sí, porque es como te decía un rato, yo no puedo tomar decisiones tan arrebatadas, ¿no?, como el hecho de decir ah ok, me están ofreciendo un trabajo ahorita en Guadalajara me voy porque tengo que ver el tema de la

guardería y joven, estar mis horarios y donde voy a vivir y qué tan lejos me cae la guardería y qué tan lejos me cae el trabajo, o sea, tengo que ver ya otro otros temas ¿no?” – Guadalupe.

Nadia amplía la noción de las (Des)Oportunidades en la adaptabilidad, al destacar cómo las responsabilidades de ser madre soltera han afectado sus oportunidades laborales. Aunque ha trabajado de manera independiente durante más de una década, menciona que la falta de apoyo y el tener que estar presente para sus hijos la han llevado a rechazar ofertas laborales atractivas. La maternidad, en su caso, implica priorizar la crianza de sus hijos por encima de su desarrollo profesional. "He tenido que rechazar oportunidades laborales porque ser madre soltera me impide tomar ciertos horarios". Nadia subraya la dificultad de equilibrar las demandas laborales con la vida familiar, especialmente cuando no se cuenta con una red de apoyo cercana, lo que refleja cómo el rol de madre puede restringir el acceso a ciertos empleos que, de otro modo, habrían sido una opción viable para su desarrollo profesional.

"[...], Después de mi segundo embarazo, mi contrato de tiempo determinado no fue renovado, aunque dijeron que era por falta de recursos, lo cual no era cierto. Decidí no volver y desde hace 10 u 11 años trabajo de manera independiente. He tenido que rechazar oportunidades laborales porque ser madre soltera me impide tomar ciertos horarios. Si aún viviera con el padre de mis hijos, tal vez habría podido aceptar esos trabajos, pero siendo la única responsable de llevar a mis hijos a la escuela y cuidarlos, no es posible. Me he dado cuenta de que es una cosa por otra: elijo estar presente con ellos y esa es mi prioridad, [...].” – Nadia.

La adaptabilidad laboral en la maternidad refleja una constante negociación entre el desarrollo profesional y las responsabilidades familiares. Las madres entrevistadas, desde Madai hasta Nadia, ilustran cómo la maternidad impacta profundamente en las trayectorias laborales, obligándolas a tomar decisiones que equilibran sus roles como cuidadoras y trabajadoras. Algunas, como Madai, han encontrado oportunidades que les permiten ajustar su vida laboral a las necesidades de sus

hijos, mientras que otras, como Nadia, han tenido que renunciar a ofertas atractivas por la imposibilidad de cumplir con los horarios exigidos debido a su rol de madre soltera. En este contexto, autores como DiGirolamo & Snyder (2008), señalan que la adaptabilidad en la maternidad implica retos importantes, ya que las mujeres deben enfrentar expectativas sociales y laborales que frecuentemente limitan su crecimiento profesional. Esta sección pone de manifiesto que la maternidad no solo transforma las expectativas personales, sino también las profesionales, destacando la importancia de crear entornos laborales más flexibles que faciliten la conciliación de ambos aspectos de la vida de las mujeres.

5.1.4.2. Adaptabilidad al Cambio

La adaptabilidad al cambio es un factor clave en la experiencia de la maternidad, ya que las madres enfrentan desafíos constantes que requieren flexibilidad y ajustes en diversos aspectos de su vida. Según DiGirolamo, & Snyder, (2008), la capacidad de adaptarse a nuevas circunstancias y contextos es fundamental para el bienestar de las mujeres, particularmente en su rol como madres, ya que la maternidad implica no solo cambios biológicos, sino también transformaciones sociales, laborales y emocionales. En el caso de las mujeres entrevistadas, la adaptabilidad al cambio se manifiesta en dos niveles principales: la modificación de prácticas de crianza hacia estilos más respetuosos y menos violentos y la capacidad de ajustar sus actividades laborales y sociales a las demandas de su nuevo rol. Esta adaptabilidad no se limita únicamente al ámbito social, pues varias madres mencionan que la transición a la maternidad incluye también una adaptación a los diversos cambios físicos que implica la gestación, los cuales afectan tanto su cuerpo como su salud mental y emocional. Esta adaptación física se entrelaza con la necesidad de reorganizar sus rutinas y prioridades en un periodo de transformación profunda. En esta sección se explorará cómo estas madres han enfrentado las oportunidades y desoportunidades que surgen a partir de la necesidad de adaptarse al cambio, analizando cómo estas experiencias impactan su calidad de vida y su relación con su entorno familiar y laboral.

Itzel describe las complicaciones que ha enfrentado al ejercer la crianza mientras vive con su familia, lo cual resalta la tensión entre el apoyo recibido y las interferencias en las decisiones de crianza. Aunque agradece la ayuda de sus familiares, especialmente cuando estaba estudiando y su madre cuidaba de su hijo, señala que conforme él ha ido creciendo, han surgido conflictos por la falta de respeto a sus decisiones como madre. Esta situación refleja cómo la convivencia con otros adultos en el hogar puede influir negativamente en la coherencia de la crianza, al recibir señales contradictorias. Por un lado, Itzel establece normas claras para su hijo, como limitar el tiempo frente a la televisión, pero, por otro lado, su familia a veces interviene con opiniones contrarias, lo que crea tensiones que complican su autoridad como madre. Estas experiencias ilustran la necesidad de adaptación no solo a las demandas emocionales y sociales de la maternidad, sino también a las dinámicas familiares que interfieren en la crianza, obligándola a mantener un delicado equilibrio entre el respeto por sus propias decisiones y la convivencia con sus seres queridos

“Pues antes, cuando mi niño estaba un poco más pequeño, siento que sí me respetaban más, eso es, aparte de que a lo mejor yo lo dejaba, pues a cargo de mi mamá, porque era cuando yo estudiaba y este a lo mejor sí, yo le decía, no, hoy no puedes ver televisión, y él me obedecía, y aparte ellos le decían - No, tu mamá dijo que no, dijo que una hora -, hasta ahí ya, conforme mi niño fue creciendo como que siento que como que se quisieron como meter más, en ese tema y de repente, si ya estaban como los conflictos y decían, -¿pero es que por qué no lo dejas?- Y yo decía no, pues es que a lo mejor este me hizo un berrinche, un ejemplo y por eso no lo estoy dejando y ellos no, pero pues es que está chiquito, pero pues es que está aburrido, yo decía, no, es que ya dije que no y ya de ahí, o sea, no era tanto como que peleara con ellos, pero sí veían mi molestia y ya, pues ellos igual se molestaba. ¿No? A lo mejor ya me hacían caso, ya respetaban mi decisión, pero ya terminábamos molestos de ambas partes” – Itzel.

Itzel ejemplifica esta capacidad de adaptación al cambio al reflexionar sobre su experiencia de crianza, identificando aspectos que no le agradaban de su propia infancia y buscando no replicarlos con su hijo. Esta conciencia le ha permitido ejercer una crianza más respetuosa, aprendiendo de sus errores y tomando decisiones más reflexivas. A diferencia de quienes dicen "no quiero ser como mis padres", Itzel no adopta esta postura tajante, sino que se enfoca en analizar qué aspectos de su crianza no le parecieron adecuados y busca modificarlos en su propia práctica como madre. Ella misma reconoce que, aunque en ocasiones pueda equivocarse, está abierta a rectificar y a disculparse con su hijo cuando es necesario. Esta actitud de autoevaluación y mejora continua refleja una adaptación dinámica y consciente a los retos de la maternidad, buscando romper con patrones tradicionales de crianza que no considera saludables.

“Pero más que nada me he basado como en lo que a lo mejor en lo que yo viví desde mi infancia, este y no era no es tanto como lo que luego escucho que mencionan, no, no voy a ser igual que mis papás, yo nunca lo he dicho, no, pero sí. Es como fijarme en lo que a mí no me gustaba, no me gusta y de cómo fue mi crianza y tratar de no replicarlo. Sí, sé que hay cosas, a lo mejor que ya después las hago y ya después digo, pues es que no estuve bien, ¿no? Pero este, a lo mejor, tratar de no volver a hacerla, si a lo mejor este estuve mal y sé que puedo como explicarle a mi hijo oye, este discúlpame, ¿no?” – Itzel.

Un aspecto clave dentro de la adaptabilidad al cambio en la maternidad es el desafío de equilibrar las expectativas sociales y personales en torno a la crianza. Carolina, una de las madres entrevistadas, pone de manifiesto la importancia de ser flexible, reconociendo que no existe un enfoque único que funcione para todas las madres o todos los hijos. Ella menciona que los niños tienen diferentes temperamentos y lo que puede funcionar en un caso específico puede no ser eficaz en otro. En este sentido, Carolina destaca la necesidad de no obsesionarse con la perfección en la crianza, permitiendo a las madres adaptarse al temperamento y necesidades individuales de sus hijos para disfrutar el proceso desde el principio.

Sin embargo, a pesar de esta flexibilidad, Carolina enfatiza que la educación de los hijos sigue siendo una responsabilidad ineludible para las madres. Ella señala que, aunque educar es agotador y frustrante en ocasiones, no se puede abandonar este rol, ya que es crucial tanto para el bienestar de los hijos como para la cohesión social. Carolina expresa que el acto de educar no es opcional, incluso ante el cansancio extremo o las dificultades, y que las madres deben continuar corrigiendo actitudes y comportamientos de sus hijos para evitar la perpetuación de patrones negativos. A su juicio, la educación sigue siendo una labor que recae principalmente en las madres, a pesar de los avances en igualdad de género. Esta reflexión pone de manifiesto la dualidad que enfrentan las madres: por un lado, la necesidad de adaptarse a las circunstancias y, por otro, la presión de cumplir con su rol educativo en un contexto que a menudo espera más de ellas que de los padres.

Este balance entre la flexibilidad en la crianza y la persistencia en el rol educativo es un punto crucial que debe tenerse en cuenta al analizar cómo las madres enfrentan los retos de la maternidad y las (Des)Oportunidades en la adaptabilidad que surgen de esta experiencia.

“Que se guíen por lo que ellas consideran mejor, porque, pues también es, es porque cada niño es diferente, a lo mejor lo que a una mamá le funcionó con su hijo, eh, no va a funcionar con el mío porque los niños ya traen un temperamento y pues que ahí va a diferir, [...], Entonces, si hay alguna mamá con una situación así, este como la mía, de ser obsesiva y pues yo le diría eso que fuera más flexible desde el principio, que no sufra tanto y porque no, no todo va a salir bien, o sea, es forzoso que no todo va a salir perfecto con los hijos y que y pues qué hay que ir moldeándose hay que ir adaptándose para lograr disfrutar desde un principio este proceso y que en cuanto a la educación, que sí es algo que yo les sugiero a las mamás de mis alumnos, o sea, es muy cansado educar, o sea, a veces uno ya quisiera tirar la toalla [...], o sea, aunque sea muy cansado, aunque sea muy desgastante, lo tienes que hacer porque el educar no es opción ahí sí, o sea, no importa si mi mamá me lo dijo, no me lo dijo, pero yo sé que como miembro de una sociedad el

educar no es opción y lo hemos visto, o sea, este lo vemos en nuestro país y se está dejando mucho de lado, [...], pero tampoco es eso correcto, o sea, hay veces que hay que hacer las cosas y que hay que corregir las actitudes, las acciones, porque si no se van a repetir entonces, pues que no debemos de, de caer en esta labor, porque si es algo, o sea, desde antaño sí la educación le corresponde a la mamá, o sea, pues lo que es de conocimiento general y creo que sigue siendo, entonces sí es algo que por mucho feminismo que haya, por mucha igualdad, lo que sea, sí, la mamá tiene el deber de educar a los hijos lo mejor que se pueda, entonces pues sería eso”
– Carolina.

Lizethe presenta una perspectiva que resalta la complejidad de adaptarse a los múltiples cambios que implica la maternidad, especialmente cuando se compara con la vida previa a convertirse en madre. La transición no solo requiere aprender a criar a un bebé desde el inicio, sino también enfrentar una profunda transformación personal. Para Lizethe, uno de los mayores retos ha sido reconciliar su identidad anterior con su nueva realidad, sintiendo que la maternidad, en cierto modo, diluye otras facetas de su ser. Esta sensación de "perder" parte de su identidad, como profesional, hija, hermana y mujer, plantea un desafío en su esfuerzo por retomar esas áreas de su vida, pero ahora desde su rol como madre.

“Pues yo creo que los mayores retos, han sido adaptarme como a esta nueva realidad, que se vive como mamá, el adaptarme, el ir en aprendiendo, a pues a criar un bebé desde cero, y pues también como a volver a encontrarme como mi identidad, porque siento que pierdes un poquito como esa identidad que tienes antes de ser mamá, la del saber que yo, Liz, yo saberme como mujer, como, hermana, como hija, como como alguien que es parte, ¿no? O sea, en ese entonces, laboraba en una empresa como trabajadora, como profesional y como volver a retomar todos esos aspectos de mi vida, pero ya siendo mamá es algo que siento que es uno de los desafíos como más importante es que yo he tenido en mi maternidad” – Lizethe.

Las madres contemporáneas se enfrentan al reto de equilibrar su rol de cuidadoras con su vida profesional, encontrando formas de adaptarse a ambas responsabilidades. Con el tiempo aprenden a ser menos aprensivas y confiar en que sus hijos están bien cuidados, lo que les permite concentrarse plenamente en su trabajo sin dejar de cumplir con sus deberes como madres. Araceli ejemplifica esta transición, donde la adaptación a su rol laboral y de madre ha sido un proceso complicado pero efectivo.

“Pues yo trabajo en una escuela, entonces el horario laboral no es tan amplio, son 6 horas que me voy, nada más de casa. Entonces, conforme fueron pasando los días como que yo fui siendo menos aprensiva no, o sea, ya no preguntaba cada hora como estaba mi bebé, tal vez una vez al día, nada más mandado mensajito y todo cuando estoy en mi trabajo, pues me enfoco 100% en mi trabajo, si tengo un espacio, pues ya pregunto por él, cómo está y todo me informan cómo está también entonces, me siento que, hemos ido compaginando bien en el área laboral con mi papel de ser mamá”. – Araceli.

Una visión similar comparte Mercedes, quien inicialmente pensaba que la maternidad sería solo una actividad más dentro de su rutina diaria, pero pronto descubrió que implica una responsabilidad mucho mayor. Su experiencia refleja cómo la maternidad transforma profundamente la perspectiva sobre el cuidado y la convivencia con los hijos. A continuación, se expone cómo Mercedes pasó de considerar la maternidad como una tarea más a integrar la crianza como una oportunidad única para formar vínculos significativos con seres independientes, incluso desde una edad temprana.

“El esquema de cómo pensé que iba a ser mamá, cambió totalmente porque antes pensaba en esta parte de, pues solo hay como otra actividad que hacer ¿no?, o sea, trabajo, trabajo, voy al consultorio, salgo, ah y soy mamá, pero ya cuando nace la bebé y yo sigo aun en mi cabeza pensando eso, por ejemplo, Atzuri nació un martes, yo el jueves fui a trabajar a la universidad, ¿no? El mismo martes iba a ir a trabajar saliendo del hospital, estaba como

a 15 minutos de empezar mi clase y yo iba a ir, o sea, yo no tenía un tema, no como en esta cabeza mía de decir solo es otra actividad más que se incorpora a mi vida. Conforme va avanzando el tiempo, el tema cambia totalmente y entonces ahora es al revés, ahora es ser mamá implica tener la oportunidad de convivir con seres que son tu responsabilidad, que son sujetos de amor y que son independientes, son independientes, aunque sean chiquitos, aunque sean muy, muy pequeños". – Mercedes.

Madai ofrece una perspectiva distinta al abordar los cambios que la maternidad trae a la vida social. A pesar de las responsabilidades adicionales, ella ha logrado mantener las actividades que disfrutaba antes de ser madre, como salir con amigos o asistir a eventos. No obstante, ha tenido que enfrentarse a las expectativas sociales que frecuentemente limitan a las mujeres en su rol de madres, mientras que los padres no suelen ser juzgados de la misma manera. Con el tiempo, Madai ha aprendido a equilibrar sus responsabilidades laborales, familiares y personales, desafiando los estereotipos tradicionales y ajustándose a esta nueva etapa de su vida.

"Socialmente, muchas cosas cambian cuando eres mamá, pero para mí no ha sido frustrante no poder salir o ir a fiestas. Tengo amigos que también son padres, y ahora nos reunimos y nuestros hijos conviven. Antes de tener a mi hija, viví experiencias como ir a conciertos o bailes, y aún lo hago. Al principio, cuando me convertí en mamá, sí escuché comentarios como -ya no puedes hacer eso porque eres mamá-, lo cual me molestaba, ya que esos comentarios no se hacen a los hombres. Poco a poco esa mentalidad ha ido cambiando, y creo que ven el esfuerzo que hago para que a mi hija no le falte nada". – Madai.

La adaptabilidad al cambio emerge como un proceso complejo y multifacético en la experiencia de las madres entrevistadas, reflejando tanto los retos como las oportunidades que la maternidad trae consigo. A lo largo de sus testimonios, las participantes muestran cómo han tenido que ajustar sus expectativas y maneras de crianza para responder tanto a las exigencias familiares como a las dinámicas

sociales y personales que acompañan esta transición. Itzel, por ejemplo, resalta la dificultad de mantener el control sobre la educación de su hijo cuando otros familiares intervienen, mostrando la necesidad de adaptación en el contexto de la convivencia familiar. Lizethe, por su parte, destaca la pérdida temporal de identidad que muchas mujeres enfrentan al convertirse en madres, subrayando el desafío de reconectarse consigo mismas mientras asumen nuevas responsabilidades. Araceli y Mercedes abordan la reconciliación entre la maternidad y la vida laboral, describiendo cómo han encontrado un equilibrio entre ambos roles, aunque esto requiera ajustes continuos. Finalmente, Madai ofrece una visión de resistencia ante las expectativas sociales, desafiando los estereotipos que limitan a las madres en sus actividades y relaciones sociales.

Este recorrido evidencia que, como argumentan estudios sobre la maternidad y la adaptación (Ibarra, & González, 2010; Berlanga, Vizcaya-Moreno & Pérez-Cañaveras, 2013; Barrantes & Cubero, 2014; Muñoz & Ariza, 2021), la flexibilidad y el ajuste constante son clave para navegar la transición hacia la maternidad. Las madres no solo deben adaptarse a las demandas de la crianza y a las expectativas familiares, sino también a las transformaciones personales, sociales y laborales que enfrentan. Este proceso de adaptación pone de manifiesto la capacidad de estas mujeres para negociar múltiples roles y responsabilidades, mientras buscan nuevas formas de equilibrar sus vidas y desafiar las limitaciones impuestas por la sociedad.

VI. CONCLUSIONES

6.1. Hallazgos Principales

Uno de los aportes clave que es importante resaltar es sobre la evidencia de la agencia de las mujeres en contextos de desigualdad. A pesar de las barreras económicas, sociales y culturales, las madres participantes demuestran una capacidad notable para generar estrategias que transformen sus condiciones de vida, ya sea mediante la adaptabilidad laboral, la construcción de redes de apoyo o la renegociación de roles en el hogar.

Dentro del proceso de la investigación, se llevó a cabo la distinción de ciertos hallazgos clave, los cuales serán presentados a continuación, se trata de diez subcategorías, que responden a las tres categorías previas en el análisis de las narrativas, como son los aspectos materiales, inmateriales y (des)oportunidades, que, además se incluye una breve circunspección de las políticas públicas desde una perspectiva de los estudios para la paz y el desarrollo.

Categoría: Aspectos materiales

Subcategoría: Desigualdades en el ámbito laboral y de género.

Las madres participantes, como lo han referido, afrontan ciertas limitaciones laborales, debido a la poca flexibilidad de horarios, la ausencia de adaptaciones laborales para cubrir las necesidades de crianza y cuidados, así como tener que cumplir con un muy marcado desequilibrio entre las actividades del cuidado (tanto familiar como del hogar), así como de sus actividades laborales. Esto no exenta a las mujeres madres, que conviven con sus padres, a tener que cumplir con ciertas expectativas de género y sociales, que se tornan más exigentes, donde son mayormente cuestionadas sobre sus roles en el hogar y en su área de trabajo, así como tener que cumplir con la presión de llenar los ideales de estos mismos.

Categoría: Aspectos materiales

Subcategoría: Condiciones de vida influenciada por el tipo de convivencia familiar.

Las mujeres madres participantes, que viven con sus hijos, ya sea en casa propia o alquilada, suelen ser las únicas responsables económicas, dado que son madres solteras, - sin embargo, no existe mucha distinción de las que son casadas -, lo que las impulsa con mayor fuerza y presión a buscar empleos con ingresos suficientes y con horarios flexibles, lo que impone ciertas complicaciones en estos mismos. Existe un contraste con las mujeres madres que viven y conviven con otros familiares, donde si bien reciben apoyos en los cuidados de sus crías, deben lidiar con más conflictos, como son los métodos de crianza, donde hay ciertas discusiones, por el cómo se lleva a cabo este proceso, que en comparativa el cómo lo aplicaron en sus tiempo o como se les inculco, así como el uso del tiempo libre, además, se suma que en algunos casos son juzgadas por ser madres y seguir siendo dependientes de sus padres, o de su familia en general.

Categoría: Aspectos materiales

Subcategoría: Tipos de empleos.

Las madres que se encuentran laboralmente activas, de manera independiente, han referido que, aunque ganan autonomía y flexibilidad en sus horarios, pueden enfrentar mayor variabilidad en sus ingresos y también inestabilidad económica, lo que en consecuencia genera un incremento de la percepción del nivel de estrés, por la incertidumbre financiera. Por lo que han referido la necesidad de tener más de un empleo para poder solventar gastos y mantener un estilo de vida aceptable para ellas mismas.

Por otro lado, las madres que se encuentran laboralmente activas, dentro de un empleo formal, refieren tener mejor estabilidad financiera y accesos a beneficios laborales (seguro médico, guardería, vacaciones), pero han referido experimentar conflictos en relación con el horario de trabajo y las responsabilidades familiares, en especial, cuando los horarios escolares y laborales tienen discrepancias.

Categoría: Aspectos materiales

Subcategoría: Servicios educativos para la descendencia:

Las madres que han referido optar por una educación en alguna institución privada, con la finalidad de acceder a horarios más flexibles, han referido enfrentar la carga de cubrir la inversión educativa, lo que les limita en otros gastos necesarios. En algunos casos, este gasto puede comprometer su capacidad para mejorar su situación económica, ya que deben hacer ajustes en otras áreas para mantener el acceso a estos servicios.

Las madres que no pueden permitirse instituciones educativas privadas, deben hacer frente a los horarios inflexibles de la educación pública, lo que puede presentar una gran dificultad de conciliación con su jornada laboral, si es el caso.

Categoría: Aspectos inmateriales

Subcategoría: Expectativas sociales y su impacto emocional

Las madres participantes, refieren que deben enfrentar cientos de expectativas a consecuencia del género, teniendo un impacto directamente en su vida emocional, sintiéndose constantemente presionadas por las normas y los estereotipos de género y aún más por su rol de madres y si es el caso, se suma su rol de proveedoras, donde suelen ser juzgadas por no ser madres que dedican su vida y su tiempo en totalidad por sus descendientes, aun cuando se enfocan en su bienestar de sus crías, dejándose en muchos casos de lado, lo que en consecuencia, se puede percibir como un sacrificio maternal. Estos aspectos afectan sus emociones y su estado de bienestar, haciéndolas experimentar una carga emocional, que se vuelve adicional por cumplir tanto su rol de cuidadoras, con sus responsabilidades laborales.

Categoría: Aspectos inmateriales

Subcategoría: Carga emocional y psicológica por la carga múltiple:

Las mujeres madres que trabajan y asumen responsabilidades domésticas y de crianza, han comunicado sentirse sobrecargadas y con una percepción elevada en los niveles de estrés, ya que, además de su rol laboral, deben cumplir con las

expectativas sociales de ser “madres presentes y dedicadas”. Este aspecto presenta afectaciones a su salud mental y genera una presión adicional para cumplir con estos múltiples roles.

La falta de redes de apoyo emocional adecuadas exacerba el aislamiento emocional, así como las preocupaciones psicológicas. Algunas madres expresan que, sin un círculo de apoyo confiable, es más difícil sobrellevar el desgaste emocional que supone la maternidad. Catrona & Russell (1990), citados desde Atoum & Al-Shoboul, (2018, pp.7), refieren que el apoyo emocional es la necesidad de ayuda y de brindar seguridad en momentos estresantes, lo que se puede entender como la preocupación individual por el bienestar de los demás, como el lugar o el ser, al que las personas recurren para encontrar consuelo. Este hallazgo también es respaldado por la investigación que realizaron Reblin y Uchino (2018), quienes aclaran que las redes de apoyo, tanto sociales como emocionales, cumplen con un rol de protección para la salud de quienes están involucradas en esta red. En esta misma línea, Wright (2012), añade que una red de apoyo emocional brinda una disminución considerable del estrés percibido. Una señalización relevante es que, dentro de la identificación de las redes de apoyo, Clemente (2003, pp. 48), resalta que las mujeres evidencian redes de apoyo más amplias, con lazos más cercanos y que su función principal es actuar como apoyo emocional. Por lo que, como anteriormente presenté dentro de otra investigación, el deterioro de la salud mental, se ve influenciado por una pérdida de los aportes psicosociales, en las que se pueden incluir los factores económicos, la seguridad física, la pérdida del empleo, la angustia por el futuro, así como la pérdida de una posición social, que la persona valora, en la que se pueden incluir las redes de apoyo de las personas, Olguín-Molina (2022, pp.23).

Categoría: (Des)oportunidades

Subcategoría: Estrategias de adaptabilidad (oportunidades y obstáculos)

Muchos casos de mujeres madres ven en la maternidad una gran oportunidad de desafiar patrones de crianza tradicional, ya que esta conlleva diversas violencias, al optar por una crianza positiva, adicionan así, incluso de manera inconsciente, a una

cultura de paz, por medio de la educación para la paz, en la que no se enseñan, comparten y perpetúan las desigualdades por género, si no que se enseña en pro del respeto, la justicia, la equidad y la igualdad, a pesar de esto se pueden encontrar como diversos obstáculos y desafíos, como puede ser la propia convivencia con otros familiares, o con generaciones más veteranas, donde estas, prefieren su crianza y educación tradicional, lo que puede marcar interferencias en su deseo de establecer un estilo de crianza propia. Asimismo, el tiempo y la dedicación que destinan a sus crías, las limitan en sus oportunidades laborales, y en algunos casos, han tenido que renunciar a sus empleos, o incluso tener que adaptarse a algunos empleos, no tan satisfactorios, -según sea el caso-, para poder cumplir con las demandas económicas, aun cuando estos mismos no cumplan con las expectativas salariales esperadas.

Categoría: (Des)oportunidades

Subcategoría: Estrategias de adaptabilidad (Convivencia multigeneracional)

En los hogares donde las mujeres madres han referido, que conviven con sus padres u otros familiares, se ha observado que estas mujeres, si bien reciben mejor apoyo en las tareas de cuidados de los hijos, en consecuencia, experimentan una pérdida en la autonomía en la crianza. La presencia de otros familiares, con opiniones tradicionales acerca de la maternidad, puede llevar a conflictos que afectan la dinámica familiar y limitan la capacidad de las madres para decidir temas relacionados con la educación y crianza de los descendientes. La presión para continuar con las normas tradicionales de crianza, en estos casos, refuerza los estereotipos de género, que no solo impactan la relación madre-hijo, sino que también pueden influir en la autopercepción de las madres y su autonomía dentro del hogar.

Categoría: (Des)oportunidades

Subcategoría: Estrategias de adaptabilidad (resiliencia)

Aun cuando se hacen presentes los obstáculos, las madres han implementado estrategias de adaptabilidad en sus vidas. Por ejemplo, optan por empleos con

horarios flexibles y buscan ayuda en redes de apoyo informales (familiares, amistades, vecindarios). Algunas han considerado formarse en áreas que permitan mayor flexibilidad, con mejores ingresos, donde se destaca la importancia de la adaptabilidad laboral en su calidad de vida. En los casos en las que las mujeres madres, han tenido que renunciar a oportunidades laborales por el cuidado de sus crías, las madres encuentran formas de resiliencia, desarrollando habilidades y conocimientos que fortalecen su sentido de logro, y en efecto una mejora en su autoestima.

Categoría: Políticas públicas desde los Estudios para la Paz y el Desarrollo.

En el contexto de los estudios para la paz y el desarrollo, la necesidad de implementar y actualizar políticas públicas laborales en torno a la maternidad es esencial. Las políticas actuales en México, basadas en el modelo de la familia tradicional, han quedado obsoletas al no reconocer la diversidad de estructuras familiares actuales. Es crucial, por tanto, avanzar hacia políticas que reflejen y apoyen la diversidad de formas de maternidad y que reconozcan que, en muchas familias, las responsabilidades laborales y de cuidado son compartidas o recíprocas.

Las propuestas recientes se fundamentan en el convenio 156 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), cuya promoción ha sido limitada, dado que su adopción en México, a través de la NOM-R025-SCFI-2015, (INMUJERES, s.f.), sigue siendo opcional para los tratados y presenta vacíos en su implementación real. Esto coincide con los estudios de García (2016) y Hernández e Ibarra (2019), quienes sostienen que las políticas actuales son, en su mayoría, respuestas paliativas a los problemas estructurales en lugar de soluciones efectivas. García (2016, pp. 43) subraya que estas políticas no resuelven los conflictos entre las responsabilidades familiares y laborales, mientras que Hernández e Ibarra (2019, pp. 180) señalan que la flexibilidad laboral, aunque puede ser útil para las madres solteras, no soluciona el problema de fondo, ya que las mujeres siguen siendo las principales responsables del cuidado en el hogar.

A ello se suma la crítica sobre la prolongación de los horarios laborales, diseñada históricamente para un modelo de trabajo masculino que no concilia la vida familiar, contribuyendo a la exclusión de muchas mujeres en el ámbito laboral. Propuestas como la reducción de la jornada a 40 horas semanales y el fomento de entornos laborales que permitan la flexibilidad de horarios, se identifican como elementos clave para mejorar la calidad de vida y el bienestar de las madres trabajadoras, Mora (2017)

Finalmente, Sancho (2021, pp. 404) plantea la necesidad de "maternalizar" la sociedad, es decir, ver el cuidado como una responsabilidad compartida y no como una tarea exclusivamente femenina. Al considerar la inclusión de los hombres en los roles de cuidado, se puede avanzar hacia un modelo más equitativo y menos estigmatizado en cuanto a las responsabilidades de género, lo que abona a una cultura de paz.

6.2. Aportes a los Estudios sobre Maternidades

Este trabajo de investigación contribuye en el campo de estudio sobre maternidades ofreciendo una perspectiva contextualizada que articula las experiencias de las madres del Valle de Toluca con las desigualdades estructurales y los roles de género que moldean su cotidianidad. A diferencia de investigaciones previas que abordan la maternidad, esta se centra en las narrativas específicas de las participantes, destacando las barreras que enfrentan, así como las estrategias que aplican para superarlas.

Uno de los puntos en común con investigaciones previas, como las de Federici (2013), y Ehrenreich y Hochschild (2003), es en la invisibilización de los trabajos de cuidados, por lo que, en conjunto con estas perspectivas, este trabajo visibiliza como las mujeres madres asumen estas responsabilidades en condiciones de desigualdad lo que refuerzan los patrones tradicionales de género.

Sin embargo, esta investigación se distingue por resaltar la agencia de las mujeres, es decir, su capacidad de transformar las barreras estructurales en oportunidades. Por medio de las estrategias como son, la búsqueda de empleos flexibles la

adopción de estilos de crianza alternativos y la negociación de roles familiares, las mujeres participantes demuestran que la maternidad no es únicamente un espacio de opresión, sino también, un ámbito donde se ejercen resistencias y se generan nuevas posibilidades. Este enfoque puede apreciarse como un complemento a los trabajos de Hays (1998) y Arendell (2000), que analizan las tensiones entre las expectativas culturales y la realidad cotidiana de las madres, pero no exploran tanto las estrategias de adaptabilidad.

Finalmente, esta investigación aporta al campo de los estudios sobre la maternidad al generar un enfoque integral que reconoce tanto las limitaciones como las capacidades de las mujeres en contextos de desigualdad. Al destacar las estrategias que emplean para enfrentar las barreras, se abre la posibilidad de reflexionar sobre políticas públicas y acciones sociales que promuevan un mayor reconocimiento y apoyo hacia las mujeres madres, particularmente en regiones con altos niveles de vulnerabilidad socioeconómica como en el Valle de Toluca.

6.3. Recomendaciones para Futuras Investigaciones.

Durante el desarrollo de esta investigación surgieron diversas dificultades, especialmente en la organización y el planteamiento de las historias de vida de los participantes. Si bien era importante escuchar las experiencias de las madres de manera cercana, se reconocerá que no siempre se podía disponer de su tiempo libremente, ya que esto podía llegar a ser una invasión. El análisis mostró que realizar entrevistas presenciales sería un desafío logístico y personal para muchas madres participantes. Por ello se recomienda adoptar un enfoque flexible mediante el uso de herramientas tecnológicas, permitiendo que las entrevistas puedan realizarse en horarios adaptados a la disponibilidad de cada participante, sin importar el día o la hora, ya que hay diversas dinámicas de acuerdo a si se atienden por la mañana o incluso en la noche.

Esta investigación también sugiere otras oportunidades que pueden enriquecer el estudio de la maternidad. Por ejemplo, explorar la maternidad desde la perspectiva de personas de distintos géneros, como madres transgénero, personas no binarias y otros géneros que también asumen roles maternos. Este enfoque, sugerido en un

congreso donde se presentó el proyecto, permitiría comprender cómo las expectativas y roles de género en torno a la maternidad son vividos y negociados en identidades no cisgénero. Investigar estas experiencias contribuiría a comprender cómo estas personas navegan por las normativas sociales, médicas y legales en torno a la maternidad.

Además, se recomienda abordar la maternidad desde una perspectiva multigeneracional, explorando el impacto de la convivencia familiar en la autonomía de las madres, en la dinámica familiar y en el desarrollo emocional de los hijos. Este enfoque permite comprender tanto los beneficios como los desafíos de esta estructura, brindando una visión amplia sobre las implicaciones de una maternidad compartida y adaptada a diversas generaciones.

Finalmente, se sugiere que las futuras investigaciones integren la perspectiva de los Estudios para la Paz y el Desarrollo, ya que este marco permite abordar la maternidad desde un enfoque que promueve una sociedad más equitativa, justa y no violenta. Incluir esta perspectiva puede contribuir significativamente a visibilizar y abordar los desafíos de la maternidad de manera integral, buscando mejorar el bienestar y la calidad de vida de las madres y sus familias.

“Para que las mujeres puedan experimentar plenamente la maternidad, es necesario redefinir las estructuras de poder y los roles de género que limitan sus oportunidades y sus derechos”.

– **Simone de Beauvoir**, en *El segundo sexo*.

VII. REFERENCIAS

- Aboites, G. (2022). Mujeres en Oaxaca. Una mirada desde sus relatos de vida. En Pobreza, participación laboral y empoderamiento económico de las mujeres en Oaxaca, México. ISBN: 978-607-506-450-5
- ACNUR. (s. f.). ¿Qué es la desigualdad y cómo superarla? | https://eacnur.org/es/blog/definicion-de-desigualdad-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst
- Aguilar, M.; Ojeda, N. e Islas, J. (2019). Independencia del ingreso económico materno y su relación con la socialización de género con hijos e hijas. *Culturales*, 7, e358. doi: <https://doi.org/10.22234/recu.20190701.e358>
- Althusser, L. (1974). Ideología y aparatos ideológicos de Estado. Ediciones Nueva Visión, Buenos Aires, en: <https://lobosuelto.com/wp-content/uploads/2018/10/Althusser-L.-Ideolog%C3%ADa-y-aparatos-ideol%C3%B3gicos-de-estado.-Freud-y-Lacan-1970-ed.-Nueva-Visi%C3%B3n-1974.pdf>
- Alzard Cerezo, D. (2020). La “buena madre”. Discursos y prácticas neoliberales. *Atlánticas. Revista Internacional De Estudios Feministas*, 4(1), 265–294. <https://doi.org/10.17979/arief.2019.4.1.4336>
- Amaro, V., (2017). Mitos. Simone de Beauvoir. Primera edición, Universidad Autónoma del Estado de México.
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: una definición integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35(2), pp. 161-164. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>
- Arendell, T. (2000). Concepción e investigación de la maternidad: los estudios de la década. *Journal of Marriage and the Family*, 62 (4), 1192–1207. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01192.x>
- Arendt, Hannah (2005), “El hombre: animal social o político”, en *La condición humana*, Paidós, Barcelona, 1993, 37-41 pp.
- Aristóteles (2000), "Libro Primero", en *La política*, Santa Fe de Bogotá, Panamericana editorial, 2000, pp. 35-65

- Ariza, M., y De Oliveira, O. (2004). Imágenes de la familia en el cambio de siglo. UNAM. Disponible en: https://ru.iis.sociales.unam.mx/bitstream/IIS/4389/8/imagenes_familiac.pdf
- Arroyo de Anda, J. G., Hernández Rodríguez, T. M., Hernández Willoughby, S., & Sepúlveda Ríos, I. J. (2023). Entre la maternidad y los estudios universitarios: un análisis del perfil y los retos que enfrentan las mujeres estudiantes de un centro universitario de la universidad de Guadalajara. RELEG. Estudios De Género en Latinoamérica 2023, 272-287. <https://doi.org/10.46990/iquatro.2023.09.4.23>
- ATLAS.ti Scientific Software Development GmbH. (2024). *ATLAS.ti (Version 2024) [Software]*. <https://atlasti.com>
- Atoum, A. Y., & Al-Shoboul, R. A. (2018). Emotional support and its relationship to Emotional intelligence. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 5(1) 7-16.
- Badinter, Elisabeth. (1980). *L'amour en plus. Histoire de l'amour maternel XVIIe-XXe Siècle*. Flammarion, París. ¿Existe el amor maternal? Historia del amor maternal. Siglos XVII al XX.
- Barragán Estrada, A. R., & Morales Martínez, C. I. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-118.
- Barrantes, K. & Cubero, M. (2014). La maternidad como un constructo social determinante en el rol de la feminidad. *Wímb lu*, 9(1): 29-42 / ISSN: 1659-2107
- Barroso (S.F.). Enfoques teóricos y metodológicos sobre las desigualdades sociales. En: <https://ctinobar.webs.ull.es/1docencia/DESIGUALDAD%20SOCIAL/2.3.%20TEOR%C3%8DAS%20MODERNAS.pdf>
- Basaglia, Franca, (1983). *Mujer, locura y sociedad*. Universidad Autónoma de Puebla
- Binstock, Georgina, & Näslund-Hadley, Emma. (2013). Maternidad adolescente y su impacto sobre las trayectorias educativas y laborales de

mujeres de sectores populares urbanos de Paraguay. *Papeles de población*, 19(78), 15-40. Recuperado en 02 de noviembre de 2024, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252013000400003&lng=es&tlng=es.

- Bisquerra, R. (2019). Educación Emocional Propuestas para educadores y familias, Cuarta edición, Desclée De Brouwer.
- Blanco, A. (2019). La Emoción y Sus Componentes. Universidad de Alcalá | Grupo LEIDE. En: <https://grupoleide.com/wp-content/uploads/2019/09/Ana-Blanco-La-emoci%C3%B3n-y-sus-componentes.pdf>
- Bordes, M. (2011). La noción de cultura en la sociología y en las teorías de la globalización. IX Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires
- Bornstein M. H. (2012). Cultural Approaches to Parenting. *Parenting, science and practice*, 12(2-3), 212–221. <https://doi.org/10.1080/15295192.2012.683359>
- Botero de Mejía, BE y Pico Merchán, ME (2007). Calidad De Vida Relacionada Con La Salud (CVRS) En Adultos Mayores De 60 Años: Una Aproximación Teórica. *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 12, pp. 11-24.
- Bourdieu, P. (2000). La dominación masculina. Barcelona. Anagrama
- Bourdieu, Pierre, (1986). “The Forms of Capital”, *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*, edited by J. G. Richardson. New York: Greenwood Press Pp. 241-258. https://www.ucg.ac.me/skladiste/blog_9155/objava_66783/fajlovi/Bourdieu%20The%20Forms%20of%20Capital%20_1_.pdf
- Brody, L. & Hall, J. (2008). Gender and Emotion in Context, in *Handbook Of Emotions*. Third Edition, The Guilford Press. ISBN 978-1-59385-650-2
- Cagigas Arriazu, Ana D. (2000) “El patriarcado, como origen de la violencia doméstica”. *Monte Buciero*, no. 5, pp. 307-315, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=206323>

- Campillo, F., (2000). EL TRABAJO DOMÉSTICO NO REMUNERADO EN LA ECONOMÍA. *Nómadas* (Col), (12), 98-115.
- Caparrós, M. (2019, 28 noviembre). ¿Qué es la igualdad? *The New York Times*.
<https://www.nytimes.com/es/2019/11/28/espanol/opinion/desigualdad-america-latina.html>
- Capdevielle, J. (2011). El Concepto De Habitus: “Con Bourdieu y Contra Bourdieu”. *Anduli*, N° 10, • 31-45 • ISSN 16960270
- Cardozo B., Myriam. (2013). Políticas públicas: los debates de su análisis y evaluación. *Andamios*, 10(21), 39-59. Recuperado en 08 de enero de 2024, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632013000100003&lng=es&tlng=es.
- Carrasco, Cristina (2016) “Sostenibilidad de la vida y ceguera patriarcal. Una reflexión necesaria” En: *Atlánticas. Revista Internacional de Estudios Feministas*. 1 (1), Pp. 34 – 57.
- Carrasco-Campos, Á., Martínez Fernández, LC, & Moreno Mínguez, A. (2013). REVISIÓN CRÍTICA DE LA MEDICIÓN DEL BIENESTAR DESDE UNA PERSPECTIVA INTERDISCIPLINAR: Hacia una propuesta de indicadores subjetivos y espaciales. *Prisma Social*, (11), 91-122.
- Castañeda, M. (2006). La antropología feminista hoy: algunos énfasis claves. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 48(197), 35-47. Recuperado en 24 de septiembre de 2023, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-19182006000200035&lng=es&tlng=es.
- Castellanos, R. (2005). Sobre cultura femenina (1.a ed.). Fondo de Cultura Económica.
https://enriquedussel.com/txt/Textos_200_Obras/Feminismo_filosofico/Cultura_femenina-Rosario_Castellanos.pdf

- Cepeda-Mayorga, I., Echenberg, M., & Ortiz Stern, A. (2019). La ética del cuidado para resignificar la ciudadanía. Una conversación con Irene Comins. *En-claves del Pensamiento*, XIII (26), 117-124.
- Chaplin T. M. (2015). Gender and Emotion Expression: A Developmental Contextual Perspective. *Emotion review: journal of the International Society for Research on Emotion*, 7(1), 14–21. <https://doi.org/10.1177/1754073914544408>
- Clemente, MA, (2003). Redes sociales de apoyo en relación al proceso de envejecimiento humano. Revisión bibliográfica La relación entre las redes sociales de apoyo y el proceso de envejecimiento humano. *Interdisciplinaria*, 20 (1), 31-60.
- Comins, Irene. (2003). La Ética del Cuidado como Educación para la Paz [Tesis Doctoral, Universitat Jaume I]. En <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/10455/comins.pdf>
- Congreso de la Unión (1995). Ley Del Seguro Social, Cámara De Diputados Del H. Congreso De La Unión, Secretaría General, en: <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/pdf/leyes/LSS.pdf>
- Connell, R. W. (2005). *Masculinities* (2nd ed.). University of California Press.
- Consejo de Investigación y Evaluación de la Política Social (CIEPS) (2024). Cifras que transforman, Bienestar para todos, en: <https://cieps.edomex.gob.mx/sites/cieps.edomex.gob.mx/files/files/Cifras%20que%20transforman/CIFRASQUETRANSFORMAN11SEPT2024.pdf>
- Consejo Nacional de Población (CONAPO) (2014). 27 de marzo, el consejo nacional de población cumple 40 años. En: http://www.conapo.gob.mx/es/CONAPO/27_de_marzo_El_Consejo_Nacional_de_Poblacion_cumple_40_anos?page=2
- Covarruvias, M. (2012). Maternidad, trabajo y familia: reflexiones de madres-padres de familias contemporáneas, *LA VENTANA*, (35), 183-217.

- Cummins R. A. (2005). Moving from the quality of life concept to a theory. Journal of intellectual disability research: JIDR, 49(Pt 10), 699–706. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00738.x>
- CUMMINS, RA y CAHILL, J. (2000). Avances en la comprensión de la calidad de vida subjetiva. Intervención Psicosocial, 9 (2), 185-198.
- D'Alessandro, M. (2016). *Economía feminista: cómo construir una sociedad igualitaria (sin perder el glamour)* (1.^a ed.). Penguin Random House. <https://www.legisver.gob.mx/equidadNotas/publicacionLXIII/Mercedes%20D%20Alessandro%20-%20Economia%20Feminista.pdf>
- Data México. (2024). Toluca: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México. En: <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/toluca?occupationSelectorGender1=gender2&redirect=true&workforceSelector=salaryOption&totalAndInformalJob=genderOption>
- Data México. (s. f.). Almoloya de Juárez: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad Pública | Data México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/almoloya-de-juarez?educationDegree2=academicDegree13&growthSelector1=growthPercentageOption&indicatorCensus=Economic+Unit&occupa>
- Data México. (s. f.). Lerma: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/lerma>
- Data México. (s. f.). Metepec: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/metepec-15054?redirect=true#health>
- Data México. (s. f.). San Mateo Atenco: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/san-mateo-atenco?redirect=true>

- Data México. (s. f.). Toluca: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/toluca>
- Data México. (s. f.). Zinacantepec: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/zinacantepec>
- De Beauvoir, S. (2023). *El Segundo Sexo* (1a. ed.). Buenos Aires: SIGLO XX. Séptima reimpresión, Penguin Random House.
- Del Pilar Martínez, M. (2024, 19 marzo). Llamam a México a ratificar el Convenio 156 de la OIT. *El Economista*. <https://www.eleconomista.com.mx/empresas/Llaman-a-Mexico-a-ratificar-el-Convenio-156-de-la-OIT-20240319-0051.html#:~:text=En%20el%20marco%20de%20mesa,mano%20de%20un a%20legislaci%C3%B3n%20adecuada>.
- Diario Oficial de la Federación. (2016). *Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016, Para la atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y de la persona recién nacida*. SEGOB. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5432289&fecha=07/04/2016#gsc.tab=0
- Diener, E. (1984). Bienestar subjetivo. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- DiGirolamo, A. and Snyder, V. N. S. d. (2008). Women as primary caregivers in México: challenges to well-being. *Salud Pública De México*, 50(6), 516-522. <https://doi.org/10.1590/s0036-36342008000600013>
- Educación media superior (2022). *Igualdad de género libro para docentes*. Secretaria de cultura y turismo del Gobierno del Estado de México. México
- Ehrenreich, B., & Hochschild, A. R. (2003). *Global Woman: Nannies, Maids, and Sex Workers in the New Economy*. New York: Metropolitan Books.

- El Colegio de la Frontera Norte (El Colef) (2022). Fecundidad en México del S. XX al S. XXI. *Colef Press* [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=nFu5QLq7gs4>
- Engels, F. (2017). El origen de la familia, la propiedad privada y el estado, edición digital.
- Esteban, M. (2011). CRÍTICA DEL PENSAMIENTO AMOROSO. Ballestera. España, ISBN: 978-84-7290-549-8.
- Facio, A., & Fries, L. (2005). Feminismo, género y patriarcado. *Academia: Revista Sobre Enseñanza del Derecho de Buenos Aires*, 1(6), 259-294. <http://repositorio.ciem.ucr.ac.cr/jspui/bitstream/123456789/122/1/RCIEM105.pdf>
- Fajardo Gómez, R. J., Vázquez-González, N. I.-C., Díaz Pérez, G., & Alcañiz-Moscardó, M. (2023). Construcción de paz desde la vida cotidiana a través del cuidado, relatos de madres de familia mexicanas de una comunidad rural en proceso de urbanización durante el confinamiento domiciliario. *Revista Latinoamericana Estudios De La Paz Y El Conflicto*, 4(8), 54–70. <https://doi.org/10.5377/rlpc.v4i8.16205>
- Farfán, R. (2009). “La sociología comprensiva como un capítulo en la historia de la sociología”. *Sociológica* 24(70): 203-214.
- Federici, S. (2010). Calibán y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria, Traficantes de Sueños, Madrid.
- Federici, S. (2013). Revolución en punto cero: trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas. 1º Edición, Traficantes de Sueños. <https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/Revolucion%20en%20punto%20cero-TdS.pdf>
- Federici, S. (2018). El patriarcado del salario. Críticas feministas al marxismo, Traficantes de Sueños, Madrid. ISBN: 978-84-948068-3-4
- Fernández, S. B., Vizcaya-Moreno, M. F., & Pérez-Cañaveras, R. M. (2013). Percepción de la transición a la maternidad: estudio fenomenológico en la provincia de Barcelona. *Atención Primaria*, 45(8), 409-417. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2013.04.004>

- Figueroa, Juan Guillermo, & Hernández, Tania. (2019). Hombres en profesiones de cuidado tradicionalmente feminizadas. *Papeles de población*, 25(100), 121-151. Epub 19 de junio de 2020. <https://doi.org/10.22185/24487147.2019.100.15>
- Fraser, N., & Butler, J. (2017). ¿REDISTRIBUCIÓN o RECONOCIMIENTO? UN DEBATE ENTRE MARXISMO y FEMINISMO (pp. 217-254) [New Left Review Ltd.,]. Traficantes de Sueños. https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/documentos_nlr_3_web_0.pdf
- Fregoso, A., (2009). Infancia y maternidad después de la Revolución: sus imágenes y representaciones a través de un diario tapatío (1917-1943), Nueva época, núm. 11, pp. 163-192. ISSN 0188-252x
- FRIEDAN, B. (2009). LA MÍSTICA DE LA FEMINIDAD (1.a ed.). Cátedra. <https://www.aelatina.org/wp-content/uploads/2020/12/la-mistica-de-la-feminidad-betty-friedan-1.pdf>
- Galindo, Mariana y Viridiana Ríos (2015) “Desigualdad” en Serie de Estudios Económicos, Vol. 1, México DF: México ¿cómo vamos?
- Gamboa Solís, FD, & Orozco Guzmán, M. (2012). De madres e hijas y nuevas maternidades. Revista de Estudios de Género. La ventana, IV (36), 50-86.
- García, Á. (2016). Madre sí hay más que una: cuidados, maternidad(es), paz y movimientos sociales [Trabajo final de Máster, Universitat Jaume I]. <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/166987>
- García, M., (2002). El bienestar subjetivo. Escritos de Psicología, 6, 18-39. Málaga, España.
- García-Alandete, J., (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. En-claves del Pensamiento, VIII (16), 13-29.
- Goffman, E. (1989). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Buenos Aires: Amorrortu. https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=+La+presentaci%C3%B3n+de+la+persona+en+la+vida+cotidiana&author=Goffman+E.&publication_year=1989

- Goffman, E. (1997). La presentación de la persona en la vida cotidiana. Amorrortu. Buenos Aires.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. LeLibros. Disponible en: <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Goleman, D. (2006). *Inteligencia social: La nueva ciencia de las relaciones humanas*. Casa aleatoria. Disponible en: <https://etikhe.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/08/goleman-daniel-inteligencia-social.pdf>
- Gómez Peralta, Héctor. (2005). Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas como una estructura conservadora. *Estudios políticos (México)*, (5), 121-144. <https://doi.org/10.22201/fcpys.24484903e.2005.5.37657>
- Gross, J. J., & Barrett, L. F. (2011). Emotion Generation and Emotion Regulation: One or Two Depends on Your Point of View. *Emotion review: journal of the International Society for Research on Emotion*, 3(1), 8–16. <https://doi.org/10.1177/1754073910380974>
- Guil, A., (1998). El papel de los arquetipos en los actuales estereotipos sobre la mujer. *Comunicar*, 11, pp. 95-100. España, en: <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/86718/018199930019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gutiérrez Capulín, R., Díaz Otero, KY y Román Reyes, RP (2016). El concepto de familia en México: una revisión desde la mirada antropológica y demográfica. *CIENCIA ergo-sum, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva*, 23 (3), 219-228.
- Harkness, S., y Super, CM (2020). Por qué comprender la cultura es esencial para apoyar a los niños y las familias. *Applied Developmental Science*, 25 (1), 14–25. <https://doi.org/10.1080/10888691.2020.1789354>
- Hays, S., (1998). "The Cultural Contradictions of Motherhood" / Las contradicciones culturales de la maternidad, Paidós, Barcelona.
- HÉRITIER-AUGÉ, F., (1991). La sangre de los guerreros y la sangre de las mujeres. *Alteridades*, 1(2), 92-102.

- Hernández Limonchi, MD, & Ibarra Uribe, LM (2019). Conciliación de la vida familiar y laboral. Un retorno para México. Iztapalapa, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades, (86), 159-184. <https://doi.org/10.28928/ri/862019/aot2/hernandezlimonchim/ibarrauribel>
- Hernández-Parra TG, Nachón-García MG. (2005). Conceptos básicos del embarazo prolongado: una revisión. Rev Med UV; 5(2):21-27. En: <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2005/muv052d.pdf>
- Hernández-Romero, Y., (2017). El enfoque morfogenético de Margaret Archer para el análisis de la cultura. Cinta de moebio, núm. 60, Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales, en: <https://www.redalyc.org/journal/101/10155005010/html/>
- Hochschild, A. (2012). The Managed Heart Commercialization of Human Feeling. ISBN 978-0-520-27294-1
- Hochschild, A. R., & Machung, A. (2012). *The second shift: Working families and the revolution at home* (Revised edition). Penguin Books.
- Holmes, M. (2008). Género y vida cotidiana (1.^a ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203929384>
- Ibarra Cisneros, Manuel Alejandro, & González Torres, Lourdes Alicia. (2010). La flexibilidad laboral como estrategia de competitividad y sus efectos en la economía, la empresa y el mercado laboral. *Contabilidad y administración*, (231), 33-52. Recuperado el 25 de septiembre de 2024, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-10422010000200003&lng=es&tlng=es.
- IMSS-BIENESTAR (s.f.). Programa IMSS-Bienestar. En: <https://www.imss.gob.mx/imss-bienestar>
- INEGI, (2003). Perfil sociodemográfico del área metropolitana de Toluca: XII Censo General de Población y Vivienda 2000. En: https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/historicos/2104/702825497095/702825497095_2.pdf
- INEGI. (2019). Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo (ENUT), Disponible desde: <https://www.inegi.org.mx/programas/enut/2019/>

- INMUJERES (2007). Glosario de género. Primera Edición, México D.F. En: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100904.pdf
- INMUJERES (s. f.). Norma Mexicana NMX R 025 SCFI 2015 en Igualdad Laboral y No Discriminación. gob.mx. <https://www.gob.mx/inmujeres/acciones-y-programas/norma-mexicana-nmx-r-025-scfi-2015-en-igualdad-laboral-y-no-discriminacion>
- INMUJERES. (2018). *Las Madres en Cifras*. gob.mx. [https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/las-madres-en-cifras#:~:text=Cuatro%20de%20cada%20diez%20mujeres,hijas%20o%20hijos%20\(68.2%25\)](https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/las-madres-en-cifras#:~:text=Cuatro%20de%20cada%20diez%20mujeres,hijas%20o%20hijos%20(68.2%25)).
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2020). *Censo de Población y Vivienda 2020*. INEGI. Recuperado de <https://www.inegi.org.mx>
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2015). Boletín estadístico. Cómo funcionan las redes de apoyo familiar y social en México. En Centro de Documentación (CEDOC) (BOLETIN/C735i). INMUJERES. Recuperado 1 de noviembre de 2024, de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101244.pdf
- Jiménez Figueroa, A., & Gómez Urrutia, V. (2015). Conciliando trabajo-familia: análisis desde la perspectiva de género. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 11(2), 289-302.
- Kilner, C., (director), (21 de agosto del 2022). *House of the Dragon* (Temporada 1, episodio 4) [Episodio de serie de televisión]. En Kilner, C., (director), Ryan Condal, George R. R. Martin y Miguel Sapochnik (guionistas), HBO (Productor), Warner Bros. Discovery; Warner Bros Entertainment.
- La Parra, D. & Tortosa, José María. (2003). Violencia estructural: una ilustración del concepto. *Documentación Social* 131. 57-72. En: <https://www.ugr.es/~fentren/Violen.pdf>
- Lagarde, M. (2005), *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*, (4.^a ed.).

<https://desarmandolacultura.files.wordpress.com/2018/04/lagarde-marcela-los-cautiverios-de-las-mujeres-scan.pdf>

- Lamas, M. (1994). Cuerpo: diferencia sexual y género. Debate Feminista, 10(5), p3-31. <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/2.-Cuerpo-Diferencia-sexual-y-genero.pdf>
- Lerner, G. (1990). *LA CREACIÓN DEL PATRIARCADO*. Crítica. <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/07/La-creaci%C3%B3n-del-patriarcado-Lerner.pdf>
- Lerner, S. & Szasz, I. (2008). Salud reproductiva y condiciones de vida en México, Tomo 1. El colegio de México.
- López, V. (2023). Aproximaciones teórico-conceptuales a la doble jornada laboral femenina. El caso de Guadalajara, Jalisco, México. *Ixaya. Revista Universitaria de Desarrollo Social*, 13(25), 97-123. <https://revistaixaya.cucsh.udg.mx/index.php/ixa/article/view/7767>
- Luhmann, Niklas (2007). *La sociedad de la sociedad*. Ciudad de México: Universidad Iberoamericana-Herder.
- Marcial Romero, Nila, Peña Olvera, Benjamín Valeriano, Escobedo Garrido, José Sergio, & Macías López, Antonio. (2016). Elementos objetivos y subjetivos en la calidad de vida de hogares rurales en Yehualtepec, Puebla. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 26(48), 277-303. Recuperado en 19 de noviembre de 2024, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572016000200277&lng=es&tlng=es.
- Marcús, J., (2006). Ser madre en los sectores populares: una aproximación al sentido que las mujeres le otorgan a la maternidad. *Revista Argentina de Sociología*, 4 (7), 100-119.
- Mazuera Arias, R., & Albornoz Arias, N. (2017). Maternidad adolescente, desigualdad social y exclusión educativa en el Norte de Santander (Colombia) y Táchira (Venezuela). *Espacio Abierto*, 26 (1), 121-137.
- Mead, M. (1994). *Adolescencia y cultura en Samoa*. Paidós. (México).

- Mendoza, M. (2019). *La Maternidad Como Decisión Y Construcción Social. El Segundo Sexo De Simone De Beauvoir*. Tlmatini. <http://humanidades.uaemex.mx/tlmatini/2019/12/19/la-maternidad-como-decision-y-construccion-social-el-segundo-sexo-de-simone-de-beauvoir/>
- Mijares, V. (2017). Influencia de la revolución mexicana en la familia, en: <https://victoriaenlafamilia.wordpress.com/2017/11/20/influencia-de-la-revolucion-mexicana-en-la-familia/>
- Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères. (s. f.). *Libertad, igualdad, fraternidad*. Francia Diplomacia - Ministerio para Europa y de Asuntos Exteriores. <https://www.diplomatie.gouv.fr/es/viajar-a-francia/particularidades-de-francia/simbolos-de-la-republica/article/libertad-igualdad-fraternidad>
- Mora Eguiarte, D., (2017). Horarios flexibles como estrategia para mejorar la productividad y reducir la rotación. *ACADEMO*, 4 (2), 55-62.
- Mosby, (S.F.). Diccionario de medicina, Edición en español: Oceano. España.
- Muñoz Zapata, Doris Elena, & Ariza Sosa, Gladys Rocío. (2021). Maternidades contemporáneas y redes sociales virtuales: "No era la única que estaba pasando por eso". *Trabajo social*, 23(1), 225-248. Epub October 28, 2021. <https://doi.org/10.15446/ts.v23n1.86615>
- Muñoz, F., (2001). *La paz imperfecta*. Granada: Instituto de la Paz y los Conflictos
- Nicolson, P. (1999). Loss, happiness and postpartum depression: the ultimate paradox. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*, 40(2), 162-178. <https://doi.org/10.1037/h0086834>
- Nussbaum, M. (2012). Creación de capacidades: el enfoque del desarrollo humano (1.a ed.). Paidós. <http://ciberinnova.edu.co/archivos/plantilla-ovas1-slide/documents-UCN-Canvas/teorias-contemporaneas-trabajo-social/lecturas/Crear%20capacidades.pdf>

- Nussbaum, M. C. (2000). *Women and human development: The capabilities approach*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511841286>
- Nussbaum, M. C. (2006). *Frontiers of justice: Disability, nationality, species membership*. Harvard University Press.
- Nussbaum, M. C., & Sen, A. K. (1993). The Quality of Life. En *Oxford University Press eBooks*. <https://doi.org/10.1093/0198287976.001.0001>
- Nussbaum, M. C., & Sen, A. K. (1993). The Quality of Life. En *Oxford University Press eBooks*. <https://doi.org/10.1093/0198287976.001.0001>
- Nussbaum, M., (1995). 'Human Capabilities, Female Human Beings', in Martha C. Nussbaum, and Jonathan Glover (eds), *Women, Culture, and Development: A Study of Human Capabilities* (Oxford, 1995; online edn, Oxford Academic, 1 Nov. 2003), <https://doi.org/10.1093/0198289642.003.0003>
- Nussbaum, Martha C. (2011). *Creating Capabilities: The Human Development Approach*. Harvard University Press.
- Ocañas Gallardo, Eunice Sarai, Garay Villegas, Sagrario, & Calderón Chelius, Miguel. (2023). Influencia de la educación y de la dinámica familiar en mujeres microempresarias de General Escobedo, México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13(26), e024. Epub 28 de agosto de 2023. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1427>
- Olguín Molina, H. (2022). Factores Psicosociales, Estrés Percibido y Estados Afectivos En Personas Desempleadas Durante La Pandemia De Covid-19. *Revista De Psicología De La Universidad Autónoma Del Estado De México*, 11(28), 10-29. Consultado de <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/20388>
- Oliveira, O., & García, B. (1994). *Trabajo femenino y vida familiar en México*. Centro de Estudios Demográficos y de Desarrollo Urbano.
- ONU MUJERES. (2018). *El trabajo de cuidados: una cuestión de derechos humanos y políticas públicas* (1.^a ed.). <https://mexico.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Mexico/D>

ocumentos/Publicaciones/2018/05/LIBRO%20DE%20CUIDADOS_Web_2M
ayo_final.pdf

- ONU NOTICIAS. (2019). ¿Qué es la desigualdad? | <https://news.un.org/es/story/2019/07/1459341>
- Orcasita Pineda, Linda Teresa, & Uribe Rodríguez, Ana Fernanda. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 4(2), 69-82. Retrieved November 01, 2024, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862010000200007&lng=en&tlng=es.
- Organización Internacional del Trabajo. (s.f.). *Convenio C156 - Convenio sobre los trabajadores con responsabilidades familiares, 1981 (núm. 156)*. https://normlex.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_INSTRUMENT_ID,P12100_LANG_CODE:312301,es
- Palomar Vereas, C., (2005). Maternidad: Historia y Cultura. *Revista de Estudios de Género. La ventana*, (22), 35-67.
- Palomar, C., & Contreras, K. (2024). Interrogaciones contemporáneas en torno a la maternidad (1.a ed.). Universidad de Guadalajara. http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/interrogaciones_contemporaneas_a_la_maternidad_ebook_x3a_0.pdf
- Peña Collazos, W., (2009). La Violencia Simbólica Como Reproducción Biopolítica Del Poder. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 9 (2), 62-75.
- Pereda, P. & Muro, V. (2021). Construcción simbólica y producción de sentido en la tradición de El Pueblito, Querétaro (México). *Estudios de Historia y Sociedad*, vol. 42, núm. 165, pp. 127-152. En: <https://www.redalyc.org/journal/137/13769249007/html/>
- Piqueras Rodríguez, J. A., Ramos Linares, V., Martínez González, A. E., & Oblitas Guadalupe, L. A. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*, 16(2), 85-112.

- Quilodrán, Julieta. (2008). Los cambios en la familia vistos desde la demografía; una breve reflexión. *Estudios demográficos y urbanos*, 23(1), 7-20. <https://doi.org/10.24201/edu.v23i1.1301>
- Reblin, M., & Uchino, B., (2008). Social and emotional support and its implication for health. *Current Opinion in Psychiatry*, 21(2), 201-205. <https://doi.org/10.1097/ycp.0b013e3282f3ad89>
- Requena Santos, F., (2000). Satisfacción, Bienestar Y Calidad De Vida En El Trabajo. Reyes. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, (92), 11-44.
- Restrepo. (2021). *Estigma y violencia*. Universidad de Antioquia. https://www.udea.edu.co/wps/portal/udea/web/inicio/udea-noticias/udea-noticia/!ut/p/z1/vZXdT8lwEMD_FX3gcemt67bucSIZIOFDGbC9mO5DqLJ2wATxr3eLJkYJDENqH_p597ve9dJDIZqhULAtn7OCS8GW5ToIrUfqNLHuEuiBRSxwrSExbewZ4wmg6S-BO90Ed9Qa9seD5vC2i1F4jj4caS6cp39EYOQYdfoTFKlwFkVeLFCQy3XBlq9JyhrANj9XC5mIn_OqvxKy4DFnmwbEUhSp4ImSpL63Zc5FGcMGpJuCzzOm7bUtl8tUIMeVzTzmCQpwRAkj1NEg1UEjjsm0iJBEG0SPU52YNlroaR8rJ8LTIZxW9o4TaBt_CfRHZkvHTegNOKYLRk7fHBpeBxPbOCAcVnPdLYLSC_vYHQwgaLrl6Q75Qq6zMvMe_hikdq0F80ILNXhbKd7DavG6WryhFE8ttXi1mUPVZs6AqMWrtT2BC_HdugpQljj-vFqFblKHqq_8rUCzfysEeeb7fkaNvfZy336_6WteM6K78VNWM-x37vUH2wRW2w!!/#:~:text=el%20estigma%20ejerce%20una%20violencia,de%20la%20eliminaci%C3%B3n%20del%20otro.
- Rich, Adrienne. (2019). *Nacemos de mujer. La maternidad como experiencia e institución*. Traficantes de Sueños.
- Rivera, J. (2021). *Maternidades subversivas: mujeres construyendo paz en su maternar*. <http://hdl.handle.net/20.500.12209/17076>.
- Roa, G. (2018). Aspectos ideologizantes de las familias representadas en los largometrajes dominicanos: Nueva Yol 1 (1995) y Yuniol 2 (2007), *Ciencia y Sociedad*, vol. 43, núm. 2, pp. 35-59, Doi: <https://doi.org/10.22206/cys.2018.v43i2.pp35-50> en:

<https://www.redalyc.org/journal/870/87060120004/html/#:~:text=Parto%20de%20los%20postulados%20te%C3%B3ricos,intercambios%20verbales%20y%20no%20verbales.>

- Rojas, O. L. (2016). Mujeres, hombres y vida familiar en México. Persistencia de la inequidad de género anclada en la desigualdad social. *Revista Interdisciplinaria De Estudios De Género De El Colegio De México*, 2(3), 73–101. <https://doi.org/10.24201/eg.v2i3.4>
- Roqué Sánchez, MV, (2001). La calidad de vida, un mensaje cifrado. *Persona y Bioética*, 4-5 (12), 82-91.
- Rubin, G. (1986). "El tráfico de mujeres: notas sobre la "economía política" del sexo" *Nueva Antropología*. Vol. VIII.
- Rueda, Isabel; Chapoy, Alma; Chávez, Marina; Rodríguez, Patricia & González, María. (2010). Trabajo femenino: las nuevas desigualdades. UNAM, México. Clacso. En: <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Mexico/iiecunam/20110804043921/TrabFem.pdf>
- Ruvalcaba, J., (2016). "El capital en el siglo XXI", de Thomas Piketty. *Derecho Global*. 1, (3), ISSN 2448-5128. En: <https://www.scielo.org.mx/pdf/dgedj/v1n3/2448-5136-dgedj-1-03-181.pdf>
- Ryff, CD (1989). La felicidad lo es todo, ¿o no? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Saavedra, L., (2017). Género y salud: estudio sobre la doble jornada laboral en las mujeres y su relación con el autocuidado de su salud. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Sánchez-Bringas, Á., (2024). Ficciones de maternidad de escritoras mexicanas contemporáneas: apuntes preliminares, En: *Interrogaciones*

contemporáneas en torno a la maternidad (1.a ed.). Universidad de Guadalajara.

http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/interrogaciones_contemporaneas_a_la_maternidad_ebook_x3a_0.pdf

- Sancho M., (2021). *Maternajes (imperfectos) para hacer las paces. Una aproximación a la maternidad desde experiencias de resistencia al modelo hegemónico*. Doctorado de la Universitat Jaume I, España. <https://doi.org/10.6035/14106.2021.168560>
- Scott, J. (2013). El género: una categoría útil para el análisis histórico. 269-308. En el género la construcción cultural de la diferencia sexual. PUEG. México.
- Secretaría de Gobernación (2018). Revolución Mexicana, el gran movimiento social del Siglo XX. En: <https://www.gob.mx/segob/articulos/revolucion-mexicana-el-gran-movimiento-social-del-siglo-xx?idiom=es>
- Secretaría del Bienestar (s.f.). Programa de Estancias Infantiles para Apoyar a Madres Trabajadoras y/o Padres Solos. En: <https://www.gob.mx/tramites/ficha/inscripcion-al-programa-de-estancias-infantiles-para-apoyar-a-madres-trabajadoras-y-o-padres-solos/BIENESTAR60>
- Secretaria del Trabajo (s.f.). Programa De Desarrollo Social Salario Rosa Por El Trabajo. En: <https://strabajo.edomex.gob.mx/programa-salario-rosa-trabajo>
- Seligman, Martin. (2011). *Flourish*, (pp. 5-29), Free Press, New York.
- Sen, A. (1992). *Inequality reexamined*. Harvard University Press.
- Sen, A. (2009). *The idea of justice*. Harvard University Press.
- Sen, A., (2000a). *Desarrollo y Libertad*. Buenos Aires, Argentina.
- Sen, A., (2000b). El desarrollo como libertad. *Gaceta Ecológica*, (55), 14-20.
- Sen, A., (2002). Capability and Well-Being, in Martha Nussbaum, and Amartya Sen (eds), *The Quality-of-Life* <https://doi.org/10.1093/0198287976.003.0003>

- Shields, SA, MacArthur, HJ y McCormick, KT (2018). La identificación de género de las emociones y la psicología de las mujeres. En CB Travis, JW White, A. Rutherford, WS Williams, SL Cook y KF Wyche (Eds.), *Manual APA de la psicología de las mujeres: Historia, teoría y campos de batalla* (pp. 189–206). Asociación Estadounidense de Psicología. <https://doi.org/10.1037/0000059-010>
- Solana, M. (2020). Afectos y emociones. ¿una distinción útil? *Revista Diferencia(s)*, N. 10, pp. 29-40
- Suberviola 2019. La socialización diferencial emocional de género como factor predictor del carácter. *IQUAL. Revista De Género e Igualdad*, 2020, 3, 80-93 ISSN. 2603-851X DOI. <http://dx.doi.org/10.6018/igual.369611>
- UNESCO (2021). Mujeres en la educación superior: ¿la ventaja femenina ha puesto fin a las desigualdades de género?, en: <https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2021/03/Informe-Mujeres-ES-080321.pdf>
- United Nations. (s. f.). La Declaración Universal de los Derechos Humanos | Naciones Unidas. <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Urzúa, M. A., & Caqueo-Urizar, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto Quality of life: A theoretical review. *Terapia Psicológica*, 20(1), 61-71.
- Vaca-Trigo, I. (2019). Oportunidades y desafíos para la autonomía de las mujeres en el futuro escenario del trabajo. *Asuntos de Género*. <https://ideas.repec.org/p/ecr/col040/44408.html>
- Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life: Ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 1-36. Versión acortada reimpressa en: McGillivray, M. Y Clarke, M. (eds). <https://doi.org/10.1023/A:1010072010360>

- Victoria, Sau, (1981). *Diccionario Ideológico Feminista II* (1.^a ed., Vol. 2). [https://www.legisver.gob.mx/equidadNotas/publicacionLXIII/Victoria%20Sau%20-%20Diccionario%20Ideologico%20Feminista%20II%20\(1981\).pdf](https://www.legisver.gob.mx/equidadNotas/publicacionLXIII/Victoria%20Sau%20-%20Diccionario%20Ideologico%20Feminista%20II%20(1981).pdf)
- Vielma Rangel, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14 (49), 265-275.
- Villarreal Montoya, AL, (2001). Relaciones de poder en la sociedad patriarcal. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 1 (1), 0.
- Vivas, E., (2019). Mamá desobediente Una mirada feminista a la maternidad. Colombia.
- Waterman, A. (2003). Economics, Love, and Family Values Nancy Folbre and Jennifer Roback Morse on the Invisible Heart. *The Independent Review*, pp. 443– 453v. VII, n. 3, ISSN 1086-1653.
- Wright, K., (2012). Apoyo emocional y estrés percibido entre estudiantes universitarios que utilizan Facebook.com: una exploración de la relación entre las percepciones de las fuentes y el apoyo emocional. *Communication Research Reports*, 29 (3), 175–184. <https://doi.org/10.1080/08824096.2012.695957>
- Zabłudovsky, G., (2007). Las mujeres en México: trabajo, educación superior y esferas de poder. *Política y Cultura*, núm 28, pp. 9-41.
- Zamudio Sánchez, Francisco José, Ayala Carrillo, María del Rosario, & Arana Ovalle, Roxana Ivette. (2014). Mujeres y hombres: Desigualdades de género en el contexto mexicano. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 22(44), 251-279. Recuperado en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572014000200010&lng=es&tlng=es.

VIII. ANEXOS

ANEXO 1. La guía semiestructurada

I. Antecedentes Familiares y Personales:

Inicial	• ¿Para ti que significa ser madre? • Si pudieras encapsular esta experiencia en una sola palabra, ¿Cuál sería? • ¿Cómo expresas tú maternidad?
Influencia de género	• ¿Recuerdas si desde niña se te relacionaba con la idea de ser madre en el futuro debido a ser mujer?
Experiencias personales	• ¿Cómo percibías la maternidad mientras crecías? A lo largo de tu vida
Historia familiar	• ¿Podrías compartirme la historia de tu familia en relación con la maternidad? • ¿Qué papel han jugado las figuras maternas en tu vida?

II. Experiencia de la Maternidad

Transición a la maternidad	• ¿Podría describirme el cómo fue, cuando te enteraste de que estaba embarazada por primera vez? • ¿Qué expectativas tenías antes de convertirte en madre? • ¿Cómo han cambiado esas expectativas con la experiencia de la maternidad?
Realidades	• ¿Qué aspectos de tu vida han cambiado desde que te convertiste en madre?
Primeros años de crianza	• ¿Cuáles fueron los mayores desafíos que enfrentaste durante los primeros años de crianza? • ¿Cómo te adaptaste al nuevo papel como madre?

III. Cambios Sociales y Culturales

Evolución de la maternidad en la sociedad	• ¿Has notado cambios en las expectativas sociales sobre la maternidad desde que se convirtió en madre? • ¿Cómo crees que la sociedad actual percibe la maternidad en comparación con décadas pasadas? • ¿Cómo percibes tu calidad de vida desde que te convertiste en madre? • ¿Cómo has logrado equilibrar las responsabilidades laborales y familiares como madre? • ¿Cómo ha influido el apoyo de tu familia y amigos en tu experiencia como madre?
Desigualdades	• ¿Cómo se distribuyen las responsabilidades relacionadas con la crianza y el hogar en tu familia? ¿Has notado desigualdades en esta división? • ¿Siendo madre has experimentado desigualdades económicas o financieras relacionadas con la maternidad? • ¿Cómo ha afectado la maternidad tu carrera profesional? ¿Has experimentado desigualdades laborales relacionadas con ser madre? • ¿Cómo logras distribuir tus tiempos y actividades? Siendo madre, cuidados del hogar, los cuidados de la cría, actividades de su empleo, las actividades recreación social y/o familiar.
Impacto de la tecnología y los medios de comunicación:	• ¿Ha utilizado recursos como videos, tutoriales, experiencias, relacionadas con la maternidad? • ¿Cómo han afectado su experiencia?

IV. Reflexiones Personales

Aprendizajes y crecimiento personal:	• ¿Cuáles han sido sus mayores aprendizajes como madre?
---	---

Consejos para futuras generaciones	• ¿Hay algo que desearía haber sabido antes de convertirse en madre? • En tu propia experiencia ¿Qué consejos le daría a las futuras madres?
---	---

ANEXO 2. Consentimiento informado

NOMBRE (S)	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	PSEUDÓNIMO
Nombre de la investigación			
"Desigualdades en la calidad de vida de mujeres del valle de Toluca durante la maternidad: un análisis desde el género y las condiciones socioeconómicas".			
Comité tutorial			
José Javier Niño Martínez Vanessa Lizbeth Lara Carmona. Arlette Covarrubias Feregrino			
Nombre y apellidos del estudiantado			
Héctor Jesús Olguín Molina			
Programa de posgrado			
Maestría en Estudios Para La Paz y El Desarrollo			

MANIFIESTO

Yo, [Nombre del participante], declaro que he sido informado/a suficientemente sobre la finalidad de la investigación titulada **"Desigualdades en la calidad de vida de mujeres del valle de Toluca durante la maternidad: un análisis desde el género y las condiciones socioeconómicas"**, a cargo del estudiante **Héctor Jesús Olguín Molina**, en el marco de la Universidad Autónoma del Estado de México, así como de la metodología que será empleada en la misma.

Entiendo y acepto de manera libre y voluntaria participar en esta investigación y en las entrevistas que se realizarán para la misma, las cuales serán personales y privadas, acordadas por ambas partes, y tendrán como objetivo recabar información sobre mis experiencias y vivencias relacionadas con: crianza, maternidad y/o paternidad.

Reconozco que tengo el derecho de abandonar la colaboración en cualquier momento que lo desee, sin necesidad de dar explicaciones adicionales.

Acepto que las entrevistas sean grabadas para garantizar la precisión en la recopilación de información, y entiendo que posteriormente serán transcritas y analizadas con el fin de alcanzar los objetivos de la investigación.

Asimismo, salvaguardando siempre mi derecho a la intimidad, consciente de que los datos que se derivan de esta investigación puedan ser utilizados para fines de divulgación científica.

Estoy informado/a de que los datos incluidos en este formulario, así como toda la información obtenida a lo largo de las entrevistas, serán custodiados bajo la supervisión del estudiante Héctor Jesús Olguín Molina y su comité tutorial, garantizando la confidencialidad y el respeto hacia mí, persona y mis datos personales.

Entiendo que mi participación es voluntaria y que no recibirá compensación económica por mi colaboración en esta investigación.

Nombre, Fecha y Firma

Del participante

Lic. Héctor Jesús Olguín Molina

VoBo: Dr. José Javier Niño Martínez

Director de Tesis.

ANEXO 3. Criterios de inclusión

Para ser elegible para participar en esta investigación, los participantes deben cumplir con los siguientes criterios de inclusión:

Ser y/o considerarse madre

Ingresos: Variables

Tener por lo menos un (a) Hijo (a)

Nivel Educativo:

Edad: Debe tener entre 25 y 45 años.

Independientemente del nivel educativo alcanzado (desde estudios básicos hasta posgrado), todas las participantes son bienvenidas, incluyendo aquellas que no tienen estudios formales.

Zona de Vivienda: Valle de Toluca

Estado civil:

Casada

Soltera

Empleo:

Atención Médica:

Empleada: Sí

Recibe atención médica: Sí

Desempleada: No

Recibe atención médica: No

Ingresos:

Apoyo Social:

Ingresos: Fijos

Recibe apoyo social: Sí

Ingresos: No tiene

Recibe apoyo social: No

Por favor, tenga en cuenta que los criterios mencionados anteriormente son indispensables para la selección de participantes en la investigación.

Preguntas de control basadas en los criterios mencionados:

Nombre:

¿Se considera o es madre?

Edad:

¿Cuenta con empleo?

¿De qué tipo de empleo es?

Nivel educativo:

¿Cuenta con servicio de atención médica?

¿Qué tipo de ingresos tiene?

¿Cuenta con algún apoyo social?

Zona de residencia:

Número de Hijos:

Edad de sus hijos:

Estado civil:

Número telefónico de contacto:

¿Cuenta con disponibilidad para participar dentro de una investigación científica?, incluye entrevista (s).

Por favor, asegúrese de completar todas las preguntas con la información correspondiente antes de proceder con la participación en la investigación.

¡Gracias por tu colaboración!



Jesus Olguin



7 ago · 🌐

¡Hola a todos!

Espero que estén muy bien. Estoy en busca de su apoyo para una investigación como parte de mi maestría, el tema es sobre la Maternidad. Requiero entrevistar a mujeres que cumplan con las siguientes características:

- Ser y/o considerarse madre.
- Tener por lo menos un(a) hijo(a).
- Tener entre 25 y 45 años de edad.
- Vivir en alguno de estos Municipios: Almoloya de Juárez, Lerma, Metepec, San Mateo Atenco, Toluca, Zinacantepec.
- El estado civil, empleo y nivel educativo son indistintos.

Si conocen a alguien que cumpla con estos requisitos y esté dispuesta a participar en una entrevista, por favor háganmelo saber. Les agradecería mucho su ayuda.

¡Muchas gracias!



17

40 comentarios 8 veces compartido

ANEXO 5. Nube de frecuencia de palabras en ATLAS.TI (2024)

