



INSTITUTO DE INVESTIGACIONES
DR. JOSÉ MARÍA LUIS MORA

“EN EL ESPEJO DE MIS VÍNCULOS. EXPERIENCIAS DE MUJERES
MIGRANTES LATINOAMERICANAS CUIDANDO TRANSNACIONALMENTE
DESDE MÉXICO”

T E S I S

QUE PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE DOCTOR EN ESTUDIOS DEL
DESARROLLO. PROBLEMAS Y PERSPECTIVAS LATINOAMERICANAS

P R E S E N T A:

DAVID ARTURO SÁNCHEZ GARDUÑO

DIRECTORA: DRA. ITZEL MAYANS HERMIDA

CIUDAD DE MÉXICO

DICIEMBRE, 2024

Esta investigación fue realizada gracias al apoyo del Consejo Nacional de
Humanidades, Ciencias y Tecnología



Si la distancia sólo fuera
El mar extenso entre dos cuerpos,
Un barco haría el amor
Para surcarla.
Pero no es sólo el mar,
Distancia es *tiempo*,
Que es más grande que el mar,
No permanece
Como el espacio, inmóvil,
Va creciendo.



Arte de extranjería

Cabezas de Cera, ft. Juan Pablo Villa

Instituto

Mora



Índice de contenidos

Índice de figuras e imágenes	5
Agradezco a mi red de cuidados.....	6
Introducción.....	7
Planteamiento del problema	10
Justificación	14
Estructura de la investigación	20
CAPÍTULO 1. Antecedentes y disputas conceptuales en los cuidados	21
El clamor de Juana Álvarez	21
Familia patriarcal y subordinación de las mujeres	24
Desvalorización histórica del trabajo de las mujeres	27
Apropiación intensiva del trabajo de las mujeres.....	29
Trabajo de reproducción social.....	32
Surgimiento del cuidado como concepto y primera ola de teóricas	35
Críticas y surgimiento de la segunda ola de teóricas del cuidado	37
Organización social de los cuidados	41
Crisis de los cuidados y crisis de reproducción social	43
Migraciones y cuidados	45
Cadenas Globales de Cuidado.....	47
Cuidados transnacionales	50
Remesas sociales	51
Cuidados a distancia	52
Trabajo de parentesco.....	53
Conclusiones: recuperación de un marco conceptual para el análisis situado ..	55
CAPÍTULO 2. Cuidados y Migración calificada	58
Migración calificada y desarrollo.....	58
Migración calificada y discriminación.....	63
Migración calificada Sur-Sur.....	66
Políticas de retención y atracción de personas calificadas en México.....	69
Mujeres migrantes calificadas en México	72
Reflexiones finales sobre un modelo de desarrollo desigual y patriarcal.....	74

CAPÍTULO 3. El trabajo de cuidados, el uso del tiempo y la salud mental	77
Distribución desigual del trabajo de cuidados.....	77
Cuidados como un trabajo intensivo	80
Ventajas y limitaciones en los estudios del uso del tiempo.....	82
La salud mental como eje de estimación de las desigualdades	85
Contextos que intensifican los cuidados.....	88
Hallazgos en los estudios sobre los cuidados formales	89
La carga mental como modelo de análisis.....	92
Intensificación del desgaste en los cuidados informales.....	94
Salud mental en contextos migratorios	97
Conclusiones: recuperación de un modelo para el análisis situado.....	99
CAPÍTULO 4. Abordaje metodológico-epistemológico.....	102
¿Cómo me sitúo a mí mismo en esta investigación?.....	103
Interseccionalidad	108
Conocimientos situados.....	111
Participantes del estudio.....	113
Estrategia de investigación	115
Redes de cuidados.....	118
Pasteles del uso del tiempo.....	122
El tiempo no es sólo un parámetro	125
Conclusiones: limitaciones y balance de la propuesta metodológica.....	128
CAPÍTULO 5. Las protagonistas de esta investigación.....	133
Victoria: “Mi vida es el entrelazamiento con los otros”	134
Claudia: “A mí me sostienen las mujeres”	144
Blanca: “Yo me quito ese tiempo de mí misma para dárselo a ella”	154
Alina: “Estoy hasta la madre de echarle ganas”	163
Olivia: “No hago nada, soy mamá”.....	171
Mercedes: “Cambiaría el hecho de ser mamá”	179
Jimena: “Mis hijos son mi pensión”	188
Valentina: “No tener que estar negociando tu propia libertad”.....	196
Patricia: “Tú tienes la teta, tú te haces cargo”.....	201
A modo de cierre.....	208



CAPÍTULO 6. Una mirada transversal a las experiencias situadas	209
Migrar es cuidar(se)	209
El pivote del arraigo cuando el mundo gira.....	212
Sensibilidad y frontera. Delimitaciones culturales y de género	214
Determinantes psicosociales que agudizan los cuidados	221
Los costos ocultos de los cuidados.....	225
Factores protectores del cuidado colectivo y el autocuidado.....	230
Conclusiones.....	234
Ubicuidad de los cuidados	235
Trabajo de parentesco	237
Carga mental	239
A modo de epílogo.....	242
Referencias	244

Índice de figuras e imágenes

Figura 0.1. Mi <i>red de cuidados</i> en noviembre del 2024	6
Fig. 1. Línea del tiempo de diásporas académicas hacia México	68
Fig. 2. Modelo analítico de la carga mental para pensar el trabajo de cuidado	94
Imagen 1 y 2. <i>Redes de cuidados</i>	120
Imagen 3. Registro diario de tiempo	123
Imagen 4 y 5. <i>Pasteles del uso del tiempo</i>	124
Imagen 6. Tableros con instrucciones para la mañana: ' <i>¡Buenos días!</i> '.	145
Imagen 7. Red de cuidados de Claudia	146
Imagen 8. Pastel del uso del tiempo de Blanca	156
Fig. 3 Espacio de los cuidados transnacionales.....	214

Agradezco a mi red de cuidados que me sostiene y me permite sostenerla en reciprocidad e interdependencia. Agradezco todos los aprendizajes y la paciencia requerida para que den fruto. Me agradezco a mí también por guardar fuerzas para la siembra, la cosecha e incluso el luto.

Toda mi gratitud y admiración a mis maestras que formaron parte del comité de tesis, las doctoras Itzel Mayans Hermida, Alicia Márquez Murrieta, Mónica Guadalupe Chávez Elorza y Mónica Toussaint Ribot. A todas mis entrevistadas, imprescindibles compañeras de ruta y jornada: *este trabajo es suyo, es colectivo, acompañado por la vida que siempre migra y lucha por prevalecer.*

Celebro mi vínculo luminoso con quienes me orientan siempre con su ejemplo y presencia. Les llevo en mi corazón.

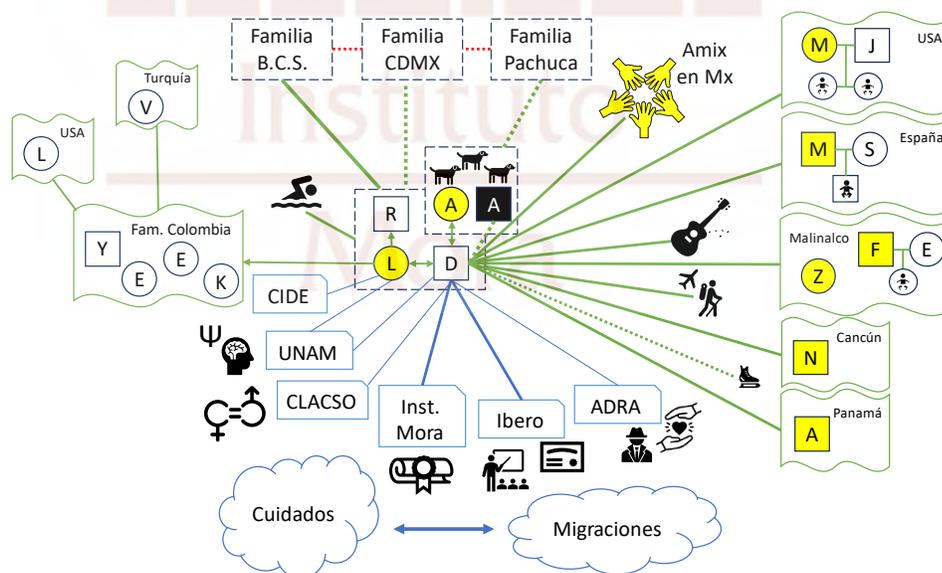


Figura 0.1. Mi red de cuidados en noviembre del 2024. Elaboración propia.

Introducción

El “cuidado” se ha ido al cielo en el terreno ideológico,
pero en la práctica se ha ido al infierno.

Arlie Hochschild, *La mercantilización de la vida íntima*.

Los *cuidados* emergen como un campo de investigación en los estudios de género que problematiza la manera en que organizamos la reproducción cotidiana de la vida. Esta organización resulta injusta, pues el trabajo de cuidados se encuentra desvalorizado y, mayoritariamente, es asignado a las mujeres. Esto constituye una extracción masiva de fuerza de trabajo, acarreando altos costos en términos de tiempo y salud para el colectivo femenino. Por consecuencia, las actividades imprescindibles para sostener la reproducción social y garantizar nuestro bienestar se convierten en escenario de nuevas modalidades de explotación laboral.

La problemática se complejiza en contextos de movilidad humana internacional, donde los flujos migratorios de personas calificadas inducidos por la reestructuración capitalista global, se conectan con la feminización de la migración y la internacionalización de los cuidados. La desvalorización de la fuerza de trabajo, en su condición migrante y feminizada, desnuda que la división sexual del trabajo trasciende fronteras y oculta círculos opresivos de asignación injusta de responsabilidades de cuidado, trascendiendo también los marcadores de clase social y nivel educativo.

Este proyecto tiene como propósito analizar la organización del trabajo de cuidados que realizan mujeres migrantes calificadas residentes en la Ciudad de México y explorar el impacto de la desigual distribución de trabajo no remunerado en su salud mental. A partir de esto, quisiera contribuir a dimensionar tanto la transferencia internacional de beneficios patriarcales como la portabilidad transnacional del sostenimiento de la vida. El enfoque se centra en mujeres migrantes calificadas provenientes de Latinoamérica, quienes se insertan (o insertaron) al mercado laboral remunerado mientras realizan dobles jornadas de trabajo no remunerado de reproducción social.



Para ello, desarrollo una investigación cualitativa, interseccional y con perspectiva de género que explora los flujos de migración calificada hacia México en el siglo XXI. Metodológicamente, propongo dos etapas: un abordaje interseccional del contexto que viven las mujeres en tanto migrantes calificadas y un ejercicio de estimación de la apropiación de su autonomía mental derivado de la multiplicidad de responsabilidades que sostienen en contextos transnacionales. Considero viable que este abordaje ofrezca claves para entender mejor los procesos de organización del cuidado en familias de mujeres migrantes, con la intención de analizar la desvalorización del trabajo de cuidados y el sobreesfuerzo que realizan dada la intersección de los ejes de género, lugar de origen y nivel de calificación.

Las desigualdades y potencialidades a las que apela este proyecto deben comprenderse desde una perspectiva de género. Parto fundamentalmente de los trabajos en torno a la conceptualización de los cuidados desde la economía feminista y la segunda ola de teóricas de los cuidados. Encuentro pertinente el abrigo teórico que ofrece la aproximación feminista a la explotación del trabajo reproductivo, el desarrollo posterior del paradigma de los cuidados, así como lecturas más contemporáneas desde el Sur global sobre la intersección de cuidados y migración calificada. Por último, esta investigación se alinea a las *tres erres del cuidado* que propone Amaia Pérez Orozco (2011), con la intención de, eventualmente, 1) redistribuir la responsabilidad de los cuidados en su dimensión colectiva, 2) revalorizar y dignificar el trabajo de cuidados esencial para el bienestar, y 3) reformular su asociación nociva con lo femenino y con la familia, como dicta el canon neoliberal-patriarcal.

En consonancia con lo expuesto, la guía de la perspectiva interseccional permite complejizar la coyuntura entre el país de origen y el estatus migratorio, la clase social y el nivel educativo, así como la condición sexogenérica de las personas, desdibujando los sistemas entrelazados de opresión que configuran los trabajos no remunerados de cuidados. Si bien es necesario descomponer las diferentes esferas para trazar una ruta analítica, debo insistir en que se trata de problemáticas multiescalares y profundamente imbricadas, caracterizadas por

crecientes desigualdades sociales y económicas que no pueden operar de forma separada. Esta constatación también apela al carácter situado del conocimiento, como lo plantea Donna Haraway (1991), el cual nunca se desliga de sus circunstancias específicas ni de la subjetividad de quienes lo emiten.

Con la finalidad de definir los parámetros de revisión de literatura, análisis y sistematización, he decidido trabajar en y desde las intersecciones entre los conceptos esenciales; a saber, migración calificada, mujeres migrantes, trabajos de cuidados y salud mental. Esta estrategia prioriza la búsqueda de investigaciones que conecten las líneas de discusión, es decir, que atiendan las intersecciones analíticas sin agotar la revisión bibliográfica por cada concepto. Sigo las recomendaciones de Olga Londoño, et al. (2016) para realizar un Estado del Arte que no se enuncia como universal, pero que sí permite la definición de los ámbitos principales de estudio.

A partir de la revisión de la literatura expuesta en los capítulos uno, dos y tres, he podido relacionar el presente proyecto de investigación con los siguientes campos de indagación: a) *Migración calificada de mujeres en Latinoamérica*, atendiendo en específico a los denominados flujos Sur-Sur (cuyo origen y destino es regional) y, con más detenimiento, el caso de México como país de atracción migratoria; b) *Cuidados transnacionales no remunerados*, distintos al trabajo doméstico y de cuidados remunerado y que se realizan «puertas adentro» entre personas que viven en países diferentes; y c) *Organización de los trabajos de cuidados y salud mental*, atendiendo la relación entre los diferentes arreglos familiares para asignar responsabilidades de cuidado y el posible deterioro en la salud mental debido a su saturación.

El propósito de esta estrategia es generar una revisión de la literatura que problematice la organización transnacional del trabajo de cuidados, en el contexto de México como país de destino. Estos campos de indagación se caracterizan por dar cuenta de crecientes desigualdades sociales y económicas, como la devaluación de la posición social de las mujeres, la desvalorización del trabajo (re)productivo, la feminización de la migración laboral en una modalidad forzada y

el ataque sistemático a las condiciones de vida que opera la reestructuración capitalista mundial en países de origen y destino.

Planteamiento del problema

Se entiende por *cuidado* todo aquello que hacemos para sostener, mantener o reparar la vida de manera que podamos habitar el mundo (Borgeaud-Garciandia, 2018). No es sólo una práctica cotidiana, sino también un derecho fundamental y un bien público necesario para el funcionamiento de toda sociedad (Nieves & Robles, 2016; Batthyány, 2015). Parafraseando la extensa literatura que existe al respecto, podríamos decir que *no hay vida humana posible sin trabajo de cuidados*. Este es un enunciado breve y revelador sobre aspectos clave del mundo social que habitamos, subrayando la fragilidad de la subsistencia humana, siempre en manos de otras personas y de forma interdependiente, en un equilibrio efímero entre los recursos materiales y subjetivos que permitan la supervivencia.

Por otro lado, señalar esta vulnerabilidad constitutiva es poner el foco de atención en el valor concreto que representan los vínculos sociales para el sostenimiento de la vida y el funcionamiento en general de la sociedad. Los cuidados son un bien valioso e insoslayable, pero, sobre todo, son un trabajo. Las demandas cognitivas, afectivas y comportamentales que implican su desempeño tienen relación directa con la calidad de vida y el deterioro a la salud de quienes cuidan. Sin embargo, prevalece su interpretación como un *no trabajo* por la tendencia a sobrestimar las actividades laborales formales y asalariadas, con jornadas y contratos preestablecidos.

La desvalorización de los cuidados y su «antagonismo» con el concepto de trabajo es un primer rasgo del problema. Deviene de la división sexual del trabajo y sus secuelas, como la pérdida de autonomía económica, mayor pobreza de tiempo, una desigual carga de trabajos de cuidado, entre otras. Esta división configura sostenidos procesos de transferencia de beneficios de un grupo sexuado a otro, aumentando el poder productivo de los hombres y concentrando las externalidades negativas en las mujeres.

En este contexto, la población femenina suele combinar su inserción en el mercado laboral con una *jornada interminable* de trabajo doméstico y trabajo de cuidados. Las estadísticas, como los estudios sobre el uso del tiempo, muestran que la participación económicamente activa de las mujeres en el mercado no modifica los efectos asociados a su género, por lo que las responsabilidades domésticas prevalecen feminizadas (Parella, 2003). La marginación de las mujeres en el sector de trabajo remunerado acontece pese a su autonomía económica e incluso, a pesar de un mayor nivel de calificación o de ingresos.

La superposición de actividades remuneradas y no remuneradas de cuidados determina en gran medida las oportunidades de crecimiento laboral y las trayectorias profesionales de las mujeres. Mignon Duffy (2007) enuncia algunas de las desventajas que tienen las mujeres en el mercado laboral remunerado por su permanente responsabilidad de cuidados no remunerados:

- Ausencias periódicas y de largo plazo al lugar de trabajo.
- La carga de una doble o triple jornada.
- Acceso a trabajos con menor estatus y menor paga.
- Mayor acceso de los hombres a mayores recursos y poder en el ámbito laboral.

Los hombres explotamos un vasto ejército de reserva de cuidadoras bien entrenadas por la socialización y los mandatos de género, que enajenan el trabajo femenino mediante sentimientos de amor, abnegación, culpa y miedo a las represalias. Por lo tanto, la feminización de los cuidados garantiza el control y usufructo de recursos y privilegios para el colectivo masculino, quienes gozamos de una ampliada disponibilidad para acumular experiencia, trayectoria y mejores esquemas de seguridad laboral, aumentando las brechas de género. Además, al responsabilizar a las mujeres de los cuidados reproducimos la división sexual del trabajo que separa las actividades, las responsabilidades y su valor intrínseco, en ámbitos dicotómicos *puertas adentro* y *puertas afuera* (Batthyány, 2015).

Desde el feminismo, se han hecho importantes esfuerzos para resignificar los cuidados como eje esencial del bienestar social, así como para visibilizar la explotación de fuerza de trabajo femenina, mediante el análisis de patrones

diferenciales de uso del tiempo. La economía feminista ha implementado encuestas de uso del tiempo (en adelante EUT) que permiten cuantificar tanto la subvención del trabajo femenino no remunerado, como el grado de explotación que ejerce este modelo capitalista-patriarcal. Una gran ventaja de las EUT es que visibilizan la injusticia epistemológica implícita en conceptos como trabajo, riqueza y pobreza, que han sido sistemáticamente masculinizados.

Las EUT son una estrategia metodológica útil para cuantificar el valor de la fuerza de trabajo a partir de la estimación de la carga horaria de trabajo remunerado y no remunerado entre hombres y mujeres. Estos estudios han detectado *patrones diferenciados de uso del tiempo* que generizan los déficits y los bonos de tiempo. En el caso de México, la Cuenta Satélite de Trabajo No Remunerado de los Hogares de México 2023, a cargo del Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI), indica que las actividades domésticas y de cuidados tuvieron un valor de 8.4 billones de pesos, por lo que su aportación al Producto Interno Bruto nacional es del 26.3%, del cual las mujeres aportaron el 71.5% y los hombres 28.5 por ciento. De lo anterior, se concluye que cada mujer aportó 86,971 pesos anuales (INEGI, 2024).

Sin embargo, existen planteamientos críticos sobre la intención de hacer del cuidado algo mensurable. Por ejemplo, Arango y Molinier (2011) plantean que los cuidados no son tareas medibles por su componente de responsabilidad y que el uso del tiempo cronológico subestima la simultaneidad de actividades. Los cuidados implican un estado mental de preocupación por otras personas que no está delimitado a ultranza, verbigracia, la vigilia cuidadora y la disponibilidad continua para cuidar. Las EUT no dan cuenta de la naturaleza relacional, superpuesta y fluida de los cuidados cotidianos; podrían, incluso, vaciarlos de contenido.

En el contexto de las mujeres migrantes calificadas se imbrican variables de género, edad, calificación, nacionalidad y clase social. El análisis de sus problemáticas debe incluir aspectos objetivos de extracción de fuerza de trabajo mediante esquemas de explotación como en las nuevas modalidades de *capitalismo cognitivo*, entendido como una nueva etapa en el desarrollo capitalista que pone el conocimiento científico y los avances tecnológicos al servicio de la

valorización y acumulación de capital (Míguez, 2013, en Alfaro & Chávez, 2018: 105). Asimismo, debe considerarse cómo este nuevo esquema de explotación afecta la calidad de vida, la salud mental, el tiempo libre, así como el proceso de adaptación intercultural en el país de destino (Alfaro & Chávez, 2018).

Con esta aproximación me enfoco en los procesos intersubjetivos movilizados en los trabajos de cuidados, comprendiendo que se trata de esquemas jerárquicos que limitan y coaccionan a quienes cuidan. Busco responder a las **preguntas de investigación:** *¿Cómo opera la organización transnacional de los cuidados en el caso de las mujeres migrantes calificadas residentes en México? ¿Qué impacto tiene la injusta asignación de responsabilidades de cuidado en su salud mental? Y ¿Cómo posibilitan estas mujeres migrantes el sostenimiento de la vida en contextos transnacionales?*

Este proyecto parte originalmente del vacío metodológico en la consideración del desgaste mental derivado de la sobrecarga de trabajo de cuidados. A través de una revisión de la literatura sobre las ventajas y restricciones de las EUT en el contexto de la migración hacia México, me sumo a los esfuerzos de estimación del trabajo de cuidados no remunerado, atendiendo su dimensión subjetiva, lo que habilitará abordajes sobre la dificultad para captar la simultaneidad de actividades y su componente de responsabilidad. Me interesa especialmente incluir el parámetro de la autonomía mental para avanzar en la comprensión de la explotación del trabajo de cuidados no remunerado.

Bajo este supuesto, es necesario estudiar el carácter trabajo-intensivo de los cuidados, la ampliación de la jornada a un plazo interminable, así como la imposibilidad de reponer esos déficits de tiempo y energía, que conducen a la aniquilación prematura y acelerada de su fuerza de trabajo (Díaz Lozano & Félix, 2020). La exploración cualitativa de estos fenómenos coadyuva a dimensionar la transferencia de privilegios patriarcales de un país a otro y el impacto de los arreglos desiguales de carga de cuidados entre hombres y mujeres.

La organización de los trabajos de cuidados en los hogares de mujeres migrantes calificadas es un caso paradigmático y ejemplar en el cual es factible

rastrear la radical violación al valor del trabajo femenino y el deterioro en la salud mental que implica el actual régimen de bienestar. La presente propuesta busca comprender los factores circundantes a ese deterioro, al mismo tiempo que analiza cualitativamente el despliegue de estrategias de flexibilización del tiempo¹ para atender las cargas desiguales de trabajo de cuidados.

Justificación

La gran paradoja de los cuidados reside en que, siendo actividades fundamentales para sostener la vida humana, son desvalorizadas sistemáticamente. No todas las personas asumimos trabajos de cuidados con la misma dedicación, frecuencia, responsabilidad e intensidad. Por un lado, los cuidados no se limitan a sostener la «supervivencia de la especie» —en el sentido de cubrir las necesidades fisiológicas, de seguridad y reproducción social—, sino que entrañan un trabajo de regeneración, reparación física y emocional, de expansión del bienestar y dignificación de la vida. Por otro lado, al no contar con una base sólida de responsabilidad equitativa de parte de los hombres y sin garantías sobre la responsabilidad pública/social del Estado, persiste un nexo pernicioso entre cuidados y desigualdad que legitima la explotación de las mujeres (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014).² Esta paradoja devela que *los cuidados son la base (invisible) de la reproducción social de la vida*.

Gracias a los esfuerzos de la economía feminista por insertar la perspectiva de género en los estudios del *uso del tiempo*, se puede constatar la división sexual del trabajo y la masiva subvención que realizan las mujeres a los sistemas de producción de la mercancía fuerza de trabajo. Los análisis del uso del tiempo permiten visibilizar el desbalance en la carga de trabajos de cuidados y los patrones diferenciales de actividades realizadas por hombres y mujeres. Globalmente, “los

¹ La flexibilización del tiempo ha sido empleada para dar cuenta del riesgo a la salud implícito en la venta de la fuerza de trabajo a partir de analizar la cantidad de horas destinadas al desempeño de las labores, la distribución de las mismas, el tiempo que se dispone para reponer esta energía, así como el que se destina al ocio y actividades personales, familiares o sociales (Ribeiro, 2012).

² Para Nancy Fraser (2015: 165), los verdaderos *freeriders* de los Estados de bienestar somos los varones que eludimos los trabajos de cuidados.

hombres tienen una menor participación e invierten menos tiempo en las actividades domésticas y de cuidado. [...] las mujeres destinan en promedio más del doble de tiempo semanal que los hombres al cuidado de niños y otros miembros del hogar” (Batthyány, 2015: 15). La carga de trabajo de cuidados aumenta para las mujeres en las etapas del curso de vida asociadas a la crianza, al igual que en momentos de cuidado para personas enfermas y adultas mayores, mientras que para los hombres permanece constante casi toda su vida.

Además, existe una dimensión emocional y relacional dentro de la *caja negra del hogar*, allende los hallazgos de los estudios cuantitativos del uso del tiempo, a la cual apunta esta investigación. En las EUT, quedan subrepresentadas tareas como estar pendiente y lista para ayudar, escuchar, mandar dinero o consolar vía remota. Tampoco captan actividades de escuchar, hablar y aconsejar a través de llamadas, mensajería instantánea y videollamadas facilitadas por las nuevas tecnologías. Por ello, en la literatura de cuidados (Díaz Lozano & Félix, 2020; Domínguez Amorós, 2020; Folbre, 2021) existe un común acuerdo sobre su *naturaleza intensiva*, la cual es uno de los ejes principales del presente estudio.

Propongo analizar este fenómeno en el contexto de la Ciudad de México partiendo de tres premisas. Primero, siguiendo a la socióloga Saskia Sassen, considero que las condiciones flexibles de los países en desarrollo se insertan en la formación de mercados globales y redes transnacionales, en los que las *ciudades globales* son lugares estratégicos para estudiar las economías internacionales desde una perspectiva feminista, al conformar circuitos alternativos de supervivencia. Para esta autora “las demandas de la fuerza de trabajo del máximo nivel profesional y gerencial en las ciudades globales son tales, que los modos corrientes de manejar las tareas y los estilos de vida domésticos se vuelven inadecuados” (Sassen, 2003: 60). Esta investigación aborda tanto las estrategias de afrontamiento adoptadas como el impacto en la salud mental de quienes cuidan, en el marco de arreglos no adecuados entre vida doméstica, extradoméstica y múltiples cuidados transnacionales.



En segundo lugar, Ciudad de México puede ser considerada una ciudad global —en su respectiva posición de dependencia y localizada en una escala regional— por las políticas de atracción de personas migrantes calificadas. Los sistemas de atracción y retención de migración calificada incluyen becas para posgrado, incentivos a la investigación, cátedras extraordinarias y programas de internacionalización de la educación superior en formato de intercambios, colaboraciones y estancias. Si bien se trata de un impulso al quehacer y a la producción científica, son programas de gobierno diseñados desde la lógica del *brain drain/braing gain* (ver capítulo 2),³ favoreciendo la expansión del paradigma neoliberal al ámbito del conocimiento y la educación donde nuevas desigualdades son reproducidas (Izquierdo, 2021; Pedone & Gómez, 2021; Pedone & Alfaro, 2021; Alfaro & Chávez, 2018).

Tercero, Lucía Pérez Fragoso (2016), en su diagnóstico sobre los servicios públicos de cuidado en la Ciudad de México, ya señalaba la carencia de indicadores para valorizar el trabajo de cuidado, por la competencia, tiempo y esfuerzo que implica. Esta autora menciona algunas brechas posibles, como el costo de oportunidad (lo que dejan de hacer por cuidar) y el **esfuerzo mental**, paralelo al esfuerzo físico. Esta investigación apunta a comprender y detectar el trabajo emocional y psicológico en su intensidad correspondiente.

A este respecto, desde el 2017, la Constitución Política de la Ciudad de México⁴ hace clara mención del **derecho al cuidado** en el Artículo 9, inciso B, *Ciudad solidaria*:

Toda persona tiene derecho al cuidado que sustente su vida y le otorgue los elementos materiales y simbólicos para vivir en sociedad a lo largo de toda su vida. Las autoridades establecerán un sistema de cuidados que preste servicios públicos universales, accesibles, pertinentes, suficientes y de calidad y desarrolle políticas públicas. El sistema atenderá de manera

³ Me refiero al binomio fuga/ganancia de cerebros, implementado en los años sesenta para nominar la migración de personas con altos niveles educativos y/o profesionales.

⁴ Disponible en: https://infocdmx.org.mx/documentospdf/constitucion_cdmx/Constitucion_por_ciento20Politica_CDMX.pdf



prioritaria a las personas en situación de dependencia por enfermedad, discapacidad, ciclo vital, especialmente la infancia y la vejez y a quienes, de manera no remunerada, están a cargo de su cuidado (Jefatura del Gobierno de la Ciudad de México, 2017).

Asimismo, el Artículo 13, en el inciso F, *Ciudad habitable*, nos habla sobre el **derecho al tiempo**:

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

Este marco legal es un avance hacia la democratización del trabajo de cuidados, legitimando el derecho al tiempo propio y, por tanto, al autocuidado. Es un paso en la normatividad que nos acerca al cumplimiento de la **corresponsabilidad**, entendida como la forma en que se promueve compartir responsabilidades de manera equitativa entre hombres y mujeres (de género), así como entre el Estado, el mercado, la familia y la comunidad (social). Redistribuir los trabajos de cuidados de forma corresponsable apunta directamente a aumentar la participación de los varones y de instituciones públicas y privadas en una asignación más balanceada (Batthyány, 2015).

La Ciudad de México podría aprovechar, así, su *bono de género*⁵ al promover mecanismos de paridad e igualdad sustantiva que incluyan a las mujeres migrantes calificadas. La inclusión de las mujeres migrantes en este fenómeno es urgente, ya que los procesos de jerarquización y separación con base sexual se concatenan a la división social e internacional del trabajo. Asimismo, si bien las mujeres están

⁵ Martínez, Miller y Saad (2013: 27, en Pérez Frago, 2017) llaman *bono de género* al “aumento en la producción económica per cápita que se genera conforme se avanza hacia la paridad entre mujeres y hombres en el mercado de trabajo”.

presentes en la feminización de las migraciones, aparecen subordinadas e invisibilizadas como sujetos empíricos.

Por un lado, los mandatos de género impiden la justa apreciación de la transferencia de privilegios patriarcales, nulificando el valor de su enorme aporte en términos de trabajo reproductivo al tratarse de un trabajo *naturalizado* en supuestos atributos femeninos inherentes. Por otro lado, sabemos que la crisis de cuidados en el Norte global ha impulsado flujos migratorios feminizados desde el Sur global en nuevos esquemas de explotación del trabajo doméstico y de cuidados en forma de cadenas globales (Hochschild, 2015; Lutz, 2018; Rodríguez Enríquez, 2015). Desde este mirador crítico, cobra relevancia la investigación sobre los cada vez más socorridos flujos Sur-Sur.

La lógica acumulativa del modelo económico capitalista sienta las bases para nuevos esquemas de explotación laboral fundados en la demanda *natural* y compulsiva de mano de obra en las sociedades industrializadas, en este caso feminizada, migrante y calificada. Por último, la tendencia a estudiar la migración calificada desde la óptica del *brain drain/brain gain* ha sobrerrepresentado los flujos Norte-Sur, sin considerar las asimetrías entre países en desarrollo que disparan migraciones regionales e intranacionales hacia nichos de renta alta y media, donde hay demanda de trabajadoras para atender la crisis de cuidados. Además, en la literatura sobre migración prevalecen sesgos androcéntricos en la noción del sujeto de estudio, planteando al hombre como el migrante calificado estereotípico, quien migra en busca de trabajo, mientras las mujeres migran por motivos románticos y de reunificación familiar (Mendoza Pérez, 2019).

En este contexto, encuentro el vacío teórico al que apunta esta investigación. Sigo la recomendación de diversas autoras (Nakano Glenn 1992; Narayan, 1995; Tronto, 2002; Duffy, 2007; Alfaro & Chávez; Pedone, 2018, 2020) quienes plantean la importancia de realizar análisis interseccionales sobre los sistemas de opresión entrelazados, teniendo en cuenta factores de edad, género, clase social, pertenencia étnica y cualificación. Primero, las diferencias en términos de ingreso, nivel de educación, edad, ubicación rural o urbana y pertenencia étnica, no

modifican la sobrecarga de trabajo no remunerado de las mujeres. El género⁶ es la variable transversal más importante para explicar las desiguales cargas de trabajo no remunerado (Scuro & Vaca-Trigo, 2017).

Segundo, encuentro imprescindible asignar un valor al trabajo no remunerado como un primer paso para abolir la injusta distribución de responsabilidades. El trabajo doméstico y de cuidados funge como base de la reproducción social del modo capitalista de producción, para que individuos libres vendan su fuerza de trabajo. La remuneración salarial no compensa de vuelta esta transferencia de recursos financieros y humanos. Si bien las EUT han avanzado en calcular su valor, encuentro imprescindible estudiar cualitativamente la manera en que realizar labores de cuidado implica un desgaste físico y mental que se manifiesta a lo largo del curso de vida de las mujeres de manera diferencial a la de los hombres. El parámetro de la autonomía subjetiva y la salud mental tiene un lugar estratégico en esta investigación, pues facilita una aproximación transversal a un fenómeno multiescalar y multicausal.

Finalmente, en cuanto al protagonismo femenino en los flujos de migración calificada, Claudia Pedone invita a ponerles rostro a partir de estudiar sus trayectorias biográficas mediante trabajo cualitativo. Es de interés que esta autora menciona la necesidad puntual de “estudiar las desigualdades de género en la organización de cuidados entre parejas de alta cualificación” (Pedone, 2021: 48). Añade que este fenómeno detenta toda una “estructura de incertidumbres e inestabilidades de las que poco o nada se habla” (Pedone & Gómez Martín, 2021: 12), plagada de contingencias y desigualdades propias de este tipo de migración. La presente investigación atiende puntualmente a esta invitación.

⁶ Entiendo por género un marcador de diferenciación primario que establece jerarquías y sistemas de opresión entre personas feminizadas y masculinizadas. Como categoría política, encuentro indispensable retomar la crítica que hace este concepto a lecturas esencialistas sobre los cuerpos sexuados y las subjetividades. Como categoría en disputa, resalto la férrea denuncia a las desigualdades históricas que el sistema de valores androcéntrico reproduce, esto desde múltiples posturas feministas (materialistas, nuevas materialistas, radicales y liberales) que muchas veces no comparten cabalmente la agenda política. Es necesario decir que me refiero a *mujeres* (migrantes calificadas) en congruencia con como ellas mismas se han identificado durante las entrevistas; explicaré en el Capítulo 4 cómo se abordó este punto.

Estructura de la investigación

En el primer capítulo, realizo una genealogía del concepto de cuidados, explorando sus orígenes, debates y desarrollos en su intersección con la migración. Ofrezco mi propia definición, diseñada *ad hoc* para atender esta investigación. En el segundo capítulo, analizo el cruce de la migración calificada con el modelo de *desarrollo desigual* que apuntala la inducción de flujos de personas migrantes calificadas en el capitalismo tardío. En el tercer capítulo, examino el nexo entre sobrecarga de trabajo de cuidados y deterioro de la salud mental a partir de la literatura especializada en el desgaste profesional tanto en los cuidados remunerados como en los no remunerados. Ahí, explico mi forma de abordar esta problemática a partir de complementar los estudios sobre el uso del tiempo desde un cambio de paradigma desde el *tiempo de la experiencia*.

El cuarto capítulo aborda la metodología, describiendo los fundamentos teórico-epistemológicos en los que se sustenta, así como las dos técnicas de recolección de información que utilicé para incentivar el flujo en las entrevistas: las *redes de cuidado* y los *pasteles del uso del tiempo*. Los capítulos cinco y seis presentan los resultados de esta estrategia metodológica, siendo el quinto de corte más etnográfico, desde las voces de las protagonistas y el contexto situado, mientras que el sexto lo hace a partir de un enfoque transversal entre las veintiún entrevistas. Finalmente, presento las conclusiones y las contribuciones de esta investigación.

CAPÍTULO 1. Antecedentes y disputas conceptuales en los cuidados

¿Es posible cribar el trabajo de cuidados y obtener un amor puro?
¿Y si es las dos cosas? ¿Amor y trabajo?

Daniela Rea Gómez, *Fruto*.

¿Gracias a qué conjunto de actividades humanas estamos sobre la tierra? ¿Qué otro orden de acciones humanas pone en peligro nuestra misma estancia? Breve vida la nuestra, sin duda, colmada de remolinos y delirios. Nos compele el comprender las condiciones de sostenibilidad de la vida y su colindancia con la degradación de la habitabilidad del mundo. En un contexto intrincado, de incertidumbre y de esperanza, es que *cuidamos* la vida.

Cuidado es un concepto polisémico que abarca una amplia gama de significados que lo enfocan como una ética, una perspectiva, una práctica, un trabajo, un derecho, una lucha social, entre otros. Valeria Esquivel (2012) advierte que, aunque estas definiciones estén relacionadas, no son intercambiables *per se*, ya que parten de disciplinas, niveles de análisis y teorías diferentes. Debido a su polifonía y equivocidad, es importante comprenderle desde diversos epicentros semánticos, cada uno entrelazado a los otros.

En este capítulo, abordo el desarrollo conceptual de los cuidados, buscando tejer un recorrido histórico y a la vez analítico que dé cuenta de sus diversas significaciones. Por ello, abordo tanto sus antecedentes como las disputas conceptuales que allí perviven, poniendo especial atención en las tensiones epistemológicas, vasos comunicantes y argumentos que respondan a su particular contexto político, académico o pragmático. Comenzaré este recorrido con un testimonio del siglo XIX, lúcido y anticipatorio de esta ruta.

El clamor de Juana Álvarez

En mayo de 1810, Juana Álvarez, mujer afroboliviana esclavizada, escribe una carta al juez de La Plata —antigua Sucre, capital de Bolivia—, solicitando su reubicación urgente tras once años de servir a una familia de abolengo. En su escrito alude con

mucha precisión a un régimen de explotación que duplicaba su jornada de trabajo, empatando actividades de mujeres y de hombres:

Al Señor Presidente:

*Juana Alvarez, soltera negra esclava de Nacion Banguel puesta a los pies de V.S. con mi rendimiento, Digo que ha el espacio de mas de onze años en reconocimiento de mi esclavitud he revido con toda sugesión, amor y fidelidad a dn Hermenegildo Alvarez, y su distinguida Da. Francisca Toledo, en cocinar labar la ropa blanca, y quanto ha ocurrido a su entera familia, en todo a **beneplácito y agrado suyo**, no solo como de sexso femenil, si también de varonil en el trabajo de su Hazienda de... Pero Sr. Piadoso y recto Juez, hallandome al presente ya descaecida de las fuerzas naturales, escascada de los necessarios alimentos, y vestuario, de suerte que solo tengo el que traygo al cuerpo en un **trabajo incesante y duplicado**, siendo la... estar yo abominada de dicha Francisca, de modo que mis servicios ya le desagradan, solicito en remedio pronto que se me venda, segun acredita la Boleta que presto y juro mas como en ella se haya abultado el valor de mi esclavitud hasta quinientos, por ser libres de Alcavala, me es preciso implorar la piedad que en V.S. resplandece para que con atencion a mi servicio de mas de onze años, y que según mi aspecto mi servicio de mas de veinte años, me compraria otro D. Hermenegildo antes de la puvertad, como podra constar de la respecxtiva escritura en mucho menor precio de lo que ahora pretende, se sirva la recta y zelosa justica de V.S. mandar que se me venda en cuatrocientos pesos, pagando el real derecho de Alcavala el vendedor conforma a estilo corriente, poniendoseme de pronto en otra casa a fin de que libremente solicite comprador y evite algunos agravios que justamente... executen en mi infeliz persona...⁷*

De esta carta, resalto la mención textual a un *trabajo duplicado* de actividades feminizadas —que hoy denominamos trabajo doméstico (cocinar, lavar ropa,

⁷ Juana Álvarez, *Esclava negra solicita libertad*, La Plata, 1810, en Antología del pensamiento feminista nuestroamericano, Tomo I, Francesca Gargallo (coord.) (2010: 129). Las negritas son mías.



cuidados a la familia)— y trabajo en el campo, masculinizado. *Trabajo incesante*, intensivo, que impide la recuperación necesaria de su fuerza laboral al punto del descaecimiento y la degradación física que hace más añosa su faz. Trabajo que es sólo evaluable por la apreciación subjetiva e inmaterial de sus captores, a *beneplácito y agrado*. Precisamente es el desagrado y abominación hacia ella misma lo que atiza su solicitud, temiendo posibles agravios hacia su *infeliz persona*.

La esclavitud no silencia a Juana, la moviliza a confrontar su sujeción. Ella emprende una afrenta al régimen que le sometía, utilizando argumentos y justificando su postura ante un funcionario público varón de alto rango. Con esto subrayo que no se trata de prenociones rudimentarias sobre conceptos modernos —como los de *doble jornada o división sexual del trabajo*—, sino de la lucha encarnada de una mujer que hizo frente al modelo de desarrollo esclavista y su patriarcal organización, en el cual ella (sobre)vivió y defendió su vida.

Juana documenta un régimen de explotación humana que extrae intensivamente su fuerza de trabajo en múltiples dimensiones materiales y subjetivas. Su carta hace un recuento cualitativo de lo que la esclavitud implicaba para una mujer racializada de su época. Se trata de un testimonio con altísimo valor para rastrear la superposición de actividades generizadas, la imbricación de los ejes de género, raza y clase, así como la explotación intensiva de las fuerzas físicas y morales de las mujeres.

El régimen esclavista que Juana confronta sigue vigente. La abolición de la esclavitud en el siglo XIX⁸ no evitó el surgimiento de formas modernas de trabajo forzado, como la trata de personas. Aún más, conserva su actualidad y potencia porque se omite de raíz el análisis histórico tanto de la apropiación física de la fuerza de trabajo de las mujeres como la extracción intensiva de su subjetividad y tiempo individual. Es necesario ahondar en su vigencia y en sus agravios tanto físicos como psicológicos.

⁸ Aunque se trata de un fenómeno gradual y nunca inmediato, María Julia de Vinatea (2014) proporciona las fechas oficiales de la abolición de la esclavitud en las Américas: Haití (1804), México (1829), Bolivia (1830), Estados Unidos (1865), Brasil (1888), entre otros.

Familia patriarcal y subordinación de las mujeres

La historiadora Gerda Lerner (1990) explica que la esclavitud es una forma incipiente de institucionalización de las jerarquías, del dominio y sus aparejados grados de subordinación. Ésta tiene un antecedente dentro de la familia con la subordinación de las mujeres y niñas, moldeando y posibilitando la esclavitud como forma de organización económica y política. Para Lerner, “del mismo modo que la subordinación de las mujeres por parte de los hombres proporcionó el modelo conceptual para la creación de la esclavitud como institución, la familia patriarcal proporcionó el modelo estructural” (1990: 141).

La etimología del vocablo *familia* corrobora esta línea de análisis. Del latín *famulus*, refiere a lo que es propiedad del padre (*paterfamilis*) y toda persona a quien éste tiene obligación de disciplinar y alimentar —saciar su hambre (*fames*)—. Su *patrimonio* no se limita al territorio, propiedades, servidumbre y personas esclavizadas, “incluye a la esposa e hijos, si no siempre considerados como propiedad, sí vistos como dependientes, incapaces (de **autonomía** y decisión propia) y subordinados” (Melgar, 2016: 92).⁹

Dentro de este sistema de relaciones sociales jerarquizadas, los vínculos basados en el sexo y la sexualidad juegan un papel clave al definir la posición de clase y el posible ascenso social de las mujeres. Como explica Lerner, la permeabilidad entre la esposa, la concubina y la esclava define escalafones y rivalidades al interior del grupo de mujeres, ligando su estatus al tipo de relación sexual y reproductiva que sostienen con los hombres. En ese sentido, una «mujer estéril» aparece como «defectuosa», «inútil»; una mujer que «pierde su castidad», al mismo tiempo, pierde su «valor» (Lerner, 1990: 149).¹⁰

La monogamia se establece como sistema de pertenencia e identificación individual de las jerarquías internas. Se trata de una práctica de control sexual en la

⁹ Negritas del texto original.

¹⁰ La vigencia de estas prácticas sexistas en leyes degradantes y vejatorias hacia las mujeres resulta estremecedora. Remito a la lectura de *The macabre dictionary of virginity tests*, de la colectiva M.A.L.I. (Mouvement Alternatif pour les Libertés Individuelles), publicado el 1 de febrero del 2022.

que los hombres se aseguran de que la riqueza del patriarca llegue a su descendencia «legítima» con base en principios de consanguinidad; antes de ello, la genealogía del clan sólo era rastreable por el hecho obvio de la gestación materna (Engels, 1884).¹¹ La monogamia reproduce el dominio masculino, ya que, por un lado, el orden de nacimiento de los hijos varones juega un papel importante en la distribución de la herencia, mientras que las hijas mujeres no contribuyen a la transferencia intergeneracional del estatus familiar en términos de estirpe. Por otro lado, para evitar conflictos entre y dentro de los clanes, el intercambio de mujeres permitiría unir “los objetivos sociales de la exogamia y la alianza [con] los hechos biológicos del sexo y la procreación” (Rubin, 1986: 109).¹²

Algunas teorías en antropología interpretan la imposición de la monogamia como el triunfo de la organización cultural sobre la biología, habilitando explicaciones no naturalistas en los análisis antropológicos del parentesco. Sin embargo, para la antropóloga Gayle Rubin, los sistemas de parentesco formalizan la opresión de las mujeres, en donde su calidad moral-subjetiva queda subsumida a la funcionalidad de un modelo cultural basado en la diferencia sexual. En 1986, la autora realiza una crítica al trabajo de Claude Lévi-Strauss, para quien el intercambio de mujeres no fue más que un intercambio de «regalos» entre grupos de hombres, quienes «obsequian» a la mujer que no toman:

Las mujeres son entregadas en matrimonio, tomadas en batalla, cambiadas por favores, enviadas como tributo, intercambiadas, compradas y vendidas. [...] Las mujeres son objeto de transacción como esclavas, siervas y prostitutas, pero también simplemente como mujeres (Rubin, 1986: 111).

Rubin invita a analizar la evolución de las formas del mercado, los sistemas de pertenencia de tierras, los acuerdos políticos que revisten la idea de familia y

¹¹ En *El origen de la familia, la propiedad privada y el Estado*, Engels (1884) explica que la apropiación masculina de los primeros excedentes en la producción precapitalista (rebaños y granos), que fueran antes parte de la propiedad comunal, es el origen de la familia patriarcal y el fin del matriarcado originario.

¹² Diversos autores han destacado que el intercambio de mujeres es la base cultural del tabú del incesto. De acuerdo con Talcott Parsons (1986), el incesto impediría sostener el sistema patrilineal al interior de la familia, mientras que su tabú empuja a la elección al exterior.

sexualidad. En este sentido, es de interés analizar cómo se institucionalizan la figura del matrimonio, exaltándose hasta volverse sinónimo de *la familia*. El matrimonio (junto con la heterosexualidad obligatoria) opera como imperativo social, definiendo el vínculo «natural» entre un hombre y una mujer, normativa que afianza los intereses del Estado, la iglesia y del mercado (Rubin, 1986; Melgar, 2016).

Siguiendo a Rubin, “una de las características más conspicuas del parentesco es que ha ido siendo sistemáticamente despojado de sus funciones — políticas, económicas, educativas y organizativas— hasta quedar reducido a sus puros huesos —*sexo y género*” (1986: 131). Así, plantea el **sistema sexo/género** como un “conjunto de disposiciones por el que una sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana, y en el cual se satisfacen esas necesidades humanas transformadas” (Rubin, 1986: 97). Este análisis es crucial para desarticular los esencialismos biológicos que pesan sobre los cuerpos de las mujeres, naturalizando la maternidad y los cuidados, develando su imposición política, económica, cultural y social.

En esta línea de ideas, la socióloga Colette Guillaumine [1978] (2005) apuntaba que la apropiación de las mujeres por parte de los hombres reduce a las mujeres a un estado natural cercano a un objeto material mediante:

- a) la apropiación del tiempo; b) la apropiación de los productos del cuerpo; c) la obligación sexual; d) la carga física de los miembros inválidos del grupo (inválidos por la edad —bebés, niños, ancianos— o enfermos y minusválidos) así como los *miembros válidos del sexo masculino* (Guillaumine, 2005: 26).¹³

Esta apropiación no se limita a la madre-esposa; incluye a otras mujeres que, si bien no firmaron el contrato matrimonial (abuelas, hermanas, hijas mayores), sí contribuyen al cuidado de la familia, al trabajo de preservación de la vida como una forma de bienestar y a la conservación e incremento de los bienes de los hombres. Por ello, la inserción de paradigmas contractuales (matrimoniales) enmascara el

¹³ Cursivas originales. Es necesario decir que, actualmente, se promueve hablar de diversidad funcional (García Santesmases, 2017). Estoy de acuerdo con erradicar el uso de terminologías capacitistas como las de personas «minusválidas» o «inválidas».

hecho de que el trabajo de las mujeres se trata, en principio, de un trabajo *no pagable*: “el salario está dentro del universo del contrato, la esclavitud está por fuera del universo del contrato” (Guillaumine, 2005: 40). Esta autora propone el concepto de *sexaje*, que reúne la noción de sexo con el vocablo francés *esclavage* — esclavitud—, para aludir a una forma de apropiación de las mujeres que les comprende como locus y reserva «ilimitada» de fuerza de trabajo.

Las mujeres que realizan trabajo no remunerado en el régimen de sexaje no «venden» su fuerza de trabajo, porque no hay medida cronológica, psicológica ni personal que pueda dar cuenta de su intensiva extracción de mano de obra. Se les somete a formas de explotación que implican trabajo no remunerado, extensión desmedida de la jornada laboral y apropiación mental de su autonomía, supeditada al cuidado material, corporal y afectivo de otras personas. Como le ocurrió a Juana Álvarez, la apropiación de su fuerza de trabajo se realiza sin límites físicos o temporales, lo que duplica e intensifica la extracción de fuerza de trabajo, robando su autonomía física y mental.

Desvalorización histórica del trabajo de las mujeres

La dialéctica opresiva que, con una mano, extrae de forma ilimitada mano de obra de las mujeres, con la otra mano, estipula una desvalorización sistemática de su fuerza de trabajo. Este menosprecio se imbrica con otras categorías de estratificación social que generan jerarquías renovadas dentro del colectivo de mujeres. Por ejemplo, en los siglos XVI y XVII, la lactancia se consideró una actividad degradante, un «trabajo sucio» que mujeres «respetables» no debían realizar, empujando así a su externalización. Las mujeres de clase alta evitaban dichas tareas de crianza y cuidados, delegándolas a nodrizas y cuidadoras, mujeres racializadas y subordinadas (Badinter, 1981).

Nancy Fraser (2020) realizó un recuento histórico sobre la desvalorización y acaparamiento del trabajo de las mujeres y su autonomía, aparejado al desarrollo del capitalismo:

- Durante el siglo XIX, la seguridad social y los salarios se vinculan estrechamente con la participación de los trabajadores varones en el mercado laboral. Se establece una clara separación producción-reproducción, modelo de provisión de bienestar fundado en los roles tradicionales de *hombre proveedor* y *mujer cuidadora*.
- En el siglo XX se mantiene una estructura en la que la acumulación capitalista depende de la subordinación. La deuda tanto de los hogares como de los Estados se convierte en un mecanismo clave para extraer valor e imponer disciplina. Aunque las mujeres se reintegran al mercado laboral, siguen siendo las principales responsables del trabajo doméstico y de cuidados. Con el auge del liberalismo, la familia es posicionada como núcleo de la reproducción social, eximiendo al Estado de responsabilidad.¹⁴
- Desde la década de 1980, el auge de la globalización y el neoliberalismo introduce mecanismos como la privatización de la protección social. La participación de las mujeres en el mercado laboral se presenta bajo el ideal de la familia de ingresos duales (dos proveedores). Así, las mujeres deben empatar el trabajo remunerado con las intensificadas demandas de cuidados, exacerbadas por la reducción de los servicios públicos.

Podemos constatar el desarrollo histórico de la superposición de roles productivos y reproductivos en las mujeres, tareas de orden femenino y varonil, en palabras de Juana, derivado de las contradicciones inherentes al modo de producción capitalista. Ya en 1918, Alexandra Kollontai, en su obra *La mujer nueva*, denunciaba esta superposición, enfatizando el componente de responsabilidad moral y la expectativa social que se traslapan con su ingreso al mercado laboral:

[el trabajo asalariado] no puede una aplazarlo a gusto, como pasa con las faenas caseras o con el arreglo de los trajes de los niños. Josefa debe hacer por sí misma el esfuerzo habitual para el hombre y desconocido para la mujer

¹⁴ Cuando Margaret Thatcher dijo “no existe tal cosa como una sociedad”, ejemplifica la superestructura que coadyuvó al adelgazamiento de los servicios públicos, reforzando un régimen *familista* de los cuidados (Tronto, 2013: 75).

del pasado: ocultar tras un muro su vida privada y aparecer en el trabajo a la hora justa. (Kollontai, 1918, en Ana de Miguel, 2000: 238).

Por un lado, la *doble jornada* opera como factor de ajuste económico que permite sostener la tasa de extracción de plusvalor en el mercado de trabajo masculinizado, familiarizando y feminizando el trabajo doméstico y de cuidados.¹⁵ Por otro lado, encuentro crucial resaltar la dimensión simbólica, moral y emocional de esta apropiación de fuerza de trabajo, debido a su difícil traducción al parámetro jornada-salario, lo cual se concatena directamente con las formas históricamente sedimentadas de explotación reproductiva y doméstica. Sin duda, las dinámicas de género han sido cruciales para sostener el desarrollo del capitalismo y la ideología patriarcal desde el esclavismo hasta nuestros días (Fraser, 2020).

Apropiación intensiva del trabajo de las mujeres

Medio siglo transcurrió desde el testimonio escrito de Juana Álvarez, cuando Karl Marx escribió que “el límite último o límite mínimo del valor de la fuerza de trabajo es el valor de los medios de subsistencia físicamente indispensables. Si cae por debajo de ese límite, sólo puede mantenerse y desarrollarse de forma atrofiada” [1867] (1997: 202). Aumentar el ritmo y el nivel de degradación por vía de la prolongación e intensificación de la jornada, implica la imposibilidad de pagar el valor real de la fuerza de trabajo y su reposición física y moral, constituyendo un robo al valor de la fuerza de trabajo en *tiempo de vida*:

No queda tiempo, por consiguiente, para el desarrollo intelectual, para el libre ejercicio del cuerpo y del espíritu. El capital monopoliza el tiempo que exigen el desarrollo y sostenimiento del cuerpo en completa salud, escatima el tiempo de las comidas y reduce el tiempo del sueño al mínimo de entorpecimiento, sin el cual el extenuado organismo no podría funcionar. No es, pues, el sostenimiento regular de la fuerza de trabajo el que sirve de regla para la limitación de la jornada de trabajo; al contrario, el tiempo de reposo

¹⁵ En ese sentido, la *mano invisible* que regula el mercado es —y siempre ha sido— mano de obra femenina (Guillaumine, 2005).

concedido al obrero está regulado por el mayor gasto posible de su fuerza por día (Marx, 2000: 375).

La violación de los límites normales de explotación de la fuerza de trabajo tiene un vínculo directo con la degradación física (atrofiante) y moral de los trabajadores. Marx explica que “la fuerza de trabajo tiene exactamente el mismo valor de los medios de subsistencia necesarios al que la pone en acción, para que pueda comenzar al día siguiente en idénticas condiciones de energía vital” (2000: 200). Para sostener la extracción de valor de la fuerza de trabajo es necesario que esta fuerza se reproduzca en iguales proporciones a la cantidad de valor que extraen los procesos de desgaste y muerte. Si el valor del salario está por debajo del valor de la fuerza de trabajo, el obrero no puede desarrollar su capacidad productiva y esto conlleva a acelerar su desgaste prematuro.

Este análisis marxiano inspiró el concepto de Ruy Mauro Marini de *superexplotación* como violación radical al valor de la fuerza de trabajo. Superexplotación alude a una transferencia de valor en la que “el fondo necesario de consumo obrero se convierte en un fondo de acumulación de capital” (Marini, 1972: 76). La teoría de la superexplotación se centra en las dinámicas de **extracción intensificada** de valor en economías dependientes, donde los capitalistas buscan reducir los costos de producción mediante la degradación de las condiciones laborales.

Para Marx, *intensificar* se refiere a la concentración del trabajo en una unidad determinada de tiempo a partir de la optimización de los ritmos de trabajo, el uso más eficaz de maquinaria y técnicas de control que obligan a los trabajadores a realizar más esfuerzo en menos tiempo. Esto no es simplemente trabajar más rápido, sino una forma de organización social del trabajo que maximiza la extracción de valor. La intensificación implica el aumento de la explotación del trabajador, ya que este no recibe compensación por el incremento en la carga de trabajo: se ve forzado a producir más en el mismo tiempo. Intensificar es reorganizar el proceso productivo para exprimir más trabajo en el mismo periodo, lo que lleva a una mayor extracción de plusvalor. Al hacer que los trabajadores produzcan más en menos

tiempo, el capitalista puede aumentar la cantidad de trabajo excedente (plusvalor) sin necesidad de ampliar la jornada laboral.

La superexplotación se trata de un tercer mecanismo que incrementa la tasa de explotación de los obreros. Siguiendo a Gil Felix y Juliana Guanais (2019: 42): 1) aumento de la jornada de trabajo (extracción de plusvalor absoluto); 2) intensificación de la jornada (extracción de plusvalor relativo: mayor densidad productiva en el mismo lapso); y 3) la remuneración de la fuerza de trabajo por debajo de su valor (superexplotación). En conjunto, se trata de factores estructurales fundantes del modo de producción esclavista-capitalista, una tríada prevalente en la explotación de las mujeres. *La apropiación de la autonomía de las mujeres trasciende con creces la simple explotación material; es absoluta e intensiva, configurando una realidad psicológica abocada al cuidado de un otro masculinizado.*

Por un lado, la cara oculta de la apropiación material-corporal de la fuerza de trabajo femenina es la desposesión de la *autonomía mental* mediante la extracción intensiva del tiempo. La *jornada infinita* convierte el cuerpo de las mujeres y los productos de su cuerpo en el locus genérico de fuerza de trabajo, avasallando su gestión del tiempo propio y su autodeterminación:

El pánico en el que se sienten sumergidas tantas mujeres cuando sus hijos están recién nacidos, llámesele depresión nerviosa, “depre” o fiebre puerperal, ¿qué otra cosa es sino la constatación de desaparecer?, que somos devoradas, no sólo física sino mentalmente (Guillaumine, 2005: 38).

Por otro lado, la maternidad, la crianza, el trabajo de cuidados, todos demandan una presencia constante, durable y personalizada, requiriendo de conocimientos, saberes y haceres especializados que intensifican la extracción de tiempo de vida. Se trata de un trabajo esencial que, paradójicamente, no es evaluado/evaluado temporal o económicamente; como dijo Guillaumine, es un trabajo *no pagable*. Por ejemplo, el concepto *fuerza de trabajo* excluye semánticamente la mano de obra no remunerada, dejando al *trabajo no remunerado* como una paradoja epistemológica que emerge de la fuerte asociación del concepto «trabajo» con el salario (Folbre,

Nancy 2021);¹⁶ en consecuencia, masculiniza el trabajo remunerado y feminiza el trabajo no remunerado.

Recordemos que Marx y Marini teorizan la degradación física y moral del trabajador *varón*, la explotación del *trabajo productivo*. Por ello, es importante retomar los análisis que las feministas materialistas marxistas y autónomas vienen delineando a partir del análisis del *trabajo reproductivo* como campo de lucha de clases.

Trabajo de reproducción social

Los cuidados, junto con el trabajo doméstico, se ubican dentro del ámbito de la *reproducción social*, un concepto de tradición marxista que se refiere al trabajo socialmente necesario para asegurar tanto la base material (comida, ropa, refugio, educación, higiene, salud) como la base biológica que permite la reproducción de la población (Brenner & Laslett, 1991). Este concepto va más allá de la idea de reproducción biológica. Como explica Bolívar Echeverría, para nuestra especie, “la reproducción de su materialidad animal se encuentra en calidad de portadora de una reproducción que le trasciende, la de su materialidad social” (Echeverría, 1984: 5). Nuestra supervivencia no sólo depende de la reproducción física de la especie, sino de la perpetuación de las estructuras políticas, económicas y culturales de nuestra comunidad, definidas histórica y socialmente.

A su vez, la organización de la comunidad humana es históricamente androcéntrica. La *división sexual del trabajo* —que Luisina Bolla (2018) identifica como la verdadera división social del trabajo¹⁷— establece una dicotomía entre dos formas de labor con base en una diferenciación biologicista entre hombres y mujeres. Por un lado, el trabajo productivo (masculinizado, asalariado, vinculado a la esfera pública y generador de valor de cambio) y, por otro lado, el trabajo

¹⁶ Folbre (2021) explica que el concepto *trabajo* fue reformulado en la Conferencia Internacional de Estadísticas del Trabajo del 2013 para incluir las actividades no asalariadas del hogar que no atraviesan por el mercado, pero no sucedió así con la noción de *fuerza de trabajo*.

¹⁷ Algunas autoras feministas hablan de que la división sexual del trabajo es el punto ciego del marxismo clásico, y más aún, que los análisis sobre «la mujer» son a tal grado ligados a la naturaleza, que se consideran ahistóricos y desprovistos de especificidad cultural (Bolla, 2018; MacKinnon, 1982).

reproductivo (feminizado, confinado al ámbito doméstica, generador de valor de uso pero no de valor de cambio). Este proceso de feminización del trabajo reproductivo se justifica, erróneamente, con las supuestas capacidades biológicas de las mujeres para realizarlo (parir, amamantar, alimentar, criar, educar, consolar, etcétera). En consecuencia, estas actividades se perciben como un *no-trabajo*, ya que no producen mercancías ni generan valor económico directo.

El reconocimiento de estas actividades como un **trabajo** ha sido una de las principales luchas de los feminismos que buscan desfeminizar la reproducción social. La transformación de bienes y servicios adquiridos en el mercado para su consumo dentro de los hogares, requiere de un trabajo de orden reproductivo. Silvia Federici (2018) señala que la capacidad de trabajar no es natural; debe ser producida y se valora en función de las relaciones sociales de producción. El trabajo reproductivo «produce la mercancía fuerza de trabajo», siendo los hogares, verdaderas «fábricas» donde se mantiene y reproduce la fuerza de trabajo del proletariado asalariado. Los varones proletarios, al igual que la burguesía, nos beneficiamos del trabajo no remunerado e **invisibilizado** de las mujeres, ya que “no se tiene en cuenta ni el trabajo que esa fuerza laboral [masculina] tiene incorporada (al estar cuidada, higienizada, alimentada, descansada), ni el trabajo del cual se la libera al eximirla de responsabilidades de cuidado de aquellos con quienes convive” (Rodríguez, 2015: 37).

Entonces, el valor social del trabajo de reproducción está condicionado por la valorización potencial de la fuerza de trabajo en el mercado. Federici señala que “al contrario que la reproducción de la fuerza de trabajo, cuyo producto tiene un valor reconocido, el cuidado de los [adultos] mayores está estigmatizado como una actividad que absorbe valor pero que no genera ninguno” (Federici, 2013: 207). Esto revela que no sólo el trabajo reproductivo, sino también la *identidad social*, los *vínculos interpersonales* y las *subjetividades generizadas* están modeladas por el orden de valor impuesto por las relaciones de mercado.¹⁸

¹⁸ A este respecto, Karina Batthyány puntualiza que “es por medio del cuidado que la identidad genérica de las mujeres es construida” (2004: 50).



La primacía del capital en la organización de las relaciones asigna a las personas un lugar subalterno o privilegiado, según la división sexual y social del trabajo, que extrae valor mediante la apropiación de su autonomía. Paula Varela (2020) afirma que destacar el papel invisibilizado, devaluado y generizado del trabajo reproductivo no desplaza la centralidad del trabajo productivo. Por el contrario, la reproducción de la esfera doméstica depende de la valorización de la fuerza de trabajo en la esfera pública, de manera que los salarios cubran el costo de la reproducción social. Varela (2020: 78) explica que “la frontera entre producción y reproducción es parte necesaria de la creación violenta del trabajador asalariado como relación social”.

Esta predominancia de la relación salarial es otra fuente de violencia hacia las mujeres al interior del ámbito doméstico. En *El patriarcado del salario*, Federici (2018) describe la división al interior de las familias entre las personas asalariadas (varones) y las no asalariadas (mujeres, niñas y personas adultas mayores), a quienes se les excluye de la producción capitalista, pero cuyo cuerpo y tiempo quedan bajo el control masculino. Su condición de sometimiento y dependencia está vinculada a la violencia doméstica y de género, mecanismo de disciplinamiento que puede alcanzar dimensiones públicas como se observa en los feminicidios o, históricamente, en la caza de brujas: castigo ejemplar al colectivo femenino para marcar la ley patriarcal del Estado.

Por lo tanto, es necesario abordar la desigual distribución de los trabajos reproductivos basada en la división sexual del trabajo, a partir de una perspectiva política, social y de clase. María Ángeles Durán (2018) propone el concepto de *cuidatoriado*, un neologismo que puede entenderse del siguiente modo: el marxismo ha planteado como su sujeto epistémico al proletariado, un contingente masculino/masculinizado que conforma la clase obrera en la arena histórica de la lucha de clases; el cuidatoriado representa un contingente femenino/feminizado en el cual los trabajos de cuidados han sido delegados y que tiene un papel clave en la lucha de clases contemporánea.

Surgimiento del cuidado como concepto y primera ola de teóricas

Formalmente, el paradigma de los *cuidados* surge en los años 80. Ambos términos, cuidados y reproducción social, comparten la importancia de poner la vida al centro —y no el capital— como vía para alcanzar justicia social. Desde los cuidados, se reconoce tanto la feminización de este trabajo como el protagonismo de las mujeres en el sostenimiento de la vida, lo cual no responde a ningún biologicismo o característica inherente de las mujeres, sino a la histórica socialización patriarcal del cuidado como praxis. Ambos conceptos subrayan la importancia de redistribuir, revalorizar y visibilizar el trabajo reproductivo, doméstico y de cuidados.

En esta evolución conceptual del trabajo de cuidados, he resaltado su abordaje desde los análisis feministas marxistas. Sin embargo, un antecedente poco mencionado en la genealogía de los cuidados es el trabajo realizado por la enfermera Cicely Saunders (1918-2005) y la psiquiatra Elizabeth Kübler-Ross (1926-2004), creadoras del movimiento *Hospice* en los años 40. Sus contribuciones fueron pioneras en incorporar los principios rectores que hoy reconocemos en las modernas convenciones sobre los derechos de la y el paciente, la bioética, la tanatología y los cuidados paliativos. Su propuesta dio origen a una humanización de los cuidados hospitalarios, modificando el enfoque médico tradicional y atendiendo dimensiones poco reconocidas como la importancia de curar no sólo el cuerpo, sino también de *curar el alma*, visibilizando el importante rol que juega la familia en la atención y recuperación de las y los pacientes (Radosta, 2021).

Un elemento clave en los cuidados es su perspectiva relacional. Para Karina Batthyány (2015: 10) “la especificidad del trabajo de cuidados es la de estar basado en lo relacional”, lo cual permite cuestionar los enfoques individualizantes y abrazar una noción más holística del trabajo de cuidar y hacer de este mundo un lugar habitable. Asimismo, el trabajo de cuidados enfatiza la “centralidad de la emocionalidad” que reviste todo trabajo de reproducción de la vida (López, et al., 2022: 21). En contraste con un enfoque exclusivo en su calidad como mano de obra, reconocer la subjetividad, emocionalidad y vulnerabilidad de las personas, sus

frágiles y vitales entramados relacionales con el mundo, humaniza las relaciones sociales de (re)producción.

Esta perspectiva complejiza nuestro entendimiento sobre un trabajo que es, a la vez, explotado y profundamente vinculante. Por un lado, promueve dejar de buscar qué elementos del mundo del trabajo están presentes en los cuidados y, en su lugar, buscar qué elementos de los cuidados están presentes en todo tipo de trabajo. Por otro lado, prioriza el carácter relacional para trascender la gramática dicotómica entre lo productivo y lo reproductivo sin perder de vista la crítica materialista de la división sexual del trabajo. Al centrar lo relacional, se descentra al individuo racional, maximizador de beneficios, visibilizando el importante rol de otras entidades y sujetos colectivos como la familia, el vecindario, las amistades y la comunidad.

Los cuidados también se constituyen como una categoría analítica que permite abordar las complejidades y sentidos de la realidad social más allá de la racionalidad maximizadora del mercado y las relaciones de producción, integrando una dimensión moral y emocional (Borgeaud-Garciandía, 2015). Durante la década de los ochenta e inicios de los noventa, la primera generación de teóricas del cuidado (Nel Noddings, Sara Ruddick, entre otras) parten de las propuestas de la psicóloga estadounidense, Carol Gilligan (1993), quien plantea la *ética del cuidado* como una *voz diferente*, un marco de análisis de lo moral que involucra la empatía, la solidaridad y la compasión.

La ética del cuidado surge como una crítica a las teorías morales ahistóricas y descontextualizadas, que pretenden resolver problemas éticos diversos con criterios universalistas. Así, se distingue de la noción de *ética de la justicia*, percibida como más abstracta, impersonal, atemporal y, por ende, neutra. De este modo, Gilligan cuestiona la tradición objetivista y masculinizada del razonamiento moral para abrazar una perspectiva relacional que, en sus palabras, “refleja un

conocimiento acumulativo de las relaciones humanas, evoluciona en torno a un *insight* central, que el yo y el otro son interdependientes.” (Gilligan, 1982: 74).¹⁹

Etimológicamente, *cuidado* proviene del latín *cōgitāre*²⁰ que alude a meditar, pensar o atender algo. Para condensar la propuesta ética y ontológica del paradigma de los cuidados, podemos decir *cuido, luego existo*, resaltando la importancia de pensarnos de forma vincular e interdependiente. Una definición ampliamente aceptada en este campo es la que proporcionan Berenice Fisher y Joan Tronto:

El cuidado es una actividad específica que incluye todo lo que hacemos para mantener, continuar y reparar nuestro mundo, de manera que podamos vivir en él tan bien como sea posible. Ese mundo incluye nuestros cuerpos, nuestro ser y nuestro ambiente, todo lo que buscamos para entretelar una compleja red del sostenimiento de la vida (Fisher & Tronto, 1990: 40).

De esta definición, que es ya de la segunda ola de teóricas del cuidado, destaco la amplia diversidad de actividades (todo lo que hacemos), su orientación (habilitadora de la vida) y las múltiples relaciones de cuidados (con el mundo, con otras personas y el de cada persona consigo misma). La ética del cuidado ha recibido diversas críticas, las cuales esbozo.

Críticas y surgimiento de la segunda ola de teóricas del cuidado

Es importante señalar que la primera conceptualización de los cuidados ha recibido diversas críticas que han refinado y complementado sus tesis centrales. En cuanto a la oposición entre ética del cuidado y ética de la justicia, algunas autoras plantean que la justicia no es exclusivamente abstracta y atemporal, sino que busca atender tendencialmente las relaciones humanas en su sentido más amplio. Marilyn

¹⁹ “[...] *reflects a cumulative knowledge of human relationships, evolves around a central insight, that self and other are interdependent*”. Traducción propia.

²⁰ Según Francisca Toro Varela (2017), se trata del régimen directo y preposicional del verbo cuidar en castellano: una aproximación histórica. *Literatura y lingüística*, (36), 263-281. <https://dx.doi.org/10.4067/S0716-58112017000200263>

Friedman (1995, en Virginia Maquieira, 2001)²¹ señala que la justicia debe integrar las complejidades relacionales para responder a los retos sociales de manera más efectiva. Alison Jaggar y Annette Baier coinciden en que el cuidado no debe posicionarse como una nueva teoría moral; en lugar de ello, enfatizan la necesidad de abordar la complejidad de los fenómenos sociales sin depender exclusivamente de categorías morales rígidas (en Elena Beltrán Pedreira, 2001).

Uma Narayan (1995) destaca la importancia de conciliar la ética de la justicia con la ética de los cuidados, de modo que sean mutuamente habilitantes y respondan mejor a la complejidad social contemporánea. Esta autora sostiene que, sin justicia, los cuidados tampoco podrían ser provistos y aumentarían los privilegios y los perjuicios de ciertos grupos. En sus palabras, “el discurso de los cuidados puede a veces funcionar ideológicamente para justificar y concertar relaciones de poder y dominación” (1995: 135). Conuerdo con esta crítica, ya que los cuidados operan en un entramado de relaciones asimétricas y sin una perspectiva de justicia, sería difícil denunciar situaciones de abuso y violencia entre personas que brindan y reciben cuidados, así como visibilizar los factores de riesgo de quienes cuidan en condiciones precarias.

Además, se ha puesto en cuestión el sujeto epistémico que subyace en la ética del cuidado, planteando el debate sobre si se trata de una aproximación más femenina que feminista. Corina Rodríguez advierte que “no se debe dar por sentado que al hablar de cuidados estamos considerando las dimensiones de género o que estamos abordando el problema desde una perspectiva feminista” (Rodríguez, 2020: 127). La falta de atención a la diversidad de experiencias y la exaltación de atributos basados en la diferencia de género han limitado la incorporación de la interseccionalidad en las teorías de la primera ola.

²¹ Annette Baier estaría en contra de este planteamiento, pues empata a la ética de la justicia con el concepto marxista de alienación: “el trabajo en la fábrica aliena al trabajador al separarlo del producto de su trabajo, del mismo modo que la ética de la justicia aliena moralmente al individuo al desconectarlo de su mayor fuente de moralidad, que es la interconexión con los otros” (Baier, 1995, en Irene Comins, 2008: 22).

Otra línea crítica apunta a la distinción entre reproducción social y cuidados. Silvia Federici considera reduccionista separar los aspectos físicos de los emocionales,²² ya que esto disuelve el carácter integral del trabajo reproductivo (2009, en Federici, 2013: 218-219). Los componentes afectivos y subjetivos tampoco deben asociarse exclusivamente a las mujeres; más bien, la instrumentalización de la subjetividad y la afectividad extrae fuerza de trabajo tanto de hombres como de mujeres, especialmente en sectores como la economía de servicios (hotelería, turismo, educación, entretenimiento, entre otros), donde las competencias interpersonales y emocionales que garanticen la satisfacción del cliente y la sensación subjetiva de bienestar son cada vez más demandadas. Este trabajo emocional no se refleja en el salario, pero sí se toma en cuenta al evaluar su calidad.

La elección entre cuidados o reproducción social responde a un marco disciplinar y teórico-analítico con alcances y limitaciones específicas. Natalia Iriarte, Valeria Nicora y Noria Britos señalan que:

El énfasis conceptual en el trabajo reproductivo se vincula a discusiones sobre los costos de quienes los proveen (en particular, mujeres) más que en el bienestar de quienes los reciben. [...] el énfasis en el contenido relacional del cuidado desatiende las dimensiones materiales del trabajo de cuidado y en general, del trabajo doméstico y sus vínculos con desigualdades estructuradas socialmente de género, raza y clase (Iriarte, Nicora & Britos, 2018: 50).

Aunado a ello, encuentro que dentro del concepto *reproducción* social se enquistaba la transmisión de roles generizados heteronormativos. Si bien la reproducción social se aleja de la forma biológica de la reproducción, se abriga de una segunda naturaleza que es profundamente patriarcal sin desenmascarar la heterosexualidad obligatoria. Monique Wittig [1980] (2006) estudió cómo la lógica del pensamiento

²² La definición de Barbara Brenner y Johanna Laslett incluye la dimensión emocional: “*activities and attitudes, behaviors and emotions, responsibilities and relationships directly involved in the maintenance of life on a daily basis, and intergenerationally*” (Brenner & Laslett, 1989: 382-383).

heterosexual apela a un núcleo duro de naturaleza que produce diferencias binaristas entre hombres y mujeres que impregna las estructuras de intercambio material y simbólico.²³ Así, los conceptos de reproducción social y cuidados (de la primera ola) se limitan a caracterizar procesos de procreación, crianza y cuidado como socialmente estratificados sin transformar políticamente sus supuestos heteronormativos.

La segunda ola de teóricas del cuidado, representado por autoras como Joan Tronto y Karina Batthyány, aborda los cuidados desde una dimensión política en contextos situados. Entienden que los cuidados “son una categoría analítica que ayuda a develar los límites de la moralidad, atravesada por otras formas de jerarquización políticas y sociales” (López, et al., 2022: 21). Destacan la necesidad de analizar cómo se configura el complejo entramado de relaciones entre personas cuidadas y cuidadoras, ubicadas dentro de entornos institucionales y familiares, considerando tanto sus especificidades culturales y valores morales como su ecosistema económico y político.

Joan Tronto (2013) explica que la reproducción de *círculos viciosos de cuidado inequitativo* se desarrolla históricamente a partir de narrativas del cuidado que solidifican pequeños procesos de diferenciación social. El caso del *trabajo sucio* —todas aquellas actividades que no queremos hacer y que, si nos es posible, delegamos a alguien «inferior» en la escala ocupacional (Hughes, 1951, en Molinier, 2018)— es un buen ejemplo de este nuevo enfoque. La sobrerrepresentación de personas migrantes en los trabajos denominados *triple D* (por sus siglas en inglés para *dirty, dangerous & dull*), y la prevalencia de mujeres migrantes en trabajos domésticos y de cuidados, demuestran la persistente división de género y étnico-racial en la asignación de estos roles. En otras palabras, las diversas posiciones y categorías sociales definen diferencias inter e intraclase, basadas en la naturaleza de las actividades a realizar y su percepción en términos de estatus social.

²³ Para Wittig, “no hay nada ontológico en el concepto de diferencia, su función es enmascarar los conflictos de interés” (2006: 53-54).

La segunda ola también reafirma que “el cuidado no es simplemente una disposición o una ética: se trata ante todo de un trabajo” (Molinier, 2015:191). Estas autoras desarrollan marcos analíticos y metodológicos para visibilizar su desigual distribución entre 1) el Estado, el mercado, la comunidad y la familia —estructura conocida como el *diamante de cuidados* de Shahra Razavi (2007)—, 2) entre hombres y mujeres, y 3) entre Norte y Sur global. Observemos más a detalle cómo se organizan estas desigualdades.

Organización social de los cuidados

La organización, distribución y articulación del trabajo de cuidados sigue patrones jerárquicos basados en principios diferenciales de género, clase social, nacionalidad, pertenencia étnica, edad, nivel de estudios o experiencia, entre otros. En el marco del diamante de cuidados, la familia recibe la mayor carga de trabajo reproductivo; entre hombres y mujeres, ellas absorben mayoritariamente los cuidados; a nivel global, el Sur provee trabajo doméstico y de cuidados al Norte.

Para analizar los diferentes arreglos que se configuran en distintas sociedades, se ha propuesto el concepto de *organización social de los cuidados*, entendido como:

La manera en que cada sociedad establece una correlación entre sus necesidades de cuidados (específicas de cada sociedad) y la manera en que les da respuesta; es decir, el modo en que hogares, Estado, el mercado y comunidad pueden tener un papel en la provisión de cuidados, se combinan para esta provisión y el protagonismo que asume cada uno de ellos (Pérez & García, 2014: 34).

Esta definición subraya que la distribución de actividades de cuidados varía en función de las normas culturales y sociales que determinan hasta qué punto se *familiariza* el cuidado y cómo se internalizan los cuidados en el hogar. Además, es crucial resaltar el sostenido nexo entre desigualdad y cuidados que configura una organización social históricamente injusta (Pérez & García, 2014). Este fenómeno

puede rastrearse tanto a nivel macro, entre regiones geopolíticas, como a nivel micro, dentro de las familias.

A nivel macro, podemos observar cómo las mujeres migrantes suelen acceder al mercado laboral en los países de destino a través del trabajo doméstico y de cuidados. En el Sur de Europa, por ejemplo, se contrata a mujeres de América Latina o el Caribe para realizar estos trabajos, basándose en la presunción de que su socialización de género ya les ha capacitado para estas labores (Zavala & Rozée, 2014); así, ser mujer y provenir de algún país con régimen familista son los principales criterios de selección. El grado en que cada sociedad adopta un *régimen familista* puede explicar no sólo la atracción de trabajadoras migrantes, sino también la reticencia local a externalizar los cuidados en el sistema público (Filgueira & Martínez Franzoni, 2019).

No obstante, la contratación de mujeres migrantes no resuelve la feminización de los cuidados. De hecho, intensifica la diferenciación por clase social y promueve jerarquías entre mujeres que son racializadas, subalternizadas y extranjerizadas. Pascale Molinier señala que “el bienestar de unas personas no puede sostenerse sobre la servidumbre de otras y el cuidado de los más vulnerables no debería transformarse en una neodomesticidad” (Molinier, 2018: 92). El hecho de que externalizar los cuidados les permita a muchas mujeres del Norte global y países de renta media incorporarse al mercado laboral, no representa una emancipación colectiva de las mujeres, sino un nuevo círculo vicioso en la distribución de los cuidados. Tampoco se «liberan» de responsabilidad, pues siguen siendo ellas quienes mayormente están a cargo de la contratación, gestión y supervisión del trabajo externalizado.

A nivel micro, los mandatos de género que asocian los cuidados con atributos femeninos refuerzan la *familiarización* de los cuidados. Sin embargo, la ideología doméstica reproduce esquemas de subordinación femenina en la organización social del cuidado dentro de las familias, que reproducen estereotipos como los de «jefe de familia» y «ama de casa», emulando el modelo proveedor-cuidadora.

Parafraseando a Karina Batthyány, «familia» es sólo un eufemismo de «mujeres» en términos de la distribución de los cuidados.

En cuanto a la ideología doméstica, Estela Serret destaca que, mientras los hombres en la esfera privada encuentran privacidad e intimidad, para las mujeres es espacio de trabajo, privación y sometimiento. Esta autora indica que “las interacciones sociales en la casa *no* operan bajo el supuesto de que se producen entre individuos libres e iguales” (Serret, 2008: 112). Además, los hogares son espacios donde se tramita el costo emocional y psicológico del descontento social producido por la explotación laboral, el desempleo y el subempleo. Amaia Pérez y Mar García (2014: 80-81) aclaran que los hogares no son unidades armónicas, sino espacios de *conflicto cooperativo*, con patrones diferenciales en el uso de tiempo y distribución de responsabilidades.

Eleonor Faur²⁴ propone que la organización social de los cuidados es fundamentalmente política, resaltando las opresiones entrecruzadas de la división sexual, social e internacional del trabajo. En ese sentido, es de interés para esta investigación pensar la escala global de estos arreglos y su estado crítico, el cual bosquejo en el siguiente apartado.

Crisis de los cuidados y crisis de reproducción social

Nancy Fraser (2020) subraya que toda forma de capitalismo alberga en sí, una tendencia a la crisis socio-reproductiva, la cual se reconfigura a lo largo de la historia, con implicaciones sociales, económicas y ecológicas. La *crisis de los cuidados* se refiere a “un proceso complejo de crisis sucesivas y sostenidas, sociales, económicas y ambientales que ponen en riesgo la sostenibilidad de la vida de todas las personas y, de forma destacada, el impacto en la vida de aquellas que amortizan dicha crisis: las personas cuidadoras que, en el ochenta por ciento de las veces, son mujeres” (Pérez Haro, 2016: 130).

²⁴ Comunicación personal en su Taller Repensar la organización social y política del cuidado: desafíos para una sociedad igualitaria, organizado por CLACSO y la UNAM el 6 de junio del 2022.

Este concepto desafía la noción predominante de «crisis» en la economía hegemónica, al señalar que las crisis no son únicamente de índole económica, sino sistémicas, afectando la reproducción de la vida en su conjunto. Desde la economía feminista, se hace hincapié en el conflicto inherente entre la acumulación del capital y la reproducción de la vida, destacando “la imposibilidad de acceder a justicia social y tener condiciones de vida digna dentro del capitalismo” (Ceballos, 2018: 162).

Es importante aclarar que el referir a una crisis en los cuidados “no significa idealizar el modelo previo de reparto de los cuidados que, entre otras cosas, se basaba en una distribución injusta de los trabajos y situaba a las mujeres en una categoría de segunda” (Pérez & García, 2014: 77). Este modelo ha devenido inviable tanto por la precarización de las condiciones estructurales como por el cambio en la subjetividad de las mujeres, quienes reducen su disponibilidad para el cuidado en los hogares y buscan mayor autonomía, lejos de los roles tradicionales. Para Sonia Montañó y Coral Calderón (2010), esta crisis es un síntoma de la emancipación de las mujeres.

El concepto de crisis de los cuidados denuncia la insostenibilidad de los modelos tradicionales de bienestar bajo el capitalismo tardío (Montañó & Calderón, 2010). Considerando la poca o nula corresponsabilidad de los hombres en asumir el trabajo de cuidar, ésta se apuntala con la sistemática reproducción de sistemas injustos de distribución de los cuidados. Sin embargo, es importante distinguir entre crisis de cuidados y *crisis de reproducción social* para destacar el efecto de las asimetrías entre regiones y su impacto diferencial Norte-Sur.

Por un lado, en países del Norte global se experimenta un déficit de mano de obra para proveer cuidados, mismo que se agrava por cambios demográficos como el envejecimiento poblacional, el aumento de hogares unipersonales, así como por el adelgazamiento de los sistemas de protección social. Como hemos revisado, se importa fuerza de trabajo de las mujeres del Sur global cuyo efecto es contradictorio, en tanto permite a muchas mujeres de clase alta y media liberarse de la injusta asignación de trabajos de cuidados, mientras terceriza estas cargas en los hombros

de otras mujeres. Son las personas migrantes del Sur global quienes amortiguan ese déficit de cuidados.

Por otro lado, en el Sur global, la crisis alcanza dimensiones materiales distintas dada la situación de desempleo, violencia, pobreza, exclusión y el repliegue estatal en la provisión de cuidados. Gilda Ceballos (2018) se refiere a este proceso como una *crisis de reproducción social*, que contrasta con la crisis de cuidados, más propia del Norte. Así, la distinción conceptual entre cuidados y reproducción social es pertinente para señalar grados de degradación en las condiciones materiales de reproducción de la vida y las circunstancias en las que acontecen los procesos migratorios contemporáneos, en los que las mujeres tienen un papel protagónico.

La migración es una estrategia cada vez más común entre las mujeres del Sur global para asegurar el sustento de sus hogares. Esto responde tanto a factores estructurales, económicos y políticos como a asuntos personales, familiares y motivacionales que debemos considerar en su entrecruzamiento con el trabajo de cuidados.

Migraciones y cuidados

La migración es comúnmente vista como un proceso tan antiguo como la historia de la humanidad. Desde tiempos inmemoriales, el desplazamiento cíclico, estacional y continuo de las especies, incluida la nuestra, ha facilitado la supervivencia. Sin embargo, esta narrativa transhistórica contrasta con la realidad contemporánea, marcada por el surgimiento de los Estados-nación, las fronteras y los regímenes migratorios, que han complejizado y politizado la movilidad humana (Pécoud, 2015). Así, los estudios sobre migración analizan cómo la división social e internacional del trabajo y la riqueza amplifican las desigualdades globales.

De manera similar, los cuidados, esenciales para la sostenibilidad de la vida han sido siempre parte de la vida humana. Sin embargo, considerar los cuidados como un fenómeno natural y universal invisibiliza las profundas desigualdades de género. Al ser un campo atravesado por la división sexual del trabajo, es necesario entenderlo en su intersección con otras asimetrías de poder, como la división social

e internacional del trabajo. En este contexto, los cuidados, al igual que las personas, también migran, convirtiéndose en una expresión de la crisis global de sostenibilidad de la vida.

El vínculo entre cuidados y migración es clave para comprender la *feminización de los flujos migratorios*. A través de un enfoque transnacional, es posible observar cómo los cuidados atraviesan fronteras y cómo las mujeres migrantes asumen roles diversos, desde cuidadoras a distancia hasta proveedoras económicas. Factores como su rol en el hogar, estado civil, presencia de hijas/os, pareja o el cuidado de personas adultas en el hogar influye en “la especificidad de la movilidad espacial de las mujeres en cuanto a sus causas, motivaciones, características y consecuencias” (Szasz, 1994:129).

La feminización de la migración no sólo refleja una mayor presencia de mujeres en los flujos de migración laboral, sino también en su creciente protagonismo como jefas de hogar y principales proveedoras económicas. La idea de que la «feminización de la migración» es un fenómeno reciente responde a sesgos androcéntricos en los estudios migratorios que han asociado la movilidad con lo masculino y la inmovilidad con lo femenino. Como explica Diana Mata-Codesal (2017), pese a la pronta constatación de que las mujeres se movilizan, en las Leyes de la migración de Ernst Ravenstein de 1885, la presencia femenina en la migración pareciera un fenómeno contemporáneo.²⁵

Actualmente, factores estructurales como el envejecimiento poblacional en las sociedades Norte global y la falta de reemplazo generacional en la provisión local de cuidados han dado lugar a un mercado internacional cada vez más dependiente de la mano de obra femenina proveniente del Sur global. Helma Lutz (2018) destaca que esta tendencia es evidente en Europa y Japón, aunque también se manifiesta en hogares de renta media en Asia, Medio Oriente y Latinoamérica. Nancy Folbre comenta que, en Estado Unidos, el trabajo de cuidados superaba ya en 2006 la ocupación laboral ofertada por la industria acerera y automotriz unidas

²⁵ América Latina y el Caribe representan el 15% de la migración a nivel mundial, equivalente a 40,5 millones de personas migrantes de las cuales, la mitad son mujeres (OIM, 2020).

(Folbre, 2006, en Lutz, 2018). En 2015, de las 67.1 millones de personas trabajadoras del hogar a nivel mundial, 73.4% eran mujeres, muchas de ellas migrantes internas, aunque este número esté probablemente subestimado por las dificultades de medición propias del sector (OIT, 2015, en Lutz, 2018).

La migración de mujeres para el trabajo doméstico y de cuidados refuerza la histórica relegación de las mujeres al ámbito doméstico. Como señala Sònia Parella (2003), esto ha dado lugar a la constitución de un *nuevo proletariado femenino*, conformado por mujeres del Sur global que se ven forzadas a migrar bajo condiciones laborales precarias, mal remuneradas y riesgosas. El capital se aprovecha de las desigualdades de género para situar a las mujeres en posiciones de desventaja y vulnerabilidad, convirtiéndolas en migrantes potenciales.

Si bien los trabajos de cuidados pueden ser una puerta de acceso al mercado laboral, pese a que la experiencia laboral de estas mujeres nunca se haya ubicado en dicho sector, aún se encuentran expuestas a descalificación y subempleo. Muchas veces no pueden acumular experiencia profesional en su ramo por el estigma que impera sobre las personas que realizan cuidados y trabajo doméstico. Rhacel Salazar Parreñas (2001) describe este fenómeno como una *movilidad social contradictoria*, ya que implica el ascenso económico con respecto a los sueldos del país de origen, pero un descenso en el estatus social por condiciones de no ciudadanía o ciudadanía parcial en el destino.

Cadenas Globales de Cuidado

El drenaje de trabajos de cuidados del Sur al Norte global, que Arlie Hochschild (2003) denomina *fuga de cuidados*, refleja las desigualdades estructurales que atraviesan las economías globales y la estructura familiar. Para esta autora, entre más extremo es el dinamismo del sistema capitalista, más se desea sostener un modelo de familia inquebrantable. Este peso simbólico recae, principalmente, en la figura hipostasiada de las madres, quienes, al emigrar, reciben el doble racero de una sociedad que les exige no *descuidar* a su familia, y, en paralelo, “construir vínculos de afecto y amor con hijos/as de las familias para las cuales trabajaban,

mientras debían tercerizar el cuidado de sus propios/as hijos/as” (López, et al., 2022: 23).

Un punto de análisis obligado para entender esta tercerización de los cuidados, no sólo en los países de destino, sino en los de origen, es el concepto de *cadena global de cuidados*. Estas son definidas como series de vínculos personales entre personas alrededor del mundo basados en trabajos remunerados y no remunerados de cuidado, que se transfieren de mujer a mujer y que agudizan condiciones de cuidado desiguales por condición de género, sexo y clase social (Hochschild, 2015; Rodríguez, 2015). Para Corina Rodríguez:

Los eslabones de la cadena tienen distinto grado de fortaleza y la experiencia de cuidado (recibido y dado) se ve de este modo determinada y atravesada por condiciones de vida desiguales. En este sentido, en su dimensión transnacional, la organización social del cuidado agudiza su rol como vector de desigualdad (Rodríguez Enríquez, 2015: 42-43).

En su sentido original, las cadenas buscan explicar cómo las mujeres de estratos medios y medios alto desplazan las responsabilidades de cuidados a mujeres provenientes de estratos socioeconómicos inferiores, muchas veces de origen migrante. Sin embargo, planteamientos más recientes promueven expandir nuestra comprensión sobre sus limitaciones y potencialidades, para poder responder con mayor atino a los procesos migratorios contemporáneos (Yeates, 2012; González, 2013; Pérez & García, 2014; Rodríguez Enríquez, 2015). El concepto de cadenas globales de cuidado articula círculos de responsabilidades más extensos, por lo que resulta preferible a nociones como la de *fuga de cuidados*, que parte de una idea individualizante del cuidado y envuelve el estigma del abandono materno.

Amaia Pérez y Mar García (2014) subrayan que, para comprender las cadenas globales de cuidados, debemos mirar las cadenas que no eran globales, pero ya se sostenían con flujos de migración interna (campo-ciudad) o de migración transfronteriza entre países limítrofes (como ocurre en los corredores Nicaragua-Costa Rica, Perú/Paraguay-Argentina o Centroamérica-México). Estos flujos ya manifestaban sistemas de cuidados injustos con un trato discriminatorio basado en

diferencias de sexo, clase, «raza»²⁶ y el lugar de origen. Cuando los cuidados se globalizan, se ponen de manifiesto procesos preexistentes con los que las sociedades atendían sus necesidades de cuidados, pero que ahora alcanzan dimensiones internacionales y transcontinentales.

Asimismo, es importante destacar que las mujeres también migran en busca de alcanzar mayor autonomía económica, continuar algún proyecto profesional y/o académico, y para ganar control sobre su proyecto y modo de vida. Los cambios en las subjetividades de las mujeres respecto al rol tradicional que feminiza los cuidados se ven reflejados en cambios demográficos, como menores tasas de natalidad y de matrimonio. Es cada vez más patente una demanda social por transformar los arreglos de cuidados entre el Estado, la familia, la comunidad y el mercado, pero también y especialmente, entre hombre y mujeres (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014).

El concepto de las cadenas globales de cuidados también ha sido cuestionado por la falta de atención sobre la diversificación laboral de las mujeres migrantes, por su enfoque unidireccional entre el lugar de origen y de destino, así como por su tendencia a *refeminizar* los cuidados (González, 2013; Herrera, 2013). Respecto a este último punto, Herminia González Torralbo pregunta “¿por qué el cuidado siempre ha estado en manos de mujeres y ahora también en manos de mujeres migrantes?” (2013: 134). Para esta autora, romper la asociación de las mujeres con los cuidados debe pasar por preguntarnos cómo cuidan los hombres.

Según Amaia Pérez Orozco (2016), los hombres no generamos cadenas globales de cuidados debido a que ya antes del proyecto migratorio, los cuidados se encontraban delegados sobre los hombros de mujeres. Nunca asumimos la responsabilidad sobre estos y, si lo hacemos, es de forma eventual en tanto alguna mujer pueda retomar la responsabilidad sobre esta actividad. Así, se refuerza el

²⁶ Hago énfasis en que la dimensión racial no alude a un fundamento biológico, sino a un constructo social que define aspectos del comportamiento social (individual y colectivo) y desigualdades específicas ligadas a éste (Hill Collins, 2015).



carácter aparentemente «ineludible» de dar expresión y continuidad a la maternidad aún a la distancia.

Cuidados transnacionales

Es menester subrayar que los cuidados no desaparecen con la migración, sino que se transforman y diversifican, dando lugar a *cuidados transnacionales*. Según M^a Guadalupe Ramírez Contreras y Leticia Robles Silva, (2019: 76), estos se configuran como “una práctica binacional de flujos e intercambios de recursos económicos, emocionales y sociales para el cuidado”, que permite a las personas migrantes seguir apoyando a sus familiares en sus lugares de origen, sin necesidad de estar físicamente presentes. Estos incluyen actividades a distancia, como el envío remesas monetarias, facilitando las precondiciones para el cuidado, y el uso de nuevas tecnologías para mantenerse conectadas.

Gioconda Herrera (2016: 9) aclara que “la movilidad y las ausencias son parte de la vida familiar y no su excepción”. En este contexto, muchas mujeres migrantes se convierten en las principales proveedoras económicas de sus familias. Datos del Centro de Estudios Monetarios Latinoamericanos muestran que tres de cada diez remesas enviadas a México provienen de mujeres migrantes mexicanas en Estados Unidos (país de destino para el 97% de ellas). Aunque los hombres envían, en promedio, mayores cantidades (464 USD frente a 380 USD), se debe considerar la brecha salarial entre ambos géneros, lo que influye en el monto y tipo de remesas.

Un estudio de ONU Mujeres (2015) reveló que las trabajadoras centroamericanas transfronterizas en Chiapas envían entre el 26 y más del 50% de su ingreso a sus familias (Díaz Prieto, 2015: 18). Las mujeres mexicanas envían más remesas no monetarias que los hombres, como ropa, zapatos, dispositivos electrónicos o juguetes (44.4 frente al 32.7%), a pesar de que suelen recibir ingresos inferiores al promedio de migrantes de otras nacionalidades (Ramírez & Patricia, 2007; Ramírez, 2009). Las familias de las personas migrantes se ven beneficiadas por estos fondos enviados del exterior, con lo que sostienen o complementan sus gastos y subsistencia cotidiana. Los envíos de dinero y recursos económicos

hechos por las personas migrantes constituyen una de las principales fuentes de ingreso en países como México, el segundo país que más remesas recibe a nivel mundial.²⁷

Remesas sociales

Desde una perspectiva de cuidados, las remesas son más que un recurso económico, pues son de alto valor para el sostenimiento de la vida en contextos transnacionales. Por un lado, facilitan las precondiciones materiales para llevar a cabo cuidados emocionales, cotidianos e intergeneracionales. Por otro lado, no sólo cumplen una función económica, sino que redimensionan la frontera entre *ausencia física* y *presencia virtual* en las relaciones de cuidado. Así, los envíos de dinero y recursos entre países acontecen en el marco de procesos afectivos.

Remesa viene del latín *remissa*, (*re* que significa ‘hacia atrás’ o ‘de nuevo’) y *missa* (‘enviado’ o ‘despedido’, como *misión* o *misil*). Esto indica que las remesas son psicológicamente equivalentes a las *promesas*, al definir un compromiso social, una *misión pendiente hacia el origen*. Reafirman una responsabilidad adquirida, asumida o impuesta con la familia, comunidad o país. Su carácter vinculante permea los envíos de dinero, los cuales expresan un vínculo de orden socioafectivo.

Las personas migrantes aportan conocimientos, habilidades, sistemas de creencias y prácticas sociales a sus familias y comunidades. Peggy Levitt acuñó el término *remesas sociales* para referirse a las contribuciones inmateriales de las personas migrantes que circulan en los canales migratorios transnacionales. Los efectos de estos flujos de bienes inmateriales dan cuenta de transformaciones en las comunidades de origen que incluyen: cambios en las jerarquías de clase, género y edad; cambios en las formas de consumo cultural y estilo de vida; cambios en las actitudes hacia la educación, la salud, la reproducción y la democracia; por último,

²⁷ Sólo después de China, México se encuentra en el top de países que más transferencias económicas recibe de su diáspora en el extranjero, con más de 5.6 millones de dólares en septiembre del 2024. Tomado el 5 de septiembre del 2024 de: <https://elpais.com/mexico/2024-09-02/la-recepcion-de-remesas-tropezaba-en-julio-mexico-recibe-10-menos-dinero-del-extranjero-respecto-al-mes-previo.html>



cambios en la identidad y el sentido de pertenencia a la comunidad en el país de origen (Levitt & Lamba-Nieves, 2011).

Como bien señala Levitt, estos cambios no siempre son positivos. Pueden distorsionar los usos y costumbres locales, introduciendo el consumo de comida rápida, o diluir la conservación de la memoria y lenguas originarias. Asimismo, el optimismo de las narrativas de «empoderamiento» en la migración oculta las condiciones de explotación y precariedad en las que ésta acontece, mientras provee al mercado con una fuerza de trabajo abarataada y explotable. Saskia Sassen (2003) denominó *feminización de la supervivencia* a las estrategias que las mujeres adoptan para hacer frente a estas dificultades. Como aquí se analiza, estas estrategias muchas veces se ejecutan en traslape con otro conjunto de actividades.

Cuidados a distancia

El concepto de *cuidados a distancia* es polémico, ya que desafía la concepción original de los cuidados como una práctica que requiere copresencia física y directa. El avance de las tecnologías de comunicación, la masificación de la mensajería instantánea y videollamadas, sostienen formas contemporáneas de *telecuidados* que reconfiguran la interacción de las familias transnacionales (Yeates, 2012). Este concepto permite ir más allá de entender el cuidado como actividades intensivas y continuas cuerpo a cuerpo, incluyendo actividades que combinan, diluyen y comprimen el espacio-tiempo de la ausencia física, la presencia virtual y la proximidad emocional.

Ramírez-Contreras y Robles-Silva (2019) documentan cómo las mujeres migrantes mexicanas en Estados Unidos contribuyen a los cuidados de adultos mayores en México. Es de vital importancia su participación tanto al involucrarse en los cuidados durante sus visitas al hogar de origen —aliviando la carga de cuidados y trabajo doméstico de las cuidadoras primarias— como a través de formas diversas de cuidados a distancia:

- Envío de remesas económicas para cubrir gastos relacionados con la salud, que aumentan en tiempos de crisis.

- Envío de tecnología, insumos y aparatos médicos.
- Mejoras en las viviendas, como instalación de rampas, pasamanos, adecuaciones al mobiliario y a la arquitectura.
- *Remesas sociales*: transmitir conocimiento sobre la idoneidad de la atención y el tratamiento médico que reciben sus familiares, el uso y pertinencia de alternativas médicas, información sobre distintos tipos de padecimientos, monitoreo de signos vitales y aplicación de medicamentos, además de dedicar tiempo abundante en conversaciones que refuercen los lazos familiares y el sentido de pertenencia.

Así, estos cuidados no sólo impactan en el bienestar de las familias de origen, sino que contribuyen a la estabilidad emocional y seguridad psicológica de las personas migrantes, estrechando relaciones interpersonales distanciadas geográficamente. La migración, añade dimensiones nuevas a los cuidados, cuestionando sus límites y alcances. La presencia virtual y proximidad emocional busca subsanar la ausencia física, remontando el protagonismo y agencia de las mujeres migrantes, así como su rol como proveedoras-cuidadoras a la distancia.

Estos ejemplos demuestran que los cuidados son fundamentales para entender la interdependencia²⁸ y el esfuerzo común por sostener la vida. Además, desde un punto de vista ético, promueven una cultura de hospitalidad, empatía y fortalecimiento del tejido social transnacional, palpable en todas las contribuciones de las personas migrantes a sus familias y países de origen.

Trabajo de parentesco

Herminia González (2016) llama la atención sobre el **trabajo** que requiere fomentar, sostener y alimentar relaciones sociales como una forma de cuidado y construcción de capital social, al cual denomina *trabajo de parentesco*. Parte de la reconceptualización de la familia como entidad transnacional, en donde sus

²⁸ Respecto al importante rol de la *interdependencia* para poner la vida al centro, entiendo este concepto como una forma de desafiar el culto a la independencia patriarcal y capitalista, mientras cultiva formas de autonomía dinámica y relacional. Esta reflexión la desarrollo en *Abrazar la interdependencia, tejer la autonomía con los cuidados*, disponible en: <https://lacaderadeeva.com/voces/abrazar-la-interdependencia-tejiendo-la-autonomia-con-los-cuidados-/9614>

miembros mantienen un vínculo más allá de las fronteras y en la cual se forma una nueva organización social de los cuidados por la ausencia física de quienes migran (González, 2013). Se trata de un proceso de *family-making* que no se limita a las relaciones de consanguinidad, sino que incorpora vínculos interpersonales basados en la amistad, el origen común con connacionales u otras personas oriundas de cierta región —Centroamérica o Latinoamérica, por ejemplo—, así como la vivencia de una situación común, en tanto personas migrantes.

En contextos complejos como lo es la migración internacional, en el cual muchas veces se multiplican las adversidades y se degrada el capital social de las personas, las redes familiares y sociales facilitan la supervivencia. Estas *redes* sostienen la migración internacional, reduciendo costos e incertidumbre al proporcionar alojamiento, alimentos, servicios de salud, recursos económicos y oportunidades. Por ello, las normas de obligación mutua y cooperación son centrales, incluyendo no sólo a quienes migran y sus familias, sino también a otras entidades colectivas como iglesias, organizaciones no gubernamentales, colectivos de apoyo y también personas solidarias en los países de tránsito y destino.

Según la Encuesta de Cohesión Social y Espacios Públicos en México (2019), son las mujeres quienes dedican más tiempo al fortalecimiento de vínculos por medio de contacto telefónico, redes sociales, convivencia con las personas del vecindario, además de que sus vínculos son más estrechos y sus círculos sociales más cercanos (Flores Dávila, 2020: 302). En comparación con los hombres, las mujeres:

Hacen entre un diez y un doce por ciento más de llamadas de larga distancia a familiares y amigos, envían al menos el triple de tarjetas de felicitaciones y regalos, y escriben el triple o el cuádruple de cartas personales. [...] las mujeres son más propensas a expresar un sentido de preocupación y responsabilidad por el bienestar de los demás haciendo un trabajo voluntario con mayor regularidad (Robert Putnam, 2000, en Hochschild, 2003: 20).

Las mujeres migrantes se encargan del establecimiento de cadenas de solidaridad con otras mujeres debido al exceso de responsabilidades de cuidados y la

irresponsabilidad de los varones. Tejer vínculos estrechos y fiables es vital en circunstancias en las que muchas veces deben asumir simultáneamente tareas domésticas y de cuidados mientras trabajan, estudian o buscan empleo, realizan visitas especiales al país de origen para cuidar, etc. (Gonzálvez, 2013).

Y si bien la *familia transnacional* es un espacio de soporte social y emocional, también se trata de un campo de disputa, con intereses divergentes y relaciones conflictivas que podrían conllevar a su disolución. Pese a la evidente transformación de la cotidianidad como parte del proceso migratorio, no necesariamente se transforman los roles tradicionales de género, las ideologías de parentesco ni las jerarquías en su interior, solidificando formas de solidaridad y reciprocidad asimétricas (Herrera, 2011). Las mujeres migrantes sostienen también el sentido de pertenencia al fomentar los lazos de parentesco y procurar los vínculos sociales entre personas que viven en diferentes países, por ejemplo, con celebraciones, conmemoraciones, tradiciones familiares, dedicar tiempo de calidad, entre muchos otros.

Conclusiones: recuperación de un marco conceptual para el análisis situado
Siguiendo la lucha de Juana Álvarez y de las contemporáneas mujeres migrantes, podemos constatar la feminización de la supervivencia. Esta continuidad histórica demuestra que, aunque las formas de explotación han evolucionado, la apropiación de la fuerza de trabajo de las mujeres sigue siendo una constante en la organización social. Desde la esclavitud hasta la actual economía de los cuidados, la subordinación de las mujeres sigue operando bajo lógicas de poder que trascienden el mercado y se insertan en la vida cotidiana, configurando un régimen de explotación que, lejos de desaparecer, se adapta y transforma.

En este sentido, el trabajo de cuidados es profundamente ambivalente: siendo pilar fundamental del bienestar social, ha sido igualmente provechoso para el sostenimiento del sistema capitalista y patriarcal. Al internacionalizarse, los cuidados adquieren un valor central para estudiar las migraciones contemporáneas y las múltiples desigualdades entrelazadas por acción de la división sexual, social e

internacional del trabajo. Este escenario demanda la cuidadosa elección de un marco conceptual adecuado a estos contextos.

Los intercambios constantes en los circuitos migratorios entre países de origen y destino, permiten ver la intensidad de los vínculos entre personas en diferentes países y la densidad de sus redes. Las nociones originales del trabajo de cuidado pueden quedar cortas para el análisis que aquí sugiero, si se conceptualizan únicamente como actividades *vis-à-vis*, invisibilizando la entrega de cariño, seguridad emocional, expresiones de preocupación, valores humanos o disciplina que ocurren a la distancia.

Por ello, en esta investigación adopto los conceptos provenientes de un análisis situado en contextos transnacionales, los cuales matizan la comprensión de lo que se entiende por familia, cuidados, trabajo y explotación. Entre ellos, son de especial interés los de remesas sociales, cuidados a distancia y trabajo de parentesco, que serán útiles para caracterizar las actividades que se realizan en los circuitos migratorios, muchas veces en simultaneidad con otro orden de tareas — remuneradas o no—. A su vez, propongo situar este análisis como parte de la *organización transnacional de los cuidados*, entendida como:

La manera en la que personas que viven en diferentes países resuelven sus necesidades de cuidados. Esto incluye arreglos puertas adentro (intrahogar) y puertas afuera (extradomésticos), así como un conjunto de actividades que discurren más allá del espacio nacional de los países de origen y destino.

En consonancia, reformulo la noción de cuidados para responder mejor a este contexto, entendiéndola como:

Categoría dual que alude al conjunto de prácticas habilitantes de la vida entre seres vinculados por redes de interdependencia multisituadas (unipersonales, interpersonales, locales, globales y transnacionales). A la par, se trata de una perspectiva analítica que permite problematizar los procesos de (re)producción de la vida para visibilizar, denunciar y transformar

las desigualdades interseccionales desde un posicionamiento ético, holístico y feminista.

Por último, aunado a entender la construcción de la familia transnacional en el marco de relaciones de poder asimétricas, las sobrecargas de cuidado describen mecanismos de superexplotación que se apropian *intensivamente* de la autonomía física y mental de las mujeres migrantes. Estos mecanismos son el objeto de estudio de esta investigación.



CAPÍTULO 2. Cuidados y Migración calificada

Evaluada contra el rasero de la afectividad, la migración emerge como una empresa poco gananciosa a los ojos de la mayoría de las mujeres migrantes, puesto que su pérdida se antoja irrecuperable.

Marina Ariza

Las categorías analíticas *cuidados y migración* conforman un campo estratégico para estudiar la reestructuración socioeconómica contemporánea y la movilidad de capital humano calificado en la región latinoamericana. Ambos conceptos, tanto el de cuidados como el de migraciones, aluden a fenómenos que se han *feminizado*, es decir, se han impuesto sobre los cuerpos, esfuerzos y tiempos de las mujeres. Esta imbricación entraña, por un lado, subrayar el potencial para el sostenimiento de la vida que tienen los cuidados y, por otro lado, dimensionar su injusta distribución.

Este capítulo es una revisión de las investigaciones realizadas en la intersección de ambos conceptos, cuidados y migración, apuntando a comprenderles en el marco de los flujos migratorios de mujeres calificadas en Latinoamérica. El objetivo es identificar los nudos críticos y líneas de análisis desde una perspectiva de género e interseccional, para dimensionar la transferencia internacional de privilegios masculinos y el empoderamiento contradictorio de las mujeres migrantes calificadas. Asimismo, es de interés subrayar la forma en que la migración calificada se conecta con el modelo de desarrollo y la forma en que se ha enmarcado con políticas de atracción y retención de talentos.

Migración calificada y desarrollo

Durante las últimas décadas, se han gestado nuevas tendencias en la movilidad humana y cambios en los perfiles de las personas migrantes. El ambiente económico global, atravesado por las tensiones geopolíticas y las asimetrías entre naciones, promueve el flujo de capital económico según cambios generados por las fuerzas estructurales de la globalización en los años noventa y la reestructuración capitalista contemporánea (Delgado Wise, et al., 2009). Esto coadyuva al

surgimiento de flujos de migración capital humano calificado que responden a la creciente demanda global de talentos (Habti & Elo, 2018). Estos flujos discurren en un contexto de restricciones a la movilidad internacional de personas no calificadas, inestabilidad política, conflictos sociales y escasez de oportunidades, sobre todo en los países de origen (Appandurai, 1996; Harvey, 2014).

Las personas migrantes son calificadas (o cualificadas)²⁹ cuando tienen educación superior, completa o en curso, y altamente calificadas cuando acceden a posgrados (Ramírez-García & Gandini, 2016). Esto es, llegar a la educación terciaria, nivel 5 en la Clasificación Internacional Normalizada de la Educación (CINE) (UNESCO-UIS, 2011), con un total de doce años de educación completada. La migración calificada suele estudiarse desde las perspectivas de *fuga*, *ganancia* o *circulación de cerebros* (brain drain, gain, circulation), subrayando la lucha por retener y atraer talentos, así como por captar el derrame de externalidades positivas, como el intercambio de conocimiento, remesas, inversiones y tecnología entre países de origen y destino (Tejeda, et al., 2013: 158).

La fuga de cerebros³⁰ alude a la emigración permanente o de larga estancia de personas con educación terciaria. Esto se traduce en un freno al crecimiento económico de los países «expulsores» al exportar valioso capital humano sin recibir compensación por la subvención de fuerza de trabajo que emite (Lowell & Findlay, 2001). Una emigración calificada mayor al 10 por ciento de los habitantes de un país es considerada por el Banco Mundial como fuga de cerebros. Eleonora Ermólieva

²⁹ La adjetivación de la migración como *calificada* o *cualificada* no responde a un trasfondo teórico o metodológico; no hay mención a ello en la literatura en español. La diferencia radica en el uso del lenguaje, pues en español son válidas ambas para referirse indistintamente a las competencias o preparación específica de alguna persona y/o grupo para realizar alguna tarea, como aclara el Diccionario Panhispánico de dudas (FundéuRAE, 2017, junio 19). En inglés varía su significado: “*qualified is meeting the standards, requirements, and training for a position while skilled is having or showing skill; skillful*” (WikiDiff, 2017, noviembre 7). En consonancia, algunos países de la Unión Europea distinguen entre los términos *highly skilled* (alguien que tiene la competencia adecuada, específica y requerida, como fruto de su experiencia o su educación) y *highly qualified* (competencia demostrada sólo por las credenciales educativas) (Migration and Home Affairs, s/f).

³⁰ *Fuga de cerebros*, como concepto, se usó por primera vez en 1963 por la *Royal Society* (Reino Unido) para referirse a la migración de personas intelectuales británicas hacia Estados Unidos (Ermólieva, 2011).

(2011: 119) menciona las causas más frecuentes que empujan a la migración calificada:

- Baja inversión en investigación, desarrollo tecnológico y programas de actualización profesional.
- Inestabilidad política y económica.
- Mayor desempleo y subempleo de personas graduadas universitarias.³¹
- Mayores oportunidades profesionales y económicas en el extranjero.

La pugna entre fuga, pérdida y captación de cerebros surge de la tendencia en los estudios sobre migración a enfatizar factores de atracción y expulsión (*push-pull*, en adelante en inglés), que plantearon a la migración como un producto del «subdesarrollo». Las condiciones socioeconómicas desfavorables en los países no industrializados empujan a las personas a emigrar a países desarrollados, perpetuando la asimetría entre sociedades de origen y destino (Arango, 2003). En ese sentido, la fuga de cerebros es una preocupación para los países de origen,³² los cuales «expulsan» personas a gran escala en busca de mejores oportunidades de vida en países del Norte global.

A partir de los 90 e inicios del siglo XXI, la narrativa cambia y se comienza a destacar el empuje al desarrollo local generado por los flujos migratorios. En 2002, el Banco Mundial destaca que los flujos migratorios pueden conducir a un crecimiento económico a largo plazo debido a los efectos multiplicadores de la transferencia de remesas económicas y remesas sociales, así como por el potencial de la migración laboral en circuitos temporales y circulares para estimular el crecimiento económico. De esta forma, pese a un esperable incremento de la migración en el corto y mediano plazo, se previó que el desarrollo económico en los países de origen redujera la emigración a largo plazo y que haya un eventual reemplazo de fuga por captación de cerebros (Glick Schiller & Faist, 2009).

³¹ Este fenómeno es también conocido como *desperdicio de cerebros* (brain waste) (Lowell & Findlay, 2001).

³² Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD) (2019), algunos países de Centroamérica, el Caribe y África tienen tasas de emigración calificada superiores al 40 por ciento (Haití, Guyana, El Salvador y Nicaragua).

Desde esta óptica, la migración pasaría de ser un problema a una solución en pro de la economía mundial, al menos, discursivamente. Este giro narrativo se conoce como el *mantra de la migración y el desarrollo* (Glick Schiller & Faist, 2009; Delgado Wise, et al., 2009). Así, las personas migrantes serían consideradas como «agentes del desarrollo», sobre todo si son (altamente) calificadas y, por ende, como un flujo migratorio deseable (tolerable), de élite y privilegiado, para quienes las fronteras son puertas abiertas y las contingencias propias de la migración no representan dilema alguno.

Como paradigma de estudio, uno de los ámbitos en los que más se han analizado los flujos de personas calificadas es el de las relaciones entre la economía globalizada y el mercado laboral. Se trata de un fenómeno supeditado teórica y metodológicamente tanto por la ley de oferta y demanda como por los dualismos estructurales Sur-Norte. Otro ámbito es el de la migración con motivos académicos, donde migrar es entendido como una estrategia para alcanzar movilidad social ascendente mediante la inversión en capital humano, de igual forma alineada a los factores de atracción ofertados en los países industrializados. El binomio migración y educación —nuevo *commodity* en la expansión del capitalismo— es, sobre todo, un privilegio, ya que apenas un selecto grupo de personas logra alcanzarlo.

Estos enfoques parten de un imaginario que plantea a la persona migrante como un *homo oeconomicus*, un actor racional que toma decisiones para maximizar futuros beneficios. Fallan en representar la situación de los flujos de personas calificadas — aún más si se trata de mujeres— al no considerar, entre muchos otros, los problemas de adaptación que experimentan tanto las personas migrantes como las sociedades receptoras, mismos que pueden generar choques culturales, etnocentrismo y xenofobia. Por lo tanto, estas aproximaciones resultan insuficientes para comprender las experiencias particulares de estas personas y los contextos específicos en los que se gesta su movilidad.

Al mismo tiempo, invisibilizan el entramado de asimetrías geopolíticas y los intereses corporativos de empresas transnacionales que aprovechan la exportación de capital humano. La migración calificada no se desconecta de los procesos

globales de acumulación capitalista y explotación de la fuerza de trabajo; al contrario, se inscribe en ellos dada la creciente especulación y mercantilización del conocimiento en un nuevo ámbito de subsunción de la ciencia, representado por los sistemas de innovación y propiedad intelectual (Alfaro & Chávez, 2018; Delgado Wise, 2020; Delgado, Chávez & Gaspar, 2021). Así, modelada por la división internacional del trabajo científico, *la migración calificada se encuentra en el núcleo del modelo de desarrollo contemporáneo*.

La exportación de fuerza de trabajo es mucho más costosa para los países emisores que la de materias primas, ya que implica el traspaso del bono demográfico al extranjero. Raúl Delgado Wise et al. (2009) reportan que los costos por concepto de reproducción social y educación de la fuerza de trabajo que México transfirió a Estado Unidos entre 1994 y 2008 —un total de 340 mil millones de dólares—, representa 1.8 veces el monto acumulado de remesas recibidas durante el mismo periodo. De ese modo, la migración laboral es un subsidio a la economía extranjera que no se compensa por las transferencias inversas hacia México y que se hace más oneroso con la migración calificada, por los costos asociados a niveles educativos más elevados.³³

No obstante, toda migración ocasionada por las contradicciones socioeconómicas del desarrollo capitalista es, en realidad, otro tipo de migración forzada (Delgado Wise, et al., 2009). El modelo de desarrollo que mejor describe este esquema no es el del *mantra migración y desarrollo*, sino el del **desarrollo desigual**, entendido como el “proceso histórico de polarización económica, social y política entre regiones, países y clases, derivado de la acumulación de capital, la división internacional del trabajo y los conflictos de clase diversos” (Delgado Wise, et al., 2009: 30).

Es necesario distanciarse del enfoque costo-beneficio de la movilidad humana y enfocar la complejidad de los factores estructurales implicados en la

³³ Según datos de la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2020), en México el gasto público por alumno en el ciclo escolar 2019-2020 fue de 27,515 MXN en educación básica, 33,516 en educación media superior y de 82,639 en educación superior. Tomado el 21 de marzo del 2022 de: https://www.planeacion.sep.gob.mx/Doc/informes/labores/2018-2024/2do_informe_de_labores.pdf



migración, visualizar a las personas migrantes no como agentes de desarrollo, sino como agentes de cambio, quienes, con sus limitaciones, pueden transformar las estructuras sociales y políticas, o contribuir a cambiar el dominio del mercado (Gruntz y Pàges-El Karoui, 2013; Glick Schiller, 2009). En ese tenor, resulta necesario identificar la multiplicación de desigualdades interseccionales y la discriminación que rodea a las personas migrantes calificadas.

Migración calificada y discriminación

Parece un contrasentido estudiar el nexo entre discriminación y migración calificada. Altos niveles de escolaridad funcionan como «llave de acceso» a los candados migratorios prácticamente en cualquier país del mundo. Las credenciales académicas expanden el abanico de posibilidades laborales, ya sea como profesionistas en sus respectivos campos, estudiantes de posgrado becados, docentes o en otras actividades relacionadas con la academia. Parvati Raghuram (2013) escribe, con sorna, que la única cara «aceptable» de la migración parece ser la migración calificada.

Las limitaciones del enfoque fuga-captación de cerebros y la prevalencia epistémica del *homo oeconomicus* en los estudios sobre migración han rezagado la agenda de investigación en este campo. Los exilios políticos masivos, por ejemplo, la diáspora académica sudamericana que huía de las dictaduras y que se finca en México, sería mal comprendida bajo la óptica hegemónica de un sujeto racional y maximizador de beneficios. Es crucial complementar los análisis estructuralistas escuchando a las personas, sus historias, experiencias, las dificultades que enfrentan y las desigualdades que viven.

La migración calificada no está exenta de las desigualdades propias de toda movilidad humana, exhibiendo también otras que les son específicas. La pérdida de redes y capital social, separaciones familiares, condiciones de desempleo, subempleo y precarización laboral son siempre latentes. Las dificultades del contacto intercultural y la curva de adaptación en una nueva cultura pueden acarrear

trastornos psicológicos que, de volverse crónicos, desmejoran la salud mental y la calidad de vida (Achótegui, 2005).

Pese a que la migración calificada es «promovida» por políticas de atracción y retención de talentos, las altas cargas burocráticas y largos tiempos de espera para completar el más exiguo trámite conllevan a su paulatina *descualificación* (Pedone, 2018). Las dificultades de homologación y revalidación de sus credenciales académicas, la merma en su trayectoria profesional, la intrincada interfaz de, por ejemplo, el sistema de administración tributaria, así como las exigencias migratorias inaplazables para permanecer con un estatus regular, constituyen desventajas objetivas para estos flujos de profesionistas.

Para justificar la estancia regular por contratación laboral, muchas veces, se aceptan esquemas de subcontratación, subempleo, contratos por horas o trabajos precarizados que menoscaban sus posibilidades de articular un plan de vida acorde con su realización profesional (Alfaro & Chávez, 2018). Por ello, es crucial —y complejo, a la vez— tejer redes de solidaridad entre connacionales y personas locales que puedan ayudar a interpretar los códigos culturales para evitar malentendidos y gastos innecesarios.

También debido a barreras de comunicación y rivalidades emergentes de la competencia directa con otras personas, locales y migrantes, dentro del mercado laboral. Camelia Tigau (2021) reportó los problemas de discriminación que viven mexicanas/os calificados en Estados Unidos, describiendo su situación como la de una *doble minoría*. La marcada polarización que existe entre contingentes de trabajadores migrantes con documentos y sin documentos, al igual que entre connacionales calificados y no calificados, acrecientan el rechazo percibido (a veces, recíproco) que les margina en doble vía.

Recordemos que, para incrementar sus beneficios, los empleadores en los países de destino se aprovechan del desplazamiento de trabajadores locales (mejor organizados y asalariados) con mano de obra migrante, quienes son más propensos a aceptar menos salario y jornadas más largas. Las condiciones laborales negativas en los países de destino generan amplios beneficios para los empleadores y

deterioran la calidad de vida de las personas migrantes. Los mecanismos de competencia y rivalidad que se dan entre contingentes de trabajadores son ampliamente ventajosos para sostener la tasa de extracción de plusvalor (Delgado Wise, et al., 2009).

Asimismo, se debe enfatizar el uso pernicioso del adjetivo «calificada/o» frente a colectivos migrantes «no calificados», cuya fuerza de trabajo se ve abaratada por la sobrevalorización de las credenciales. Esto ocurre no sólo entre contingentes de trabajadores o en la discrecionalidad de la selectividad migratoria, sino que alcanza la literatura especializada en este campo. Muchos estudios suelen referirse a los flujos de personas del Sur global como *migrantes*, mientras reservan el apelativo *expats* (personas expatriadas) para los flujos del Norte global y personas calificadas, evidenciando que el uso de dichas categorías presupone mecanismos discriminatorios.

Debemos considerar los efectos a gran escala de la discriminación en contextos migratorios. Entre ellos, los incalculables costos humanos en términos de vidas perdidas, el fortalecimiento del crimen organizado y redes de trata de personas, la pauperización de las condiciones de vida en los países de destino, así como la creciente securitización de las fronteras. Estas son, todas y cada una, manifestaciones de la necropolítica prevalente en el régimen migratorio internacional.

Nancy Fraser (2015) alerta sobre la *muerte política* que emerge de la lógica territorial del estado-nación, el cual no está sincronizado con las injusticias que acontecen en el espacio de los flujos transnacionales. Los Estados despojan de representación política a las personas migrantes, quienes no pueden enfrentarse a las fuerzas opresoras en igualdad de circunstancias, puesto que su estatus moral como sujetos de justicia no tiene un marco de legitimidad. Esta filósofa destaca que se debe replantear la justicia social desde un enfoque transformador que considere

el contexto de la globalización y las problemáticas transfronterizas que enfrenta la sociedad actual.³⁴

Por último, Tigau (2021) reporta que, al volver a México de forma temporal o permanente, las personas calificadas también reciben muestras de rechazo y discriminación. Si bien a los ojos de muchos connacionales se trata de una élite educativa privilegiada, no dejan por ello de ser un grupo discriminado. La marginación de las y los retornados es un fenómeno nocivo que ni siquiera nuestra larga tradición como país migrante ha podido desmontar. En esta investigación, abogo por promover una sensibilidad más incluyente y hospitalaria para las personas, que no les segregue según su género, lugar de origen o nivel de calificación.

Migración calificada Sur-Sur

La migración calificada describe patrones asimétricos centro-periferia, pero también entre regiones no industrializadas del Sur global. La tendencia en este campo es estudiar la migración calificada en los flujos Sur-Norte, prestando poca atención a los flujos intrarregionales. Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2019), la región continúa siendo predominantemente «expulsora» —con un saldo negativo de seis emigrantes por cada dos inmigrantes—, aunque es notoria la desaceleración de la emigración, la intensificación de la migración de retorno y de la migración intrarregional.

Muestra de ellos es que, en el periodo que comprende los últimos cincuenta años, se ha invertido el principal lugar de procedencia. En 1970 el porcentaje de personas inmigrantes provenientes de otros países Latinoamericanos fue de 24% frente a un 76% de personas provenientes del resto del mundo. Para 1990 los porcentajes se equilibran con 49% y 51% respectivamente. En 2019, se invierte la

³⁴ Dichas injusticias extraterritoriales comprenden desde el cambio climático, pandemias, conflictos bélicos, crisis humanitarias, hasta el carácter de inclusión subalterna o *ciudadanía de segunda* que reproduce el régimen de pasaportes y ciudadanía (Fraser, 2015: 231).

tendencia con un 70% de inmigración intrarregional y 30% de otras regiones (CEPAL, 2019).

El stock de personas migrantes calificadas cuya región de origen fue Latinoamérica tuvo un aumento de 155% en el periodo entre 1990 y 2007. Comparada con el aumento global de 111% en estos flujos, nuestra región presenta la movilidad más dinámica del mundo sobre este fenómeno, seguida de África con 152.4% y Asia con 144 por ciento. Los países miembros de la OCDE son el principal destino, concentrando flujos de personas calificadas entre un 16 y 19 % (Lozano-Ascencio & Gandini, 2012). En el caso de México, la emigración de personas con educación terciaria se multiplicó nueve veces en el periodo entre 1990 y el 2019, alcanzando un total de 1.4 millones personas calificadas en el extranjero, concentradas principalmente en Estado Unidos (Delgado Wise, et al., 2021).

El Anuario de Migración y Remesas 2020 de BBVA indica que, de 1992 a 2018, la población inmigrante en México se incrementó de 0.5 a 0.9 %, siendo un total de 1,074,752. De este total, 799,123 eran personas nacidas en Estados Unidos y 275,629 del resto del mundo. Los países de origen con mayor número de personas inmigrantes después de Estados Unidos fueron Guatemala, Venezuela y Colombia. Este informe también menciona que tres de cada diez hogares de estadounidenses en México contaban con jefatura femenina y que el 63.7% contaba con alguna afiliación a una institución de salud (Ng, et al., 2021).

También las cifras de inmigración calificada hacia México se han elevado. Sólo en el periodo entre el 2000 y el 2015 se calcula un crecimiento del 74.7%, dentro del cual hay un aumento del 201.2% de personas con nivel de posgrado. En 2015, siete de cada diez personas inmigrantes calificadas provenían del continente americano, es decir, el 69.1% de estos flujos lo constituye migración intrarregional (Ramírez-García & Lozano-Ascencio, 2019). Este mismo estudio enuncia que los principales países de origen, de mayor a menor, son Estado Unidos (30% del stock de migración calificada en México), España, Argentina (5.9% del stock), Colombia (representan el 31% de estudiantes internacionales en México), Cuba y Venezuela (Ramírez-García & Lozano-Ascencio, 2019: 12).

Como antecedentes a esta inmigración calificada, se puede mencionar que la diáspora académica hacia México durante el siglo XX se dispara a partir de hechos históricos como el exilio español (1930-1940), sudamericano (1950-1980) y soviético (1990-2000) (Izquierdo, 2021: 99). Se trata de procesos que han alcanzado larga data gracias al efecto causativo de las redes migratorias entre connacionales, la conformación de comunidades epistémicas transnacionales y las políticas mexicanas diseñadas con la finalidad de captar talentos, como desarrollo más adelante. El asilo político de intelectuales y activistas tuvo un impacto innegable en la nación, pues numerosas instituciones educativas recibieron y se vieron beneficiadas por la diáspora académica, destacando la contribución de la migración a la conformación del ecosistema científico mexicano.

En la Figura 1 se representa a las diferentes diásporas por década, las instituciones educativas en las que influyeron y las cifras de miembros del SNI que guardan hoy en día:

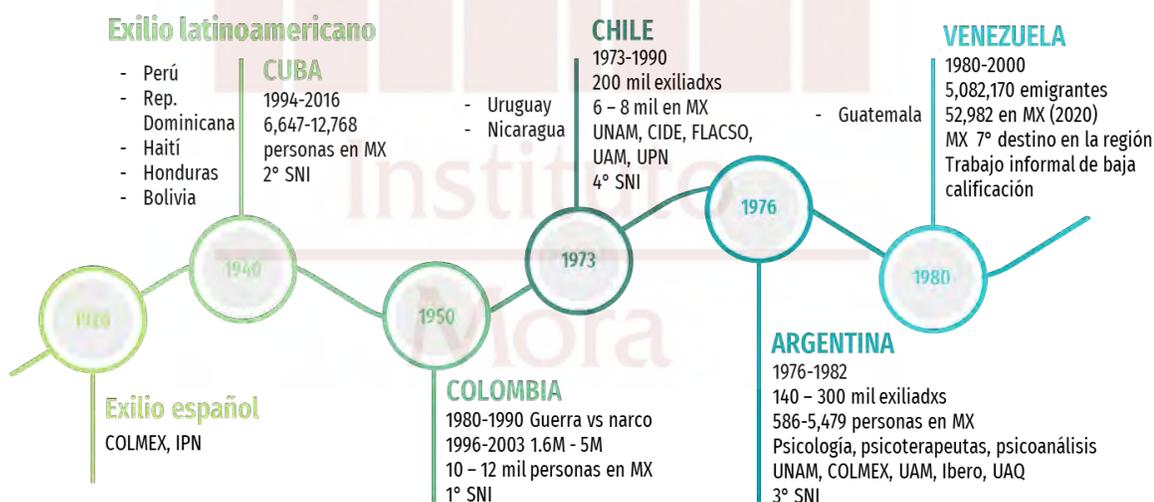


Fig. 1. Línea del tiempo de diásporas académicas hacia México.
Fuente: Izquierdo (2021). Elaboración propia.

Podemos dimensionar el volumen de estas diásporas a partir de las nacionalidades de profesionistas miembros del Sistema Nacional de Investigadores (SNI). Los primeros cuatro países con mayor número de investigadoras/es en México son, en orden, Colombia, Cuba, Argentina y Chile (Rodríguez, 2020, en Izquierdo, 2021), lo cual indica altos niveles de escolaridad en estos flujos de inmigración. Es necesario

incluir el éxodo venezolano en esta lista, mismo que se ha ido incrementando desde los años ochenta y actualmente se estima que más de 5 millones de personas han dejado permanentemente su lugar de origen. México, con casi 53 mil personas venezolanas, es el séptimo destino regional para esta emigración masiva (R4V, 2020, en Izquierdo, 2018).

Políticas de retención y atracción de personas calificadas en México

La política exterior mexicana se precia de su larga tradición de asilo y refugio, mostrándose solidaria hacia la comunidad internacional. Pero entender a México como un «país refugio» es discutible ya que, hacia adentro, su sistema de seguridad pública se ha caracterizado por ser excluyente, discriminatorio y represivo. El mismo poder Ejecutivo que orquestó la masacre estudiantil del 68 en la capital del país, desplegó todo tipo de apoyos para solicitantes de asilo, quienes huían de sus países de origen acusados de comunismo (Yankelevich, 2002).

Durante la década de los ochenta y los noventa, se buscó posicionar a México como un país del primer mundo que estrenaba su ingreso al Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN) y a la Organización de Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) (Izquierdo, 2010, 2021). Los gobiernos priistas de Miguel de la Madrid y Carlos Salinas de Gortari propiciaron acuciantes medidas neoliberales sobre diversos campos, incluida la educación superior. La apertura de la economía, la desregularización para atraer inversión extranjera y las privatizaciones a gran escala de empresas del sector público, desmoronaron el mercado local y acentuaron los dualismos estructurales Norte-Sur (Guillén, 2007).

A pesar de esto, el asilo político contribuyó, por un lado, al diseño de políticas de atracción y retención de talentos, ancladas a motivos económicos y políticos neoliberales bajo la óptica de la fuga-captación de cerebros. Isabel Izquierdo (2018) destaca el efecto nutritivo de estos flujos sobre las instituciones educativas, en particular, desde vetas críticas como la teoría latinoamericana de la dependencia, escuelas de corte marxista, feminista, así como de diversas líneas de psicoterapia y psicoanálisis.



México tiene como fortaleza el contar con una alta densidad de políticas de vinculación con su diáspora, ocupando el tercer lugar en la región de países con mayor número de programas dirigidos hacia su población en el extranjero (Pedroza, Palop-García & Hoffmann, 2016; Pedroza & Palop-García, 2017). Las políticas públicas mexicanas en materia de atracción y retención de talentos incluyen: redes de movilidad académica, revalidación de estudios en el extranjero y cooperación científica, cooperación empresarial, reinserción profesional, proyectos de inversión internacional en asuntos locales, programas de capitalización de remesas, asistencia y protección consular, voto en el extranjero, entre otras (Garza & Cortina, 2005; Moreno Pérez, 2008).

Estas políticas se pueden ubicar desde tres hitos históricos, con sus respectivas ideologías políticas y económicas (Alfaro & Aragonés, 2020; Izquierdo, 2021), según imperaban en cada década:

- En 1970 se crea el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt). Los modelos de industrialización por sustitución de importaciones recentraron a la ciencia como un motor del progreso, a la par que organismos como la CEPAL se hallaban preocupados por la dimensión del intercambio desigual centro-periferia en su modalidad de *fuga de cerebros*.
- En 1984 se crea el Sistema Nacional de Investigadores (SNI). El auge neoliberal tuvo claro que ciencia y tecnología constituyen oportunidades estratégicas de crecimiento económico y daba paso a la guerra mundial por talentos bajo el canon de la *ganancia de cerebros*.
- En 1990 se crea el Padrón de Programas de Posgrado de Excelencia, conocido más tarde como el Programa Nacional de Posgrados de Calidad. La lógica de la *circulación de cerebros* promovió la creación de redes, plataformas científicas y sistemas de innovación con fuerte base de mano de obra extranjera, perfilando a la migración calificadas como promotora del desarrollo.

Desde el 2018, el ecosistema científico mexicano exhibe una profunda transformación derivada del cambio de gobierno, cuyas implicaciones y alcances aún son inciertos. Destacan, por ser controversiales, una reducción en el

presupuesto federal en materia de ciencia, tecnología e innovación (CTI), mayor colaboración del sector privado, mayor participación de la Secretaría de la Defensa Nacional en la agenda de CTI y la posible renovación de la dependencia a cargo en una Secretaría de Estado. Otras acciones han sido escándalos mediáticos y políticos, como la arbitraria designación de un director en el Centro de Investigación y Docencia Económicas el pasado 29 de noviembre del 2021 y las acusaciones sobre malos manejos presupuestales hacia muchos miembros de la comunidad científica, alegando transparencia y mayor eficacia en el ejercicio de recursos públicos. Iniciativas con mejor recibimiento fueron la creación del programa Ciencia de Frontera en 2019, con un enfoque en la investigación básica y de vanguardia, así como la inclusión de un enfoque en humanidades dentro del sector.

En este contexto, México se ha posicionado regionalmente como un país de atracción para flujos de personas calificadas. Junto con Argentina, Brasil, Chile y Ecuador, estos países marcan una nueva tendencia en los flujos Sur-Sur tras la crisis económica global del 2008, cuando se incrementan los flujos intrarregionales y la migración de retorno. Son destinos que cuentan con ventajas competitivas al representar alternativas menos costosas que otros países de Norte América y Europa. Así, las políticas educativas de estos países les ha posicionado cada vez más en los flujos Sur-Sur, conformando corredores de migración calificada (Pedone & Alfaro, 2018; Pedone & Gómez Marín, 2021).

Sin embargo, la política de atracción-retención es contradictoria en su diseño, objetivos y resultados. Por un lado, faltan esfuerzos y acciones congruentes para orientar a los recursos humanos calificados hacia una demanda laboral efectiva, por lo que el mercado de trabajo está desarticulado de las políticas gubernamentales sobre la formación de talentos. Esto ha sido un disparador de fuga de cerebros para 1.2 millones de personas calificadas que viven en el extranjero, de los cuales se calcula que 303,401 cuentan con un posgrado.³⁵

³⁵ Según datos de un estudio elaborado por el Conacyt —hoy llamado Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Teconologías (CONAHCYT)— y la UNESCO. Fuente: <https://conahcyt.mx/conacyt-avanza/>



Por otro lado, el actual sistema de ciencia y tecnología es heterogéneo y discontinuo entre los ámbitos económicos, social, cultural y político, denotando que estas políticas se implementan descontextualizadas de inicio, sin un andamiaje consolidado que cuente con financiamiento e infraestructura. Diversas investigaciones (Alfaro & Chávez, 2018; Alfaro & Aragonés, 2020; Ramírez-García & Lozano Ascencio, 2019; Alfaro, 2021) coinciden en que la puesta en marcha de estas políticas reproduce desigualdades de género.

Mujeres migrantes calificadas en México

El *homo oeconomicus* es, además, un modelo androcéntrico que invisibiliza la presencia y agencia de las mujeres en la migración. Si se reconoce su movilidad, es ligada a procesos de reunificación familiar en tanto acompañantes y cuidadoras. El trabajo de cuidados está tan fuertemente asociado a las mujeres que ni un mayor nivel de calificación, nivel socioeconómico o su autonomía económica, les descarga de responsabilidades de cuidados. No sólo hay que visibilizar su presencia —*la minoría que es mayoría*, en palabras de Lewis M. Killian (1996)—, sino su **protagonismo** en los flujos de migración calificada Sur-Sur.

Las mujeres migrantes calificadas atraviesan procesos de descualificación que deben entenderse en clave de desigualdades de género. La superposición del rol reproductivo y el rol productivo supone una expectativa de género diferencial que se traduce en desventajas competitivas sobre colegas varones en el ámbito académico (Alfaro, 2021: 35). Las responsabilidades reproductivas y de cuidados han fijado mecanismos entrelazados de opresión sobre las mujeres que les discriminan de formas sistemáticas:

Las mujeres académicas no logran cumplir el símil del trabajador ideal demandado por el sistema, que en este caso es el del migrante altamente cualificado, varón, heterosexual, blanco, sin responsabilidades de cuidado, exitoso de acuerdo a los códigos de productividad y, en estas condiciones, conectado con el mundo a través del privilegio de sus credenciales académicas (Alfaro, 2021: 36).

Para Yolanda Alfaro (2021), el papel que juegan las actuales políticas de atracción y retención de personal altamente calificado reproducen esquemas opresivos que afectan diferencialmente a hombres y a mujeres. La falta de un enfoque interseccional en estas políticas ha invisibilizado la importancia de la familia y el ámbito personal de las mujeres migrantes calificadas, obstaculizando su inserción laboral y reproduciendo “mecanismos de exclusión y precarización laboral sobre la base de parámetros de productividad, competitividad y eficiencia que no son neutros frente al género, afectando principalmente a las mujeres” (Alfaro, 2021: 36).

Ante este escenario, las opciones de desarrollo profesional, la oferta laboral y la acumulación de experiencia se ven mermadas en un patrón exponencial de deterioro. Alfaro (2021) concluye que las categorías con base en el sexo, el género, el estatus migratorio, laboral y académico, implican discriminaciones sutiles y moderadas, pero contienen todo el peso de factores estructurales que operan a lo largo de sus vidas. En consonancia, Corina Rodríguez (2020: 134) advierte que “no tener políticas de cuidado implica una subutilización de la fuerza de trabajo de las mujeres, argumento que se hace más sólido cuanto mayor es el nivel de educación”.

Atendiendo el fenómeno de la migración calificada hacia México, Yolanda Alfaro y Mónica Chávez (2018) ofrecen datos reveladores sobre la precariedad laboral de profesionistas migrantes, caracterizando a esta población y sus proyectos de vida en el contexto mexicano. Con una muestra de 346 hombres y 250 mujeres ex becarias Conacyt, estas autoras encuentran que, en cuanto a la composición por nacionalidad, los principales países de origen de inmigrantes profesionales son: Colombia, Estados Unidos, Argentina, Cuba y España, con una edad promedio de 42 años para mujeres y 44 para varones. El tiempo promedio de estancia en México de esta muestra fue de 15 años y el estatus migratorio puede considerarse estable, en tanto más del 75 por ciento de las personas entrevistadas reportan haberse naturalizado o contar con residencia permanente o estar en matrimonio o unión libre (el 50 por ciento declara tener una pareja de nacionalidad mexicana con un nivel educativo similar). Las tres principales razones para emigrar reportadas fueron: a)

mayor desarrollo profesional, b) mejores condiciones laborales en México, y c) la inseguridad en los países de origen (Alfaro & Chávez, 2018: 107-108).

Esta investigación subraya que la *ideología de alta productividad* del sistema de innovación científica mexicano promueve un comportamiento productivista, obsesionado con la acumulación de puntos, para obtener un salario acorde a las calificaciones individuales. Por ende, opera una apropiación del tiempo de descanso que permea la calidad de vida de las profesionistas, al igual que se apropia de su trabajo intelectual. Estas demandas no son sensibles al género, privilegiando el desarrollo profesional de los hombres, tanto para acceder como para ascender, probablemente por las responsabilidades de trabajo de reproducción adjudicadas a ellas (Alfaro & Chávez, 2018: 110). Asimismo, señalan puntualmente las brechas entre hombres y mujeres migrantes calificadas:

- Mayor presencia de mujeres en las áreas de humanidades y ciencias de la conducta que en las de ciencia, tecnología y matemáticas.
- Diferencias en los niveles de ingreso (1 de cada 5 mujeres reporta ingresos inferiores a los 17 mil pesos mensuales en contraste con 1 de cada 10 hombres).
- Menores niveles de correspondencia entre la formación académica-actividad laboral y satisfacción con el trabajo para las mujeres.
- En las razones de permanencia en México, las mujeres reportan motivos familiares (en un 54 %), mientras que los hombres, mayores oportunidades de trabajo (51 por ciento).

Finalmente, las autoras sugieren el establecimiento de agendas de investigación que, mediante metodologías mixtas e interseccionales, permitan profundizar en la precarización laboral de estos contingentes.

Reflexiones finales sobre un modelo de desarrollo desigual y patriarcal

En este capítulo hago explícita la conexión que tiene esta investigación con los estudios del desarrollo. En particular, con un modelo de desarrollo desigual y patriarcal que afecta a las mujeres migrantes calificadas en doble vía. Por un lado, la especulación y mercantilización de la ciencia repercute en la migración de

contingentes de personas calificadas en circuitos Sur-Norte y Sur-Sur. Este contexto de extractivismo cognitivo configura nodos de desigualdad género-específicos que operan multiescalar y simultáneamente, superponiendo las asimetrías geopolíticas con las injusticias del espacio doméstico. Así, los procesos de descualificación que experimentan se traducen no sólo en desventajas competitivas frente a sus homólogos varones, sino que exhibe modalidades de explotación laboral extremas.

Por otro lado, las políticas de atracción y retención de talentos no prestan suficiente atención a las desigualdades que ellas experimentan. Al no ser neutras en términos de género, estas políticas pasan por alto las desigualdades que se gestan en la caja negra de la domesticidad y el conjunto de privilegios patriarcales de base estructural y sistémica. Por lo tanto, no es un asunto de falta de políticas públicas, sino que su limitada efectividad y deficiente aplicación son parte de un contexto patriarcal que se materializa en la toma de decisiones sobre política social hacia las diásporas calificadas. *Ambas, tanto la mercantilización del conocimiento científico bajo el capitalismo cognitivo³⁶ como la feminización de los cuidados aceleran e intensifican el despojo de tiempo, fuerza de trabajo y autonomía física-mental de las mujeres migrantes calificadas.*

Es evidente la falta de una perspectiva de género interseccional y de cuidados en el análisis de la migración calificada, hay que implementarlas proactivamente en la agenda de migración y desarrollo. Son pocos los trabajos que les conjuntan y también bastante recientes —con mayor emergencia a partir del siglo XXI y desde el Sur global—. Este mirador cobra aún más relevancia en los contextos específicos que habitan las familias transnacionales, así como en la construcción de abordajes metodológicos.

En ese sentido, encuentro la puntualización de Alfaro y Chávez sobre el uso de metodologías mixtas e interseccionales, muy pertinente para la presente investigación, dado que el estudio de ejes de opresión entrecruzados puede develar

³⁶ Como fue planteado en la introducción, este concepto alude a nueva etapa en el desarrollo capitalista que pone el conocimiento científico y los avances tecnológicos al servicio de la valorización y acumulación de capital (Míguez, 2013, en Alfaro & Chávez, 2018: 105).



las *fronteras invisibles* —como les denomina Laavanya Kathiravelu (2021)— del género, trabajo de cuidados, nivel de estudios y lugar de origen. Al adoptar este punto de vista, pretendo visibilizar las estructuras patriarcales institucionales y simbólicas que materializan injusticias género-específicas. Entre estas estructuras están las cargas burocráticas, los trámites migratorios, la desarticulación de las políticas de atracción-retención, la ideología de alta productividad, la carencia de políticas integrales de cuidados, entre otros.



CAPÍTULO 3. El trabajo de cuidados, el uso del tiempo y la salud mental

No hay forma existente de medir el afecto entregado a un huerto casero, la calidad de una charla de hora y media durante el desayuno, las pequeñas actividades cuyo objetivo es crear un mejor ambiente.

Alejandra Eme Vázquez. *Su cuerpo dejarán.*

En capítulos anteriores, describí que los cuidados tienen un componente material y trabajo-intensivo, que se interseca con estructuras de acumulación de capital y que se moviliza geográficamente a través de corredores migratorios, trazando flujos tanto de personas calificadas como de cuidados. También, destaca el componente moral y afectivo que descansa en los cuidados, forjando vínculos de interdependencia, reciprocidad, solidaridad y responsabilidad que habilitan las condiciones para la reproducción de la vida transnacionalmente. Encuentro que los procesos subjetivos (micro) que anidan en procesos globales/estructurales (macro) complejizan los mecanismos de acumulación por despojo de tiempo y autonomía mental.

En este capítulo, exploro la relación entre cuidados, uso del tiempo y salud mental. Por un lado, hago un recuento de las investigaciones que muestran cómo la sobrecarga de trabajo de cuidados, remunerados y no, impacta en la salud mental de quienes los ejercen. Esta aproximación subraya las desigualdades de género en la distribución de los cuidados, como la pobreza de tiempo, mientras que las relaciona con injusticias estructurales e institucionales. Por otro lado, abordo las ventajas analíticas que representa el incluir el eje de la salud mental en los análisis sobre la distribución de los cuidados, complementando la dimensión cuantitativa del uso del tiempo. Finalmente, describo el concepto de carga mental, el cual ofrece un modelo analítico para diseñar una metodología que estudie la intensificación del trabajo de cuidados de forma multidimensional.

Distribución desigual del trabajo de cuidados

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) presentó en 2018 un informe donde destaca que son mujeres quienes realizan el 76.2% del trabajo no remunerado de

cuidados global, dedicando en promedio 3.2 veces más tiempo que los hombres a estas actividades.³⁷ Cerrar esta brecha de género en cuanto a la dedicación al trabajo no remunerado de cuidados, tomaría 210 años debido a la retardada incorporación de los hombres a este sector y las actitudes hacia la división por sexo del trabajo de cuidados (OIT, 2018: 5).

Sobre este estudio, Margarita Garfias y Jana Vasil'eva (2020) puntualizan que estas estadísticas subestiman aspectos sustantivos de los cuidados al no considerar los traslapes temporarios de actividades que ocurren en paralelo. Es decir, la noción lineal del tiempo que subyace a estos datos no capta con justicia la expropiación del tiempo propio y del tiempo para el descanso, el desgaste en la salud física, mental y emocional, ni las condiciones precarias en las que acontecen los cuidados.

La saturación de los tiempos de las mujeres por las cargas superpuestas de la doble jornada de trabajo remunerado y no remunerado conllevan a una situación de *pobreza de tiempo*. Este es un concepto innovador que reconceptualiza la pobreza medida en ingresos, para aludir a los procesos generadores de privaciones de tiempo en la producción doméstica. De este modo, se enfoca en los déficits de tiempo que implica el trabajo diario de reproducción de la vida (Antonopoulos, et al, 2012; Covarrubias, 2019).

Arlette Covarrubias (2019) estudió este concepto en México, resaltando que 30% de la población trabaja más de 86.6 horas a la semana o 12.37 horas al día de lunes a domingo. Esto implica:

Tener 6 o menos horas al día, los siete días a la semana para todas las actividades de recreación y autocuidado (incluido el sueño), por lo que este tipo de privación de tiempo puede tener serias consecuencias en la salud física y mental de las personas (Covarrubias Feregrino, 2019: 10).

³⁷ Estimaciones con base en encuestas de uso del tiempo aplicadas en 64 países y comprenden el 66.9% de la población mundial en edad de trabajar. Tomado el 15 de octubre del 2022 de: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_633168.pdf

Las mujeres son las más proclives a sufrir este tipo de pobreza. Según su estudio, otros factores asociados a mayor pobreza de tiempo son:

- Estar en edad reproductiva (25 a 39 años).
- La presencia de hijas/os o personas enfermas en el hogar.
- *Tener un mayor nivel educativo.*

La correlación entre mayor pobreza de tiempo y mayor nivel educativo parece contraintuitiva. El trabajo al que acceden personas con mayores niveles educativos puede ser más demandante en términos de tiempo. Covarrubias también resalta la dimensión en la que una persona elige autónomamente dedicar más tiempo al trabajo que a tener tiempo de ocio, priorizando las actividades de mayor valor subjetivo para ellas (Covarrubias, 2019: 15). En ese mismo sentido, un mayor nivel de ingreso no presupone menor pobreza de tiempo:

El que una persona tenga un ingreso holgado, no significa que pueda escoger tener más tiempo para el ocio y el autocuidado. Es posible que tengan un horario de trabajo extenuante [...] o que en el caso de las mujeres madres solteras se tenga una doble jornada, es decir, lleguen de su empleo para dedicarse al trabajo doméstico (Covarrubias, 2019: 15).

Así, la dimensión temporal es crucial para entender por qué se habla de una lógica extractivista en los trabajos de cuidados. Medir el tiempo permite profundizar nuestra comprensión sobre la producción de diferencias y desigualdades, considerando diferentes posiciones en un campo intersecado por el género, el nivel de estudios y de ingresos.

Juliana Díaz Lozano y Mariano Félix (2020) argumentan que existe una conexión umbilical entre la devaluación del trabajo reproductivo y la devaluación de la posición social de las mujeres. Por un lado, la no delimitación clara entre el espacio del hogar y el espacio de trabajo exagera la pobreza de tiempo. Por otro lado, se trata de tareas con un alto componente de responsabilidad tanto material como emocional, que se realizan en simultaneidad y en condiciones alienantes. Así,

diferentes autoras (Díaz Lozano & Félix, 2020; Domínguez Amorós, 2020; Folbre, 2021) coinciden en que *los cuidados son actividades trabajo-intensivas*.

Cuidados como un trabajo intensivo

Los cuidados se sostienen a costa de la salud física y mental de quienes los proveen (Garfias & Vasil'eva, 2020), y son proporcionalmente más costosos en términos de energía vital y tiempo según su intensidad. En el mundo del trabajo remunerado, la intensidad se define como “el ritmo de trabajo físico y mental de las tareas realizadas durante la jornada laboral” (Green, 2001, en Burke, et al., 2010: 56). Diversas investigaciones (Burchell, et al, 2014; Burchell & Fagan, 2002) han categorizado elementos que pueden intensificar este ritmo:

- Complejidad de las tareas
- Simultaneidad en las tareas
- Consecuencias de realizar (o no) cierta actividad
- Número de interrupciones
- Condiciones laborales
- Salarios y horarios
- Nivel de satisfacción con el trabajo
- Grado de conocimiento y habilidades necesarias para realizarlo

De vuelta al mundo del trabajo no remunerado de cuidados, María Ángeles Durán (2002) describió los principales problemas que las mediciones temporarias tienen para captar el trabajo de cuidado. Estos son:

- Simultaneidad de actividades
- Tiempos de gestión
- Tiempos de transporte
- Priorización de actividades
- Número de pausas
- Transgresión al tiempo de ocio, vacaciones y días «de asueto»

La naturaleza intensiva de los cuidados excede cualquier parámetro temporal, cualquier jornada laboral, además de incluir elementos que la complejizan en

extremo, como la dimensión moral y emocional del cuidar. Cuidar también involucra un *estado mental de preocupación por otras personas* que no está delimitado por un rango de tiempo, una *disponibilidad continua* para atender necesidades impostergables de cuidado, como ejemplifica la *vigilia cuidadora* (disponibilidad para cuidar en horas de sueño) (Carrasco, 2016). Asimismo, debemos considerar la dimensión corporal y sexual del trabajo de cuidados derivada del uso del cuerpo como herramienta laboral (Borgeaud-Garciandía, 2018).

Por ello, restar importancia a los aspectos subjetivos y cualitativos del tiempo invisibiliza el carácter trabajo-intensivo de los cuidados, a la vez que fortalece la visión hegemónica de la economía que sólo valora lo que pasa por el mercado. Un ejemplo de ello es la *maternidad intensiva* (Hays, 1996; Rizzo, et al, 2013), que alude a los nuevos estilos de crianza que buscan proveer la mejor educación, las mejores actividades extraescolares, el ambiente más adecuado para el desarrollo de niñas y niños, en un bucle infinito que incrementa las demandas de cuidado sobre las madres y familias. En este esquema, ninguna acción que esté encaminada a mejorar las vidas de la infancia parece cuestionable, así que el frenesí se justifica en nombre del mejor interés de la niñez.

La intensificación de la maternidad es manifestación de la ampliación del mercado en ámbitos donde antes no imperaba la especulación. Phillipe Descola (2017) destacó que los valores indispensables para la vida pueden ser apropiados por el mercado, traducidos a recursos económicos para la producción de mercancías. Esta *fetichización* de la crianza y el maternaje esconde, por un lado, la voracidad del capital por elevar la competitividad de la futura fuerza de trabajo y por insertar la lógica del mercado en el espacio doméstico; por otro lado, promueve modelos de desarrollo económico y desarrollo humano bajo el canon del crecimiento económico infinito.

Además, el mundo del trabajo remunerado asume que las personas no tienen responsabilidades de cuidados, lo cual es particularmente grave para las mujeres

quienes enfrentan mayores obstáculos para «conciliar» vida-trabajo.³⁸ Garfias y Vasil'eva concluyen que, debido a la pobreza de tiempo, al entramado de obstáculos y violencias estructurales, así como a las condiciones no remuneradas y de precariedad generalizada en las que se gesta, resulta “violento cuidar en este contexto que empobrece y enferma porque la única manera de cuidar significa descuidarse y sacrificarse a sí misma” (Garfias & Vasil'eva, 2020: 33).

*El tiempo es un vector de multiplicación de las desigualdades de género, pero también una vía fértil para descifrar las dimensiones de la explotación. Los estudios sobre el uso del tiempo son una valiosa metodología que permite poner sobre la mesa la subvención que hacen las mujeres a la riqueza de los países. Además, permite visibilizar la delimitación de *fronteras invisibles* (Kathiravelu, 2021) espacio-temporales, generizadas y estratificadas.*

Ventajas y limitaciones en los estudios del uso del tiempo

Las cargas y responsabilidades de trabajo de cuidado no remunerado en los hogares impactan diferencialmente a hombres y mujeres. La metodología por excelencia para visibilizar los arreglos intrahogar es el análisis del uso del tiempo. Se trata de un punto de inflexión que arroja luz sobre actividades que habían permanecido «ocultas» y permiten avanzar en el estudio de las desigualdades de género (Carrasco, 2016).

Mediante encuestas de uso del tiempo, ya sea en forma de cuestionarios estilizados o de diarios, se puede cuantificar cómo los miembros del hogar distribuyen sus actividades personales a lo largo del día, considerando tanto el trabajo remunerado como el no remunerado. Analizar el uso del tiempo también permite, por ejemplo, medir el impacto de la inversión pública en infraestructuras que mejoran la calidad de vida de las personas (suministro de luz y de agua, cercanía de escuelas y hospitales, entre otras) (Folbre, 2021).

³⁸ Esta pugna por conciliar vida-trabajo sería conveniente para el capital en tanto le permitiría sostener la tasa de extracción de plusvalor, por lo que fortalece el régimen de acumulación y clausura rutas de emancipación.

Junto con Uruguay, México es uno de los países en la región que más consolidado tiene un sistema de gestión de información del uso del tiempo, herramienta fundamental para hacer justicia epistemológica y recomponer conceptos como trabajo, riqueza y pobreza. Según diversas investigaciones (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014; Scuro & Vaca-Trigo, 2017), algunos de los hallazgos más consistentes a nivel global son:

- Los hogares destinan más tiempo al trabajo no remunerado que al trabajo remunerado.
- Los cuidados de otras personas en el hogar son realizados mayormente por mujeres.
- La carga de trabajo global (suma del tiempo invertido al trabajo remunerado más el trabajo no remunerado) de las mujeres es mayor a la de los hombres.
- Las mujeres realizan más trabajo no remunerado y los hombres más trabajo remunerado.
- Las cargas de trabajo varían por pertenencia étnica, clase social, ámbito rural/urbano, pero siempre son mayores en las mujeres.

Carmen Contreras, (2020), detalla que, en el caso de México, la brecha de género en trabajos de *cuidados directos* (actividades específicas de atender y brindar apoyo) y *cuidados pasivos* (actividades simultáneas como «estar al pendiente»), para mujeres mayores de doce años, es de 9.3 horas semanales de cuidados directos más que para los hombres y de 21.7 horas más si se incluyen los cuidados pasivos. Gilda Ceballos (2013) ha subrayado que, en México, la mayor intensidad de trabajo de cuidados se deriva del tipo de parentesco y configuración de la familia, en donde las mujeres que son esposas o tienen pareja varón tienen mayores cargas de trabajo de cuidados que incluso los hogares monoparentales de madres sin pareja.

A pesar de la relevancia de estos hallazgos, la naturaleza afectiva y emocional del trabajo de cuidados, así como su componente de responsabilidad continua y limitante, resultan esquivas para las aproximaciones cuantitativas. Para Cristina Carrasco (2016), los aspectos subjetivos sólo pueden ser valorados por la

persona entrevistada. En consonancia, Nancy Folbre considera factible la medición de actividades, pero no la medición de la responsabilidad ni sus implicaciones, “la experiencia subjetiva de las personas sobre el estrés temporal no siempre se determina simplemente por la cantidad de tiempo dedicado a actividades específicas, sino también por la calidad de éste” (Folbre, 2021: 11-12).

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

Jaques Charmes incluso sugiere “diseñar cuestionarios sobre el uso del tiempo especialmente para la recogida de actividades simultáneas dedicadas exclusivamente al cuidado (pasivo) de los niños y las niñas o al cuidado de personas adultas” (Charmes, 2021: 51). De igual forma, se ha señalado que las encuestas de uso del tiempo no pueden distinguir si el uso de medios de comunicación (llamar por teléfono, buscar en internet o mandar un correo electrónico) corresponde en realidad a actividades relacionadas con el trabajo remunerado o con la gestión de los cuidados de otras personas (agendar citas, coordinar tiempos y traslados, supervisar el trabajo de cuidadoras remuneradas, entre otras)³⁹ (Rodríguez Enríquez, 2015; Folbre, 2021).

³⁹ Esta información resulta de particular interés para el caso de las mujeres migrantes, teniendo en cuenta que, gracias a la masificación de los medios de comunicación, es que se pueden sostener prácticas cotidianas de *cuidados a distancia*, entrega de *remesas sociales* y realizar *trabajo de parentesco* en las familias transnacionales (Levitt & Lamba-Nieves, 2011; Yeates, 2012; González, 2013).

Para Carrasco (2015), son inseparables la dimensión cuantitativa de la cualitativa. Ya que la medición de la dimensión objetiva del tiempo invisibiliza su dimensión subjetiva, esta autora propone un abordaje metodológico que se enfoque en: detectar el posible bienestar o malestar en el uso del tiempo, preguntar por los deseos relacionados con el trabajo y la forma de vida, captar las dificultades para compatibilizar y combinar actividades, averiguar apoyos emocionales que se brinden a terceras personas,⁴⁰ indagar sobre situaciones de “estar atenta” y demás cuidados de supervisión, conocer cómo es el tipo de relación entre persona cuidadora y persona cuidada, destacar los efectos o consecuencias sobre quienes realizan cuidados,⁴¹ y por último, su nivel de felicidad y satisfacción (Carrasco, 2016: 379-380).

Por estos motivos, las propuestas de abordajes mixtos y enfoques híbridos parecen ser las más adecuadas para atender el contenido relacional del uso del tiempo en sus dimensiones subjetivas y agenciales, habilitando un mayor margen para sortear problemas de memoria y priorización de actividades, sin descuidar la dimensión material y financiera que implica cuidar y autocuidarse. La propuesta de mezclar etnografías, entrevistas a profundidad, grupos focales con encuestas estilizadas y/o los diarios, cumplirían con este criterio ampliado. En esta investigación, hago una propuesta metodológica para su abordaje, pensando en el basamento psicológico que dibujan todas estas críticas y propuestas.

La salud mental como eje de estimación de las desigualdades

Los cuidados, como actividades trabajo-intensivas, implican altos niveles de agotamiento mental y físico bien reportados en la literatura. Por un lado, las relaciones personales y los componentes emocionales que hay en estas actividades generan vínculos y contactos de alta intensidad en términos de afectividad, responsabilidad, satisfacción y frustración. Por otro lado, resulta extenuante cuidar en un contexto adverso, muchas veces sin los suficientes recursos económicos,

⁴⁰ En esta investigación, considero la red de apoyo personal o *red de cuidados* de la persona en cuestión.

⁴¹ Agregaría que los hábitos de alimentación, consumo cultural y la vida sexual también se ven impactados.

emocionales y espacio-temporales, sin el apoyo estatal para atender estas necesidades, además de acontecer en ambientes hostiles hacia las mujeres, personas dependientes y hacia las cuidadoras.

Ante este escenario, el análisis de la salud mental puede servir como una aproximación que coadyuve a comprender la intensidad de los cuidados al delinear:

- La dimensión personal de la sobrecarga de trabajo no remunerado en el hogar.
- Los efectos en la vida cotidiana de quienes cuidan.
- Su dimensión colectiva, contemplando los vínculos familiares y sociales para sostener procesos de bienestar y cuidado de sí.

Considero que este eje analítico puede ser útil para visibilizar los límites y alcances de las estrategias metodológicas adoptadas para estudiar los trabajos de cuidados en su aspecto dual, habilitante de cuidados y como *huella diagnóstica* del deterioro a la salud mental.

La *salud mental* se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). Sin embargo, en esta definición, la dimensión meramente individual de la salud mental se vacía de contenido:

En contextos que individualizan la responsabilidad de proveer cuidado, la carga temporal, mental, emocional y física del cuidado, perjudica el ejercicio pleno de los derechos más elementales de las personas cuidadoras. Sus vidas están divididas entre la presión de generar o contar con algún tipo de ingreso y forjar las condiciones de bienestar en los hogares y las comunidades, a costa de su propia salud (Garfias & Vasil'eva, 2020: 6).

La OMS también señala el valor de la salud mental no sólo para las y los individuos, sino para contribuir a la comunidad, establecer relaciones positivas con otras personas, empatizar y generar un sentido de pertenencia. También ha enfatizado el carácter fluido y continuo de la salud mental, el cual no se circunscribe a la presencia

o ausencia de padecimientos (OMS, 2022: 11). Del mismo modo, esta dimensión colectiva se torna especialmente importante en los contextos migratorios, donde las redes primarias se ven afectadas por la movilidad internacional.

Sobre todo, es importante comprender el impacto diferencial género-específico, plagado de sesgos, que ha sido sistemática y estructuralmente invisibilizado. Carme Valls-Llobet apunta que:

La salud de las mujeres se debe analizar en relación con la biología, con la psicología y con la sociedad, entendiendo por sociedad no sólo la cultura, sino las condiciones de vida y trabajo y los condicionantes de la salud que provienen del medio ambiente a través del agua, aire alimentos y cosméticos (Valls-Llobet, 2013: 20).

Las condiciones de doble jornada y la pobreza de tiempo conllevan a situaciones de fatiga crónica, estrés físico y mental que constituyen una morbilidad diferencial⁴² prevalente en las mujeres. Para esta autora, “en la salud de hombres y mujeres pesan más los condicionantes del mismo trabajo, sea el remunerado o el doméstico, incluyendo las demandas excesivas y el soporte social para realizarlo, que las diferencias psicológicas y biológicas entre los sexos” (Valls-Llobet, 2013: 37).

Con la finalidad de dimensionar el impacto en la salud mental que sobreviene de una sobrecarga de cuidado e ilustrar la generización de los mismos. Es de gran utilidad la información bien documentada proveniente de dos fuentes: primero, lo acontecido durante la pandemia mundial por COVID 19 —sumamente ilustrativa del peso social que feminiza las cargas de cuidados, en medio de un contexto global de crisis humanitaria—. Segunda, el largo esfuerzo que en las ciencias médicas y enfermería viene reportándose sobre la salud mental de quienes cuidan. Tercero, el concepto de carga mental es útil en tanto atiende esta dimensión subjetiva, así como plantea un modelo analítico que retomo en esta investigación.

⁴² Morbilidad diferencial es “el conjunto de enfermedades, motivos de consulta, o factores de riesgo que merecen una atención específica hacia las mujeres, sea porque sólo en ellas se pueden presentar dichos problemas o porque sean mucho más frecuentes en el sexo femenino” (Valls-Llobet, 2013: 160).

Contextos que intensifican los cuidados

Durante la pandemia por SARS-CoV-2 se exacerbaron las horas dedicadas al trabajo de cuidados. La suspensión de clases a nivel básico implicó que cerca de 25 millones y medio de estudiantes en México se quedaran en casa, lo cual aumentó la carga de trabajo de cuidados para las mujeres con al menos cinco horas de acompañamiento escolar al día (Amilpas García, 2020). Los cuidados en el hogar y las labores domésticas aumentaron su número de horas en 2020, mientras que disminuyeron las actividades que requerían salir del hogar. Con mayor crecimiento, se encontraron los cuidados de salud en el hogar (9.4% más), limpieza y mantenimiento de la vivienda (7.5%), apoyo a otros hogares (7.3%) y tareas de alimentación (4.8 por ciento) (INEGI, 2021).

Muchos cuidados extraordinarios se alojaron en los mismos hogares, dentro de la esfera doméstica. Datos del Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social en México (CONEVAL) (2021, en Amilpas García, 2020) indican que 10 millones de personas dejaron de asistir a los servicios públicos de salud durante la pandemia. Los hogares con menos ingresos se enfrentaron a una crisis duplicada, de salud y económica, por los costos asociados a cuidados extendidos.

Asimismo, el trabajo doméstico remunerado, sector en el que están empleadas 11.4% de las mujeres económicamente activas en nuestra región y quienes mayoritariamente trabajan en condiciones de informalidad (CEPAL, 2020), supuso cargas extraordinarias sobre los hombros de las mujeres. Al ser consideradas como *trabajadoras esenciales*, el contexto de pandemia las expuso a ellas y a sus familiares a un riesgo sanitario de magnitudes necropolíticas. Esto ejemplifica cómo la feminización del trabajo doméstico genera desigualdades entre mujeres según su condición de clase social, pertenencia étnica y lugar de origen (Videgain & Banegas, 2021).

También la saturación de los sistemas hospitalarios fue especialmente severa para las mujeres trabajadoras en este sector, quienes son el 72.8% de las personas ocupadas en salud en Latinoamérica. Algunas profesiones como la enfermería, en la que el 79% de las personas que se dedican a esta profesión en

México son mujeres, fue encabezada por un total de 373,497 enfermeras, la primera línea de atención a pacientes con síntomas de COVID 19. La gran mayoría de ellas cubrieron dobles jornadas: de trabajo remunerado en hospitales o particulares — también denominados *cuidados formales*— y de *cuidados informales*, no remunerados, en sus hogares (CEPAL, 2020).

Durante la pandemia, la OMS reportó un aumento del 25% en los trastornos mentales de depresión (280 millones de personas) y ansiedad (301 millones). Esta misma situación aqueja al personal de los servicios de salud, aumentando la necesidad urgente de atender estos trastornos mentales (OMS, 2022: 40). La magnitud de la sobrecarga laboral considerando ambas esferas, remunerada y no remunerada, es simplemente incalculable. Así, *los contextos adversos, como lo fue la crisis global por la pandemia, sobrecargan a las mujeres con cuidados extraordinarios, lo cual ejemplifica la persistente feminización de estas actividades cuando los sistemas de bienestar fallan o se saturan.*

Hallazgos en los estudios sobre los cuidados formales

Los procesos de salud, enfermedad, atención y cuidados han sido objeto de estudio de la enfermería y la medicina por muchos años. En estas disciplinas, los cuidados son un campo en el que se han analizado evidencias empíricas para comprender la diversidad y complejidad de todas las actividades que impactan en sus procesos vitales. Se ha estudiado la magnitud de la necesidad de cuidados en términos de la acción requerida (grado de especialización menor, intermedio y mayor), la temporalidad de la acción en cuanto a su frecuencia y duración (esporádica, periódica y continua), las condiciones en las que se prestan estas acciones y el efecto esperado (Ríos Cázares & López Moreno, 2018).

Las y los profesionales de la salud muchas veces experimentan una sobrecarga emocional que les impide brindar un servicio de salud eficiente, humano y de confianza. Se ha denominado *síndrome de desgaste profesional (burnout* en inglés, también llamado síndrome del cuidador quemado) al estado de fatiga que aparece como resultado de atender con devoción alguna tarea o interacción humana frustrante e insatisfactoria, muy común en los ámbitos de trabajo

asistenciales, que implican una fuerte vocación de servicio y contacto cuerpo a cuerpo. Su sintomatología se caracteriza por cansancio físico y emocional, deshumanización en el trato con las demás personas, pérdida de interés y del sentido de autorrealización, así como sentimientos de impotencia para cumplir con las tareas profesionales (Llanos-Morales & Arón-Svigilsky, 2004).

El deterioro del bienestar personal y la salud mental del personal en el sector salud se expresa de forma nítida en las altas tasas de prevalencia del síndrome de desgaste profesional en este sector. Se ha estudiado cómo las personas dedicadas a la enfermería logran hallar un equilibrio emocional a partir de implementar ciertas estrategias de afrontamiento sobre el sufrimiento que les genera dedicarse a su profesión. Las experiencias de sufrimiento incluían cansancio físico y psicológico (derivado del copioso flujo de pacientes y la alta demanda), problemas entre el equipo y dificultades para liberarse del trabajo; mientras que las experiencias de placer incluyeron la mejora del paciente, apego con los pacientes, reconocimiento y satisfacción con el trabajo. Las estrategias de afrontamiento incluyeron promover un ambiente divertido en el trabajo, hacer alguna actividad física, estrategias de alejamiento afectivo y evitar recuerdos negativos (Franceschi, et al., 2017).

El *autocuidado* puede entenderse como una actividad reguladora que las personas desarrollan para promover su salud y prevenir el desgaste. En las instituciones de salud se apela a la responsabilidad ética del personal médico sobre la importancia del autocuidado, con la finalidad de brindar atención de calidad y prevenir posibles daños en los procesos de PSEAC. Sin embargo, es preocupante el hecho de que el autocuidado se vuelva otra exigencia, una carga adicional e individualizante sobre el fenómeno multiescalar del desgaste profesional, sin cuestionar los factores estructurales e institucionales (Llanos-Morales & Arón-Svigilsky, 2004).

Aunado a ello, las altas exigencias de responsabilidad, perfeccionismo, idealismo y abnegación en las profesiones de asistencia médica son factores con tendencia a promover una desatención sobre su autocuidado (Moreno-Jiménez, et al, 2020). Ana María Arón y María Teresa Llanos (2004) promueven un abordaje del

autocuidado no sólo a nivel personal, sino también en los equipos y redes de trabajo, a nivel institucional y suprainstitucional. Así, el enfoque sobre el desgaste profesional no se resume en una condición médica, “sino una condición laboral con repercusiones en la salud física y mental de profesionales médicos” (OMS, 2019, en Moreno-Jiménez, 2020: 192).

En México, la NOM-035-STPS-2018, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 23 de octubre del 2018, apunta a “establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo” (Secretaría del Trabajo y Previsión Social [STPS], octubre del 2018: 3).⁴³ En este instrumento, se reconoce que la extensión de la jornada laboral, la naturaleza del trabajo, la distribución de *carga de trabajo*,⁴⁴ el tipo de relaciones laborales, la falta de control sobre el propio trabajo y el ambiente laboral pueden conducir a estados de ansiedad, insomnio, altos grados de estrés e interferencia en la relación trabajo-familia que constituyen un deterioro de la fuerza de trabajo. La NOM-035 sugiere la aplicación de evaluaciones psicológicas en caso de detectarse situaciones de violencia o síntomas de alteraciones en la salud, aunque su implementación no ha sido efectiva ni óptimamente promovida en muchos sectores (Rosas-Navarro, et al, 2020: 228).

Encuentro relevante que, a nivel institucional, se consideren factores psicosociales como determinantes del grado de bienestar o malestar de las personas en sus contextos de trabajo. Es importante pensar en estos factores, por un lado, en contextos de trabajo no remunerado como los son el espacio doméstico o los ámbitos en los cuáles cuidamos la vida. Por otro lado, es crucial que, al analizar los determinantes de salud mental, lo hagamos desde una perspectiva de cuidados, es decir, poniendo al centro la vida y no al capital cuando los teorizamos y

⁴³ Tomado el 2 de noviembre del 2022 de:

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/503381/NOM035_guia.pdf

⁴⁴ Por *carga de trabajo* se entiende “las exigencias que el trabajo impone al trabajador y que exceden su capacidad; pueden ser de diversa naturaleza, como cuantitativas, cognitivas o mentales, emocionales, de responsabilidad, así como cargas contradictorias o inconsistentes” (STPS, octubre del 2022: 13).



evaluamos. Esto implica complejizar nuestra mirada sobre las dimensiones subjetivas en la coyuntura de contextos de violencia de género (VDG) y androcentrismo.

La carga mental como modelo de análisis

Muchos estudios sobre la salud mental de las personas cuidadoras parten de la medición de la carga mental, componente de la carga de trabajo. La *carga mental*, concepto acuñado en los estudios ergonómicos del trabajo remunerado, expresa la relación entre las exigencias de alguna tarea dada, las circunstancias en las que debe ser desempeñada y los recursos cognitivos y afectivos que tienen las personas para realizarlas. Para Isabel de Arquer:

La carga de trabajo mental remite a tareas que implican fundamentalmente procesos cognitivos, procesamiento de información y aspectos afectivos; por ejemplo, las tareas que requieren cierta intensidad y duración de esfuerzo mental de la persona en términos de concentración, atención, memoria, coordinación de ideas, toma de decisiones, etc. y autocontrol emocional, necesarios para el buen desempeño del trabajo (de Arquer, 1999: 1).

Este concepto parte del principio de que cada persona tiene una limitada capacidad para percibir su entorno, procesar la información que recibe y poner en acción habilidades, comportamientos y conocimientos previos para atender los requerimientos de realizar un trabajo. Así, estos procesos inducen cierto estado de tensión y, por ende, conllevan un costo en términos de fatiga, frustración, sentimientos de monotonía, hipovigilancia, así como cambios fisiológicos (de Arquer, 1999; Brunzini, et al, 2021). Existe una interrelación entre factores propios de las exigencias de la tarea (contenido, duración, responsabilidad, y tratamiento de la información), las condiciones físicas del entorno (iluminación, calidad del aire, climáticas y peligrosidad), factores sociales de organización (estructura, jerarquía, grado de cohesión, conflictos y tipo de contactos sociales), además de otros factores culturales, económicos y sociales (de Arquer, 1999).

No obstante, Carlos Díaz Canepa (2010) hace una revisión crítica sobre el concepto de carga mental, alertando sobre las dificultades teóricas del concepto. Este autor señala que la distinción entre carga mental y carga física resulta didáctica, pues no articula suficientemente el entramado social y contextual en el que acontece toda situación de trabajo. En este sentido, pensar las exigencias externas como un trasfondo pasivo no considera que se trata de un horizonte de coparticipación y articulación de la actividad humana, con recursos tanto materiales como cognitivos, significados compartidos, prácticas e historias de los colectivos sociales y otros agentes. Asimismo, estos señalamientos críticos, hechos en el marco del trabajo remunerado, tienen otras implicaciones para el trabajo no remunerado en el hogar.

Estudiar la carga mental e intensidad del trabajo de cuidados desde la salud mental es un horizonte revelador sobre las desigualdades de género. Con estos conceptos, es posible diseñar una aproximación multidimensional que considere los factores micro (subjetivos y familiares), meso (comunidad y redes sociales locales y transnacionales) y macro (institucionales, gubernamentales y de mercado) que intensifican o no el trabajo de cuidados. Aún con sus críticas, considero que el modelo analítico que subyace al concepto carga mental resulta pertinente para visibilizar la interacción entre distintas variables, los mecanismos subyacentes, así como para desarrollar una metodología apropiada.

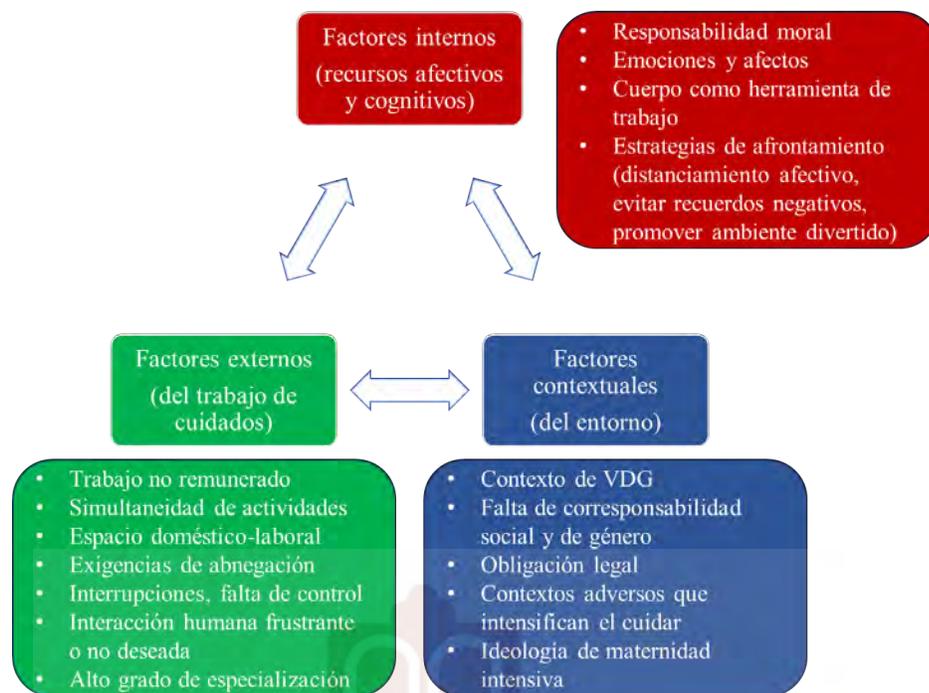


Fig. 2. Modelo analítico de la carga mental para pensar el trabajo de cuidado. Fuente: Elaboración propia.

Huelga decir que, dentro del espacio doméstico en el que acontece el trabajo de cuidados, deben considerarse otra serie de factores internos, externos y contextuales, como el número de hijas/os, el género, la edad, los ingresos, la zona de residencia, la pertenencia étnica y el estado civil (pues el tiempo de cuidados aumenta para las mujeres en pareja), la estructura familiar, la distribución de las tareas de cuidados y el ciclo vital de sus integrantes (Lobera Serrano & García Saíenz, 2014; Pérez Orozco & García Domínguez, 2014).

Intensificación del desgaste en los cuidados informales

No es de extrañar que la sobrecarga de trabajo de cuidados deteriore la salud física y mental de las personas cuidadoras informales, quienes cuidan de forma no remunerada a personas dentro de la unidad doméstica. Se ha documentado que mayores horas comprometidas al cuidado de un familiar están asociadas a un incremento de síntomas depresivos, esto independientemente de si la persona cuidadora tiene o no una jornada laboral remunerada (Cannuscio, et al, 2004). Proveer cuidados no remunerados está asociado a mayor pobreza económica y

pobreza de tiempo, pero también aumenta la probabilidad de descuidar el bienestar personal, de ingerir dietas menos nutricias y postergar la atención médica (De los Santos & Carmona, 2012; OECD, 2018).

La naturaleza progresiva de algunas enfermedades, como la demencia o el Alzheimer, hace que para las personas cuidadoras, su trabajo sea cada vez más intenso y complejo, deteriorando su calidad de vida. Así, el desgaste de la persona cuidadora es un factor determinante en la institucionalización temprana de personas que requieren cuidados de alta intensidad (OECD, 2018). Para esta entidad, la institucionalización temprana acrecienta el problema de la salud pública con la saturación de los servicios, por lo que se encuentra a favor de los cuidados en casa, conscientes de que esto sobrecarga ya no al sistema de salud, sino a las cuidadoras individualmente.

Existe un disciplinamiento desde las ciencias de la salud sobre los cuerpos y tiempos de las mujeres, en quienes se asigna las responsabilidades de cuidados en sus casas. Por ejemplo, los consejos pediátricos sobre los cuidados para recién nacidos no se enfocan en las madres, sino en sus bebés, omitiendo los costos a la salud, al tiempo y la energía de las nuevas madres, quienes en promedio dedican quince horas a la lactancia y alcanzan un máximo de cinco horas de sueño ininterrumpido a la semana (Folbre, 2021). En el ámbito de la terapia familiar, algunos psicólogos —varones— afirman sobre las «amas de casa» que el cuidado de sí mismas es compatible con las funciones conyugales y su desempeño como buena madre (Klorman, 1998: 46).

Esta desafortunada postura por parte de «personas expertas en la salud» pasa por alto que “las mujeres disfrutan de menos tiempo libre y de menos tiempo para autocuidarse, lo cual tiene efectos sobre su salud” (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014: 69). La ideología que dicta que las mujeres son inherentemente mejores en la crianza (esencialismo) y que los cuidados deben girar en torno al bienestar de las otras personas, son factores estructurales que intensifican el trabajo de cuidados, el deterioro a la salud y la feminización de los cuidados.

Isabel Flores subraya que “para las mujeres, las responsabilidades por el trabajo del hogar continúan siendo un motivo de preocupación, aún a pesar de estar realizando otras actividades lejos de casa” (Flores Dávila, 2020: 301). Las responsabilidades sobre los cuidados de la familia invaden los espacios públicos y las actividades económicas a las que las mujeres pueden acceder. En este sentido, la obligatoriedad de los cuidados empuja situaciones de resignación al cumplimiento de un rol familiar que no es opcional. No se trata únicamente de un componente de obligación moral, sino que tiene consecuencias materiales y legales concretas.⁴⁵

Las construcciones estructurales y normativas de nuestras sociedades androcéntricas tienen un peso importante en la toma de decisiones cotidianas dentro de las familias. En este sentido, no debemos olvidar que las expresiones de malestar, frustración y culpabilidad de las mujeres expresan el poder invisible de las formas de género hegemónicas que operan dentro de las familias. Estos claroscuros reflejan también un contexto de transformación histórica de la familia, repleto de:

[...] contradicciones, cambios y resistencias, donde ésta [la familia] se reformula, reacomoda y resignifica; donde el padre y/o la madre redefinen los términos de su alianza, buscan su sitio a partir del reconocimiento de derechos y el surgimiento de orientaciones que postulan la democratización de la vida privada, relaciones horizontales de mayor intimidad, cercanía afectiva en las relaciones de pareja y con los hijos, y derecho a decidir el uso del tiempo (Olavarría, 2017: 113).

Para terminar, es necesario hacer particular mención de cómo estas estructuras en tanto *determinantes sociales de la salud mental* operan en los contextos migratorios.

⁴⁵ En la Ciudad de México, el Art. 335. Capítulo VII del Código Penal Federal tipifica el delito de *abandono de personas*. Este delito impone una pena de un mes a cuatro años de cárcel a quien “abandone a un niño incapaz de cuidarse a sí mismo o a una persona enferma, teniendo obligación de cuidarlos [...], privándolo, además, de la patria potestad o de la tutela, si el delincuente fuere ascendiente o tutor del ofendido”. Tomado el 20 de octubre del 2022 de: http://sil.gobernacion.gob.mx/Archivos/Documentos/2016/04/asun_3378461_20160429_1459877046.pdf

Salud mental en contextos migratorios

El hecho de migrar está envuelto en múltiples complejidades, por lo que se habla de un punto de inflexión en la vida de las personas que reconstituye sus redes, su estilo de vida y su adaptación al entorno. En muchos estudios de salud mental y migración prevalece una noción que asocia la movilidad humana con la patología y los riesgos a la salud mental en el migrar. Estas investigaciones abordan los factores estresantes postmigración, afectaciones en la estructura y arreglos familiares por la separación, la degradación de las redes sociales, el estrés postraumático y estrés crónico, las dificultades de adaptación y el choque cultural (Grinberg & Grinberg, 1984; Mumford, 1998; Achótegui, 2005; Rubio, 2020).

Migración y cuidados como binomio de análisis puede develar efectos tanto positivos como negativos para la salud mental de las personas implicadas. Por ello, también pueden tejer puentes entre el bienestar individual y el colectivo en los procesos migratorios. Una mirada integral entre ambos fenómenos debe dejar de sobrevalorar factores estructurales, complejizando su verdadero alcance, y evitar infravalorar prácticas de cuidados plenas de sentido y valor entre las personas migrantes que, en suma, son paradójicas. Así, las familias y los hogares son terreno de disputa en el conflicto entre el sostenimiento de la vida y una organización económica global.

En el caso de la migración México-Estado Unidos se ha identificado un fenómeno denominado la *paradoja de la salud hispana*, que alude a niveles más elevados de la esperanza de vida en esta población, con respecto a la población no-hispana. Esta mayor expectativa de vida contrasta comparativamente con su nivel socioeconómico más bajo, mayores índices de diabetes y obesidad, menor acceso a servicios de salud, menores tasas de actividad física, mayores índices de discapacidad y depresión, así como más horas recibidas de cuidados informales en casa (Aranda, et al., 2011: 3).

El contexto vecinal étnicamente homogéneo en el que se asienta la población hispana en Estados Unidos puede conducir a consecuencias positivas sobre su

salud. El factor denominado como *barrio advantage* o *barrio effect* se refiere a los efectos protectores que el vecindario y la cohesión social brindan, pese a las condiciones de vida más adversas y comparativamente más precarias que prevalecen en esta población. La forma en que se han configurado los asentamientos hispanos en Estados Unidos (en cuanto a la densidad de población hispana en un mismo vecindario, diseños arquitectónicos y urbanos que se orientan al tránsito peatonal o la visible presencia de personas adultas mayores en los patios frontales) favorece una mayor densidad en los intercambios de capital social, capital financiero y en especie, apoyo emocional, provisión de cuidados cara a cara, conocimiento y acceso a redes sociales (Enchautegui, 1997; Aranda, et al., 2011; Eschbach, et al., 2004).

La disminución en la salud aumenta la probabilidad de retornar al país de origen. Haciendo una crítica al efecto protector del *barrio advantage*, otros estudios reportan que los niveles de salud autopercebida cambian conforme aumenta el tiempo de estancia y que los niveles de salud tienden a disminuir a mayor integración en el ámbito social y laboral al adquirir mayor posesión de viviendas, terrenos y negocios en el país de destino, (Lindstrom & Klaas, 2019). Esta investigación concluye que una visión optimista sobre la salud de la población migrante derivada de la cohesión social no considera este retorno selectivo; aunque dicho estudio se enfocó sólo en hombres «jefes del hogar», evidenciando un sesgo de género sobre el valor de lo relacional.

Encuentro crucial revisitar los procesos migratorios desde una mirada que destaque no sólo las opresiones y riesgos que conlleva, sino también los múltiples procesos que sostienen la vida en contextos de movilidad humana. De este modo, es necesario tener siempre en mente la portabilidad de la sostenibilidad de la vida que encuentra en estos contextos, un ámbito donde se diversifica, reconfigura y enfrenta el régimen necropolítico que surge del entronque entre el capitalismo y el patriarcado.

Conclusiones: recuperación de un modelo para el análisis situado

Este capítulo es un esfuerzo por compenetrar las categorías cuidado, uso del tiempo y salud mental en contextos transnacionales. La sobrecarga de trabajo de cuidados no remunerados impacta en la salud mental de las personas cuidadoras, sea que se realicen en el ámbito formal de las instituciones de salud o en el espacio doméstico, a partir de la extracción intensiva de su tiempo. Por ello, pienso que *existe una lógica extractivista en los trabajos de cuidados, la cual supone una base infinita de cuidados esenciales, pero invisibles.*

Los cuidados como actividades trabajo-intensivas se han cuantificado mediante el análisis del uso del tiempo, develando la acumulación por despojo de recursos temporarios que les atraviesa. Sin embargo, limitaciones y sus dificultades en las encuestas para captar la simultaneidad y priorización de actividades, gestión mental, el componente de responsabilidad moral, así como la transgresión radical de la autonomía temporal y del tiempo para el autocuidado, hacen patente que el nivel de extractivismo está subrepresentado en las series cronológicas de actividades. La noción lineal del tiempo en las EUT puede ser complementada y reformulada para resaltar su potencial con metodologías cualitativas.

En ese sentido, resulta útil pensar en las herramientas y modelos que, desde otras disciplinas, se han acercado al fenómeno de desgaste profesional. Por un lado, la noción de *intensidad del trabajo*, desarrollada en el ámbito laboral remunerado, es pertinente en el estudio de las actividades no remuneradas de cuidado al enlistar los factores que aceleran el desgaste de la fuerza de trabajo, mismos que coinciden y han sido descritos como vacíos metodológicos en los análisis del uso del tiempo desde la economía feminista. Por otro, los conceptos del *síndrome del cuidador quemado* y los *autocuidados* desarrollados en el ámbito de los cuidados formales, han sido retomados para estudiar los cuidados informales y dar cuenta de la sobrecarga de quienes realizan tareas intensivas de cuidado; así mismo, son de utilidad sus taxonomías sobre el grado de especialización (menor, intermedio, mayor) y la temporalidad de la atención (esporádica, periódico, continua).

Por último, el concepto de *carga mental* reviste una doble utilidad, no sólo por ser uno de los ejes que una aproximación cualitativa puede rastrear, sino porque su modelo analítico destaca la confluencia e interacción de tres elementos a considerar: la exigencia de las tareas (externa), los recursos cognitivos y emocionales disponibles de las personas (internos), y las circunstancias en las que se realizan (contextuales). Pienso que este modelo ofrece un interesante y potente marco de análisis para abordar mi objeto de estudio, los mecanismos de apropiación intensiva de la autonomía mental de las mujeres migrantes y sus estrategias de afrontamiento. Los procesos migratorios no sólo son escenario de violencias multiescalares e injusticias transfronterizas, también incluyen manifestaciones habilitantes de la vida, donde la agencia de las mujeres es crucial para el bienestar colectivo.

La creación y sostenimiento de redes cuidadoras en el espacio transnacional. Debemos sensibilizar nuestra comprensión sobre cómo nos cuidamos mutuamente y subrayar el valor de los cuidados en la agenda emancipatoria, no sólo sus cargas y perjuicios. En otras palabras, es posible detectar una paradoja en la movilidad humana que reúne la transferencia internacional de beneficios patriarcales con la *portabilidad transnacional de la sostenibilidad de la vida*. Es menester problematizar la producción de bienestar en la dimensión micro-social, individual-familiar con otras escalas:

- A nivel meso, cuestionar la densidad y relevancia de las redes migratorias, el capital social que habilita la movilidad internacional de las personas, analizando sus efectos positivos y negativos en la organización social y distribución transnacional de los cuidados. Dar espacio en nuestros análisis al papel benefactor de la movilidad humana, mediante las remesas sociales y los cuidados transnacionales, entre otros, sin perder de vista las asimetrías de poder en los patrones diferenciales del uso del tiempo.
- A nivel macro, preguntarnos si el sostenimiento de la vida que habilitan los cuidados son el fin último, o si son sólo una variable de ajuste económico para alcanzar la rentabilidad del sistema. Así, cuestionar el papel que adoptan los

Estados y el mercado en la provisión de cuidados, en la defensa de los derechos de quienes cuidan, y si promueven el avance en la creación de sistemas integrales de cuidados.

Esta capacidad para tejer comunidad, proteger a sus miembros, facilitar prácticas de salud a la distancia y dotar de sentido la experiencia relacional de migrar en la que las mujeres son protagonistas, demanda preguntarnos *¿cómo lo experimentan ellas, las mujeres migrantes calificadas provenientes de Latinoamérica, residentes en la Ciudad de México?*



CAPÍTULO 4. Abordaje metodológico-epistemológico

La neutralidad política de la ciencia es más bien una posición política y no metodológica ni epistemológica.

Sandra Harding

En este capítulo, describo la metodología que empleo para captar las ambivalencias de cuidar en contextos transnacionales sin desmontar su carácter equívoco, con la intención de facilitar una interpretación abierta y de acuerdo a su contexto. Son aspectos contradictorios porque responden a su especificidad en términos económicos, culturales y geopolíticos. Por ello, esta metodología dialoga con los enfoques epistemológicos de la *interseccionalidad* y el *conocimiento situado*, teniendo en cuenta la multidimensionalidad de los procesos que atraviesan las migrantes calificadas y la multiplicidad de sus vínculos. Al hacerlo, me enfocaré en los procesos intersubjetivos movilizados en los trabajos de cuidados en los circuitos de migración calificada (cuyo epicentro es la Ciudad de México), comprendiendo que se trata de esquemas jerárquicos que les limitan y coaccionan, a la vez que hacen advenir la sostenibilidad de la vida en múltiples vías, algunas más recíprocas que otras.

Con tal fin, describiré la ruta de indagación que he seguido para concretar esta metodología. Primero, ofrezco un posicionamiento personal, aclarando mi lugar como observador participante de estos procesos. Segundo, describo la parte procedimental en conjugación con la perspectiva teórica que vengo desarrollando en esta investigación; esto implica una descripción del trabajo de campo, paso a paso, desde el diseño de investigación, las técnicas de recolección de información, hasta el análisis de las entrevistas. El foco principal de este capítulo es explicitar la interrelación situacional e interseccional que encuentro en los métodos de recolección de información implementados: las *redes de cuidados* y los *pasteles del uso del tiempo*.



¿Cómo me sitúo a mí mismo en esta investigación?

Como explica Irma Arriagada, “los temas de investigación siempre nos interpelan, no nos dejan indiferentes y adquieren sentido en el interior de nuestra biografía” (Arriagada Acuña, 2020: 53). En mi caso, la migración calificada me es *familiar* en el amplio sentido de la palabra, pues habita en mi casa y en mi corazón, en paralelo a que ha sido parte de mi actividad laboral y académica por más de una década. Mi familia es binacional por un vínculo afectivo, así que he podido atestiguar el valor de los intercambios emocionales, simbólicos y materiales entre sus miembros, quienes vivimos en más de dos países. Conozco de primera mano la importancia de estas redes de cuidados y el trabajo que requiere sostenerlas.

Desde que cumplí veinte años fui un asiduo mochilero. Reconozco la diferencia entre ser turista y ser viajero, en tanto el primero interactúa primordialmente con la gente local en intercambios mediados por lo monetario. Gente desconocida que encontré en el camino me ofreció extraordinaria solidaridad y gestos de empatía, que tejieron anécdotas memorables y, en algunos casos, amistades vigentes. “Hoy por ti, mañana por mí”, escuché en más de una ocasión y el efecto a largo plazo de esta consigna, lo he apropiado en mi vida.

El proceso de investigación, en ese sentido, me sabe íntimo y familiar; fluye como una charla de domingo en el desayuno o como una videollamada intercontinental a horas que a todas nos sean convenientes. Empatizo con las angustias de la distancia y la vida diaria de mis entrevistadas; me ha sido complicado (a veces, imposible) no llorar o no prestar dinero; he acudido a posteriores encuentros para seguir esa charla sobre temas delicados y problemas familiares iniciada en el marco de esta investigación, pero ahora sin grabadora ni diario de campo. Hemos recibido en casa a quienes lo han necesitado en condiciones tanto de emergencia como de apapacho.

Encuentro infinitamente valioso el tiempo que han dedicado a cada entrevista las protagonistas de esta pesquisa, teniendo en cuenta la dificultad para hallar un espacio en su apretada agenda o atestiguando el alto número de interrupciones que, durante nuestros encuentros, les demanda atender responsabilidades

familiares. Por ejemplo, durante las incipientes gestiones para agendar la primera entrevista, una participante me dijo por mensaje de voz algo que resumía la pertinencia de mi tema de investigación:

“[...] de entrada te digo que me parecen un poquito largas las sesiones [...], me permito, y disculpa si estoy siendo muy atrevida, darte este *feedback*. Como inmigrantes, no tenemos comunidad de apoyo aquí y hacemos todo nosotras. Entonces el tiempo realmente es un *issue*”.

Valentina,⁴⁶ quien me sorprendió con su clarividencia en este mensaje, es actualmente mi colega en los estudios sobre los cuidados y hemos colaborado recientemente en proyectos que visibilizan la carga mental. Así ocurrió también con Victoria, quien me invitó a colaborar en una publicación sobre las dinámicas de género en Latinoamérica. De forma similar, con otras tantas de ellas, colegas-entrevistadas-amigas, comparto vínculos así forjados.

Por mi propia experiencia, me conmueven mucho las historias de personas que cruzan las grandes aguas y se proyectan al mundo armadas de una mochila y sueños, en busca de aventura, educación, experiencia y supervivencia. Conozco los claroscuros de esta movilidad en carne propia, pero también profesionalmente, pues durante ocho años me dediqué a atender los procesos migratorios de jóvenes estudiantes de intercambio desde un enfoque de acompañamiento psicológico, mentoría intercultural e integración asistida. Términos como *choque cultural*, *problemas de adaptación* y *sensibilidad intercultural*, me fueron herramientas conceptuales de uso cotidiano.⁴⁷ Al haber estado a cargo de muchos trámites

⁴⁶ Cada nombre es un pseudónimo con motivo de cuidar la privacidad de todas las personas. Algunas de ellas así lo demandaron, muchas otras no, pero he decidido unificar este criterio. Modifico el nombre de toda tercera persona y, en algunos casos, el nombre de su centro de trabajo o de estudios, su nacionalidad, etc.

⁴⁷ Deseo ofrecer una breve definición de estos conceptos, ya que son antecedentes a mi actual aproximación en esta investigación. *Choque cultural* se refiere al estado de desorientación, ansiedad, confusión y nostalgia generado por la interacción con un ambiente cultural desconocido (Benatuil & Laurito, 2010); puede entenderse como “la respuesta humana normal ante un entorno extraño” (Mumford, 1998: 149). *Dificultades de adaptación* se refiere a los procesos de desorganización psicosocial derivados de la migración, manifiestos en un recorte de la red de soporte (familiar y de amistad), diferencias de valores entre la cultura de origen y destino, discriminación por nacionalidad o pertenencia étnica, problemas de comunicación derivados de diferencias en el idioma y valores, desestabilización de la identidad cultural, entre otros (Grinberg &

migratorios, conozco las dificultades que las cargas burocráticas representan para quienes migran, así como la frustración y enfado que su difícil navegación puede representar, incluso para miembros de la cultura local y aun hablando «el mismo idioma». Asimismo, durante mi maestría realicé una investigación cuantitativa enfocada en el desarrollo de sensibilidad intercultural con *sojourners*⁴⁸ de nacionalidad mexicana quienes estudiaban en el extranjero, en el marco de mi trabajo como coordinador de programas de intercambio internacional.

Sin embargo, debí recalibrar todos estos aprendizajes y experiencia desde la perspectiva de género y de cuidados, en atención al contexto de mujeres profesionistas, madres latinoamericanas insertas en flujos migratorios de larga data hacia México. Los motivos de su estancia no temporal —permanente, en muchos casos— son diversos, ya sea por haber entablado vínculos afectivos y familiares con locales, por la consolidación de una trayectoria profesional, por evitar la incertidumbre y pérdidas de una nueva migración o porque resulta imposible volver a sus países de origen, dadas las condiciones de violencia y la degradación de la sostenibilidad de la vida que enfrentarían. Del mismo modo, la muerte de personas queridas en el país de origen empuja a cortar el lazo, *quemar las naves*, y permanecer en el país de destino, haciendo definitiva la emigración.

Aunque concuerdo con el análisis de Delgado Wise et al. (2009) de que toda migración causada por las contradicciones del sistema capitalista es una migración forzada, sería injusto ignorar que migrar también responde al deseo de las mujeres migrantes calificadas por profesionalizarse, continuar estudiando y encontrar empleos acordes a su nivel educativo. Amaia Pérez y Mar García (2014) subrayaron que, dentro de las importantes motivaciones de las mujeres para migrar, existe un deseo por obtener mayor autonomía y libertad, mayor capacidad de decisión sobre

Grinberg, 1984). *Sensibilidad intercultural* es la habilidad para apreciar y comprender las diferencias culturales (Chen & Starosta, 2000); como experiencia subjetiva y fenomenológica del contacto intercultural, este concepto es útil para describir la posición de las personas respecto al etnocentrismo cultural y promover la apropiación de competencias interculturales (Hammer, Wiseman & Bennett, 2003).

⁴⁸ En estudios migratorios, este concepto se refiere a las personas migrantes con estatus regular, cuya movilidad está temporalmente definida por un periodo y objetivo determinado, sea laboral o académico (Bochner, 2006).

su experiencia vital y sexual, así como distanciarse de dinámicas nocivas, violentas y discriminatorias en términos de género. Por ello, es importante trazar con claridad las coordenadas que se imbrican en el entronque del *régimen de género*⁴⁹ con el régimen migratorio, considerando los marcadores interseccionales de asignación de trabajos de cuidados.

Los trabajos de cuidados traen aparejadas manifestaciones ambivalentes. Constituyen un trabajo esencial, fundamental para la sostenibilidad humana a lo largo de la vida e intergeneracionalmente, aunque se encuentran drásticamente y desigualmente organizados por la división sexual del trabajo. La migración calificada describe una paradoja similar, es la única promovida por el país de destino, es un flujo deseable y tolerable en un régimen de cada vez mayor securitización y selectividad, pero sistemática e interseccionalmente vulnerada.

Rhacel Salazar (2001) describió esta ambivalencia como una *movilidad social contradictoria*: ascendente con respecto al lugar de origen y descendente en el lugar de destino. Todo flujo migratorio, se le perciba como forzado o no, está atravesado por injusticias fundadas en marcadores sociales, como lo son la clase, el lugar de origen, la condición racial o étnica, la edad y el género. Por ello, la pertinencia de la agenda de cuidados y sus reivindicaciones a nivel transnacional me parecen propuestas políticas y éticas de primer orden. De entre las muchas trincheras que en la migración se sostienen, ocupo ésta en donde se precisa hacer de la hospitalidad una reivindicación de justicia social, una forma de cuidar(nos) que atraviesa las fronteras.

Como varón, me es especialmente necesario reconocer el entramado de relaciones de poder que el ejercicio de indagar reviste. Considero que una constante vigilancia epistemológica debe priorizar el no reproducir conductas patriarcales y reproducir desigualdades de género. Encuentro que mis vínculos, ya sea con mi interlocutora en cada entrevista o en otros espacios, se ven permeados por esta

⁴⁹ El régimen de género es la institucionalización de las relaciones de poder entre hombres y mujeres en una sociedad (Connell, 2005). Ambos regímenes, el de género y el migratorio son profundamente androcéntricos, pues desatan procesos de precarización laboral, extractivismo (de fuerza de trabajo y de tiempo), discriminaciones y desigualdades género-específicas.

posición de género masculina que habito: sus efectos en mi interacción con otras personas no deben pasar desapercibidos al tamiz del machismo y androcentrismo. Encuentro necesario explicitar estas coordenadas personales, pues son el fundamento vital que me vincula con el proceso de investigación, delineando mi posición de género como investigador y posibles rupturas con lo hegemónico.

Hablar con honestidad e introducir mi aproximación personal al tema durante el establecimiento del *rapport*, previo a cada entrevista, fue crucial para entablar una conversación horizontal. Atender las críticas y dudas que recibí de mis entrevistadas sobre el cómo, por qué y para qué de esta investigación, fue valioso no sólo como criterio ético, sino para construir el enfoque mismo de la investigación. Me es grato coincidir con ellas, por ejemplo, que la pregunta ‘¿cuántas horas al día dedicas a cuidar?’, resulta ingenua respecto a una actividad que se realiza 24/7. Permanecer atento a posibles asimetrías, omisiones, malentendidos y confusiones en este proceso resulta motivo de análisis, el cual enunciaré explícitamente en medida de lo posible (ver capítulo 5).

En cuanto al dispositivo de la entrevista, he tratado de resaltar el carácter agencial de toda interacción y *desobjetivizar* a las participantes de la investigación a partir de una comunicación que redefine el paradigma de investigación. Conuerdo con Carme Adán en que, si el objeto de investigación se define en una relación con el sujeto, “esta relación no debe ser entendida en términos de descubrimiento sino de conversación” (Adán, 2006: 175). Así, todo posible hallazgo y su autoría resulta de una conversación polifónica acontecida antes, durante y después con las entrevistadas, así como con las colegas e investigadoras quienes me orientan. Como criterio ético, he manifestado con cada una mi interés de conocer su opinión sobre el manejo de la información, ofreciendo una devolución de los hallazgos de esta investigación.

En congruencia con lo expuesto, propongo un abordaje metodológico desde la interseccionalidad y el conocimiento localizado, que a continuación exploro.

Interseccionalidad

La interseccionalidad surge como una perspectiva de análisis sobre las complejas desigualdades sociales de clase, género y «raza». Su énfasis está puesto en la articulación de estas dimensiones, señalando la imposibilidad de tomar por separado una sola dimensión de la desigualdad (Jelin, 2014). Como propuesta epistemológica, es una crítica a las ideologías hegemónicas de segregación con base en marcadores sociales, que operan mediante múltiples y entrelazados sistemas de opresión. Estos marcadores generan una imbricación compleja, no aditiva, de desigualdades sociales, por lo que la interseccionalidad tiene una agenda política amplia, que apunta al empoderamiento de las minorías, la coalición política de los grupos subordinados y la organización comunitaria para dismantelar las desigualdades que les oprimen (Hill Collins, 2015).

Mara Viveros (2016) explica que la interseccionalidad desafía el privilegio epistémico del sujeto de investigación, dismantelando la lógica de competencia entre luchas sociales y trincheras separadas. Una primera generación de teóricas de la interseccionalidad, desde los feminismos negros y el trabajo de Kimberlé Crenshaw a finales de los 80, resaltaron los sistemas intersecados de opresión entre categorías sociales que eran fundamentalmente separables. El desarrollo actual de este concepto busca comprender bases múltiples e interrelacionadas de opresión en el marco de experiencias que no pueden ser divididas. Así, se plantea superar la concepción geométrica de las desigualdades y no privilegiar una categoría social sobre otra, puesto que tanto el privilegio como la opresión no son fijos (Viveros, 2016).

Las migraciones de mujeres son un fenómeno dialéctico donde confluyen indisociablemente procesos de superación y reproducción de desigualdades interseccionales (López, et al. 2022). Estas contradicciones son materialmente concretas en su especificidad histórica, geopolítica e intercultural, desplegadas en la organización transnacional del cuidado. Encuentro que, sólo a partir de estudiar sus contradicciones, se puede dar cuenta de la multiplicación de prácticas androcéntricas en los procesos de profesionalización, «empoderamiento» y

movilidad social imbricados en la migración calificada, así como el potencial co-constitutivo y ambivalente del trabajo de cuidar. Por ello, el abordaje interseccional es crucial, dadas las diferentes adscripciones sociales de mis entrevistadas (mujeres, latinoamericanas, calificadas, migrantes, madres, hijas, proveedoras, cuidadoras), así como la especificidad radical de cada posición que ocupan, su tránsito a lo largo del tiempo (curso de vida) y las diferencias irreductibles entre ellas.

Donna Haraway plantea que “no hay manera de «estar» simultáneamente en todas, o totalmente en algunas de las posiciones privilegiadas (subyugadas) estructuradas por el género, la raza, la nación y la clase” (1991: 332). Las diferencias entre mujeres en los estudios feministas son un punto de inflexión para constatar que no hay una categoría —Mujer— en donde puedan ser colapsadas las contradicciones inherentes e irreconciliables de todas las mujeres en su especificidad. Como describe Teresa de Lauretis:

La discrepancia, la tensión y la perenne confusión entre la Mujer como representación, como objeto y condición misma de la representación, y las mujeres como seres históricos, sujetos de ‘relaciones reales’, son causadas y sostenidas por una contradicción lógica e irreconciliable de nuestra cultura: tanto dentro como fuera del género las mujeres son objeto de representación, pero al mismo tiempo carecen de representación (de Lauretis, 2000: 44).

El problema de la representación y su abordaje interseccional es también cuestionado en las discusiones feministas contemporáneas. Ochy Curiel⁵⁰ plantea que ni la inclusión ni la representación resuelven los problemas estructurales de las desigualdades sociales, por lo que la interseccionalidad es el argumento «políticamente correcto» que reivindica la diferencia, eludiendo la abolición de la opresión. Silvia Rivera Cusicanqui también critica que los modelos geométricos de interseccionalidad no captan bien las ambigüedades y las ambivalencias “que se

⁵⁰ Clase magistral “Aportes y limitaciones de la interseccionalidad”, impartida por Ochy Curiel el 23 de abril del 2017 en la Universidad Nacional de Colombia. Recuperado el 7 de mayo del 2023 de: <https://www.youtube.com/watch?v=LGwuJC1ZGBM>

confunden para la percepción sin nunca mezclarse del todo” (Rivera Cusicanqui, 2010: 69); esta autora plantea una yuxtaposición compleja tanto de subordinaciones como de privilegios para entender las tensiones y contradicciones. Por último, Itziar Gandarías Goikoetxea (2017) plantea que el feminismo hegemónico vacía de contenido a la interseccionalidad; destaca la importancia de la perspectiva interseccional para contextualizar los análisis de opresiones, sustituir modelos aditivos por modelos interactivos que se basen en procesos y no en categorías sociales, enfocándose en las relaciones sociales como unidad de análisis, no en los sujetos individuales.

En ese sentido, delinear al sujeto de investigación desde una posición interseccional exige la caracterización de un entramado de procesos, sucesos y situaciones, en los cuales se aprecian las desigualdades históricamente sedimentadas del género, la «raza» y la clase, así como potenciales reivindicaciones. Suscribo el énfasis de algunas autoras (Alfaro & Chávez, 2018; Pedone & Alfaro, 2018; López, et al., 2022) por entender la migración calificada de mujeres desde una perspectiva interseccional, para captar la heterogeneidad de perfiles y la interacción entre diferentes marcadores, incluyendo el lugar de origen y nivel de estudios.

Finalmente, resalto que, situar al «sujeto de investigación» no sólo consiste en definir sus coordenadas espaciales, temporales y relacionales. Como explica Haraway:

La localización no es un listado de adjetivos o de etiquetas asignadas como raza, sexo y clase. La localización no es lo concreto de la abstracta descontextualización. La localización es el juego siempre parcial, siempre finito y siempre engañoso entre los primeros planos y el trasfondo, entre el texto y el contexto que constituye la investigación crítica. Sobre todo, la localización no es autoevidente ni transparente (Haraway, 1997: 37).

En ese sentido, es importante resaltar la posibilidad que tienen las personas de resignificar su posición, transformar y producir nuevas realidades. La interseccionalidad describe no sólo el entrecruzamiento de ejes de opresión, sino la

interseccionalidad misma de todas las luchas. Por ejemplo, la necesaria complementariedad entre el derecho al cuidado y el derecho al tiempo propio, el derecho a la salud mental y el derecho a una vida digna, así como la imbricación del derecho a migrar con el derecho a permanecer, a no migrar más.

Conocimientos situados

Me interesa poner en diálogo tres perspectivas epistemológicas y éticas sobre la producción del conocimiento y el análisis social. Estas son el *conocimiento situado* de Donna Haraway, la *autonomía dinámica* de Evelyn Fox Keller y la *ética del cuidado* de Carol Gilligan. Existe resonancia entre estas propuestas por su asunción radical de una postura relacional, ubicable y responsable. También comparten la crítica al esencialismo androcéntrico en la producción del conocimiento. Encuentro que tanto el conocimiento situado como la autonomía dinámica encarnan de algún modo lo que Carol Gilligan teorizó en los ochenta como una *ética del cuidado*.⁵¹

El conocimiento situado hace un llamamiento ético a la implicación personal y política en la investigación, en contraposición a una supuesta objetividad e imparcialidad de la ciencia. Se trata de una denuncia al itinerario epistemológico que privilegia la neutralidad y la universalidad en las indagaciones científicas, para promover una responsabilidad radical sobre nuestras prácticas. Pero más que una renuncia a la objetividad, apela a posicionarnos en la multiplicidad irreductible de conocimientos locales como única forma de tejer una visión objetiva. Así, Haraway propone adoptar una “doctrina de la objetividad encarnada que acomode proyectos de ciencia feminista críticos y paradójicos” (Haraway, 1991: 325).

Una propuesta colindante es la de Evelyn Fox Keller quien plantea la objetividad como un ejercicio dinámico. Se trata de una crítica a la objetividad como la posibilidad de conocer un universo autónomo y, por ende, desanimado y mecanizado. Fox Keller, siguiendo premisas psicoanalíticas, plantea que la noción de un mundo objetivo con independencia del sujeto se rastrea desde la primera

⁵¹ Como revisé en el capítulo 1, la ética del cuidado surge como crítica a teorías morales ahistóricas y descontextualizadas que pretenden resolver problemas éticos por demás diversos con criterios universalistas.

infancia, durante la adquisición de autonomía.⁵² Esta autora realiza una crítica a esta manera de concebir la autonomía que procede por “descuido de la conectividad con otros, [una] autonomía a precio de no relacionalidad” (Fox Keller, 1991: 105-106). Su propuesta es plantear una *autonomía dinámica* congruente respecto a la conectividad con el mundo y empática como forma de conocimiento.

Estas tres teóricas asumen de entrada una perspectiva parcial que enfatiza el carácter relacional y la dimensión compartida de la responsabilidad. Me parece muy importante la dimensión ética que resaltan, en tanto permite dar cuenta de una realidad contradictoria y la vinculación con el proceso mismo de investigar desde la reflexividad (Cruz, Reyes & Cornejo, 2012). También es importante resaltar las críticas que han recibido por parte de diversas autoras.

Para Olena Hankivsky (2014) la ética del cuidado es insuficientemente interseccional. Esta autora critica su falta de apreciación histórica de las ventajas y desventajas que viven las personas en sus contextos específicos, su falta de reflexividad y la aplicación mecánica de la interseccionalidad. Si bien teóricas de los cuidados de la segunda ola, como Joan Tronto, han aclarado que Gilligan no se refería a diferencias de género, sino a una *voz diferente*, concuerdo con la crítica de Joan Scott (1996) sobre la ética del cuidado como una monótona oposición entre hombres y mujeres para demarcar diferencias fijas en el razonamiento moral. Asimismo, Carme Adán (2006) recopila algunas de las críticas a la propuesta de la objetividad dinámica de Fox Keller, en tanto parte de la teoría psicoanalítica de las relaciones objetales y, por ende, de una comprensión heteronormativa de la familia y de la distribución de los cuidados en las mismas. En otras palabras, estas propuestas *generizan* la ética.

El conocimiento situado no es una teoría sobre la moral ni surge como reivindicación feminista del discurso psicoanalítico. Haraway plantea una incorporación política de la ética para construir epistemologías feministas,

⁵² En esta temprana etapa del desarrollo, no se percibe a la madre como sujeto, sino como parte de sí (simbiosis) y después, como un objeto exterior y diferenciado del yo, proceso denominado *relación objetal* (Fox Keller, 1991).

alejándose del individualismo epistemológico y, con ello, sorteando con éxito incurrir en el relativismo: “una manera de no estar en ningún sitio mientras se pretende igualmente estar en todas partes, [...] la igualdad del posicionamiento es una negación de responsabilidad y de búsqueda crítica” (Haraway, 1999, en Adan, 2006).

Al asumir radicalmente las implicaciones políticas de la conectividad y la interdependencia, no debemos perder de vista el riesgo de reproducir dicotomías generistas que legitimen la división sexual de la realidad. También es importante destacar que una comprensión de la interseccionalidad basada en las diferencias, resalta la condición de opresión más que el proyecto de emancipación (Kymlicka, 1995), por lo que podría romantizar la desventaja de las minorías en lugar de coadyuvar en su lucha. El conocimiento situado responde a una localización radical de gran importancia para navegar la *interseccionalidad de todas las luchas*.

Participantes del estudio

Las mujeres migrantes calificadas, sujetos empíricos con quienes he indagado sobre este tema, son las protagonistas, interlocutoras y co-constructoras de esta investigación. Ofrezco a continuación un panorama general de su contexto con datos sociodemográficos que ellas mismas han proporcionado en una encuesta en línea y que han precisado a lo largo de las entrevistas.

Todas ellas son latinoamericanas que han emprendido un proyecto migratorio a largo plazo hacia México, por lo que cuentan con residencia (temporal o permanente) o se encuentran naturalizadas (5 de ellas). El tiempo de estancia varía entre los 3 y los 22 años. Sus países de origen son: Argentina (1), Bolivia (1), Brasil (1), Chile (2), Colombia (6), Costa Rica (1), Cuba (4), El Salvador (1), Guatemala (1), Nicaragua (1), Uruguay (1) y Venezuela (1), siendo un total de 21. Para el momento de la entrevista, todas se encontraban viviendo en la Ciudad de México.

El nivel de estudios de las participantes es licenciatura (3), maestría (8), doctorado (7), dos de ellas realizaron un posdoctorado y una más de un

posdoctorado. Sobre su ocupación, se dedican a la investigación (6), docencia (2), estudiante doctoral (2), administran su propio emprendimiento (4), empresaria (1), empleo remunerado (3) y tres de ellas se definen como *ama de casa*, quienes dejaron de participar en el mercado de trabajo remunerado para asumir trabajo de cuidados de tiempo completo. Su estado civil es: casadas (13), en unión libre (2), divorciada/separada (2) y solteras (4). Una de ellas vive con su madre, a quien también cuida. Adicionalmente, diez de ellas contratan trabajo doméstico remunerado que asiste de 2 a 6 veces por semana a sus casas, y una de ellas, además de este servicio, también contrata a una niñera privada.

He priorizado que todas sean madres que cohabiten con sus hijas e hijos. Con una única excepción, todas tienen 1 o 2 hijas/os cuya edad oscila entre los 7 meses y los 29 años, mientras que la edad de ellas está entre los 33 y 55 años, etapa en el curso de vida de mayor dedicación al trabajo productivo y reproductivo. Sobre esta superposición de roles, Ivonne Szasz plantea que las relaciones de género funcionan como factores determinantes sobre “la especificidad de la movilidad espacial de las mujeres en cuanto a sus causas, motivaciones, características y consecuencias” (Szasz, 1994:129), que les hace estar más condicionadas por su etapa en el curso de vida.

Las mujeres entrevistadas efectuaron una movilidad internacional por diversos motivos, entre ellos para continuar sus estudios de posgrado, insertarse en redes de investigación o desempeñar empleos remunerados acordes a su formación profesional. Muchas de ellas modificaron en la marcha su proyecto migratorio por razones familiares o profesionales, y con ello, la temporalidad del mismo. El deseo de permanecer en México se conjuga con múltiples razones, de entre las cuales existe la imposibilidad de regresar debido a la situación política y económica del país de origen, como refirieron quienes provienen de Nicaragua, Venezuela y Cuba.

En este estudio, la especificidad de la migración no estuvo motivada por el trabajo de cuidados, como sí ocurre con trabajadoras domésticas o cuidadoras formales en el sector privado y profesionales de la salud. Su migración es, empero,

parte de la internacionalización de trabajos de cuidados (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014), pues todas ellas siguen desempeñando cuidados intensivos, no remunerados, en los países de destino dentro de sus propios hogares. La *transferencia internacional de privilegios patriarcales* (Salazar, 2001) fue mi primera línea de análisis al construir esta investigación. Sin embargo, esta incipiente intuición se reorientó hacia un marco en donde busco balancear ambas, la extracción de fuerza de trabajo de cuidados y lo que llamo la *portabilidad transnacional del sostenimiento de la vida*.

Para ello, propongo realizar una descripción densa del contexto relacional que conforma su particular organización transnacional de los cuidados a partir de dos métodos: las redes de cuidados y los pasteles del uso del tiempo. Se trata de representaciones visuales, cartográficas y semióticas para la producción de (re)significaciones de la realidad. A continuación, describo el marco procedimental en el que apliqué ambos métodos.

Estrategia de investigación

Entre los meses de octubre, 2022 a mayo, 2023, realicé un trabajo de campo de corte cualitativo-exploratorio en diferentes etapas:

- A. Revisión de la literatura.** Las fuentes bibliográficas fueron buscadas tanto en español como en inglés, obtenidas en físico o en línea por medio de los buscadores Google Scholar, Academia.edu., ResearchGate y Scielo, usando las categorías: migración calificada, (trabajos de) cuidados, (carga/salud) mental.
- B. Entrevistas a profundidad.** Realizadas a 21 mujeres migrantes calificadas, localizadas mediante contactos previos con informantes clave (otras personas migrantes y académicas) y la técnica de bola de nieve. Mis propias redes con personas migrantes en CDMX han sido importantes disparadoras para entablar estos contactos, por lo que se trata de una *muestra intencionada*.

Las entrevistas recuperan la experiencia de las mujeres migrantes calificadas como fuente primaria. Fueron llevadas a cabo en el lugar y horario que mejor conviniera

a cada una de ellas; a veces, fue en espacios públicos (cafeterías, parques cercanos a su domicilio, centros de trabajo) y otras fueron en sus hogares. Pude convivir no sólo con ellas, sino con otros miembros de la familia (hijas, hijos, parejas, mascotas), además de conocer de primera mano algunas estrategias que llevan a cabo para organizar los cuidados. Fue muy interesante ver elaborados tableros que ilustran las actividades de la semana, la dieta, las tareas y su reparto intrahogar entre los miembros de la familia, así como presenciar cuidados impostergables y simultáneos a la charla, muestra de afecto y rostros de frustración ante un llanto que no cesa, ante demandas de atención superpuestas.

La recogida de material empírico discurre, a su vez, en tres fases: 1) llenado de un formulario en línea, 2) primera entrevista (redes de cuidado) y 3) segunda entrevista (pastel del uso del tiempo). El *formulario en línea* consiste en una encuesta de 23 preguntas, 13 sociodemográficas y 10 sobre su uso del tiempo (al trabajo remunerado, no remunerado, de cuidados y tiempo de uso personal). Las *entrevistas* tuvieron una duración aproximada de tres a cuatro horas, divididas en dos sesiones a partir de la realización de 1) la red de cuidados, y 2) el pastel del uso del tiempo. Previo a realizar el trabajo de campo, realicé tres entrevistas piloto a mujeres académicas, madres con experiencia migratoria, quienes me ayudaron a afinar tanto la técnica de recolección de información como el enfoque.

Además de abordar aspectos relativos al proyecto migratorio, su actividad profesional y su contexto socioafectivo, durante las entrevistas seguí puntualmente las sugerencias de Cristina Carrasco (2016: 379-380) para incorporar la dimensión subjetiva y preguntar sobre el grado de satisfacción, frustración e intensidad que experimentan al realizar trabajos de cuidados.

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

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

C. Análisis de las entrevistas. Tomo como guía las dimensiones de la Escala Subjetiva de Carga Mental de Trabajo (ESCAM) (Rolo, et al., 2009). Esta escala ha sido implementada y validada para evaluar las cargas mentales en personal del sector salud e industrial en México (Bustamante-Saenz, et al, 2015; Ceballos-Vasquez, et al, 2015). Las dimensiones son: *organización temporal* (tiempo requerido, tiempo disponible, pausas, interrupciones, demoras y ritmo de trabajo), *demandas cognitivas* (de atención, concentración y memorización), *características de las tareas* (número de tareas simultáneas, complejidad y consecuencias de los errores), *cantidad y complejidad de la información* y, por último, *consecuencias para la salud*.

Estas dimensiones me ayudan a analizar las entrevistas y a categorizar posibles hallazgos. Si bien muchas categorías surgieron *in vivo*, algunas categorías que encontré previamente en la literatura y que rastree durante cada entrevista fueron:

- 1) *Desigualdades ligadas al proceso migratorio*: descualificación, cargas burocráticas, protección social debilitada, pérdida de redes, formas de exclusión social.
- 2) *Superposición de trabajo remunerado y no remunerado*: ideología de alta productividad (Alfaro & Chávez, 2018), maternidad intensiva (Hays, 1996; Schiffrin, et al., 2012), gestión mental, tiempos de transporte, simultaneidad en el trabajo de cuidados.
- 3) *Componente moral y de responsabilidad*: exigencias familiares en origen y destino, disponibilidad continua, falta de corresponsabilidad social y de género.

- 4) *Doble presencia en el espacio físico y virtual*: cuidados a distancia, remesas sociales nuevas tecnologías, ubicuidad de los cuidados.
- 5) *Trabajo de parentesco*: construcción, mantenimiento y cuidado de redes.

Por último, es importante mencionar que sólo dos de ellas pidieron mantenerse anónimas, al yo indagar sobre el uso de datos personales. También hay cuatro casos en los que realicé las entrevistas en línea; esto se debe a que, como ella misma lo expresó (el comentario al inicio de este capítulo), la falta de redes como inmigrantes reducen su disponibilidad de horarios y hacer las entrevistas en línea optimiza sus tiempos. Los otros casos se deben a una coyuntura de movilidad nacional e internacional por diversos motivos: trámites del doctorado en el extranjero, un reciente ascenso laboral que implica viajes internacionales, y mudarse temporalmente fuera de la CDMX al lugar de origen de la pareja, donde hay una red de apoyo familiar que puede colaborar en los cuidados a un recién nacido y su mamá. En estos casos, la realización del ejercicio disparador (red de cuidados, pastel del uso del tiempo) la hice yo, respetando la misma guía de preguntas semiestructuradas que usé en toda entrevista.

Redes de cuidados

Me he propuesto conocer la extensión y densidad de sus *redes de cuidados*. Se trata de una representación visual del mapa relacional en el que fluyen prácticas de dar y recibir cuidados, más o menos recíprocos, entre diferentes miembros de la familia, amistades y otras personas (vecinas, madres del colegio, colegas del trabajo) e instituciones (escuelas, actividades extracurriculares, estancias infantiles, centros de salud, etc.). Estos lazos conforman un tejido transnacional en tanto las personas que conforman la red no se encuentran todas en las mismas coordenadas geográficas. Este método abrevia de dos técnicas frecuentemente utilizadas en el sector salud (medicina, trabajo social y psicología) y en la antropología: el *genograma* (también conocido como familiograma o árbol genealógico) y el *átomo social*.

Lisa Platt y Elizabeth Skowron (2013: 35) describen el genograma como un “diagrama pictórico de una familia, utilizando los datos recogidos durante una

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

La duración aproximada de cada entrevista fue de 90 a 120 min (con excepciones de 30 min y 164 min), por lo que se trata de una entrevista completa y a profundidad (McGoldrick & Gerson, 1985: 45). En la entrevista del genograma familiar abordé aspectos relacionados al proyecto migratorio, su sentido de pertenencia (nacional, transnacional o desapego) y los sentimientos de bienestar o malestar en cada vínculo; les pedí graficarlo utilizando simbología, como sugiere la literatura (McGoldrick & Gerson, 1985; Espronceda-Amor, 2011). Sin embargo, he adaptado el proceso de realización del genograma e implementado mi propia técnica; aprovechando al máximo la falta de estandarización de un protocolo de entrevista a partir del genograma (Platt & Skowron, 2013).

La primera gran divergencia con el proceso estandarizado es que le he pedido a cada entrevistada que dibuje su propia red de cuidados. Si bien se sugiere que sea quien entrevista (personal de salud) la persona que realice el genograma con colaboración de quien es entrevistada (Palomino & Suárez, 2006), he optado por sacrificar precisión técnica para humanizar radicalmente este diagrama. Mi decisión de soltar un proceso controlado por mí apunta a contextualizar el diagrama con la mayor riqueza emocional posible y las relaciones de poder percibidas. Recupero las sugerencias realizadas en la cartografía alternativa para romper con la rígida y hegemónica representación geográfica que invisibilizan las relaciones de poder (van Houtum & Bueno Lacy, 2020), en este caso, dentro del mapa afectivo personal.

El diagrama de la red de cuidados tampoco se apega al parentesco biológico, pues considera redes más amplias de amistad o entre vecinos, ya que, en los procesos migratorios, la red familiar se suele ver disminuida y en cambio, se introducen múltiples actores (individuales, colectivos e institucionales) entre quienes fluyen cuidados. Este diagrama se va enriqueciendo a lo largo de la entrevista y puede ser complementado, matizado o corregido durante todo el proceso. Se trata de una representación íntima y personalísima, una cartografía personal de las constelaciones de cuidados y la comunidad imaginada que les vincula con procesos de creación de identidad y pertenencia, permitiendo la expresión de sentimientos y tornando más fluida la entrevista.

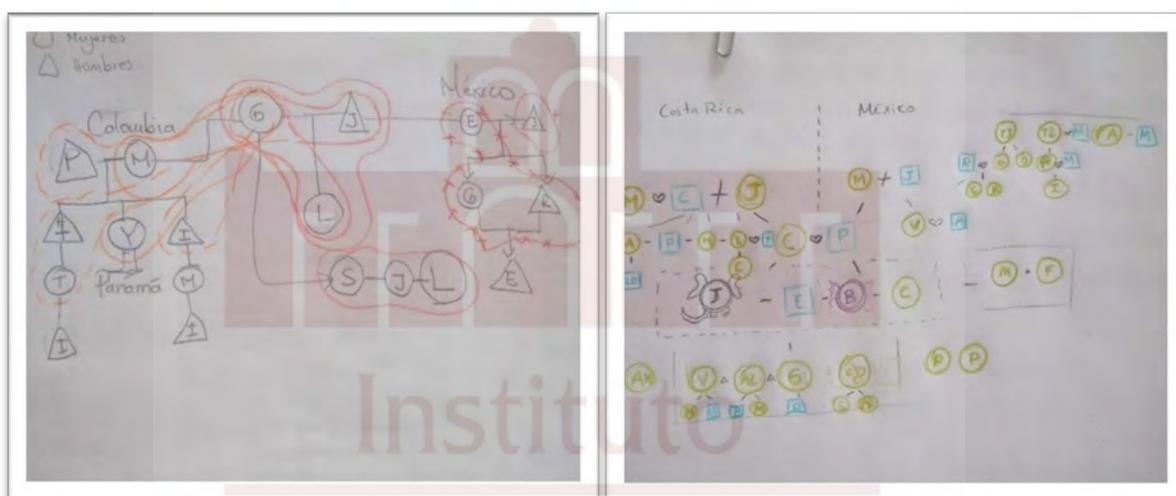


Imagen 1 y 2. *Redes de cuidados*. Elaboradas por las entrevistadas.

Hemos utilizado elementos del proceso estandarizado, como la demarcación de miembros que viven en el mismo hogar, o la distinción entre el símbolo para hombres (triángulo) y para mujeres (círculo). A este respecto, he aprovechado la ocasión para aclararles que esta simbología se puede cambiar y ajustar a la percepción que tengan de sí mismas y de otras personas, incluso si es ambigua o no binaria.⁵³ Este proceso resalta la forma en que se acepta o asimila el género, por

⁵³ Teresa de Lauretis reflexiona sobre las casillas para indicar tu «sexo» que vienen comúnmente en formularios y encuestas: “Desde el primer momento que ponemos una cruz en la M de un formulario [o en la H], realizamos nuestro ingreso oficial en el sistema sexo/género” (de Lauretis, 2000: 46).

lo que es importante mencionar que la alternativa a desgenerizar y transformar los símbolos en el genograma fue ofrecida y que ninguna los cambió.

En cambio, sí utilizaron nuevos símbolos para referirse a lugares, instituciones (la escuela, por ejemplo), para sus mascotas (algo ya reconocido por Rodríguez & Díaz, 2020), y otras especificaciones. Se utilizó simbología para indicar la muerte de seres queridos, como sugiere la literatura (McGoldrick & Gerson, 1985; Palomino & Suárez, 2006) y su *presencia* social, la cual modula el proyecto migratorio. Al respecto, Jacob Levy Moreno resalta que “la muerte es una función vital, tiene una realidad social” (1947a: 81) por lo que sigue presente y se conecta con la vida de muchas personas de forma estructurante. Para Monica McGoldrick y Randy Gerson (1985) resulta importante rastrear quién fue al funeral o quién sale en el testamento para comprender el desarrollo histórico de una familia. Un bebé que perdieron, la muerte de la abuela, de un padre o de un hermano resultan datos fundamentales para mapear la afectividad, el apego al país de origen, las transiciones en el curso de vida y las decisiones sobre el proyecto migratorio.

En un genograma, se ilustran los vínculos con colores o líneas diferentes (dobles, triples, quebradas, punteadas) para indicar el tipo de relación y los sentimientos que genera. Existe un limitado consenso en los genogramas sobre la exploración a profundidad de los procesos y patrones emocionales mediante entrevistas, pues se utilizan diferentes preguntas y no hay un protocolo estandarizado. Puedo decir que se usó una simbología individual y *ad libitum*, sobre la base general del diagrama, pero que fue enriquecida lo más posible para ilustrar las conexiones importantes que nutren las relaciones, la carga conflictiva entre la familia y su mundo, el flujo de recursos, pérdidas, deprivaciones, de forma similar al átomo social de Jacob Levy Moreno (Espronceda-Amor, 2011: 7).

Para Jacob Levy Moreno (reconocido por ser el fundador del psicodrama), el átomo social es la unidad social más pequeña, no el individuo (Moreno, 1947a: 80), la constelación más compacta de relaciones psicológicas (1946). Para este autor, “más allá de las fuerzas culturales impersonales, [los átomos sociales] son elementos inmersos en la estructura de la sociedad que no se manifiestan

abiertamente como configuraciones superficiales (escuela comunidad, fábrica o familia)” (Moreno, 1946: 543). En ellos se pueden analizar las relaciones emocionales y el aura de atracción y rechazo entre personas; también permite visualizar la afinidad y los niveles de preferencia (por sujetos y objetos), así como la formalidad-informalidad de las agrupaciones. Para Dani Yaniv (2014), el átomo social se puede analizar cualitativamente (si estudiamos el flujo de emociones y la intensidad de las relaciones) y cuantitativamente (según el número de vinculaciones involucradas).

Con motivo del diagrama de redes de cuidados, he pedido a mis entrevistadas que piensen en su red como un mapa afectivo en el cual todos los elementos son significativos; esto incluye la ubicación dentro del diagrama —central o periférico—, así como geográfica (país de residencia). La nacionalidad de las personas resulta otro dato de interés ya que una experiencia migratoria suele conectar a personas migrantes por un criterio de afinidad. Una de las entrevistadas se refirió a esto como una *sensibilidad migrante*, que ayuda a hacer menos onerosa la traducción cultural y a construir vínculos con mayor facilidad (y de mayor reciprocidad).

Pasteles del uso del tiempo

He indagado sobre el arreglo intrahogar del trabajo de cuidados a partir de la utilización de *pasteles del uso del tiempo*. En estos, se marcan las actividades de un día de la semana donde se empalmen las jornadas de trabajo remunerado (TR) y trabajo no remunerado (TNR). Se trata de una representación de la multiplicación de jornadas de trabajo (TR y TNR, doméstico y de cuidados, cara a cara y a distancia) de forma que, a partir de ella, se pueda desprender una segunda entrevista a profundidad. Y si bien esta propuesta nos sumerge en una dimensión intangible (no cronometrable) del tiempo, su alcance no se circunscribe a comprender una subjetividad individualista, sino que permite evidenciar la sedimentación de patrones género-específicos en su especificidad histórica y social.

Como describí en el capítulo 3, las encuestas del uso del tiempo (EUT) han recibido críticas con respecto a su capacidad para captar tanto la simultaneidad de

actividades como los aspectos intangibles del trabajo de cuidados. Se han propuesto abordajes mixtos y enfoques híbridos, mezclar etnografías, entrevistas a profundidad, grupos focales con encuestas estilizadas para atender el contenido relacional del uso del tiempo en sus dimensiones subjetivas y agenciales. Por ello, los pasteles del uso del tiempo, método exploratorio diseñado *ex profeso* para esta investigación, sigue el rastro de una esquivo temporalidad que excede al reloj y habita en la experiencia. Quiero aclarar que no se trata de desechar la noción temporaria que se estudia a través del uso del tiempo, sino de complejizar su carácter diacrónico e incorporar la naturaleza relacional, superpuesta y fluida de los cuidados cotidianos.

He encontrado antecedentes similares a los pasteles del uso del tiempo, diagramas semejantes a los que aquí presento, en estudios pioneros sobre el uso del tiempo. Sin embargo, he adecuado estos diagramas con la finalidad de captar la *doble presencia* de las entrevistadas desde un parámetro del tiempo no determinado por el reloj, sino por las necesidades y relaciones con otras personas, sus interdependencias y lazos intergeneracionales.

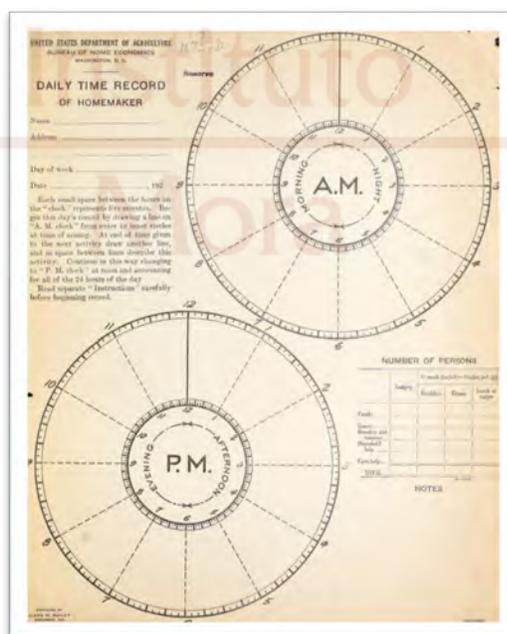


Imagen 3. Registro diario de tiempo, USDA Bureau of Home Economics, 1925 (en Lentz, et al., 2018).

Volviendo a los pasteles, el proceso consiste en graficar las actividades (*primarias*) de un día hábil en un círculo interno. A partir de esto, se desprende una entrevista a profundidad en la que se van indicando las actividades que se traslapan (*secundarias*) y generan doble presencia. Se trata de un ejercicio colaborativo de recolección de la información, con motivo de identificar el grado de flexibilización del tiempo de las entrevistadas en diferentes ámbitos. He puesto especial atención en actividades de cuidados esquivas a su cuantificación temporal: mantener una disponibilidad continua para cuidar (también referida como *cuidados pasivos*), la vigilia cuidadora, la simultaneidad espacio-temporal de actividades (remuneradas y no remuneradas de cuidados simultáneamente), el componente de responsabilidad moral y afectiva, la gestión mental (organizar, priorizar y gestionar la ejecución de los cuidados), la simultanea presencia en los espacios virtuales y físicos, el traslape de actividades en un mismo bloque de tiempo y la multiplicación de jornadas.



Imagen 4 y 5. *Pasteles del uso del tiempo*. En el círculo interior se escriben las actividades primarias; en el círculo exterior, las actividades secundarias. Elaborados por las entrevistadas.

Parto del supuesto de que la fuerza de trabajo de las migrantes calificadas es un nicho invisibilizado de extracción de fuerza de trabajo. Como revisé en el capítulo dos, Lucía Pérez Fragoso (2017), en su estudio sobre los servicios de cuidado en la Ciudad de México, señala la carencia de indicadores para valorizar el **esfuerzo mental** que implica cuidar. Estas limitaciones impiden dimensionar la subvención que hace el colectivo de mujeres migrantes calificadas al sostenimiento de la vida, de la cual los varones somos los principales usufructuarios.

El tiempo no es sólo un parámetro

En su *Ensayo sobre los datos inmediatos de la conciencia*, Henri Bergson [1927] (1999) planteó la idea de la *duración* como la forma que toma la sucesión de nuestros estados de conciencia en una serie temporal que se abstiene de separar el estado presente de los estados anteriores. En ese sentido, la experiencia temporaria no consiste en una organización yuxtapuesta de estados de conciencia, sino en su íntima compenetración. Parafraseando a este autor, para la conciencia no cabe hablar de condiciones temporarias homogéneas, el tiempo matemático no es el tiempo de la conciencia, sino el tiempo de la duración.

Un parámetro de intervalos sucesivos y mensurables resulta necesario para predecir, por ejemplo, los movimientos de los astros, los eclipses y la trayectoria vectorial que dibujan los objetos en movimiento. Pero el estudio del movimiento a través de un parámetro temporario fijo conduce a geometrizar los fenómenos sin tocar nunca el poder de devenir que el movimiento manifiesta: no es más que una descripción del transporte en el espacio de un objeto que nunca cambia. Para la conciencia que, bajo la influencia de las condiciones externas yo no me conduzca hoy como me conduje ayer, no tiene nada de extraño porque *yo cambio*, porque *yo duro* (Bergson [1927] 1999).

Para Guadalupe Valencia, en su estudio sobre las formas del tiempo sociohistórico (2007), el tiempo de la memoria, de las utopías, de los proyectos personales y las luchas colectivas no se corresponde con las manecillas del reloj. Esta autora distingue el tiempo que es históricamente construido (dimensión

objetiva del tiempo o naturaleza extrínseca del tiempo), de los ritmos temporales de las realidades sociales (dimensión subjetiva del tiempo, de naturaleza intrínseca). En su dimensión objetiva, Valencia propone la *construcción social del tiempo* y se refiere al tiempo de las máquinas y los astros, una síntesis simbólica que acompasa nuestra relación ontológica con el mundo.

El tiempo de la percepción, el tiempo de la duración es también condición y límite de toda experiencia humana, por lo que la autora se refiere a esta dimensión subjetiva como la *construcción del tiempo social*. Esta diferencia entre cualidades y cantidades temporarias ya estaba presente en la mitología griega: *Cronos*, dios del tiempo, un gigante devorador de sus propios hijos que nos consume y nos acerca a la muerte, es la deidad de la temporalidad sucesiva, lineal y *cronometrable* —de ahí su raíz etimológica—; *Kairós*, un dios representado como un duende minúsculo cuyo reino es el tiempo de la experiencia interior, la dimensión espiritual y el tiempo del cambio (Valencia García, 2007: 52-63).

Barbara Adam (1992, 2002) y Carmen Leccardi (2002) plantean que el tiempo se experimenta de forma diferente para hombres y mujeres. El *tiempo medido* —cronometrable, homogéneo, traducible en valor de cambio— se distingue del *tiempo experimentado*, no determinado por el reloj sino por las necesidades y relaciones con otras personas. El tiempo de la subjetividad, de la finitud corporal y de la experiencia también está marcado por procesos sociales y políticos del pasado y del presente, que se proyectan hacia el futuro, matizando nuestras interdependencias y lazos intergeneracionales.

La construcción simbólica del tiempo de las mujeres convive con los procesos de industrialización y globalización que han reproducido un entorno socioambiental de relaciones asimétricas de poder entre hombres y mujeres. La gestión de los tiempos familiares se ha mantenido como una responsabilidad femenina pese a las transformaciones en los horizontes de vida. En ese sentido, las mujeres tienen una *doble presencia*: por el tiempo del reloj y por la dimensión asignada de responsabilidades en los tiempos familiares y de cuidados (Leccardi, 2002; Adam, 1992, 2002).

En conclusión, los cuidados están injustamente representados por el tiempo cronológico debido a su componente de simultaneidad y superposición de actividades, subestimando la responsabilidad y la carga mental que implican. Por lo tanto y atendiendo la propuesta de diversas autoras sobre una aproximación mixta para cubrir los vacíos sobre aspectos intangibles de los cuidados (Carrasco, 2009, 2015; Pacheco, 2020; Charmes, 2021), esta investigación propone conjuntar un ejercicio de estimación del desgaste mental derivado de la carga de trabajo de cuidados no remunerados a los hallazgos de las metodologías cuantitativas que analizan el uso del tiempo. Considero viable que mi aproximación ofrezca claves para entender mejor los procesos de organización intrahogar del cuidado en las familias de las entrevistadas, con la intención de analizar el trabajo de cuidados interseccionalmente y su potencial para sostener la habitabilidad del mundo.

Asimismo, he seguido la Clasificación de Actividades de Uso del Tiempo para América Latina y el Caribe (CAUTAL) como una guía no exhaustiva ni limitante del tipo de actividades que se ubican en los pasteles. Esta guía fue útil durante las entrevistas para puntualizar el tipo de actividades y para no omitir alguna (por ejemplo, tiempos de traslado entre lugares). A continuación, muestro la clasificación de estas actividades en sus grandes divisiones, elaborada por María Eugenia Gómez Luna (2016: 29) para el INEGI y la CEPAL:

- A. Trabajo en la ocupación y producción de bienes para el autoconsumo dentro de la frontera de la producción del Sistema de Cuentas Nacionales (SCN)
 - 1. Trabajo en la ocupación y actividades relacionadas
 - 2. Trabajo para el autoconsumo de bienes
- B. Trabajo no remunerado fuera de la frontera de la producción del SCN
 - 3. Trabajo doméstico no remunerado para el propio hogar
 - 4. Trabajo de cuidado no remunerado a miembros del hogar
 - 5. Trabajo no remunerado para otros hogares, para la comunidad y voluntario
- C. Actividades personales fuera de la frontera general de la producción del SCN
 - 6. Aprendizaje y estudio
 - 7. Convivencia social y actividades recreativas

8. Uso de medios de comunicación

9. Cuidado personal

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

Entiendo la *intensidad del trabajo de cuidados* en relación a los componentes que en el mundo del trabajo remunerado han estudiado y su concatenación con los estudios feministas del uso del tiempo. Así, tengo en mente la simultaneidad de actividades, el grado de conocimiento y habilidades que implica dar cuidados de calidad, las múltiples interrupciones y discontinuidades en su realización, el grado de (in)satisfacción e (in)felicidad⁵⁴ que genera, las posibles consecuencias positivas o negativas de no realizarlos, del tipo de vínculo que exista entre quien provee y quien recibe los cuidados e incluso, la dimensión corporal y sexual del trabajo de cuidados, derivada del uso del cuerpo como herramienta laboral.

Conclusiones: limitaciones y balance de la propuesta metodológica

En este capítulo, presento el abordaje metodológico que he considerado adecuado para estudiar una realidad contradictoria, reticente a parámetros fijos, apuntando a la dimensión (inter)subjetiva del bienestar en una apuesta por complementar los estudios del uso del tiempo. Encuentro necesario expandir la comprensión y la visibilización de la saturación de trabajo de cuidados en las mujeres migrantes e incorporar el derecho al tiempo y al autocuidado como ejes necesarios para el bienestar individual. Con los métodos descritos de las redes de cuidados y los

⁵⁴ La felicidad es una dimensión fundamental para esta investigación. Si bien es teóricamente difícil de captar, es inteligible durante la entrevista y en la vida cotidiana. Saber si se le dedica tiempo o no a personas, actividades y vínculos que nos hacen felices, puede explicar el grado de satisfacción, frustración y los deseos de cambio.

pasteles del uso del tiempo, he podido profundizar en los pliegues del tiempo y visibilizar, por ejemplo, la apropiación digital del tiempo, el tiempo dedicado al trabajo de parentesco y la intensa carga mental percibida por mis entrevistadas.

Considero que se deben enunciar abiertamente posibles sesgos de esta propuesta. En primer lugar, dado que las entrevistas se enfocan en las mujeres migrantes calificadas y no entrevisto a ningún otro miembro de la familia, existe el riesgo de hacer una apología a la injusta responsabilización de las mujeres sobre los cuidados. Esta hiperfocalización deviene de la poca consideración de la ausencia de los hombres en la realización de estas tareas. He generado una categoría analítica para las conductas masculinas reportadas, en las cuales se manifiesta una *irresponsabilidad privilegiada* (Tronto, 2013), por ejemplo, al aceptar trabajos remunerados u otras responsabilidades (comenzar un posgrado) que les quitan tiempo para el cuidado, sin consultarlo con sus compañeras. Si bien mi interés se enfoca en la experiencia de las mujeres, es menester comprender la experiencia como una categoría ligada a la memoria colectiva, al agenciamiento histórico de las mujeres y a la sedimentación de desigualdades interseccionales.

Otra posible limitación es el que reportó María Eugenia Espronceda Amor (2011) sobre el hecho de que las entrevistas del genograma (al igual que ocurre aquí, con el pastel del uso del tiempo) están centradas en el *ego*, en un *yo protagonista*. Pienso que el foco de las entrevistas es el carácter relacional de los trabajos de cuidados como lo experimentan las mujeres migrantes, mas no su subjetividad individual. Esto puede sortearse al triangular sus diagramas con el contexto que les atraviesa y que apuntala los procesos de extracción de fuerza de trabajo femenina. Considero indispensable atender la confluencia del relato individual con una escucha contextual en la cual se problematicen las relaciones de opresión, privilegio, cambio y conformidad que operan interseccionalmente como un proceso dinámico.

En este sentido, Ulrik Beck y Elizabeth Beck-Gernsheim (2012: 140) proponen que es necesario observar la *globalización interna* en el seno de lo familiar: “la división social del trabajo a escala global [...] no avanza hacia el interior

de las familias desde fuera, constituye más bien su condición interna, resultante de la confluencia de la emancipación de las mujeres, la pasividad masculina, las insuficientes guarderías, etc.". Para esta pareja de teóricos, (Beck & Beck-Gernsheim, 2012: 24), "al hablar de familias globales no hablamos de ciudadanos del mundo", sino de sujetos envueltos en relaciones de poder que complejizan sus vínculos más personales y la sostenibilidad de sus vidas. Plantean que los vínculos interpersonales, nichos de certidumbre íntima y refugio, caen en el reino de lo entredicho en contextos migratorios. Por ejemplo, sobre los matrimonios binacionales, explican:

Quien se casa fuera de las fronteras nacionales levanta sospechas entre los protectores de la ley. A una pareja mononacional (un idioma, un color de piel, un pasaporte) le bastan un par de horas para anunciar su compromiso matrimonial. Si una pareja binacional, por ejemplo, una mujer alemana y un hombre árabe, desean casarse, deberán luchar durante meses para sortear obstáculos que los prejuicios —cuando no las humillaciones— se oponen a su deseo (Beck & Beck-Gernsheim, 2012: 225).

Asimismo, existe un argumento que he de sortear en torno a la diversidad de países de origen y la inconmensurabilidad de sus circunstancias, dispares en términos políticos y económicos. Estas divergencias impactan, sin duda, en los motivos migratorios de las migrantes calificadas, la duración de su tiempo de estancia en México, la (im)posibilidad de retorno y las dificultades para cuidar a distancia. Si bien mi análisis no se apega a desmenuzar el contexto geopolítico como factor fundante del proceso migratorio que estudio, considero necesario hacer unas aclaraciones.

Por un lado, me parece incorrecto argumentar que hay coordenadas comunes en Latinoamérica como región, ya que eso no explica las asimetrías regionales entre estos países, mismas que colocan a México como un país de atracción y a otros países como expulsores, incluso en flujos migratorios intrarregionales. Más allá de ser México el escenario común y contexto compartido, es imprescindible abrazar estas asimetrías geopolíticas como escenario general.

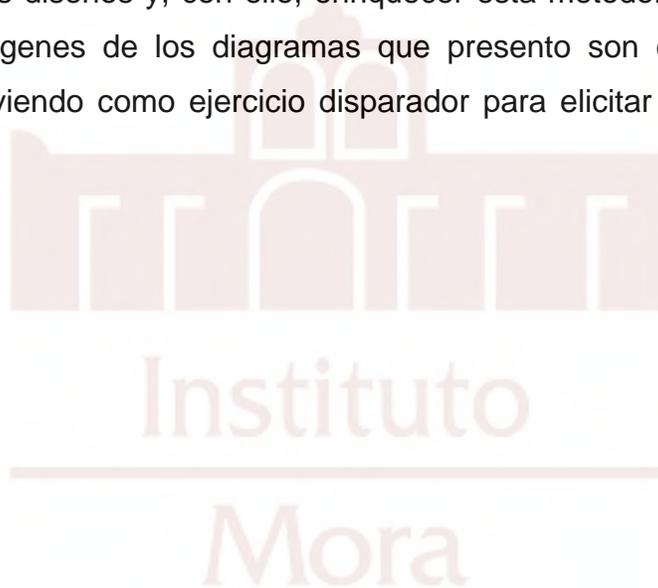
Por otro lado, metodológicamente, ante la incomparabilidad de factores contextuales, se busca aumentar la diversidad en la muestra de tal manera que los patrones encontrados no dependan del contexto de origen (Cresswell, 2009).

Esto va de la mano con que mi investigación se enfoca en los trabajos de cuidados, en los cuales el eje del género tiene un peso predominante por sobre la cultura o la nacionalidad, aunque se complejiza con el lugar de origen, el estatus migratorio y el nivel de calificación. La clave está en que existe una constante: los trabajos de cuidados siguen estando feminizados. Esto asemeja el movimiento teórico que va de la multiculturalidad a la interculturalidad, donde más allá de la co-presencia de múltiples bagajes y linajes de la primera, se teje una nueva organización de los cuidados en términos interculturales, económicos y sociales, donde aún persiste la reproducción de injusticias género-específicas.

Otra limitación es que esta metodología incurre en la misma serie de problemáticas descritas en el capítulo 3, con relación a las dificultades logísticas y técnicas que ya presentan las encuestas del uso del tiempo sobre recolección de información. Sería inviable aplicarla a gran escala dados los altos costos del levantamiento de datos, análisis de datos, problemas de homologación y comparabilidad (entre casos y a nivel internacional), falta de control al momento de la recolección e inconsistencias conceptuales en el diseño (Carrasco, 2015; Pacheco, 2020; Charmes, 2021; Folbre, 2021).

Debo asumir esta limitación en tanto el proyecto apuesta por detectar, siguiendo las sugerencias de Carrasco (2015), el posible bien-estar o mal-estar, los deseos relacionados con el trabajo y la forma de vida, las dificultades para compatibilizar y combinar actividades, las situaciones de cuidados pasivos, así como los efectos en la salud y el nivel de felicidad o satisfacción que hay en los cuidados. Me parece que en las metodologías tradicionales existe un facilismo instrumental, “el interés de contar con indicadores rápidos y simples que avalen intervenciones prácticas” (Díaz Canepa, 2010: 290), que puede ser corregido a partir de darle un tratamiento cualitativo a los datos.

También reconozco que el esfuerzo por darle un tratamiento analítico tanto a las redes de cuidado como a los pasteles del tiempo queda pendiente. He tomado las entrevistas como material empírico de forma narrativa-textual y no he aprovechado al máximo los diagramas *per se*. Asimismo, abordo su análisis, sobre todo, desde una perspectiva fenomenológica sobre el discurso (Roelsgaard Obling, 2020), resaltando el papel de la experiencia individual que refleja, a su vez, contextos relacionales. En este mar de vínculos, encuentros y desencuentros, potencialidades y limitaciones, es que planteo *reflexionarnos* en este espejo de nuestro mundo de vida, siempre cambiante, dinámico y, sobre todo, contradictorio. Espero en un futuro construir la técnica de análisis adecuada para captar la riqueza visual de estos diseños y, con ello, enriquecer esta metodología. En ese sentido, todas las imágenes de los diagramas que presento son complemento de una entrevista, sirviendo como ejercicio disparador para elicitación un diálogo que sí es analizado.



CAPÍTULO 5. Las protagonistas de esta investigación

Entre muchas otras cosas, el trabajo de cuidados tiene una dimensión afectiva y requiere un vínculo entre las personas que establecen una relación de cuidado. En consecuencia, no podemos y posiblemente ni queremos renunciar al compromiso que sentimos con las personas a quienes cuidamos.

Margarita Garfias y Jana Vasil'eva, 24/7 *De la reflexión a la acción*.

En este capítulo, presento un análisis a varias voces de las entrevistas que realicé a madres migrantes calificadas, latinoamericanas residentes en la Ciudad de México. Trato de abordar su testimonio como un texto vivo y fluido, dejando que sea su voz la que protagonice el relato, mientras intercalo algunas de mis intervenciones y reflexiones, mismas que orientan y dan cadencia al diálogo. El hilo narrativo se compone por la presentación uno a uno de casos emblemáticos que condensan las líneas y categorías de análisis de esta investigación; en el quinto capítulo presento los principales hallazgos de manera transversal.

Mi intención aquí es brindar un escenario lo más cercano posible a lo que sucedía al momento de nuestros encuentros, recuperando la presencialidad y espontaneidad (o no) de la interacción, las circunstancias y el contexto, así como la mutua *reflexividad*, rica en interpelaciones, *insights* y *sentipensares*. Muchas veces, apelo a lo ocurrido *in situ* en compañía de mis entrevistadas, como fue anotado en mi diario de campo y posteriormente analizado como parte del material empírico. El foco puesto en las experiencias, la subjetividad, la vida cotidiana y sus múltiples contradicciones marcha acorde a la propuesta del análisis desarrollado en el capítulo metodológico.

Es importante señalar que mi presencia como hombre cisheterosexual, mexicano, psicólogo, con formación en perspectiva de género e intercultural, anclado en una particular red de cuidados, no pasa desapercibida. Cuento con que mi posición de género, bagaje académico y mundo de vida impactan cualitativa y cuantitativamente en la forma que cobra nuestra interacción, el tiempo y espacio que podemos compartir, la información, conocimientos, opiniones y testimonios vertidos durante nuestros encuentros. Conuerdo con Anne Roelsgaard Obling (2020: 101) cuando apunta que “experimentar las experiencias de otras personas”

demanda la preservación de las asimetrías y las diferencias para habilitar encuentros empáticos, poniendo entre paréntesis el propio juicio. Escribo con esa empatía que sólo se alcanza desde la diferencia y que no la maquilla.

Victoria: “Mi vida es el entrelazamiento con los otros”

Llegué temprano al campus para esperarla. En temporada de clases, la universidad siempre es bulliciosa; en cada rincón hay estudiantes gozando de la tarde soleada. Pronto iniciará la primera entrevista, misma que me llevará por sendas insospechadas, no previstas en mis objetivos, preguntas de investigación y categorías de análisis originales; aunque allí bajo la Torre II de Humanidades de la UNAM, aún no lo atisbo.

Me siento contento de conocer a Victoria en persona, quien fue mi profesora y cuya forma novedosa de entender los estudios de género y desarrollo me impactó tanto. Su generosidad fue evidente desde el inicio, cuando escuchó por videollamada mi propuesta y aceptó de buena gana regalarme un espacio presencial. Al llegar, me da un fuerte abrazo que me hace sentir en confianza, rompiendo pronto el hielo y mi timidez con su gesto.

El día invita a disfrutar de los jardines, pero también es hora de la comida y hay que aprovechar cada minuto. Nos dirigimos a un restaurante cercano de su elección, que es el que yo mismo frecuentaba en mi época de estudiante. Mientras nos acomodamos y ordenamos, me sorprende todo lo que me cuenta en una *small talk*, quisiera ya estar grabando su charla y ni siquiera hemos iniciado.

Tras instalarnos, le explico el contexto de la investigación, el objetivo de la entrevista, que es explorar su red de vínculos y el flujo de prácticas de cuidado, esto a partir de un genograma o red de cuidados; finalmente, le doy las instrucciones para realizarlo. La actividad parece interesarle y rápidamente se da a la tarea de ir trazando sus redes mientras va narrando en voz alta lo que ya figura en el papel; tuve que interrumpirla un momento para prender la grabadora y hacer una breve introducción. Sé que tiene el tiempo limitado por su hora de comida, pero más que prisa, noto que tiene mucho que decir al respecto.

“La fuerza del vínculo supone una *reciprocidad*⁵⁵ en el cuidado. Es gente con la que cuento y que cuenta conmigo en lo que puede ser el sentido más amplio de la palabra contar, contar conmigo y contar con el otro”. Comienza con firmeza señalando el carácter recíproco de los flujos de cuidado en esta red. Ella se reconoce como cuidadora y a la vez, se sabe cuidada en un delicado intercambio que supone costes y beneficios. Me deja entrever que se trata de lazos cruciales para sostener su mundo material y afectivamente, que se extienden más allá de las fronteras nacionales. Además, Victoria tiene muy claro que su familia y red de cuidados no orbita en torno a la consanguinidad:

Quando uno migra, uno aprende a asumir los costes, entonces yo creo que mi esposo y yo también lo asumimos como... No sé cómo decirlo. Hay un acto de valentía en decir, bueno, voy a poder vivir sin todos ellos [señala a la familia extendida en su país de origen]. Y uno aprende eso. Y después se vuelcan en amores muy fuertes que uno tiene por gente, que no es consanguíneo. Pensá que yo llevo casi veinte años acá [señala México] y allá viví treinta [señala de nuevo Uruguay]. Mi vida adulta, la verdad, la he vivido acá.

Las redes de las que estamos hablando son un tejido vivo. Victoria afirma que el parentesco se construye, que el trabajo de tejer, alimentar, reparar y sostener estas redes es medular en nuestras vidas y en nuestra identidad. Asimismo, es importante señalar que, dentro de estas redes, la reciprocidad no es infinita, es un campo atravesado por fronteras invisibles de pertenencia y mutuo reconocimiento que definen dinámicas relacionales con las otras personas. Por ejemplo, Victoria se desagrega del conjunto llano que supone compartir una misma nacionalidad:

Quando vos sos de un país y estás en otro, te dicen, ‘en el centro de tal lugar hay un uruguayo, en FLACSO hay dos uruguayos’. Bueno, sí, en Uruguay hay tres millones y medio. Y uno dice, bueno, tampoco porque yo soy un uruguayo tengo que ir y saludarlo. Hay personas que experimentan a veces

⁵⁵ A lo largo de los relatos, resalto algunos elementos que me han servido para generar códigos de análisis.

su extranjería con el confort de cobijarse, entre comillas, entre iguales. [...] Nos dan un poco de flojera esas reuniones como puramente uruguayas. Participamos, creo en una o dos, así como de cofradía uruguaya y salíamos medio espantados. Eso de juntarte con personas que no conoces porque son de tu país, de repente tenés muchas más distancias con ellos que con un mexicano que sos más parecido.

Su estilo irónico, a veces burlesco, me hace sentir relajado durante la entrevista, al tiempo que denota una lógica de comunicación diferente a la que yo suelo vivir día a día en México, entre connacionales. Su honestidad salta a la vista desde mis lentes de local, desde mi bagaje cultural en el que la comunicación es menos directa, más circular.

Victoria fue la primera de muchas entrevistadas en comentar la dificultad de establecer redes con personas mexicanas y la importancia de una *solidaridad de inmigrantes*:

Los extranjeros que estábamos estudiando en [centro público de investigación], éramos los que andábamos un poco más al descubierto. Las navidades, los cumpleaños, los fines de semana... El mexicano se iba con su familia, con su abuelo, con su padre... Y uno quedaba ahí. Entonces, sí había como una *solidaridad de inmigrante*; esa sí la cultivamos. Venía el cumpleaños de una amiga argentina, una colombiana, íbamos al cumpleaños, porque esa persona estaba sola. Era esa lógica.

Me siento muy interesado en continuar explorando esa *lógica* con la que Victoria hace y deshace sus redes. Puesto que el genograma nos permite trazar las cualidades que cada vínculo representa, así como su relevancia para quien lo realiza, tenemos al frente todo un mapa relacional para ir visualizando y significando estos lazos. Toca hablar de su amiga Lea:

Lea es una uruguaya, pero verdaderamente no, es un vínculo mexicano. Ambas tenemos una vida mexicana y a la mexicana, con las maneras de hacer y deshacer que se permiten acá. Pero yo puedo decir que tiene una

particularidad. El ser uruguayo le agrega algo bueno, le agrega esto de que nuestras familias se conocen allá, lo tienen muy presente para ir y traer cosas. Pero también le agrega como una espontaneidad en el vínculo que hace que esto del cuidado recíproco, sí, creo que es importante en términos de... ¿Cómo te lo puedo explicar?

D: ¿Hablan el mismo idioma?

Sí, exacto. El mismo idioma, te diría como emocional. Un *lenguaje emocional* y un lenguaje de la manera de tener vínculos en Uruguay. Los vínculos tienden a ser muy estrechos. Se viven con la misma fuerza que la familia en Uruguay, el amigo y las amigas. Y tienden a ser muy íntimos. *La falta de consanguineidad no quita intimidad y cierta incondicionalidad*. Sabes que contás con el otro, pase lo que pase o te mandes la cagada que te mandes. Y el otro también. Y hay también una frontalidad que creo que eso hace como el lenguaje emocional de los vínculos entre los uruguayos que, si me molesta algo, te lo puedo decir. Tú lo vas a entender siempre en el sentido de la mejora de la relación, nunca vas a sentir que el otro te está cuestionando por maldad o sin sentido. Eso me ha costado con los vínculos en México. Me ha costado muchísimo. Yo siempre siento que para las personas sus vínculos familiares son los más fuertes. Porque el otro no decodifica tu intensidad, ¿no? Me devuelven eso, 'ay, que intensa, qué pesada'. Me ha costado en esta red de cuidados en México, no conseguir quién cuidara a mi hijo, sino *sentir quién me cuidara a mí, eso me ha costado mucho*.

Los afectos se modulan en su forma de expresarse, percibirse y vivirse a través de marcadores culturales. El esfuerzo de traducción cultural supone también un trabajo anidado en la (im)posibilidad de vincularnos significativamente con otras personas y, en este sentido, habilitan o inhiben prácticas de cuidado. Victoria habla de una espontaneidad en sus vínculos asequible al compartir un mismo idioma emocional. La reciprocidad en los cuidados se encuentra codificada por elementos culturales en donde el género supone otro marcador a ponderar:

Cuando yo conozco a Lea estaba a unos meses de quedar embarazada. De hecho, fue a la primera persona que le dije que estaba embarazada. Mi embarazo, mi parto, mi posparto, la persona que estaba con mi esposo afuera del hospital, era Lea. La primera persona que yo vi cuando tuve a mi bebé en el hospital era Lea, hizo ese rol de hermana y así nos entendemos hasta el día de hoy. Hicimos una *solidaridad de mujeres*, una cosa como muy femenina y a su vez con familias uruguayas, con problemáticas... Para ese momento, vivía mi mamá quien ya estaba enferma, entonces desde que Lea se enteró que yo tenía a mi mamá enferma, ella viajaba a Uruguay y yo ese diciembre no pude viajar, así que ella le llevó un regalo a mi mamá. Ese tipo de *solidaridades que atraviesan la frontera*, porque el de acá que viaja para allá te vincula con los de allá.

Esta solidaridad migrante y de mujeres encuentra sitios comunes de identidad en los cuales enraizarse y acuerparse. Es una solidaridad que resulta proporcional a la sensibilidad de las personas y su capacidad para traducir los afectos de quien tienen al frente. En ese sentido, es de interés que no se enquisten en una identidad nacional o de género, puede incluso desarrollarse allende estos marcadores. Tal como el género y la identidad, la sensibilidad reside en un cuerpo, pero no de forma fija e inamovible, sino de manera dinámica; habita otras corporalidades y logra fracturar las fronteras invisibles del género y la nacionalidad:

Mi esposo tiene un muy buen amigo que es Alejandro, su amigo michoacano que conoció en el doctorado. Alejandro está casado con una colombiana. Entonces, sabe muy bien las cosas que nos pasan a los inmigrantes.

Isaac [otro amigo] también tiene una *sensibilidad migrante*, porque es mexicano, de la Ciudad de México, pero sus papás lo mandan a estudiar a Estados Unidos, a hacer la prepa allá. Desde sus 15 años hasta sus 25 vivió en Estados Unidos. Entonces, cuando viene acá no saca tanto los códigos mexicanos. Tiene cierta cosa como de extranjería, un modo más gringo, más directo, que encaja muy bien con nosotros los uruguayos.

El caso de Isaac es relevante puesto que es también un varón sensible a los cuidados. Tras su divorcio, su hijo se muda con su madre a Estados Unidos y él pierde la cotidianidad de los cuidados que le profesaba, cuestión que ahora y al mismo tiempo, fortalece el vínculo que tiene con Victoria y su familia:

Isaac cumple un rol muy importante con mi hijo porque no sólo es el tío varón, sino que es mexicano; entonces eso para mi hijo es importantísimo. Cuando a él se le desapareció su hijo fue durísimo, es decir, en su vida había un rol que él no podía desempeñar y en esto de la reciprocidad del cuidado, *uno también es cuidado por sus hijos* en términos de que tu hijo te pregunta, ‘¿y tú qué hiciste?, ¿y tú qué comiste?’, se desaparecen y la vida de uno parece no importarle a nadie. Este evento en la vida de Isaac no es menor. Y en este tiempo de pandemia, en esto de armar burbujas, podría decir que Isaac era una burbuja entera. [...] Él es un gran cuidador de todos sus lazos y también de su hijo, entonces para mí fue muy importante en mi maternidad, porque siempre pude usarlo como soporte de todos mis dramas maternos. De qué hacer, de qué no hacer, de lo que te duele, qué le duele a tu hijo. Esas conversaciones muy íntimas de madre las puedo tener perfectamente con él porque, en este juego como de patrones diferenciales de cuidados, si sos mujer o si sos varón, él es una cuidadora, tiene un *patrón femenino de cuidado* con su hijo. Queda feo decirlo así, porque entonces aquí quiere decir que los hombres no pueden cuidar. Pero él no era el papá, ni era el papá divorciado, él era una mamá. Entonces yo con él puedo tener ese tipo de vínculo. Porque yo te diría que Isaac es mi amiga mexicana.

Resalta que la experiencia de migrar internacional o internamente dota a las personas de cierta sensibilidad que facilita la interacción, lubrica los roces culturales y habilita el mutuo entendimiento. Esta experiencia previa correlaciona con el grado de sensibilidad migrante e influye en la composición de las redes de cuidados; es decir, además de otras personas migrantes, en los genogramas de mis entrevistadas abundan personas con esta sensibilidad tanto hacia los procesos migratorios como al cuidado de otras personas.

Por un lado, establecer vínculos con personas dotadas de esta sensibilidad hace menos oneroso el trabajo de parentesco con el cual las mujeres migrantes sostienen sus redes. Por otro lado, el cruce de los marcajes culturales y de género puede decantar en desencuentros que desafían la lógica común de una tácita filiación de género como automática sororidad:

En estas cosas de los códigos mexicanos a mí me ha sido más fácil tener amigas varones, amigos, amigos varones que mujeres cuando se trata con mexicanos o mexicanas. Cuando yo tengo que recorrer el camino para ser amiga de una mexicana... Las dos somos mujeres y no, no somos iguales. No decodifico, la otra no me decodifica, se me ofenden. Hay algo que me cansa mucho, una cosa barroca de las formas, '¿por qué me dijiste eso?'... ¡¿qué te dije?! A veces aparece una *frontera de traducción cultural* con la mujer mexicana, me pasa que se quedan en su protagonico y te juro que eso me cuesta muchísimo, me cuesta porque... Bueno, porque estoy lejos de esa impronta.

De este testimonio, más que esos plausibles patrones de conducta según la nacionalidad y el género, me cautiva la detallada descripción de Victoria sobre los costes sociales y esfuerzos anímicos que hacen de tejer las redes, de construir el parentesco, un **trabajo**. Resonó en mí la importancia de visibilizar una dimensión poco explorada en la literatura de cuidados: el trabajo de establecer redes, los altibajos de vincularnos significativamente con otras personas, la necesidad de marcar límites en esos lazos, definir distancias afectivas que muchas veces se adhieren a las geográficas. Por ejemplo:

Los padres de mi esposo no saben mucho manejar su migración. Son de las personas que culpan al que se va, llorando porque lo extraño, porque tengo a mi nieto lejos... Es decir, hace veinte años que vivo en México, su nieto desde que nació vivió en México. No da para quejarte de lo que nunca fue. Es decir, mi familia uruguaya nunca habla de lo que no fue. Yo a mi hermana le digo 'te extraño mucho' porque la extraño, pero no es un reclamo, ni mi hermana me hace un reclamo por estar en otro país. Hay personas de las

que uno puede no esperar nada y terminan siendo incondicionales, amigos, hermanos, madres, tíos de la vida... Cuando existe esta consanguinidad y no cumplen su rol, yo me ofendo. Eso es algo muy interesante que pasa en las redes de cuidado, cuando aparece una frontera ya no afectiva, sino una frontera de países. Es un vínculo que me duele mucho respecto al dolor que experimenta alguien que yo quiero, que es mi esposo. Ni siquiera por mi hijo, porque él no se duele tanto por unos abuelos que no existen, porque no existieron. A mi hijo le duele más la orfandad de su papá.

También me refiere un balance entre personas cercanas y lejanas en términos afectivos, un frágil equilibrio que aleja a algunos miembros de la red mientras que a otros los acerca, los une bajo un código de incondicionalidad que no depende del parentesco biológico. Ya desde esta primera entrevista se bosquejaba la equivocidad del juego de presencias y ausencias, en el cual los vínculos afectivos relativizan y atraviesan las distancias geográficas:

[señalando otro grupo de personas en su genograma] acá hay otra familia íntima, profunda, porque esta persona vivía en mi casa, es el lazo de mayor confianza de todos los que te narré. Incondicional en mi casa, con mi tesis, con mi hijo, con dinero; siempre que Valeria venía me dejaba dólares; sabía que la situación de mi familia era muy inestable y me decía 'yo los dejo. En diciembre que vengo, si están, bien, y si no, se usaron para lo mejor'.

[En una ocasión] yo viajé a Buenos Aires a trabajar. Valeria y su esposo rentaron un Airbnb y pasamos un fin de semana ellos, yo, y mi hermana. Así como si fuéramos una familia televisiva, me emociona [llanto]. Fue hermoso, Como si... Como si no existieran las fronteras. Un vínculo que traspasa de acá hacia acá [señala el grupo de su amiga y a su familia uruguaya]. La *transitividad del amor*, ¿viste? porque mi hermana quiere a Valeria. Y tenemos un grupo de WhatsApp que somos estos seis. Que se alimenta día a día. Es otra familia que nosotros le decimos una familia transnacional. Todo lo que yo quiero, Valeria lo quiere de acá [México], y todo lo que Valeria quiere en Argentina, yo lo quiero. Se arma como esa transitividad. Cuando yo fui a

Argentina, que por eso me emociono, no tenía un peso, fui porque me pagaban para un congreso. Y Valeria se encargó de todo, de reunificar a mi familia en Buenos Aires, de regalarme ese fin de semana... A Valeria sí que le podés pedir lo impeditivo... ella a mí o a mi esposo nos puede pedir, pero lo impeditivo.

La transitividad que refiere Victoria sugiere una dimensión colectiva del cuidado que es particularmente relevante en contextos transnacionales. Revierte en cierta medida los efectos de la segregación espacial que viven quienes migran; reviste la solidaridad y la familiaridad que enreda las vidas de las personas y salvaguarda su bienestar; propicia el apoyo social y los intercambios de recursos tangibles e intangibles; también confiere un sentido de pertenencia que es extensible y asimilable para otras personas en la red, reconfigurando la historia de las personas en congruencia con su trayectoria migratoria y su extranjería:

Así que esa es mi red, tiene la cuestión de ser pocos, pero de una *densidad afectiva* muy importante. En eso siempre me siento dichosa cuando mi hijo a veces transmite, 'papá, mamá, ¿cómo hacen para estar solos?', cuando ve todo lo que está por detrás de sus pares, quienes tienen a sus padres, sus abuelos, sus primos, toda esa cosa enorme. Y yo siempre le transmito eso, 'no creo que ninguno de los papás de tus amigos o amigas tenga la intimidad, el amor, la incondicionalidad que yo tengo con gente que cuento con los dedos de la mano, pero les puedo pedir que me donen el corazón'. Y que, bueno, no hay ninguna consanguinidad. Es la historia del vínculo de la vida, te va entrelazando y te va comprometiendo, ¿no? Es decir, la interdependencia que tú decías. El cuidado cuando se asume con responsabilidad es un tejido que se instala, una malla que te une al otro, a la otra, es una red, pero una red en el mejor sentido donde vos te tirás y nunca tocas piso, siempre te sostiene. Siempre eso le transmito a mi hijo. Él lo sabe, porque estas personas son fundamentales para él también.

Esta entrevista fue un punto de inflexión en mi investigación. Yo venía de entender al cuidado como un trabajo invisible y desvalorizado, por lo que mi intención inicial

fue detectar el impacto de su injusta organización en la salud mental de las mujeres migrantes calificadas. Me tomó por sorpresa que durante la primera entrevista se ahondara con tanto ahínco en los cuidados que reciben las mujeres migrantes en sus redes, el potencial de expandir esos cuidados entre diferentes miembros de éstas y a la vez, el trabajo que requiere sostenerlas.

En ese sentido, la salud mental no sólo se ve impactada por el trabajo de cuidados, sino que se sustenta del mismo. Las redes de cuidado son raíces que se incrustan profundamente en nuestras vidas, en nuestra historia y biografía, alimentándose y dándonos base. Para Victoria, sus vínculos significativos y el tiempo que invierte en nutrirlos ponen en entredicho el baluarte del *tiempo propio*:

Nunca me creí mucho esta cosa de mi vida y mi tiempo. Me gustan las dos cosas. Me gusta mi trabajo y me gusta la actividad familiar, lo que compartimos en familia. Entonces, no siento que mi tiempo sea distinto, por ejemplo, de lo que disfruto charlando con mi esposo o con mi hijo. Me encanta eso, ¿no?, hablar de las cosas. Es mi tiempo. Estoy trabajando, a veces en este tiempo, que es a la tarde-noche, que hago mi turno en el escritorio de mi casa. Entonces, ‘mami, ¿un tiempo para una merienda juntos?’, y ese es mi tiempo. Cuando no existía mi hijo, mi tiempo personal no era muy distinto, ¿me explico? Porque mi tiempo era así, siempre me gustó reflexionar, leer, escribir, charlar con amigas, con amigos. Y yo no lo vivo como un *no-tiempo-mío*. Puedo ser yo, puedo decir lo que pienso, como que mi rol de madre no supone una sobreactuación ni de seguridad ni de autoridad, entonces yo puedo mostrarme vulnerable, dubitativa, cansada, frustrada y eso, ser bien recibido por mi hijo, no lo desestabiliza. ‘¿Cómo fue tu día?’ —Hoy una mierda, me re frustró tal cosa—, ‘ay, ¡qué cagada, mami!’.

En palabras de Victoria, el tiempo propio me sabe a artilugio que se acuña en la modernidad, por lo que es más propio del capitalismo que de la vida, que del tiempo experimentado por las personas. Nuevamente, mi profesora me presenta un punto de vista novedoso frente a las críticas predominantes en los estudios del desarrollo y género: a través de sí misma y de su red de cuidados me muestra otro orden de

prioridades en su gestión del tiempo y en su manera de defender lo que le es propio y valioso. De forma cálida y a la vez sumamente aguda, concluye diciendo “*mi vida es el entrelazamiento con los otros, yo soy en esos espejos, con los otros, con las otras, con la gente que me importa*”.

Claudia: “A mí me sostienen las mujeres”

Claudia me ha citado en su apartamento para la entrevista. Llego a tiempo, pero empapado en sudor porque decidí irme en bicicleta y no recordaba que este barrio en Coyoacán tenía calles tan empinadas. Ella y yo no nos conocemos, me refirió la amiga de una amiga; no puedo evitar pensar en cuán arriesgado, valiente quizás, resulta invitar a un hombre extraño a su hogar. Agradezco su confianza y dejo mi medio de transporte al pie de su puerta.

Es un espacio muy pequeño, como los que estudiantes y muchos recién llegados a la Ciudad de México arriendan para continuar sus estudios. Su único hijo no se encuentra, aunque las huellas del cuidado son palpables en la disposición de muebles, juguetes, libros y enseres domésticos; nos rodean numerosos tableros con instrucciones para la organización de tareas, dietas balanceadas para cada alimento del día, horarios y calendarios que detallan el orden de circulación de lo cotidiano. Me siento como en un museo de elaboradas estrategias de organización de los cuidados.

Ella prepara café colombiano y el aroma me hace sentir como en casa; estoy seguro de que se siente orgullosa de la calidad de este producto oriundo de su tierra. Aprovecho para contarle que en mi casa se vive, se come y también se bebe café a la colombiana por influencia de mi esposa y múltiples visitas, estancias e intercambios con nuestra familia bogotana. Esto rompe bastante el hielo y la conversación fluye con mayor naturalidad.

De pronto, cuestiona la encuesta en línea con la que recabo los datos sociodemográficos, previo a las entrevistas. En concreto, me espeta con críticas respecto a las preguntas en las que les pedía hacer un cálculo aproximado sobre las horas al día dedicadas al trabajo remunerado, trabajo de cuidados, trabajo

doméstico no remunerado y al sueño, planteando que esas preguntas no contemplan los traslapes entre una y otra actividad: “quien cuida lo hace 24/7”, sentencia. Su observación no puede sino animarme más, le confieso que es precisamente de esos traslapes que me interesa dar cuenta en esta investigación y que estoy de acuerdo en que no, los cuidados no se cuantifican de esa forma.



Imagen 6. Tableros con instrucciones para la mañana: *¡Buenos días!*.

También señala que, en el campo para elegir estado civil, no contemplo a personas que están casadas y no han podido divorciarse (separadas), como es su caso, situación que aprovecha su ex —padre biológico de su hijo— para no darle pensión alimenticia y granjearse poder en la toma de decisiones económicas. Le escucho con intriga y le propongo que dejemos ese tema sobre la mesa para abordarlo en la entrevista. Tras este careo de intenso voltaje y reconocimiento, parece que Claudia y yo por fin nos ubicamos en una postura común desde la cual dialogaremos.

Le planteo el objetivo y la actividad para esta primera entrevista. Ella se pone manos a la obra, utilizando todo el arsenal de colores, recursos e imaginación posibles para trazar su red de cuidados. Su obra es llamativa a la vista, repleta de simbolismos y códigos; evita deliberadamente usar el eje vertical característico de los genogramas, pues lo encuentra jerarquizado, por lo que dibuja círculos concéntricos que priorizan una lectura más horizontal.



Imagen 7. Red de cuidados de Claudia, colombiana, madre separada con un hijo varón mexicano de siete años.

Yo me encerré en un círculo porque representa a una mujer. El color amarillo es porque me produce alegría a mí, mi maternidad es alegre, me gusta ser mamá, entonces para mí el amarillo es como motivación, estamos presentes, estamos bien, estamos chidos.

En estos siguientes círculos vienen en verde, pero utilicé el negro y el café. Este vínculo roto [≠] es... Yo estoy casada con un mexicano, se llama Sergio y es el padre de Emanuel. Yo pongo a Ema más del lado mío porque ahorita estamos hablando de mi relación, ¿no? Y porque la relación de Sergio con Emanuel, si bien es fuerte —por ejemplo, hoy no está conmigo, está con él—, se produce en otro espacio, en otro hogar; por eso es como otra nebulosa aquí. Esta P es de Pilar, es la mamá de Sergio. Actúan más como en sintonía. Ellos dos tienen una sintonía más directa, viven en el mismo espacio y se relacionan con el cuidado de Ema. Ellos colaboran en... Bueno, hacen su parte con respecto a los trabajos de cuidado del niño. Amplí un poco el círculo verde [más oscuro] que se relaciona con Ema porque aquí aparecen

las otras personas que tienen incidencia en mi toma de decisiones con respecto a Ema y también en el cuidado.

Este otro círculo es rojo porque es la pasión de mi vida, para mí la pasión es importante. Y todas son mujeres. *A mí me sostienen las mujeres*. Su acompañamiento, su palabra, su experiencia, el diálogo. Y no están todas en México. Con algunas discuto casi todos los aspectos de mi vida. Este círculo es en color morado porque es el color de mis creencias, de mis principios. Híjole, eso del principio es un poco raro. Digamos que... Las reglas mínimas con las que me posiciono en el mundo es el feminismo. Por eso es morado. Porque si bien es un espacio dinámico, me permite ver las cosas desde otros lentes. Para mí es fundamental, eso también me sostiene. Me sostiene el concebirme como una mujer en el mundo desde la lectura feminista. Y estas [nubes], ¿por qué están de otra forma? Porque son instituciones o grupos de personas, entonces no son necesariamente cuadrados o circulares, pero también influyen en mi toma de decisiones, hasta en mi estado de ánimo. Por ejemplo, esta V son mis vecinas, yo salgo, abro mi puerta, le pregunto a mi vecina lo que sea, cualquier cosa, y me siento apoyada. Estas son redes que a mí me sostienen y aparte me reconfortan el corazón. Me dan vida.

Ahora vamos a la parte oscura. A la cara oscura de la luna. ¿Por qué elegí el negro? Porque son personas que inciden en mi vida, pero no me llenan de color. Sí inciden, también viven conmigo y también trabajo muchísimo para que no lo hagan. Inciden en la toma de decisiones. De hecho, rompen... Pero son más redes pesadas, de obligaciones, de compromiso, pero no de retroalimentación, de dolor, de tristeza, siempre me están pidiendo. Sí, dolor. Está mi mamá. Aquí están mis tías, las hermanas de mi mamá. Mi abuela está aquí, pero mi abuela acaba de morir. Yo sí sentía apoyo con ella, pero acaba de morir...

Claudia abre con este ejercicio una ventana a su intimidad en la que aparecen tanto personas individualmente como comunidades de apoyo, ideales de vida e instituciones en las cuales se pueden delegar cuidados. Visualmente, su diseño me

recuerda mucho a los tableros y organizadores que cuelgan en las paredes de su casa; hay una riqueza afectiva en el juego de colores que es muy dicente sobre el mundo de vida de mi interlocutora. Claudia hace toda una declaración de principios que parece contener instrucciones de cómo navegar aguas revueltas:

Soy una mujer que está llegando a los 45 años. Una mujer que está conforme con su maternidad, pero que también está tratando de recuperar su vida. Tratando de entender su historia y tratando de construirla en otro espacio físico. En un principio tuve una tensión con México; entonces, tuve que hacer un proceso consciente para situarme. No, no estoy traicionando mi lugar de origen, somos ciudadanos del mundo y lo podemos habitar. Fue mi primer pacto y me hace feliz, me permite ser. Soy una mujer que se identifica con la lucha feminista, pero que reconoce también su construcción patriarcal. Yo me defino como machista, porque soy consciente de dónde están las cosas que necesito cambiar. El feminismo me cuestiona.

Encuentro temas comunes con la entrevista de Victoria, como la valentía de estas mujeres para habitar su migración, la fuerza de la solidaridad femenina transnacional, la importancia de comunidades que promuevan el cuidado de sí y de las otras. Abundan huellas de cuidados a distancia que conectan y nutren emocionalmente a personas que conviven desde distintos países; “por medios de comunicación, su presencia diaria es real”, enfatiza. De nueva cuenta, las distancias se relativizan en esta danza de ausencias físicas y presencias virtuales, subrayando el esfuerzo anímico y el alivio que implica:

Si tú tienes un problema en el culo del mundo, en Argentina, pues yo estaré lejos, pero desde aquí busco la manera que tú estés bien allá. Si yo tengo un problema, digo, ‘bueno, puedo luchar aquí por la vida, con mis brazos, como sea, lo puedo hacer porque tengo la capacidad de hacerlo’. Pero emocionalmente, mi capacidad a veces no es la misma. Es con la fuerza de mis brazos, ¿no? A veces se pone uno emocional. Entonces, yo levanto el teléfono y ya, sale uno como reseteado para la siguiente. Por eso siempre están aquí conmigo. Ellas saben mi día a día.

Los cuidados a distancia entre amigas hermanadas por la migración dependen mucho de normas de reciprocidad, cooperación y solidaridad. El intercambio no monetarizado de recursos⁵⁶ entre personas, la magnitud de lo que se intercambia y la permanencia de la red en sí, se modula a partir de la confianza y la intimidad que resida en las relaciones. En contraste con enfoques centrados en la maximización del capital social, en una red de cuidados las personas que no cuidan con la misma intensidad, frecuencia y dedicación que las otras no son intercambiables. La red no se disuelve si no hay reciprocidad en los cuidados, sino al contrario, la interdependencia refuerza las relaciones, afianza un compromiso a todas luces asimétrico en los flujos de cuidados. Estos desbalances y asimetrías se ubican sobre los cuerpos y vidas concretas de personas, pero también contempla la atención a injusticias de orden geopolítico.

Para Claudia y para muchas de las mujeres migrantes que entrevisté, las redes de cuidados representan núcleos de organización política que versan sobre la igualdad de género, la condición migrante y ayuda internacional a su país de origen. La posibilidad de identificarse y colaborar en proyectos que conecten su vida en México con su país representa un compromiso político con su historia:

Este es el grupo de colombianas en México, un grupo de WhatsApp en el que fluye información para comprar cosas que necesito o sobre todo información sobre actualizaciones migratorias. Siempre hay alguien que pide información, siempre habrá otra que conteste. Y este es COLPAZ⁵⁷, porque me concibo como una persona con responsabilidades políticas como persona migrante. Más allá de suscribir una ideología de izquierda o derecha, sí tengo mi corazoncito ubicado en la necesidad de la solidaridad y del servicio hacia el grupo de personas migrantes. A los que estamos en otro lugar nos corresponde el dar y el recibir para sostenernos, de otra forma la vida sería un poco más complicada. Y en un país como México, con tantas personas

⁵⁶ En ocasiones, estos recursos son económicos, como las remesas que envían a sus países de origen. Al aludir al carácter no monetarizado del intercambio, me enfoco en el vínculo socioafectivo que permea el envío de recursos, incluso, de dinero y otros bienes materiales.

⁵⁷ COLPAZ es un colectivo colombiano de defensoras de los derechos humanos con presencia en trece estados de la República Mexicana. Ver: <https://colpaz.com.mx/>

que desaparecen, con tantas amenazas que existen sobre la población migrante, es importante que alguien te ubique.

Una situación de violencia generalizada en el país de destino dispara la construcción de redes para proteger la vida. Empujadas por las desigualdades, las normas formales o informales de intercambio responden a factores como el momento en el ciclo de vida, la densidad de sus redes de apoyo, el estatus jurídico y la trayectoria migratoria, así como el grado de autonomía económica. Por supuesto, las desigualdades de género impactan con mayor fuerza a las mujeres madres migrantes que a sus parejas varones quienes muchas veces juegan de locales y cuentan con mayor capital social, lo que se traduce en privilegios patriarcales. La red en la que se sostienen Claudia y su hijo incluye vínculos tensos, dolorosos, complicados de gestionar y de enfrentar:

Tenemos esa tensión ahí, Sergio insiste en que quiere quitarme al niño, llevárselo para su casa y que yo le pague pensión a él. Esa fue una de las últimas peleas que tuvimos. Entonces yo le dije, ‘no, no, espérame. ¿Tú crees que yo estoy sola?, ¿que yo soy la misma?’ O sea, yo me dejé, yo dejé que actuaras en el matrimonio porque yo estaba asustada, me daba miedo el país. Pero ya no soy esa persona. Y con este grupo de instituciones y de personas que conozco ahora, si tengo que acercarme y tocar todas esas puertas, las voy a tocar. Tú no me vas a quitar a mi hijo. No me lo vas a quitar y se lo vas a dar a tu mamá. De hecho, la mamá de Sergio me dijo antes de que estuviéramos embarazados, ‘oye Claudia, ¿por qué no tienes un hijo? Me lo dejas y te vas’ Y yo le dije, ‘espérame, Pilar, ¿tú crees que yo me esperé tantos años para ser madre nomás para tener un hijo y dejárselos?’ O sea, perdóname, para dejarte un hijo eres una desconocida. Si yo tengo una maternidad es para vivirla.

En respuesta a la violencia y las desigualdades de género, las redes surgen para amortiguar la irresponsabilidad paterna, la responsabilidad discontinua o el rol dañino que los varones reproducimos. Tener la custodia compartida de Ema con su padre es una fuente constante de estrés para Claudia que no ha podido disolver; es

el precio de sostener un vínculo importante para su hijo, pues como ella explica “mi hijo adora a su papá... Tengo que alimentar ese vínculo, aunque no me guste”. Sergio ocupa un sitio ambiguo en este campo social de la organización de los cuidados, una posición de ausencia económica y emocional, presencia nociva e intermitente. Claudia percibe que él utiliza al niño para manipularla y ejercer control sobre sus vidas; “no puedo decir que él no está presente, mi problema es sacarlo”, reconoce. Bajo el manto engañoso de cumplir con su paternidad, Sergio ejerce una violencia que queda impune en la difusa transposición de sus roles.

Encuentro en este arreglo injusto de los cuidados el peso estructural de las desigualdades de género materializado en las vidas de las madres migrantes, quienes no sólo asumen los costos de cuidar, también absorben los riesgos psicosociales asociados a la feminización del cuidado. Verbigracia, renunciar a sus trayectorias académicas y profesionales, contraviniendo el motivo por el cual muchas de ellas decidieron emigrar, como resultado de un sistema de bienestar social que explota su trabajo no remunerado de cuidados y las deja en desventaja con respecto a los varones. Claudia afirma que el sistema no les permite tener un lugar respetado y respetable a las madres, “las mamás sacrificamos nuestra vida laboral; quien tiene historia y hoja de vida [currículum vitae] es el papá”.

Asimismo, es claro que las redes sostienen a las personas, aunque implican cargas emocionales que pueden profundizar las desigualdades de género. En resonancia con la agenda de cuidados, debemos vigilar que al «poner al centro la vida», en este caso, la vida de Ema, no demos cabida a la reproducción de círculos viciosos de distribución inequitativa tanto de las responsabilidades como de los riesgos asociados al cuidar. Por un lado, la ausencia de programas integrales y un sistema nacional de cuidados refleja el entramado de desigualdades género-específicas que sobrecarga a las mujeres.

Por otro lado, la afectividad latente en las redes de cuidado hace particularmente complicado reemplazar, sustituir, dejar ir a personas en nombre de una organización más justa de la vida o de salvaguardar la paz mental. Existen lazos que no es sencillo soltar, a veces ni siquiera es posible, por su inscripción concreta

en la historia de las personas y en el desarrollo de sus vidas. La madre de Claudia es buen ejemplo de esto:

Mi mamá no sabe ser mamá. Mamá sabe ser maestra con formación de monja. Mamá sabe cómo dar órdenes, pero no sabe cómo cuidar. No sabe cómo compartir. Ella sabe dar órdenes y exigir, 'denme. Yo ya les di, ahora ustedes tienen que retribuirme'. Mamá trabajaba todo el día, todo el tiempo, seis de la mañana, ella procuraba siempre estar allá en la Normal, con monjas, mujeres que no tienen hijos, que hacen lo que consideran correcto, pero que no pueden vincularse afectivamente con los demás. [...] Esa ruptura marcó la relación conmigo, marcó todo. Todo. Influye incluso en mi presencia en México. Yo estoy aquí porque no quería estar con mi mamá. Era absorbente. Y marca también mi maternidad y mi responsabilidad de cuidado con Ema. Entonces, soy madre aquí en México, tengo un hijo y digo, 'carajo, me voy a trabajar todo el tiempo, voy a poner comida en mi mesa, ¿cómo voy a gestionar eso?' Y mi hijo va a crecer solo, aparte es un hijo único.

Claudia toca un punto nodal sobre cómo sus decisiones pasadas y situación presente tienen la fuerte influencia de su relación con su madre. La madre aparece en su mapa afectivo, la ubica en color negro, fuera de sus círculos más cercanos, simbolizando su presencia lejana y fría. Claudia decide marcar distancia física y emocional con esta persona, pero reconoce el impacto que deja en su forma de cuidar, en su forma de vivir su maternidad y su proyecto migratorio. En este testimonio, el parentesco y la familiaridad destilan cierta amargura añeja que también se revuelve con el duelo por la muerte de un ser querido:

Y aquí está mi papá. Mi papá fue importante en mi vida. Pero mi mamá no me dejaba acercarme a mi papá. Y ese es un duelo que tengo atorado y creo que es la primera vez que se me humedecen los ojos. El año pasado tuve que ir a Colombia porque me llamaron y me avisaron que mi papá estaba muy grave, que le habían detectado un cáncer y parecía que era terminal. Entonces yo fui a Colombia, de hecho, fue un viaje traumático. Te voy a tomar esto [pañuelos desechables], gracias. Viajé un sábado. Llegué a la clínica y

resulta que al sábado ya habían detectado que mis hermanas, las que estaban con él, tenían COVID. Y mi mamá, que había pasado también por episodios de cáncer de tiroides, pues dijo, 'yo me voy', ¡y se fue incluso de la ciudad! Y yo llegué y voy a ver a mi papá en la clínica, me quedé con él... Llegué el sábado y mi papá se murió el lunes, me tocó a mí, se me murió en las manos...

D: ¿Quieres que hagamos una pausita?

C: No, sigamos... La tensión también con mi mamá es que, bueno, hubo el velorio y todo. Mi mamá en esa visita se portó muy mal. Muy mal, muy mal. La relación estuvo muy, muy mal. Dijo cosas horribles, se portó mal con mi hijo. De hecho, ni se acuerda cómo se llama mi hijo. Le dice el chiquitín. Mis tías le llaman por su nombre. Mamá le dice el chiquitín. Hay como otras cosas, pero bueno, esto es una investigación, no terapia.

Me siento muy honrado por la confianza de Claudia al contarme esto, al mismo tiempo que se me apachurra el corazón. El dispositivo de la entrevista no es terapéutico, aunque la narración de nuestra biografía tiene un efecto catártico. Resalta que el fallecimiento de un ser querido, como explicó Moreno (1947), tiene una presencia social que encuentra reflejo en el espejo de nuestros vínculos e influye en nuestras trayectorias vitales; por ejemplo, puede consolidar la emigración. Del mismo modo, el distanciamiento con su madre sigue de muchas formas presente en la vida de Claudia y su hijo. La abuela de Ema siempre demandó de su hija que la mantuviera y la réplica de mi entrevistada es "yo no tuve un hijo para que me cuidara en mi vejez". Claudia cuestiona el trasfondo patriarcal de la norma intergeneracional de gratitud, la expectativa social de ser una buena hija y está consciente de que ella también encarna este mandato: "Sé atender, porque mi madre me enseñó a atender. Atender a mis hermanos, atender a la familia, limpiar, servir, cocinar, tender camas, hacer mercado, todas esas cosas. Pero *cuidar* es otra cosa".

Claudia afirma que son mujeres las que la sostienen, comunidades de apoyo solidarias y sororas en donde ella encuentra refugio y protección. Al mismo tiempo,

abre su corazón para compartir esta fractura con su madre como hito biográfico en su historia, lo que dispara una resignificación del cuidado desde otro paradigma, feminista y antipatriarcal. De forma difusa, las redes mezclan el apoyo, compañía, confianza y seguridad con prejuicios, estereotipos de género, frustración, sentimientos de invasión a la autonomía y al libre albedrío; el trabajo de construir y deconstruir nuestro parentesco supone cargas invisibles, a veces inconscientes, que intensifican el trabajo de cuidar. Con Evelyn Fox Keller, me pregunto ¿será posible alcanzar la autonomía de una forma *dinámica* sin descuidar la conectividad con otras personas, sin sacrificar la *relacionalidad*?

Blanca: “Yo me quito ese tiempo de mí misma para dárselo a ella”

Nos hemos citado en su centro de estudios, un ex convento rehabilitado para alojar programas de educación superior. Nos acomodamos en los jardines que rodean al edificio principal. Blanca viene de Nicaragua y me fue referida por una querida profesora que nos conoce a ambas. Como siempre, llevo mi *kit de entrevista*: hojas blancas, tablas portapapeles, colores, regla, varios lápices, sacapuntas, borrador, grabadora y diario de campo. Al alistar mis utensilios recuerdo cuando iba a dar cursos de verano o cuando doy talleres, buscando siempre despertar el lado creativo y así, reflexionar(nos). También llevo un termo con café colombiano recién preparado y dos tacitas para compartirlo.

Blanca y yo tenemos muchos intereses en común, me entiendo con ella de inmediato. Habla de temas que me son familiares, aunque algo en su relato me estremece. Ser madre de un hogar monoparental —o con más precisión, *monomaterna*— y su ruptura tajante con su país de origen conducen la charla. “Mi papá iba a venir, pero falleció. Si estuviera vivo, probablemente habría más conexión con Nicaragua”. Allá también se quedó el padre biológico de Suri, su hija, quien figura por su ausencia y forma parte de un pasado que no sigue vigente.

Blanca y Suri viven en un barrio *descuidado* al norte de la ciudad, lejos de los lugares donde realizan sus respectivas actividades académicas. No hay burbuja urbana que concentre sus rutas cotidianas, por lo que trasladarse en metro es parte

de la faena diaria, incluyendo el cálculo de tiempo y presupuesto. Las condiciones de vida invitan a Blanca a pensar en reubicarse y reinventarse. “Si tuviera un mejor ingreso, me movería”, confiesa.

Blanca protege a Suri de amenazas externas e internas; “el estrés lo llevas a tu casa, lo perciben tus hijos”. Si mamá luce preocupada, así no lo verbalice, afectará la frágil paz que quisiera procurarle a su hija. A mamá le preocupa el estatus migratorio que tienen ambas, pues demanda una anual renovación y ésta depende de si cuenta con un trabajo formal o de si se encuentra estudiando. Mamá recién acabó su doctorado y se quedó sin ese aval; le urge una carta que acredite su estancia en México y les permita a ambas permanecer otro año... La obtención de un grado académico en el extranjero refleja el *empoderamiento paradójico*; puede ser al mismo tiempo un logro excepcional, una bomba de tiempo para el estatus regular migratorio y un filtro de oportunidades laborales, no siempre a favor. Previendo esta incertidumbre, Blanca probó medidas desesperadas, pero un estafador abusivo de la vulnerabilidad de las mujeres migrantes, le vendió falsamente un matrimonio arreglado. Guarda cierta desconfianza tanto hacia las instituciones como a los arreglos informales.

No hay mucho margen de maniobra. Por un lado, el país de destino resulta incierto, precario y hostil. Por otro lado, el país de origen resulta inviable para la crianza que Blanca desea dar a Suri y emocionalmente lejano. Devolverse no es opción, se disolvieron las redes, se *quemaron las naves*; “no he sentido la necesidad de ir a la tierra que me vio nacer”. Incluso su trayectoria profesional y académica sería devaluada al no comulgar con el régimen local; “las oportunidades son muy pocas y están reducidas a intereses de partidos políticos, por lo que se está viviendo en este momento en Nicaragua” (yo noto que baja la voz para decir su país de origen).

Este primer encuentro me deja con muchas preguntas. ¿Cómo impacta la baja densidad de redes de apoyo y de cuidado en el día a día de una madre migrante calificada? ¿Qué alternativas entran en juego cuando los vínculos sociales son

escasos y la estabilidad vital intermitente? ¿Cómo sortear la complejidad entretejida de pocos recursos, altas demandas y contextos adversos?

Durante nuestra segunda entrevista, Blanca fue igualmente pródiga en sus intervenciones. El ejercicio disparador consiste ahora en dibujar dos círculos concéntricos en donde se distribuyen las actividades de un *día tipo*. Al centro, tareas marcadas por los horarios habituales del despertar, alistarse, trasladarse, entrar y salir de la escuela, comer, etc. El círculo exterior sirve para señalar la simultaneidad de actividades que muchas veces pasan desapercibidas. En torno a este *pastel del uso del tiempo*, discurre la siguiente entrevista:



Imagen 8. Pastel del uso del tiempo de Blanca, nicaragüense, madre separada con una hija de doce años.

D: Hoy es 22 de noviembre del 2022 y estamos en la segunda entrevista con Blanca, de Nicaragua. Estamos en [su centro de estudios] y nos va a platicar el día de hoy sobre su pastel del uso del tiempo. Está muy colorido.

B: Sí, nos faltó buscar más colores, pero bueno. [...] Mi día comienza con levantarme a las 5 de la mañana, para preparar todo lo referente al viaje a la escuela de Suri. Entra a las 7 a su escuela, a las 5 yo me levanto. Hago las actividades de bañarme. Después, despertarla a ella, que entre a bañarse. Mientras, yo le voy preparando el desayuno, arreglando la cama, preparándole su uniforme que esté sobre la cama para que no pierda tiempo en buscar su uniforme en su closet. Eso lo hago entre preparar el desayuno, recoger la basura para tirarse de camino a la escuela y después, pues emprendemos el viaje para que ella entre en el horario establecido a su escuela. En ese trayecto tenemos que medir los tiempos, porque a las seis y media tiene que estar en la parada del metro para que no llegue tarde, cierran el portón de su escuela a las siete y veinte...

D: Ay, disculpa, vamos más despacito. Tú te levantas a las 5 de la mañana y en este espacio están ocurriendo muchas cosas. Te levantas y te bañas, despiertas a Suri... ¿ella se despierta a la primera?

B: No. Es muy cansado para ella por el horario, como que a ella le cuesta pararse y ya solita entrar al baño y decir, 'ya me voy a bañar'.

D: ¿Tienes que insistirle mucho?

B: Tengo que insistirle porque ella como que está muy agotada de todas las actividades de viajar, venir de la escuela, hacer la tarea. Entonces sí le cuesta pararse, tengo que insistirle, encenderle la luz, ponerle música, 'oye, ya es hora y vas a llegar tarde, no te gusta llegar tarde a tu escuela'. Insistirle, hasta que ella dice, 'ya, me levanto'.

D: ¿Te genera molestia?

B: No es que me moleste, sino que me preocupo porque después es medir los tiempos de llegar al metro y no alcanzar el metro, esperar a que pase el siguiente. Entonces llegamos muy justo y saliendo del metro tenemos que correr las dos para que llegue a tiempo y no le cierran el portón. Porque cuando le cierran el portón de la escuela, pues ella se siente mal porque

‘mamá, me van a poner una mala calificación en puntualidad, ya perdí la primera clase’. Entonces esas situaciones yo las trato de evitar y más que molestarme, me preocupa. [...] Y si le cierran el portón, cambia el esquema que tenemos planeado para todo el día. En ese tiempo yo tengo que hacer otras actividades, mientras Suri está segura estudiando en su escuela. Pero si no va a la escuela, entonces el programa del día cambia. Ya tienes que estar más pendiente de Suri, porque va a tener que quedarse conmigo y tengo que ver qué hace para que aproveche su tiempo.

D: Entiendo, ¿y esto ocurre de lunes a viernes?

B: Eso ocurre de lunes a viernes. Ya sábado y domingo pues la actividad es un poco más relajante, pero yo siento que a la vez como que sí me altero más porque la tengo más tiempo en casa y tengo que estar pendiente. Además de los cuidados de casa que tienen que ver con la limpieza, lavar ropa, barrer, trapear o acomodar cosas, platos, sacar la basura, comprar alguna cosa, necesito tiempo para el cuidado de ella. Entonces tengo que supervisar qué está haciendo, que no se entretenga tanto en medios de comunicación como el teléfono o la computadora. Ella se distrae mucho viendo videos en el teléfono. Entonces yo tengo que estar pendiente de qué está viendo en el Internet, porque también es una cuestión de cuidados. No es que se lo restrinja, sino que hay cosas que uno tiene que estar pendiente de qué está aprendiendo ella en Internet. Y estoy pendiente de si ya desayunó. Entonces es como un poco más... Yo siento que es más estresante los fines de semana, porque ella está allí.

D: Déjame preguntarte algo, si no es mucha indiscreción, ¿cuánto te toma a ti tomar tu baño?

B: Ay, pues yo creo que... Diez minutos. Mientras sea menos tiempo para mí y más tiempo para ella, para mí mejor. Siento que *yo me quito ese espacio, ese tiempo de mí misma para dárselo a ella*. ¿No sé si me explicó?

D: Totalmente. Por eso me tomé el atrevimiento de preguntarte, no es cualquier cosa. En cuanto al desayuno, ¿tú ya sabes que van a desayunar desde antes?

B: Yo lo decido en la mañana. Tiene que ser un desayuno rápido porque así un desayuno muy completo pues no da tiempo.

D: ¿Como qué es lo que normalmente desayunan?

B: Por ejemplo, a ella le gusta su cereal con leche, su leche con algún pan o que le haga una torta, un sándwich, algo así, muy rápido.

D: ¿Tú desayunas también?

B: Qué crees que no. *No me dedico el tiempo* para sentarme con ella y desayunar. Yo la pongo a desayunar a ella y mientras ella está desayunando, yo estoy arreglando la cama, metiendo la ropa, porque si no se la roban y no queda nada en el tendedero. Así es la vida. Así nos tocó.

D: ¿Eso ha pasado?

B: Sí. No tanto en el sentido de que se robaron una camiseta cara, pero pues era una camiseta mía. Y a otras personas que viven allí sí les ha pasado algo más pesado como que dejaste tu bicicleta afuera de tu depa y se la llevaron.

D: Y por mínimo que sea lo que se roben, deja una sensación de inseguridad.

B: De inseguridad, sí. Es preocupante esa parte, porque también viene esa *angustia* de que en tu casa no estás seguro... La angustia.

[...]

D: Yo sé que tiene sus ventajas, pero ¿qué dificultades encuentras tú en los traslados día con día en el metro?

B: [...] Yo creo que se debe de ver el caso de los estudiantes que se desplazan en el metro, debería de haber algo así como gratis. Perdón por la palabra, pero sí, gratis. No tanto para la mamá o el papá que lleve a su hijo a la escuela, pero sí para el menor de edad que está asistiendo y va a

estudiar, se va a preparar. Yo siento que el gobierno debería incentivar eso de que el transporte público sea gratis para los estudiantes. Es un costo hormiga, pero imagínate cuántos niños van a la escuela y hacen uso del metro o del Metrobús o de otro tipo de medio de transporte público. ¿Cuánto se ahorrarían los papás? Ya no pagan dos boletos, ahora sólo voy a pagar el mío como madre, ¿no?

D: Oye, Blanca, una pregunta. ¿Viajan en el vagón de mujeres?

B: Sí. Porque hay una cuestión de que me siento más segura entre mujeres que en el vagón mixto donde hay hombres. Entre los hombres a veces surge que hay pleitos, empujones en la mañana. Entonces pues vamos Suri y tu servidora y yo siento que no quiero provocarle ese estado de angustia o de miedo.

D: Oye, ¿y cuándo desayunaste tú en todo esto?

B: Ahorita con tu café.

D: ¿No dedicas algún momento de este bloque para desayunar tú?

B: Puede ser que aquí, mira, cuando estoy en lo de la limpieza y lavado de ropa, puede que me haga un café. Aquí, sí. Hacer como mi café, ¿no? No suelo desayunar, en realidad. Cuando queda tiempo, cuando me acuerdo. Esa es la palabra, *cuando me acuerdo, cuando me queda tiempo*.

[...]

D: ¿Tú te encargas de calentar, de poner la mesa, de servir la comida?

B: De servirle, de ponerle lo que ella me pida, tortilla, bolillo, decirle, 'oye, pues hoy vamos a comer pollo, hoy vamos a comer frijoles'.

D: Perdón por mi indiscreción, ¿cómo cuánto tiempo te tomas para comer?

B: Unos quince y ¡vámonos! Ella se tarda más. Ella, media hora. Se distrae mucho porque cuando ella está comiendo, está viendo la tele. Si yo le apago la tele, siento que estoy siendo injusta, como que no la estoy consintiendo

porque yo sé que ella come con la tele. Comer con la tele es una mala práctica. Pero yo siento que allí es como que su ser está liberado. Ya cuando ella termina de comer, ya se levanta, sabe que cero tele y ya puede decir, '*oye mamá, tenemos que hacer tareas*'. Bueno, y esto de hacer tareas juntas significa revisar cada uno de los cuadernos, ver qué tarea le mandaron, si tengo que firmar alguna rúbrica porque, por lo general, cada profesor te manda a pedir diariamente una rúbrica donde dice que el alumno estudió el tema de la fotosíntesis, un ejemplo, entonces tú le tienes que poner tu rúbrica para que el profesor sepa que el papá se da por enterado de que su hijo estuvo en esa clase.

D: Me pareció muy importante esto de que no es opcional que tú te involucres. Es algo que forma parte sí o sí de tus responsabilidades.

[...]

B: Suri duerme de 9 a 5 de la mañana. Y yo duermo de 11 a 5. ¿Por qué? Porque esas dos horas yo las dedico para la parte académica, las dedico a terminar el artículo que tengo pendiente o revisar qué materia puedo tomar opcional. Me acuesto y me paro a las 5 de la mañana y comienzo otra vez el círculo, el reloj.

D: ¿Consideras que seis horas son suficiente tiempo de descanso para reponer tus fuerzas? ¿seis horas de sueño?

B: Fíjate que hay días que sí me siento muy cansada. Pero yo lo que hago es que me repongo con algún día festivo que tenga la nena en la escuela. Por ejemplo, este próximo viernes no tiene clases. Entonces va a ser un día en que no voy a tener que hacer esta actividad. Y aunque la tenga en la casa y sea un poquito más estresante, yo sé que por lo menos esa horita más, voy a poder descansar. El problema es que el cuerpo es como un reloj. Se habitúa tan rápido al modo y al ritmo, que lamentablemente lo que me ha ocurrido es que, en vez de pararme a las ocho de la mañana, por ejemplo, un día que no hay clase, pues me paro a las cinco. Como que el mismo cuerpo ya te dice,

párate. Entonces el cuerpo se malacostumbra. Y ya el lunes, volverte como a encarrilar, ¿no?

D: Durante este periodo de 9 a 11, ¿tienes alguna otra rutina, por ejemplo, un momento así de, como dijiste hace rato, de reflexión o de oración?

B: Ay, no, la verdad que no, David. La verdad que no. Digamos, retomar la rutina de inscribirme a un curso de yoga, pero, ¿a esa hora cómo? Pues ese sería el horario que yo tendría libre como para decir, pues me voy a mi clase de yoga, pero está el problema de con quién dejo a Suri o pues ya es muy noche, es una zona insegura por donde estamos nosotros...

[...]

B: [En horas de sueño] Estoy al pendiente de que está respirando. Hay mamás que dicen, ‘¿está respirando? ¿Te mueves?’. Si oyes un ruido — tengo sueño ligero—, con cualquier ruido, pues te despiertas, abres el ojo y dices, ‘¿está respirando? Sí, está respirando. Muy bien’. Y me vuelvo otra vez instantáneamente a caer dormida. Y no sé nada, no me despierto hasta que suena la alarma del celular. Porque si yo no pongo la alarma, pues yo sí me paso de largo...

[...] No sé si eso sea muy común con las mamás... “¿Está respirando?”. O a veces las mamás tenemos esta costumbre de tocar a los niños a ver si no tiene calentura. ‘¿Estará respirando? ¿No tiene calentura?’. Entonces ya la tocas, tocas a tu niño o a tu niña, entonces dices, ‘está bien, está mejor que yo’, ya te vas con esa tranquilidad. Lo que quieres es que no se enferme. Mientras no se enferme, mejor, porque ella está bien, tú estás bien.

He decidido compartir extractos más amplios de nuestra entrevista para revivir la intensidad de un día de trabajo de cuidados que se condensa en el testimonio de Blanca. Revivo con ella las emociones de angustia, preocupación, miedo, desesperación e incertidumbre que fui experimentando. Siento vértigo ante la vorágine de actividades, tareas, trabajos, preparativos, precauciones, cálculos y pendientes que se aprietan en el lapso más breve de los pliegues del tiempo.

Oficialmente, el reloj marca las cinco de la mañana como el inicio del día, pero los límites difusos entre horas de sueño y un estado de *vigilia cuidadora*, me hacen pensar en la *jornada infinita* descrita por María Ángeles Durán, donde el trabajo de cuidados no cesa. Asimismo, los *cuidados emocionales* que Blanca procura a su hija requieren de una *disposición mental continua*, siempre lista para evitarle angustias y miedos, consentirla, participar de sus pasiones —así mamá no las comparte—, supervisar los contenidos de internet, descargarla de trabajos domésticos, aunque sean sencillos, para deliberadamente ofrecerle una vida distinta a la que ella tuvo. “Yo sí te quiero dar un descanso porque yo pasé por lo mismo. Y no quisiera repetir aquel hostigamiento que yo vivía”, reflexiona.

En su relato, Blanca describe múltiples estrategias para aprovechar al máximo los recursos económicos y temporarios, pero también formas de autogenerar recursos tan escasos: estirar el tiempo, traslapar actividades, donar el tiempo propio, postergar el descanso y el autocuidado, inventar el tiempo cuando no lo hay. Se requiere hacer una inmersión en la densidad de la experiencia intersubjetiva para sopesar las cargas físicas, mentales y emocionales que rodean al trabajo de cuidar, así como la valoración personal y única que cada quien le otorga.⁵⁸

Alina: “Estoy hasta la madre de echarle ganas”

Alina viene tarde a nuestro encuentro. La veo a lo lejos cruzando la calle con una enorme carriola en la que viaja su hija menor. Me explica que la niñera le canceló de último minuto, por lo que tuvo que traer a Cecilia con ella para poder hacer la entrevista; le aclaro que no tengo prisa y que me da mucho gusto volver a verla. Yo no había visto a Alina desde que es mamá, esto hace más de cuatro años, quizás más. Como diseñadora de modas y emprendedora de su propia marca de ropa, su porte es elegante, sofisticado, la cafetería donde me citó refleja su buen gusto. Me

⁵⁸ Pienso en *Funes el memorioso*, personaje de Jorge Luis Borges dotado de una prodigiosa memoria que captaba a detalle la experiencia: “Esos recuerdos no eran simples; cada imagen visual estaba acompañada de sensaciones musculares, térmicas, etcétera. [...] Dos o tres veces había reconstruido un día entero; no había dudado nunca, pero cada reconstrucción había requerido un día entero” (Borges, 2019: 131).

entusiasmo conocer su historia porque, en realidad, la conozco muy poco, casi nada; todo lo que me cuenta me sabe a novedad.

“De Costa Rica te vas porque quieres”, ya que la calidad de vida es buena y no hay una cultura de migrar en ésta, la «Suiza de Centroamérica», como se le conoce a su país de origen. Su tránsito internacional comienza con su maestría en España, donde descubrió su vocación por la moda, seguido de México, en donde se siente como en su hogar. Se acuerda de su doblemente paisana, Chavela Vargas, quien exclamaba *los mexicanos nacemos donde nos da la rechingada gana*. “Yo siento una parte mía muy mexicana, mis hijos son mexicanos, mi esposo es mexicano, mi red que he construido, la mayoría de amigos, mi trabajo, mi marca está en México”. Paralelamente es puntual sobre la comunicación constante que tiene con su familia en Costa Rica:

Las redes sociales para mí juegan un papel súper importante porque, digo, ahora es el WhatsApp, pero en su momento era el Facebook o el Messenger, pero desde que estoy fuera hace once años casi, las redes sociales nos tienen cerquita. Y hablo diario con mi mamá; con mi papá no diario, pero por lo menos una vez o dos veces a la semana... Pedro [su esposo] siempre me dice que a mi familia nunca le cuento mis problemas. Soy más de escuchar y de contar lo bueno, más no tanto... si estoy pasando una mala racha con Pedro, que la hemos tenido, en temas personales no soy tan abierta. Creo que mis emociones, lo que me va pasando en el día a día, lo platico más con amigas que con mi familia. Pero sí, obviamente cosas de los hijos sí lo platico mucho con mi mamá, de si están enfermos, si se están portando bien o no, de que en la escuela me dieron quejas.

Alina ha vivido un proyecto migratorio bastante autónomo, manejando sus tiempos, espacios y vínculos al ritmo propio de sus necesidades y deseos. Cambiar de maestría, de pareja o de país siempre fueron decisiones al alcance de su mano; podría decirse que gozaba de una sensación estable y duradera de empoderamiento. Su estilo más desapegado cambia de rumbo cuando plantea que las personas necesitan *realmente* a la familia cuando tienes hijos:

A mí, por primera vez desde que yo vivo fuera, cuando estaba embarazada de Camilo fue la primera vez que sentí como ‘¡ay, no manches, estoy lejos de mi familia!’. Yo siempre he sido autónoma y no me regresaría a vivir a Costa Rica. Cuando nace Camilo es como ¡chin! No lo van a ver crecer, no voy a tener la ayuda que tienen mis hermanas con mi mamá... Yo, al menos, fue la primera vez que sentí como lo fuerte que es estar lejos de tu familia, ahora sí me empezó a pesar tener a mi mamá lejos, tener a mis hermanas lejos, tanto por el apoyo y la ayuda como por también la parte de los hijos. Del vínculo, de que los vean crecer, de que estén cerca de sus primos de allá. Pero pues con el tiempo aprendes a llevarlo así, es la vida que yo escogí. Yo solita no sentía ese peso, por ejemplo.

Mi interlocutora y su familia cuentan con la posibilidad económica para contratar personas que se encarguen del cuidado y del trabajo doméstico; es claro que su situación de clase es distinta a la de otras mamás migrantes a quienes he entrevistado hasta ese momento. Cuando subraya la ausencia de estas redes familiares, me parece inicialmente que alude al cobijo emocional que requieren tanto su familia *allá* como su familia y ella misma *acá* para dotar de identidad y sentido de pertenencia un lazo que se difumina a la distancia. Al fin y al cabo, la familia de su esposo aparece en su genograma...

Me equivoco. Poco a poco se van desplegando una serie de limitantes y expectativas que hacen de aquella sensación de empoderamiento, cuando menos, algo paradójico. Con respecto a las redes familiares que vienen del lado de su esposo, comenta una situación que ocurre cuando dejan a su hijo mayor al cuidado de su suegra:

Mi suegra es una persona que tiene su propia casa, trabaja, es autosuficiente. No es millonaria, pero no le falta dinero. Yo como lo pienso es, si fuera mi mamá, con lo que tiene de comer ella en su casa pues le da de comer a mi hijo. Pero Pedro era como de prepararle una lonchera a Camilo con casi la cena... y yo muchas veces le decía a Pedro, ‘wey, pues que coma lo que haya’. Pedro no quiere molestar a su mamá, entonces imagínate, yo menos

¿sabes? Si esa es la postura de Pedro, 'es que tú asumes que mi mamá tiene comida', 'nosotros no tuvimos hijos para que mi mamá los cuide'... todavía menos confianza tengo yo decirle a mi suegra, 'échame la mano'. La familia del esposo es diferente que cuando es tu familia. A tu mamá tú le tienes toda la confianza de decirle, 'no le digas eso al niño, no le des eso de comer'. Un conflicto que yo tengo es que, para mi suegra, cuidar a Camilo es ponerlo a ver la tele. Ver tele desde que llega hasta que se duerme en el sofá, rendido de ver tele. Y yo muchas veces le decía a Pedro, 'oye, es que eso lo puedo hacer yo en mi casa'. Si fuera mi mamá, yo le diría, 'mamá, sácalo al parque o juega con él'.

Pedro mismo fue criado así por su madre y probablemente así fuimos criadas muchas personas de nuestra generación, acumulando horas frente al televisor como parte de la rutina diaria. Es cierto también que la suegra no tiene la obligación de «echar la mano» o, en otras palabras, de prestar horas de trabajo no remunerado de cuidados. Si bien la abuela parece gustosa de cuidar a su nieto en el marco de los recursos pedagógicos y cuidadores con los que cuenta, resalta que es su propio hijo el primero en establecer los límites y la confianza a los que Alina debiera atenerse. La disputa que me interesa señalar es la de las fronteras afectivas que dividen las redes, condicionando los alcances del apoyo, de los cuidados y el sentido de pertenencia. La red de cuidados de Alina y Pedro muestra parcelas de diferenciación afectiva entre miembros de *tu familia* y *mi familia* que impactan en la cantidad-calidad de los cuidados disponibles; por lo tanto, influyen en la toma de decisiones sobre estilos de crianza. Por ejemplo, el peso de las expectativas sociales puede alterar la gestión de la salud de sus hijas y hijos:

Nos empezaron a juzgar de que por qué no estábamos haciendo algo más por la salud de los niños, que por qué no veíamos a esta eminencia de doctor que tantas veces nos habían dicho, casi casi por negligentes de seguir con la misma doctora que no nos estaba solucionando nada, que por qué no hacíamos esto, que por qué no hacíamos lo otro. Bueno, al final llevamos a Cecilia y nosotros pensamos que la «eminencia» le va a hacer unas placas,

le va a ver los pulmones, va a hacer algo diferente, pero no, no hizo nada más que cobrarnos mil quinientos pesos más que nuestra doctora.

Alina concluye que existe una gran ventaja en criar alejada de la familia en tanto “te da libertad, te da autonomía, te quita ese peso social de la familia que es muy fuerte”. Recuerda la sensación de empoderamiento que vivir fuera de su país de origen le brindaba, el anonimato que “te deja hacer lo que te da miedo hacer, lo que por presión social no haces, lo que por el *qué dirán* no haces”. Consciente de su retirada de la red familiar local, prioriza su autodeterminación en los cuidados. Sin embargo, en una sociedad que no cuida a quienes cuidan, ella encuentra una mayor dificultad para desarrollar sus proyectos profesionales y simultáneamente, ejercer los cuidados como ella desea:

A mí me cuesta mucho sentarme a trabajar, hasta por una cosa simple de que la oigo carcajearse [a Cecilia, su hija] y no me quiero perder su carcajada, ¿sabes? [...] Como Camilo me ve ahí, aunque yo esté trabajando, aunque está la niñera, quiere que sea yo la que le sirva el jugo... Y he estado intentando irme arriba para trabajar, pero pasa lo mismo, como sabe que estoy ahí, entonces tengo que bajar y estar un rato con él. Te puedo decir que realmente concentrada puedo trabajar dos horas. Aunque tenga ayuda. Ahora imagínate sin ayuda. Está muy cañón. Tengo la ayuda de M en la mañana, pero aun así yo interfiere si de repente oigo que llora y llora y llora, pues subo a ver qué está pasando. Vuelvo a cortar lo que sea. O como hoy que la señora falta en la mañana y pues yo me hago cargo.

La presencia de dos trabajadoras remuneradas no basta para sortear las dificultades más elementales de la doble jornada de Alina. Ella sigue al pendiente de todo, supervisando los cuidados, resolviendo pendientes, comprando cosas que faltan en la casa, atendiendo demandas de intervenciones maternas directas en los cuidados y gestionando mentalmente la organización de la vida en su casa. El tiempo del que puede disponer al delegar algunas de sus responsabilidades no es en realidad un *tiempo liberado*, como le llama Yazmín Pérez Haro (2018). Para

muestra, basta una repentina cancelación de la niñera para que Alina deba reorganizar su día, muchas veces sacrificando tiempo para su emprendimiento:

Tienes siempre ese gusanito como mamá de que no le dedico el tiempo suficiente [a mis hija e hijo], porque trabajo. Y con el trabajo es que no le dedico el tiempo suficiente, porque soy mamá. Siempre estás como en ese limbo. Y sobre todo siendo freelance o emprendedora como yo, es como ¿cuál es la prioridad? Camilo se enferma, hay que ir por el niño a la escuela o tener al niño aquí en la casa y el trabajo lo vas pateando o haciendo cuando puedes. Cuando hay que sacrificar el trabajo de alguien, *se sacrifica el mío siempre*. Y Pedro muchas veces me ha dicho, ‘La carga de lana y de trabajo está de mi lado’. O sea, sí, pero para mí es injusto, [...] yo quiero trabajar, yo no quiero tampoco perder mi parte profesional, por más que tengo el privilegio de poder pagar la ayuda que tenemos y demás, en mi caso sí, obviamente hay una diferencia de ingresos ahorita que soy mamá y me pesa porque estoy acostumbrada a ser independiente económicamente.

La expectativa social que se deposita en las madres a guardar una dedicación exhaustiva para atender a sus hijos refuerza el entrenamiento de género que feminiza los cuidados:

[...] pido poca ayuda. A veces como mamás nos pasa que tú eres la que mejor sabe hacer las cosas. Tú eres la que mejor sabe hacerle el desayuno al niño, porque sabes cómo le gusta. Eres la que mejor le pone el pañal a la bebé, porque cuando se lo pone el papá se le salen los orines. Tú eres la que sabes dormirla mejor, porque yo sé que le hago la palmadita así y se duerme más rápido que si la duerme el papá. Pero entonces eso nos hace que no pidamos ayuda o que, si nos ofrecen incluso la ayuda, prefieras hacerlo tú porque tú lo haces mejor y eso está muy cañón, tú solita te pegas un balazo en el pie. Te quejas de toda la chinga que te metes, pero tú solita eres la que quiere hacerlo.

Por contradictorio que parezca, estos comportamientos son introyectados y reproducidos por las personas en conformidad con la legitimidad y reconocimiento

que les dota la estructura patriarcal. Son el reflejo en la escala micro de lo que en la escala macro llamamos el *régimen de género*, que separa espacios y tiempos, ventajas y desventajas, privilegios y perjuicios según la distinción entre hombres y mujeres. Para dar cuenta de ello, los testimonios de primera mano que voy escuchando aportan importantes elementos para su visualización. Alina misma saca al tema uno de los principales conceptos que estoy rastreando y delineando con mis preguntas, el de la carga mental:

Hay una cosa que se llama *carga mental*, que es, tú estás pensando en otras cosas, en si hay leche, si se acabó la fórmula o no, pues ahora Cecilia toma fórmula, si hay pañales o no, que hay que hacer de comer, si descongelé el pollo, cosas como, '¡chin!, no baje el pollo del congelador, y si no lo baje a tiempo, pues ¿qué vamos a hacer entonces de comer?'. Sé que también ustedes [varones] las tienen, pero yo creo que nosotras tenemos el 80 por ciento de esas tareas mentales. ¿Por qué? En mi caso te puedo hablar en específico, porque yo estoy en la casa, sé lo que hace falta y lo que no. Estás en el parque con otras mamás y así de repente estás pendiente del hijo también de la de al lado. Es como un sexto sentido que tienes ahí, [...] el multitask que tanto nos encanta decir a las mujeres que tenemos, también nos estamos pegando un balazo en el pie.

Por un lado, Alina está teniendo esta conversación conmigo, está atenta a Cecilia y al mínimo gesto que ella haga para comunicarse con su madre (que por supuesto, yo no detecto); de pronto, la veo cachar en el aire la tapa del biberón que rodó fuera de la mesa. De no ser porque es precisamente el tema que estamos abordando, podría pasar por alto la simultaneidad de cosas que está resolviendo y la multiplicidad de frentes en los que está puesta su atención. Por otro lado, pienso en que esta compleja coreografía la he visto en otras entrevistas, con otras amigas madres cercanas quienes *performan* su «sexto sentido», su «instinto materno» adquirido a punta de extenuantes rituales de entrenamiento de género. El impacto de este despojo intensivo de la autonomía mental por vía de exigencias género-

específicas pasa por múltiples emociones de hartazgo, frustración, indignación, agotamiento extremo, culpa y aislamiento:

[a Pedro] le dije, '*estoy hasta la madre de echarle ganas*'. O sea, todo el tiempo le tengo que echar ganas. Todo el tiempo tengo que pararme, ir a dejar a los niños. Así me sienta como una mierda, tengo que dar el 200 por ciento y yo estoy al 5 por ciento. Estoy hasta la madre. Hoy no puedo. O sea, hoy no puedo. Quiero que me internen, wey. Te juro que ese día lo que sentía era que quería estar internada en un hospital para poder dormir, para poder descansar. Y que vieran cómo solucionaban el resto, pero yo necesitaba descansar. [...] tú a veces tienes un día de mierda, que no puedes ni con tus emociones y tienes que lidiar con las emociones del berrinche y de lo que tú quieras, y entonces te hace sentir muy mal cuando no eres esa persona zen que dialoga con tu hijo y que te dice, 'a ver, ¿qué opción quieres, entonces, si no te quieres bañar? ¿Quieres bañarte con el jabón rojo o con el jabón azul?'. Es como un peso más a esto de la maternidad que ya de por sí tienes.

[...] un año y medio yo estuve en casa con Camilo y me volvía loca. O sea, Pedro regresaba y yo le decía 'bueno, no he hablado con un adulto en todo el día'. O sea, de verdad, está muy pesado y muy cansado la dinámica de estar en la casa, de ser sólo mamá, de no salir tú a trabajar, porque al final, pues, te aíslas mucho. La maternidad luego se vuelve un poco solitaria porque los niños tienen que hacer siesta, tienen que comer a ciertas horas, entonces es más fácil quedarse en la casa cuidando, trabajando lo que tengas que hacer en tu casa, entonces llega un punto en que no socializas. Es como un monotema de sólo estar pensando en que si pañales, en que si la comida, en que si la papilla, en que si además la casa.

Esta entrevista me ayuda a detectar muchos de esos elementos intangibles que, por su carácter subjetivo, intensifican el trabajo de cuidados sin figurar necesariamente en los reportes de usos del tiempo. El traslape de doble, triple jornada implica a su vez una disposición mental y un esfuerzo de atención igualmente doble, triple. El cruce de los ejes de clase, género y extranjería develan

que los privilegios patriarcales en la organización transnacional de los cuidados pueden atravesar no sólo las fronteras internacionales, sino las fronteras de los privilegios económicos, depositando sobre mujeres «empoderadas» las mayores cargas de supervisión, gestión, resolución intempestiva y carga mental de cuidados. Se trata de un empoderamiento paradójico que discurre en el entramado complejo de desigualdades interseccionales.

Alina es feroz defensora de su autonomía (económica, mental, relacional), por lo que su autopercepción como cuidadora de tiempo completo y empresaria en horarios «picoteados», se traslada a su evaluación personal de bienestar-malestar. No cumplir el *ideal materno* repercute en sentimientos introyectados de culpa derivados del mandato de abnegación y amor incondicional; asimismo, la intromisión del mercado eleva los estándares de buena crianza a niveles que son extractivistas del tiempo y autonomía de las madres.⁵⁹ Por último, es importante profundizar en los impactos en la salud mental de este despojo de recursos temporarios-emocionales y la intensificación de cuidados. Esto incluye indagar en la forma en que las sujetas entrevistadas se identifican (o no) como madres, profesionistas, cuidadoras o migrantes.

Olivia: “No hago nada, soy mamá”

Conozco a Olivia por mi contacto con Alina. Ellas son amigas y comparten más de un tema en común como madres migrantes en México, poseedoras de estudios superiores en entornos internacionales, amplia trayectoria profesional y migratoria e igualmente fastidiadas del arreglo injusto en la organización de los cuidados. Nos encontramos en el mismo café de buen gusto donde ellas también se frecuentan y en donde ya tengo mi propia opción favorita del menú. Nos acompaña su hija menor, quien luce relajada, arrullada por la voz cadenciosa de su madre. Teniendo en cuenta que viene de Brasil y que creció en Reino Unido, su español es muy fluido.

⁵⁹ Esto se asemeja al concepto de *maternidad intensiva*, revisado en el capítulo 3. Se trata de nuevas formas de crianza en donde la lógica del mercado se infiltra en el espacio doméstico e incrementa las demandas de maternaje según los estándares propios de la productividad.

Me queda claro que esto no representa una barrera lingüística, pues Olivia es políglota y posee gran agudeza verbal.

Durante nuestro primer encuentro, ella me narra sobre el episodio de *burnout* que vivió en 2020 cuando aceptó un puesto directivo en una compañía de alto renombre, mientras sus hijas requerían de cuidados directos de forma intensiva:

Yo todavía estaba entendiendo cómo tener dos hijas. *Tener dos no es tener dos, es tener cien.* Porque cambia total la dinámica de la casa y los horarios y las agendas. Fue una época en que las dos, especialmente mi hija más grande, estuvo enferma una tras otra. Estaba en casa casi todos los días enferma y yo no podía trabajar. Empezaba a trabajar a las ocho de la noche cuando ella ya estaba dormida y terminaba de trabajar a las dos, tres de la mañana y ella se despertaba a las cinco, seis de la mañana. Así estuve durante los tres primeros meses, con mucha cosa nueva que aprender, que memorizar, teniendo que demostrar para qué me contrataron y pues con mucho estrés, muchos nervios porque no podía... y yo no soy alguien que entrega por la mitad las cosas. Al final dije ‘o me van a correr o me voy a enloquecer’. Entonces supe que algo no está bien. Mis hijas, las dos están enfermas. No tengo tiempo de cocinar sano para ellas, ni siquiera de llevarlas al doctor. Están totalmente ignoradas y hasta abajo de la lista de prioridad. Y dije, ‘¿a qué costo? ¿A costo de estatus y dinero?’ Entonces salí y... Y pues estoy como *mamá completa*.

Su testimonio transmite ‘ya no trabajo, soy madre de tiempo completo’. La añoranza sobre lo que ella dejó atrás por priorizar la salud de sus hijas —y también la propia— es un velo que cubre todo el relato; “yo ganaba el doble que mi esposo”, me dice con nostalgia. Al indagar más sobre las condiciones en torno a su decisión de dejar este trabajo y si hubo algún acuerdo explícito de pareja respecto a que ella se iba a encargar de los cuidados y él de proveer los gastos, me comenta:

Yo troné. O sea, sí fue una decisión, porque nos sentamos y le dije, ‘oye, wey, ya no puedo, estoy pensando, ¿y sí salgo?’ Porque estaba sumamente infeliz en el trabajo. Uno, por el trabajo, porque no me gustó el trabajo. Dos

por la cultura [del centro de trabajo]. No sé qué había pasado, no sé la historia de este puesto. Era un puesto que ya estaba hace un año, estaban buscando a alguien con un perfil como el mío y me encontraron y así de, 'por favor ven'. Entonces, era un perfil como muy público. Soy una mujer con un currículum chingón y a la gente no le gusta cuando las mujeres entran a un puesto que quizás a otras personas allá adentro les haya gustado. Había una hostilidad horrible contra mí y pues yo ya no estoy para eso. Y, además, como toda la chinga del bebé, de cerebro posparto, de estar todavía en esta fase posparto, porque tenía cuatro meses de no dormir. [...] Estaba en modo avión. Todo era primero y después ellas [sus hijas]. Al final, sí fue una decisión en común, conversada, pero sí fue una necesidad, obviamente, dentro del privilegio blanco, el privilegio de que tenemos dinero. Hay un tema, yo creo que de lana, de color de piel, que aquí en México también hay mucho. Hay un privilegio que tenemos. Entonces tengo mucha conciencia de que hay un contexto de privilegio que permite que yo esté ahora con ellas en casa.

Olivia puso sobre la mesa el entrelazamiento de ejes de desigualdad intersecados. De ella viene la constatación de un entorno de desigualdades más amplio en el cual no se percibe a sí misma como la más afectada, sino como privilegiada. Y si bien considero acertado que se trata de un problema social más amplio y complejo, me interesa conocer cómo lo vive y encarna ella misma. En su relato, la confluencia de privilegios y desigualdades vulneran severamente su sentido de autonomía mental y económica, así como su autoconcepto. Así, los privilegios de clase y color de piel que, según refiere, ella y su familia ostentan, hacen más recalcitrante su desencuentro con el ser-madre y saben a culpa, a resignación.

Las exigencias que de muchos frentes pesaban sobre ella empujaron una toma familiar de decisiones que son particularmente onerosas para Olivia, en términos de su autonomía, grados de libertad y autoconcepto. Por un lado, su condición física nunca alcanzó suficiente recuperación, se encontraba atravesando su posparto frente a un puesto de alta demanda en un contexto hostil y discriminatorio; la conciliación no parece asequible ni deseable. No hay mucho

margen de decisión cuando estás en el umbral de tus fuerzas físicas y mentales. Por otro lado, la resolución «consensuada» en familia enfrenta a Olivia con un nuevo rol como madre de tiempo completo con el cual no se identifica. Las demandantes cargan tanto en su casa como en su trabajo conviven con un profundo deseo de soltar, de dejar ir algo que, a su vez, le sujeta. Manifiesta con vehemencia su rechazo a las tareas de cuidado y las actividades maternas:

[mi hija mayor] quiere mucho que esté con ella, que juegue con ella y yo, a mí no me gusta, no tengo paciencia y entonces como que siempre es una pelea. Peleamos mucho, ella y yo, mucho. Ella vivió sus cinco años bajo gritos y amenazas. Un ambiente muy tóxico de mi parte. Por el mismo estrés y, pues, quién sabe... *Frustración no sé de qué*. Mariana era siempre la niña que sus papás no leían el comunicado y que llegaba sin el disfraz en la escuela. Esas cosas no están chidas.

Decido aprovechar la apertura de mi interlocutora para ahondar más en su *desidentificación con la maternidad* y su aterrizaje en la vida cotidiana:

Yo no nací para ser madre. Amo a mis hijas. Las amo con todo mi amor y moriría por ellas. Pero el trabajo de ser madre me choca. Lo odio hacer. Odio estar como... no tengo paciencia para que coman y que escupan lo que cocino y que me pidan jugar y que no quiera jugar y que me estén chingando. No tengo paciencia. No soy una persona así que... No soy de niños. Y las amo con todo mi corazón, pero este trabajo full time es muy agotador. Y muy frustrante. ¡Oh! ¿Quieres beber? [le habla a su hija menor]. [...] Mi ejemplo es una madre que siempre trabajó en toda su vida. Es importante tener este lado y yo soy una persona que me identifico como alguien que siempre fue muy chingona en esta parte profesional. Tengo un currículo increíble y ahora me veo en las ruedas de amigos o de conocidos y digo, '¿qué haces tú? — Pues nada, soy mamá—', ¿no? Y te desmoraliza, *cero valor social*, de estatus, de conversación. Si no estás con otra mamá, terminaste la conversación. La persona se va a conversar con otro grupo de gente, porque sí, mataste la conversación... Ni para dónde. 'Qué bueno, qué interesante,

muy bien. Pues qué bueno que lo puedes hacer ¿no? Sí, sí', y después se van. Entonces, es muy difícil para mí no trabajar y no estar con otras personas intercambiando conversaciones inteligentes que me reten o, aunque sea, ir a comer con tu equipo y hablar con otras personas y tener como esta relación diaria con un equipo, eso me hace mucha falta.

Ésta era una de mis últimas entrevistas. Palpaba ya el punto de saturación teórica, mas no esperaba un testimonio tan elocuente y «políticamente incorrecto» sobre los desencuentros con el ser-madre. Su narrativa contrasta con los cuidados que la veo realizar con su hija menor durante la entrevista; me provoca un cortocircuito el contraste entre lo visible y lo escuchado. Noto que mis propios sensores morales se erizan al tiempo que brota en mí un sentimiento de empatía con esa desazón existencial. Alcanzo a verbalizar mi sentir, quizás buscando darle sentido a mi disonancia; ella capta de inmediato mi suspicacia:

D: ¿Te puedo preguntar si ustedes planearon tenerlas [a sus hijas]?

O: Sí, planeado. Las dos. Pues son temas míos que tengo que... Que es parte de lo que estoy también en esta parte de sanar. Es algo que estoy trabajando también porque no está chido vivir con una madre así, ¿no? Entonces... Pero pues está... Tengo la conciencia y lo estoy trabajando. Eso es lo importante.

Al respecto del rol de su esposo, coincide Olivia con Alina en que la carga mental es un factor que sobrecarga a las mujeres y no a los hombres. La saturación de la autonomía mental de Olivia es proporcional a la falta de corresponsabilidad de su esposo. Tampoco percibe que esto vaya a transformarse en un futuro, pese a que su esposo se distinga del resto de varones como alguien que sí participa de los cuidados. Su esposo es oaxaqueño, un *hombre que ayuda* en cuestiones puntuales como cambiar un pañal, pero no sabe en dónde se guardan los pañales, por lo que no zanja la carga mental de Olivia:

Siempre la carga mental mayor es de la mujer y me queda claro que así siempre va a ser. [...] Ahora estoy enseñando al esposo y a las niñas que hay que quitar la mesa, porque nadie enseñó al esposo. Lo estoy enseñando

yo. Es una regla que pusimos en la familia hace dos semanas cuando dije 'no es posible que yo esté sirviendo a todos y quitando los platos de un hombre adulto'. Entonces puse la regla que sirve para todos y para educar a mis hijas también. Es como los educan a los hombres, ¿no? Ser servidos. No, mi esposo nunca quita... su normal es salir. Estamos comiendo, si él termina, él se levanta y va a hacer sus cosas. En mi casa, eso jamás podría suceder. Es un tema de educación básica, ¿no? Tú no te levantas de la mesa hasta que todos terminen, hasta que la comida terminó, ¿no? O si quieres, pues pides permiso. 'Oye, ¿me dan permiso de levantar? Tengo que hacer algo'. Esa es educación básica que claramente no le enseñaron, es un valor que no tienen en su casa.

D: Me parece muy interesante esto de que se levantan de la mesa hasta que todos terminaron, porque de ese modo tu esposo puede estar atento a que tu hija coma.

O: Por supuesto, porque si no se queda sobre mí. ¿No? Y yo estoy siempre chingue y chingue... pobre. 'Come hija, come hija, come hija'. Y yo termino siendo la bruja de la historia y él siempre es el «buena onda». 'Mi papá nunca me trata mal'. La chamba de educar es de la madre, siento. Con muy pocas excepciones, la chamba de educar, el 99 por ciento es de la madre. Entonces, *la madre termina siendo la bruja de la historia, la responsable por todos tus traumas, la responsable por todas las cosas que te han pasado mal. Todo es culpa de la mamá.* ¿Por qué? Pues porque es quien tiene todo el estrés y toda la responsabilidad de educarte. Y es un estrés porque nunca sabes si estás haciendo bien. Y el padre así de '¡chido! La vida es bella, qué bonito ser padre'.

La feminización del cuidado refuerza los roles de género estereotípicos y distribuye inequitativamente la capacidad de gozar la crianza, polarizando la maternidad y la paternidad. Se trata de un privilegio invisible en el reparto intrahogar de

responsabilidades. Debemos preguntar ¿quiénes absorben el *trabajo sucio*⁶⁰ del cuidado? Hacer tareas repetitivas, aplicar la disciplina, quedarse en la mesa hasta que la hija termine de comer, gestionar los berrinches, el desinterés y el fastidio de las otras personas en el hogar, al tiempo que maniobras tus propios niveles de estrés, frustración y enojo. Si son las madres quienes apelan a una mejor distribución, es porque esto se traduce en mayor trabajo de crianza no sólo de sus hijos, sino también de sus parejas adultas.

Al paso de la entrevista, Olivia ha hecho mención a diversas estrategias de afrontamiento ante estas contradicciones e injusticias que habita. Por ejemplo, hace mención a generar acuerdos y poner reglas en casa, tomar psicoterapia, tener actividades de esparcimiento (participar en un libro club, leer veinte páginas de un libro al día, aprender a tocar guitarra), pero también habla de la imposibilidad de sanar, de las peleas, de la inviabilidad del autocuidado y de enfermedades derivadas, así como de luchar por volver a su actividad profesional:

He desarrollado una enfermedad autoinmune, la tiroides, que me hace la vida de la chingada. Yo a veces me levanto y no puedo levantarme porque no tengo energía, no tengo energía durante el día por ese tema. Como que todo eso requiere tiempo, requiere de horas y de enfoque mío. Que, si estoy trabajando, la neta no tengo tiempo para enfocarme más, cocinarme bien o hacerme un jugo verde en las mañanas, tomar mis medicamentos, ir a comprar mis medicamentos. Todo eso requiere de tiempo. Y ahora en eso estoy con mi psicóloga, tratando de ser mejor mamá. Es el tema de mis terapias todas las semanas.

[...] Yo necesito trabajar, eso es un hecho, yo no soy feliz cuidando de niños. No soy feliz viendo a los demás crecer y yo quedándome aprendiendo guitarra y en el book club, que es lo que hago hoy en día. Me queda corto.

⁶⁰ Recordando las reflexiones de Pascale Molinier, revisadas en el Capítulo 1, sobre el trabajo sucio —aquel que, si podemos delegar, delegamos—, encuentro necesaria la siguiente aclaración: no es el trabajo de cuidados en sí, sino ciertos aspectos de su valoración social y moral, lo que lo posiciona como «sucio». Que los cuidados afectivos (el juego, por ejemplo) sean realizados por varones, mientras otras formas de cuidado directo no, indica la importancia de indagar sobre la jerarquización en las mismas actividades de cuidado.

Yo soy muy ambiciosa. Entonces, pues me genera mucha ansiedad que no estoy creciendo profesionalmente.

En su testimonio abundan los contrastes entre deseos personales y expectativas sociales, con el «*debe ser*» de una madre y lo que, en efecto, es, plasmando la (im)posibilidad de sanar estas heridas patriarcales, encarnadas en el rol materno. Percibo un callejón sin salida, un punto de no retorno en el que cumplir o no los mandatos de género nunca absuelven, siempre condenan a Olivia y a todas las madres. La carga feminizada de expectativas maternas y cuidadoras, introyectada por años y en contextos culturalmente patriarcales, ubican el genuino sentir de mi entrevistada en una posición insostenible, social y personalmente inaceptable.

Otra estrategia para escapar del «destino biológico» socialmente impuesto se encuentra en *tercerizar los cuidados*. Olivia resalta la importancia de contratar servicios que resuelvan las labores de cuidado, “el cuidado a [la hija mayor] era totalmente tercerizado. Pagábamos bastante por una escuela que teníamos total confianza para que, durante estas doce horas, no pensáramos en ella”. Así, el rol que desempeña tanto la escuela de horario extendido como la trabajadora doméstica remunerada en casa de Olivia es muy relevante en términos de cuidados directos y emocionales para toda la familia:

Pues es *contratar familia*. Nosotros no tenemos familia, tenemos que contratarla. Es nuestra red inmóvil. Es nuestra salud mental. G [La trabajadora doméstica] tiene mucho amor por las niñas y por nosotros también, nos cuida mucho. Si estamos enfermos, nos hace tecito de no sé qué y no sé qué. Es como la administradora de la casa. Yo olvido las cosas de la casa. Olvido. Claro, siempre hay cosas que yo tengo que hacer, hay que arreglar esto, hay que arreglar las ropas porque yo sé dónde van y todo, pero en el día a día... Ella lo hace. [...] Yo hablo como madre, privilegiada. Porque esa es la realidad de muchas familias en México que no tienen apoyo. Y muchos papás y mamás que tienen que llegar y tienen que cocinar y tienen que limpiar y tienen que hacer todo. Y no tiene la mitad del apoyo que yo tengo. Pero pues cada quien tiene sus temas, ¿no? Ese es mi tema y pues

sí necesito ese apoyo. Que lo pueda hacer, lo puedo, pero necesito mucho apoyo...

Olivia, como muchas de las madres migrantes que he entrevistado, son sistemáticamente juzgadas en su entorno social (por ejemplo, por parte de sus parejas, de las familias de sus parejas o de personas en sus trabajos), respecto a cómo deben ejercer, gestionar e incluso experimentar su maternidad. Es muy difícil encontrar un lugar para hablar de estos sentimientos contradictorios, estoy muy consciente de ello, y agradezco enormemente la confianza de Olivia. Para transformar estas injusticias, el camino es largo y los avances son pocos, como ella misma expresa:

Me choca la situación y yo creo que a todas las mamás que no tienen esta vocación de ser mamá, que prefirieran estar haciendo algo más, les choca. Es frustrante, es un tema que es muy profundo, enraizado en la sociedad, en nosotras mismas. Es un tema de machismo, de género, quién sabe de qué, pero sí es un tema. Hay mucho que hacer todavía. Estamos muy lejos. Nos decimos modernos y modernas y modernas. Hay mucho que hacer. Cero modernos.

Mercedes: “Cambiaría el hecho de ser mamá”

Mercedes es mi colega en más de un espacio dedicado al estudio y reivindicación de los cuidados. Yo le guardo profunda admiración por su vasto conocimiento en el tema, el cual vive en carne propia y en su hogar, además de que es activista social, acérrima defensora del cuidado como un derecho, exigiendo a los Estados que asuman su corresponsabilidad. Aspiro a ser un buen aliado de ella y de su causa. Ya podrán imaginarse cuán honrado me siento que acepte esta entrevista.

Nos vemos cerca de su casa en un barrio céntrico de la Ciudad de México. Ella llega muy puntual y me sugiere ir a un cafecito cerca del punto de encuentro. Mientras encontramos mesa, un poco nervioso, le confieso que ese día es mi cumpleaños; ella me pregunta que qué hago yo haciendo entrevistas ese día, la veo sonreír por la noticia y me invita un panquecito de casa que está hecho con cariño. Acto seguido

nos ponemos al día, tocamos base sobre nuestras vidas, ‘¿tienes hijos?’ me pregunta, repasamos nuestro último y único encuentro en la universidad, los cuidados, los estudios y, finalmente, la investigación presente.

Empezando la entrevista, suelo pedirles que comiencen por contar quién es esta persona del símbolo donde se han dibujado a sí mismas:

Yo siempre fui una persona ambiciosa, muy ambiciosa y la gente solía decirme que era una soñadora incansable y yo les dije que no, que yo soy una cumplidora de sueños. Entonces, pues trabajo muy duro, siempre tuve muy en claro las cosas que quería, cómo las quería, me marcaba una ruta y la cumplía; muy estructurada, muy trabajadora, muy correcta. Y vine a México a hacer el doctorado, que era como la culminación de mi carrera. Llevo 16 años ininterrumpidos de estudios, nunca dejé de estudiar. Termina una carrera y empieza otra. Y no tenía ninguna experiencia ni con el cuidado como tal, a nivel tan intenso como ser madre, ni con la agenda de investigación de cuidado, nada...

Su historia inicia en Argentina, donde viajaba desde su pueblo natal hasta la capital del país diariamente para estudiar la primaria, secundaria y pregrado. Es la única universitaria de su familia y esta misma animosidad la llevó a realizar estudios de posgrado, primero, en Buenos Aires, pero también en España, Estados Unidos, Chile, estancias alrededor de Latinoamérica y, finalmente, en México. Aquí se fincan ella y su pareja, Agustín, varón argentino quien migra para acompañarla y ya en México, también logra entrar a un posgrado. En sus redes familiares aparece su madre, quien viene a visitarles con frecuencia, tiene residencia permanente, su propia habitación y hasta un lugar en la mesa de la casa. Nadie más. Todo este arreglo cambia con la llegada de su hija, Rocío:

Cuando fuimos padres fue una completa locura, *#PorquePadresyMadresPrimerizas*. Sin experiencia, sin redes disponibles de apoyo, sin familia, sin prestaciones, incluso sin prestaciones de salud. Yo cuando fui a pretender llevar mi embarazo en el sistema público de salud, usando la cobertura que tenía como becaria CONACYT, me encontré con

que la primera cita para mi control prenatal era para el octavo mes y fue una completa locura. Yo fui con diez, doce semanas de embarazo y me dijeron que tenían cita para el octavo mes de embarazo, lo que me obligó a tener que atenderme en la parte privada. Y eso implicaba un esfuerzo económico muy grande que afectó de alguna forma la estabilidad de mi familia.

Incluso antes de dar a luz, Mercedes sentía que su mundo, calibrado finamente para llevarla siempre más lejos, se venía abajo. Me cuenta sobre el duelo poco mencionado de perder amistades que no comulgan con su nueva etapa como madre, haciendo aún más endeble su red de apoyo local: “y no las culpo, porque yo tampoco sabía cómo era esto”. Recuerda aquella vez cuando llamó a su amiga, quien se embarazó cuando tenían 19 años, para pedirle disculpas por no haberla acompañado más en su maternidad, anécdota muy común entre mis entrevistas. Quizás aún más recalcitrante que estos duelos, la maternidad le asesta un duro golpe cuando se interpone con su propósito original de migrar a México:

[...] Entré en una depresión posparto cuando fui madre, por qué mi mundo estaba bien abajo. Todo ese mundo en el que yo solo escalaba y subía se detuvo. Y no lograba encontrarme. ‘¿Dónde está la Mercedes que está estudiando todo el tiempo, que está cuidando sus redes y aprendiendo?’ Por eso me duele tanto. Imagínate todo lo que voy logrando y no logro el doctorado, que es para lo que vine a este país. Yo vivo con ese pendiente en mi cabeza porque la Mercedes que yo soy es incapaz de no terminar lo que vino a hacer. Pero como eso me estaba destruyendo emocionalmente, tuve que hacer todo un proceso de *resignificar quién soy ahora*, esta nueva Mercedes que además de todo, es cuidadora y madre. Lo que hice, porque vos sos testigo y ya me conocés, es transformar eso en una agenda de investigación en la que le pongo toda mi pasión.

La resignificación de la propia identidad no es algo menor. Implica tanto la integración al entorno inmediato y nuestra capacidad de darle sentido, como el horizonte de posibilidades al que aspiramos y en el que podemos desarrollarnos. La identidad es una llave en doble vía que abre de nuestra biografía mientras

construye futuros posibles. Por eso, entiendo a lo que Mercedes se refiere cuando menciona que pone toda su pasión en esta agenda de los cuidados, recapitulando su esencia estudiosa, enfocada ahora en esta nueva etapa. Sin embargo, las cargas físicas, psicológicas y sociales del embarazo-posparto dificultaron su plan:

[...] no me sentía ni incompleta ni con la necesidad de maternar. No tenía amigas madres, no tenía contacto con niños, con niñas. Desconocía completamente este mundo, pero completamente lo desconocía. Soy muy ingenua... Cuando quedé embarazada y como parte de quien soy, me dediqué a estudiar mucho sobre el embarazo, sobre la maternidad, sobre la crianza, sobre, pues ya me hice especialista en todo, de la lactancia, de no sé qué; me metí a grupos, a cursos, a talleres. Fui la Mercedes académica versión maternidad.

D: así te conozco, especialista en muchísimas cosas

M: Y la maternidad no fue la excepción. Pero claro, *era muy extraño tratar de vivir la maternidad como si fuera un posgrado más*. Era muy raro intentar hacer eso, fue muy frustrante porque, claro, estaba criando una hija, no estaba pariendo un título extra. Y fue muy difícil. Yo me negaba. Sufrí *depresión postparto*. Me sentía sumamente angustiada, triste. No tenía ningún tipo de conexión con mi hija siendo bebé. El parto fue espantoso. Fui víctima de *violencia obstétrica*. Y de hecho hoy tengo un libro sobre violencia obstétrica que escribí con una colega médica. Pero fue espantosísimo. Yo daba *lactancia exclusiva* y mi hija no dormía bien, lloraba todo el tiempo, solo se calmaba si estaba en el pecho, hacía tomas cada veinte minutos. Fue un completo suplicio la lactancia. Di pecho hasta este año, tres años de lactancia, convencidísima que era el mejor canon y por eso lo hice, ¿no? Porque para mí la excelencia y nada más. Y pues me la pasé esos meses sin poder leer un paper, sin poder estudiar, sin poder mantener una conversación de adulta y me sentía sumamente hundida, descolocada, no sabía ni quién era, lloraba muchísimo, fatigada, cansada, en fin, nada distinto a lo que le

pasa, en general, a las madres en el posparto, pero para mí era escandalosa la situación.

Mercedes hizo un enorme esfuerzo físico y psicológico por sostener su mundo, manteniendo un puente entre su yo de antes y el de ahora, al punto de abrazar toda una nueva línea de interés e investigación que le atravesaba de cuerpo y mente. Esto se materializa en publicaciones especializadas e incluso, en lograr cambios normativos en su centro de trabajo para mejorar sustantivamente las condiciones de conciliación vida-trabajo para quienes cuidan. Ella politiza activamente su experiencia como cuidadora y la canaliza en acciones transformadoras sobre su entorno. Ejerce su agencia política en congruencia con su ser madre, sin que eso silencie su malestar. Por ello, Mercedes y su esposo tienen muy clara su postura respecto a la crianza:

Yo y mi esposo lo tenemos tatuado. No queremos otro hijo u otra hija porque ha sido tan intenso, pero en un sentido bastante negativo esta experiencia primera, que no queremos saber nada de volver a pasar por la misma experiencia. Sabemos que puede que sea distinta, porque estamos parados desde otro lugar, porque tenemos recursos diferentes, recursos de todo tipo diferentes, emocionales, económicos, etcétera. Pero, aun así, siempre decimos *no hay deseo de materner, no hay deseo de paternar, no hay deseo de pasar por toda esa fase de cuidados tan intensos*. [...] Hasta racionalmente yo no lo entiendo. Y me cuesta mucho empatizar con las familias que tienen más de un hijo o de una hija, porque está el sesgo de lo que nos pasó a nosotros.

Encuentro importante resaltar que su reclamo *antimaternalista*, como ella misma lo nombra, apunta a una lectura profunda, densa, sobre las dificultades imbricadas en la maternidad, buscando un horizonte de justicia más amplio que dé cabida a las contradicciones emocionales, materiales y circunstanciales de este trabajo. Ella es enfática en los costes que implica desempeñar el trabajo de cuidados y en la nula reciprocidad que le representan:

La maternidad, no compensa. Tiene muy pocos momentos de compensación. Y yo vivía pensando en eso. Yo no puedo esperar que mi hija haga algo para que yo me sienta compensada o satisfecha. Y recién ahora que mi hija tiene tres años y medio, ya va para los cuatro, te diría que hay pequeños momentos en los que decís, 'wow, se siente bien', ¿no? No me gusta la frase 'estoy viendo los frutos', pero lo que nos pasa mucho a mi pareja y a mí con el tema de la maternidad y la paternidad es que es un completo dar, dar, dar sin recibir y lo que me parece agobiante es que este trabajo no se acaba nunca. Siempre hablamos de eso, '¿cuándo se acaba? ¿Cuándo se va a ir? ¿Cuándo vamos a dejar de estar pendientes al 200 por ciento de ella?'

Mercedes tiene claro que su discurso puede generar una reacción negativa en ciertas personas, pero también encuentra en ello la oportunidad de brindarse un desahogo, de ventilar su sentir para ayudarse a procesar su experiencia. "Yo escucho llorar a un bebé y se me pone la piel chinita", expresa; "esa frase de 'duerme como un bebé', yo no sé quién la inventó porque es una completa mentira", ironiza. El sentido del humor viene al servicio de la resignificación.

De nueva cuenta, encuentro que la desidentificación con la maternidad requiere de espacios donde poder expresarse y escucharse. Aún más, requiere de politizarse y ponderarse, en contraste con el arreglo patriarcal de los cuidados que reproduce la *desautorización sistemática a las madres sobre sus propias experiencias*. Para Mercedes, la maternidad no es sino un exhaustivo dar sin (casi) recibir, sin compensación por todos los costes físicos, psicológicos y sociales. Como en el caso de Olivia, predomina un sentimiento de desagrado y desidentificación.

Los sentimientos de frustración, satisfacción, (in)felicidad, la (des)identificación con los nuevos roles de crianza, el trabajo emocional para vincularnos con otras personas, así como la sensibilidad de otras personas en las redes, misma que habilita o inhibe prácticas recíprocas de cuidados, son un eje primordial para comprender los cuidados en clave de *interdependencia asimétrica*. Los elementos subjetivos que estamos bosquejando mis entrevistadas y yo no sólo transmiten con mayor elocuencia la extracción de fuerza de trabajo femenina, sino

que visibilizan el ordenamiento irregular de la organización transnacional de los cuidados.

En algunos casos, como se puede observar en el testimonio de Mercedes, esta organización resulta en la capacidad de las madres migrantes calificadas para retornar a sus actividades profesionales y retomar su posición social en la esfera pública. Resalta el rol que cumple su madre, quien cuida a su hija, a su nieta y a la familia en general, a la vez que es cuidada por ellas:

Quizás decirte que mi mamá, esa vuelta que vino [durante la pandemia], se quedó aquí atrapada y se quedó más de un año. Y entonces mi mamá pasó a ser parte central de esas dinámicas familiares y creció con Rocío. Y fue muy duro cuando ella se fue, porque fue rearmarse otra vez. Porque yo ya estaba trabajando y mi mamá se va a Argentina y nosotros quedamos huérfanos de cuidadora, porque ella nos cuidaba también, a mí y a Agustín en términos de trabajo doméstico, de hacer la comida y esas cosas. Fue rearmarse. Rearmarse desde un punto de vista distinto porque ya teníamos recursos, etc. Y mi esposo tomó la apuesta de, 'pues venga, yo voy a cocinar, todo lo que hace tu mamá, lo hago yo'.

Mercedes sonríe cuando habla de que ya pronto viene su mamá de nuevo a México. Más allá de la materialidad de su apoyo en casa, el sostén afectivo que su madre representa para toda su familia es de gran importancia para su bienestar global. Además, es su lazo biográfico con su pasado en Argentina y, como hemos visto, la presencia o no de personas queridas determina en gran medida la temporalidad del proyecto migratorio. “[...] yo logré sacar a mi mamá de acá [Argentina] y ponerla aquí [México] y como ella es la única que de alguna forma me importa, en términos muy realistas, por eso no volvemos”, confirma.

Asimismo, el vínculo con su pareja representa un apoyo crucial para la continuidad de la trayectoria profesional de Mercedes. “Agustín fue muy respetuoso y muy compañero de eso [el sentimiento antimaternalista]. Y él vivió una paternidad muy real también”. Es notable la reciprocidad en los cuidados que se brindan entre

personas alineadas afectiva e ideológicamente, en mayor o menor medida según el ciclo de vida y las oportunidades que tengan en el mercado laboral:

[...] Habíamos visto que el mercado laboral, salarial de su rama pagaba muy poco. Él como bioquímico, veíamos una vacante y le pagaban 5 mil pesos. Sabía que yo podía conseguir cosas mejores y por eso decidimos que sea yo la que busque trabajo y él cuide. Y así fue que entré a trabajar. Y entré a trabajar y la vida cambió porque yo volví a revivir de esas cenizas de las que me había estado inmersa. Como él no trabaja en forma remunerada, sino que se dedica a cuidar, él siente que contratar a alguien no conviene... Él trabaja haciendo trabajo doméstico en la casa y trabajo de cuidado. O sea, mi esposo cocina, mi esposo lava los platos, mi esposo arregla, mi esposo lava, mi esposo plancha.

Agustín funge como *cuidador primario* de su hija, a la vez que brinda cobijo y soporte emocional a su pareja. La pareja como unidad decidió un arreglo que trastoca los roles de género tradicionales *breadwinner-caretaker* y se turna las cargas de cuidado:

Es muy humano ese cansancio extremo que uno trae, ¿no? Es muy humano llevar años sin dormir. Es muy humano tratar de lidiar con un niño o una niña de dos, tres, cuatro años, donde su corteza prefrontal, algo así se llama, donde madura el manejo de las emociones, es completamente inexistente e inmadura. Y es muy humano tener como desbordes, ¿no? Obviamente no justifica ni el maltrato, ni la violencia, ni nada. Pero yo entiendo, puedo entender de dónde viene el desborde de una persona adulta que está cuidando a un niño, a una niña tan pequeña. Porque yo lo he vivido, porque lo vive mi esposo. Lejos de justificar, puedo llegar a empatizar con esa fatiga de haber pasado todo el fucking día con una niña que te está diciendo ‘papá, papá, papá, mamá’. O lidiar con el ‘¿qué hay de comer?, no hay qué comer’, ‘hay que lavarse, no me quiero lavar’, ‘hay que bañarse’. Se llega un punto en el que decís ‘ya, por favor, sácamela de aquí, porque no respondo por mí’. Y entonces, todas estas dinámicas, nosotros las tenemos muy presentes. Y

si él ya llega a ese punto de hartazgo, lo saco de escena y me ocupo yo. Y si yo llego a ese punto de hartazgo, él entra a escena a rescatarme. Y entonces, nos conocemos muy bien y tenemos mucha comunicación.

Estos ejemplos dan cabal sentido a la lógica de interdependencia que se encuentra en la apuesta por poner los cuidados al centro de la vida, los rasgos contradictorios y el amplio rango de emociones que convive en los cuidados. También subrayan la importancia que reviste para la carrera profesional de las madres el encontrar una corresponsabilidad de género real para distribuir los cuidados. Agradezco la honestidad con la que Mercedes transmite su compromiso político y la transparencia en su sentir personal al respecto de los cuidados:

Es que cuidar es muy demandante. Yo no disfruto de cuidar en general. ¿Qué disfruto de todo esto de la parte de cuidados? Disfruto cuando Rocío tiene un buen día. O sea, cuando puedo conectar con ella desde un lugar de no estar buscando complacerla o satisfacerla, sino que yo también disfrute.

D: Te quiero preguntar si cambiarías algo en todo esto [pastel del uso del tiempo].

M: Ay, sí cambiaría. ¿Idealmente? ¿Como que no fuera mamá, por ejemplo? [risas] *Cambiaría el hecho de ser mamá.* No sé. O sea, yo me siento sumamente feliz. Me siento muy feliz de todo lo que hago, de todo lo que sostengo. No siento un peso sobre mis hombros. No estoy sufriendo. Me siento sumamente feliz.

Sin duda, ejercer el cuidado no implica experimentarlo de forma política. Tomar partido en la lucha por reivindicar el cuidado como un trabajo y como un derecho representa una tercera jornada de trabajo, la *triple jornada* (Quiroga & Gago, 2018) del trabajo remunerado, el trabajo no remunerado y la gestión comunitaria que requiere toda lucha. La sobrecarga del tiempo de las mujeres podría fácilmente desincentivar y boicotear su politicidad, así que aplaudo la fuerza con la que Mercedes ha remontado su proyecto de vida.

Queda claro que promover la agenda de cuidados y su latente ética, no implica indefectiblemente disfrutar del trabajo de crianza, identificarte con el rol de materner intensivamente a un ser humano. Encuentro necesario escuchar este y todos los testimonios desde una posición que incorpore nuestras contradicciones; sólo así se pueden construir horizontes de justicia adecuados, situados, que respondan a problemáticas concretas y a las condiciones de sujetos ubicables.

Jimena: “Mis hijos son mi pensión”

Para encontrarme con Jimena, viajo dos horas dentro de la Ciudad de México hacia el sureste; ni siquiera llego cerca de las periferias de esta urbe y ya me siento como todo un extranjero. Me sorprende mucho cuánto debe trasladarse a diario mi entrevistada, ya que acordamos vernos aquí como punto intermedio; ella vive aún a más de una hora de distancia en dirección sur y su otro trabajo es cerca de mi punto de origen. Camino alrededor de este plantel universitario desde donde me dejó el transporte público y todo lo encuentro agreste, me parece inseguro y así lo siento desde un cuerpo masculino que no es el más vulnerabilizado socialmente. Sé que mi entrevistada pasa frecuentemente por estas calles y me estremezco; veo consternado cuántas jóvenes universitarias salen de su turno vespertino mientras está a punto de oscurecer.

El sitio elegido para la entrevista es el único lugar abierto. Hay un ruido constante de camiones, motonetas y automóviles que pasan por esta calle como si se tratara de una avenida principal; en realidad lo es, me traicionan mis prejuicios. Jimena tiene una pequeña ventana de tiempo para hacer la entrevista, ya que aún debe pasar por su hija a casa de sus suegros y hacer el viaje de regreso a casa. Trato de concentrarme, doy un largo trago a mi té mientras ella está terminando de dibujar, prendo la grabadora esperando que capte el menor ruido ambiental posible, doy una introducción para rotular el archivo de audio y comenzamos.

Mi hermano mayor, él falleció. Él falleció justo en el 2010. Yo vine a México en el 2011. Y, de hecho, una de las razones por las cuales yo vine a México fue por la muerte de él. Porque mi familia en Colombia vive en una zona muy

peligrosa del Bajo Cauca Antioqueño, donde hay muchos problemas de orden público, sobre todo entre los paramilitares y el gobierno o los paramilitares y la población de la sociedad civil. Mi papá trabajaba en una finca y en ese proceso a mi hermano lo asesinan los paramilitares. Él para mí era un referente muy importante. Era mi hermano que más quería, con el que tenía mejor relación.

Cuando a él lo asesinan, nosotros tuvimos como familia que cambiar de actividad económica, se pensó también en irnos definitivamente. Y fue una de las razones por las cuales yo me vine también de Colombia, porque estaba muy dolida por lo que había sucedido y tenía como mucha rabia con el mismo país por lo que había sucedido con mi hermano, porque a la final, pues, hasta el momento nunca se logró la captura de las personas que lo asesinaron. La percepción de la violencia en Colombia sigue siendo algo que a mí me da mucho temor, porque mi familia, por ejemplo, sigue viviendo donde asesinaron a mi hermano. Entonces me trae muy malos recuerdos cosas así, entonces yo ya prefiero, o sea, ya como que decidí finalmente este año que ya me quiero quedar en un país y que el vínculo que quiero con el país no es solo de residente, sino ya de estar acá, porque me arraigué, porque senté bases aquí, porque me siento ya mexicana.

Tengo que tomar fuerzas para continuar. No puedo evitar sentirme un poco ridículo con el miedo que momentos antes albergaba, cuando escucho en voz de Jimena sus parámetros de peligrosidad y las vivencias traumáticas con las que ella carga. Su proyecto migratorio está empujado por la violencia que azota a Colombia desde hace décadas y que ha dejado una huella en su memoria. Aparte de su mamá y de su papá enfermos, en su país de origen no le queda mucho:

No dibujé amistades porque como yo ya llevo once años acá, la verdad tengo muy poco contacto. Cuando voy siento que no tengo muchas amistades. Y en particular como que este año he estado reevaluando. Ha sido un año de mucha soledad, donde yo me he replegado mucho como hacia esta parte [señala su núcleo familiar en México], entonces no considero que haya

amistades tan significativas en Colombia. Es un círculo muy pequeño... Me considero una persona muy familiar, aunque puedo entrar fácilmente en comunicación con otras personas. Realmente soy una persona de pocos amigos, soy una persona que cuando está en su tiempo libre prefiere más estar en casa que en la calle, prefiero estar en la casa que en otros espacios públicos. Amo mucho a mi familia, mi esposo y mi niña son para mí un referente de amor, de cuidado. Cuando eres migrante pasas como por muchos procesos de dificultad porque eres como muy susceptible a vivir situaciones negativas, al no tener a alguien que te proteja, alguien que esté pendiente de ti.

Me alegra escuchar que al interior de su familia nuclear abunda la confianza, el mutuo apoyo y el amor; dentro de mí siento que Jimena se merece esto y más. No deja de inquietarme el fantasma de la soledad y el riesgo que flota entre líneas en su testimonio, denotando que, si bien huyes de ciertas condiciones de vida insostenibles, la llegada a otro país nunca es sencilla. Quizás para que no se me quiebre la voz, le pregunto sobre la parte más luminosa de su relato, que es su pequeña familia nuclear:

Hasta que yo conozco a mi esposo, yo había tenido noviazgos como de la misma edad mía. Mi esposo es seis años mayor que yo, entonces fue muy interesante porque pues llega a mí de una persona muy madura, una persona muy centrada, con objetivos muy claros, que sabe lo que quiere, con un deseo de formar una familia, una relación estable, seria, de darle la importancia y el amor que se merece. Entonces como que encontrar una persona así, o sea, tan amorosa y como te decía, para una persona migrante que de pronto los vínculos, aunque fueran cercanos, pues no estaba yo físicamente con mi familia... Sentir ese amor, ese cuidado para mí fue fundamental para tomar una decisión de seguirme quedando [en México]. También me sorprende esto, coincide en que me animó a hacer el doctorado y ya estoy aquí, está pintando todo bien, ¿por qué no hacer el doctorado? Y fue cuando terminé la maestría, inmediatamente inicio el doctorado, quedé

embarazada. Estoy hablando del 2014 y entonces también decidí pues formar una familia ya con mi esposo, convivir y eso también se vuelve otro pilar.

Jimena se ha preparado profesional y académicamente todo lo posible. Somos de la misma edad y también colegas en psicología; me sorprende el alto nivel de exigencia y responsabilidad que sostiene, aunado a ser madre, vivir en las periferias de la ciudad, ser migrante. Cuenta con una larga trayectoria laboral que incluye puestos públicos en proyectos de impacto nacional, cargos universitarios diversos y numerosas publicaciones. En los once años que lleva en este país ha logrado amasar un patrimonio que incluye un terreno donde está construyendo una casa y el automóvil con el que se desplaza a sus diferentes empleos. Todo esto no sin encontrar obstáculos y sufrir discriminaciones:

Entonces yo entro el primer semestre [del doctorado] embarazada. Ya empieza todo mi proceso. Entonces fue compaginar la parte académica con la parte familiar, con la parte del cuidado, de mi embarazo, de mí misma. Y bueno, sí, es muy interesante porque, por lo menos en mi contexto académico, yo sentí que no compaginaba el ser mamá con estudiar un doctorado. De hecho, me acuerdo que en la primera reunión de todos los que habíamos pasado, nos sugirieron que, por favor, o sea, lo dijeron muy sutil, pero palabras más, palabras menos, nos pidieron que nos enfocáramos sólo al doctorado y que ojalá no lo dejáramos por razones familiares como un embarazo.

Luego sí sentí una que otra vez como un sentimiento de que no encaja mucho tener una familia en términos de hijos cuando eres profesional, como que... No sé, la empatía, el cuidado hacia ti cuando estás embarazada y estás en un ambiente académico. Siento que, al menos yo lo viví con quien me tocó como tutora. Fue hostil, aunque era mamá también. Pero, por ejemplo, ella cuando se entera, yo tuve como una situación durante el embarazo que empezó a ser de alto riesgo. Y ella, por ejemplo, ella quería que yo dejara, que yo cancelara el semestre, que yo me retirara, cuando los demás jurados

decían ‘no, por el contrario, tiene que quedarse’. O tenía como actitudes que me hacían sentir como que estaba molesta porque yo estaba embarazada. Me comparaba con otra estudiante, ‘es que X ya entregó esto y tú no lo has entregado, seguro porque estás embarazada’.

Jimena demuestra que su embarazo no era un impedimento para completar su doctorado con honores. Por un lado, cuenta con una enorme capacidad para mantener un desempeño sobresaliente en múltiples frentes. A sí misma, se reconoce como una persona de origen humilde y muy obstinada, para quien casarse y tener hijos nunca fue la prioridad; “mi vida no se resume en cuidar a una niña”, explica. Por otro lado, los vínculos fuertes y estables en su familia nuclear habilitan tiempo que ella puede invertir en su carrera profesional. El esposo de Jimena también funge un rol como cuidador primario:

Él con Luisa, mi hija, no ayuda, sino que ejerce su paternidad. La lleva a la escuela, la peina, la viste, la apoya en sus tareas, en sus actividades. Ellos comparten muchos gustos afines. Por ejemplo, la lengua náhuatl, Luisa la está aprendiendo, él trabaja temas de danza tradicional, la niña baila una danza tradicional, él le enseña discursos en náhuatl, ella se los aprende, tienen un vínculo muy fuerte. Es una persona en la que yo veo, por ejemplo, que no tiene nada que ver con un hombre machista, por el contrario, en algunos momentos yo estoy más fuera de la casa que él por mis horarios, por mis actividades, y él no tiene ningún problema en cocinar, en arreglar la casa, en lavar los platos, en ir por Luisa. [...] Él es muy protector. Aunque creció en un hogar donde su papá no come si no le sirve la mamá, que nunca vas a ver a su papá lavando un plato o barriendo, él apostó siempre por tener una relación con una dinámica distinta. De apoyo, de cuidado, de participación.

Jimena me comparte que, en su casa, es ella la que más ingresos tiene y la distribución de las tareas de cuidado está más recargada hacia el lado de su esposo. Esto no genera tensiones en el sistema de pareja, “mi familia está feliz de mi ascenso profesional”. Los gastos se los reparten equitativamente y el dinero extra que Jimena recibe lo ahorra e invierte de manera autónoma. También me cuenta

que el lazo afectivo padre-hija es en muchas ocasiones más fuerte que el de madre-hija, cuestión que Jimena acepta de buen modo.

De su testimonio, encuentro particularmente importante la forma en que han gestionado sus lazos con la red de cuidados más amplia. La decisión de mantener un núcleo familiar más cerrado e independiente deviene de las distancias emocionales y agendas distintas que tienen con la familia extensa. Por un lado, la relación de Jimena con su suegra y su suegro está marcada por desencuentros culturales, morales e ideológicos, *fronteras afectivas* que incluso su mismo esposo marca. En sus palabras, esta relación:

[...] es conflictiva. Sobre todo, con mi suegra, porque desde que inicié yo mi relación con mi esposo ha habido conflictos por su visión patriarcal, machista, de la concepción de mujer, de la concepción de cuidados. Yo de alguna forma rompo con esas visiones porque no estoy siempre en la casa, porque los cuidados los compartimos. De hecho, yo te puedo decir con toda honestidad que mi esposo apoya más en los cuidados en casa que yo. Entonces con mi suegra ese tipo de cosas rompen su esquema de lo que tiene que ser una buena mujer o de lo que ella hubiera deseado para su hijo. La relación ha sido muy cercana, pero muy conflictiva, hasta el punto que nosotros dijimos, 'si no nos independizamos, se va a acabar el matrimonio'. Entonces, es por eso que puse como los tachecitos [en su red de cuidados], porque ni con mi suegra, ni con la única hermana que tiene mi esposo, ni con su esposo de ella, tenemos una buena relación.

Por otro lado, las responsabilidades de *cuidados a distancia* que Jimena tiene con su mamá y su papá en Colombia, ella las vive como un gran peso que no puede soltar, denotando la enorme carga de las normas intergeneracionales y las expectativas sociales género-específicas que operan desigualmente entre hombres y mujeres:

Mi familia, básicamente, tiene una inestabilidad económica muy grande. Ellos no son de ahorrar. Yo aprendí el significado del ahorro, yo creo, como antítesis. Entonces en el caso de mis papás, ellos crecieron con la idea de

que nosotros los hijos somos los que les vamos a cuidar y les vamos a mantener. De hecho, mi mamá dice '*mis hijos son mi pensión*'. Mi papá no tiene una pensión. En mi caso, somos tres hermanos, pero solo apoyamos mi hermana y yo. Mi hermana está en Panamá, que eso también es importante. Ella vive allá y las dos nos encargamos del cuidado económico de la casa. Todos los gastos de salud de ellos, que no los cubre el seguro, los cubro yo. Entonces, es una responsabilidad muy grande. Yo lo tomo de hecho ya como parte de lo que yo gano. Es tanta la responsabilidad que yo siento de ese cuidado económico de ellos que yo siempre tengo un ahorro destinado para las emergencias que ellos puedan necesitar. Por ejemplo, mi papá tuvo un accidente laboral donde lamentablemente en el 2001, él pierde el ojo derecho. Y quien estuvo al frente de toda esa problemática de la operación para salvarle el ojo fui yo. Y son cantidades muy grandes. Yo le digo a mi esposo que nunca me puedo quedar sin ahorros, ni siquiera pensando en nosotros como familia, sino en ellos.

Estas normas intergeneracionales no se limitan a la familia directa, sino que se extienden a otras personas en la red de cuidados, haciendo más pesada la carga económica y moral de Jimena. La cultura patriarcal en el país de origen define estereotipos tanto del *deber ser* y de la *buena hija* como los modos de percibir a las personas migrantes y a personas educación superior:

Yo vengo de una familia que, creo que profesionales, somos dos. Nadie estudió, todos viven al día. Entonces mi mamá a veces dice, 'ay, es que su tía necesita, ¿por qué no le da?'. Ha sido muy difícil porque ella también siente que yo debo darles a otras personas, que a mis tíos y mis primos. Me parece que a veces mi mamá no se da cuenta de que yo no tengo ninguna responsabilidad con ellos. O sea, no es mi problema que los tíos estén mal. Entonces, la mayoría de mi familia está en una situación muy difícil, económicamente muy difícil. Y la idea de todos los colombianos es como que, si tú te vas a otro país, ya eres rico, ya tienes plata. Así sea la tía, así sea la

prima con la que nunca hablo, todos perfectamente te pueden llamar y decir, 'oye, necesito dinero, ¿me puedes prestar?'.

Me viene a la mente que quizás la gestión de sus ingresos no era tan autónoma como percibí en un inicio. Esto es equivocado, pronto caigo en cuenta que Jimena ejerce su propia agencia adoptando diferentes estrategias, como guardar distancia afectiva con sus suegra y suegro, reservarse información sobre sus ingresos, canalizar esta tensión en un aprendizaje para su hija y decidir activamente el alcance de su apoyo para no consumirse económica y moralmente con los cuidados a distancia:

La visión que tienen de mi familia es esa, que los hijos somos la jubilación de los papás, ¿no? Entonces es una carga muy fuerte y por ejemplo en el caso de nosotros, nos mueve también a cuidar mucho nuestras finanzas y a mandarle un mensaje distinto a Luisa, no dejarle tanta responsabilidad, porque uno lo hace desde el amor. A mí me ha tocado tomar distancia y poner un freno, porque yo le digo a mamá, 'pues no voy a asumir lo que no me corresponde', ¿no? Y trato de sólo apoyar a ellos solamente porque sí siento que alrededor hay como un deseo que también les ayude a todos, pero me parece que es abusivo y que no tendría por qué hacerlo, porque al final los tíos, los primos, pues tienen que ver por su vida y organizarse. Entonces es muy difícil, por ejemplo, si yo voy a Colombia y no les llevo algo, me critican. Como que llegas y todo mundo es así como de... 'No, pues ya llegó y ya nos va a dar plata'. Y las personas te miden mucho, eres buen hijo porque das mucho dinero a tus papás, eres mal hijo es porque no los ayudas. Se mide mucho el calificativo de bueno o malo en función del dinero que das a tu familia. Entonces, a mí sí me toca ocultar ciertas finanzas y proyectos para seguirles manteniendo una cuota.

Tuve mucho tiempo en mi regreso a casa para ir reflexionando sobre lo que Jimena me compartió. Las coordenadas que trazaban mis incipientes categorías de análisis resultaban más ambivalentes de lo previsto. Primero, una red de cuidados que sostiene a las personas, pero a un alto costo emocional y económico para las

mujeres migrantes, un compromiso social que no es sencillo sortear y que no es compartido equitativamente por los varones. Segundo, los cuidados a distancia habilitan el sostenimiento del bienestar de la familia transnacionalmente, al tiempo que el *distanciamiento* representa una estrategia de afrontamiento para mantener a lo lejos tanto experiencias traumáticas como exigencias patriarcales. La construcción del bienestar personal implica mantener a raya el deseo abusivo de otras personas, fijar una cuota ante las demandantes cargas puestas sobre las mujeres, algo que antaño fuera imposible y aún hoy para muchas mujeres migrantes es motivo de reclamos.

Valentina: “No tener que estar negociando tu propia libertad”

Lo que te pediría, David, es que cualquier análisis que surja de esta entrevista, me consultes previamente qué es lo que quisieras hacer. Quisiera proteger mis datos personales. No sé cómo lo estás manejando, pero sí quisiera que haya como una pedida de autorización de mi parte para el uso de mi nombre, por ejemplo, en el caso de que quieras mencionarlo.

La primera vez que acordamos platicar, yo no pude acudir a nuestra cita ni avisar que no estaría. Era una llamada telefónica para organizarnos, pero yo no tuve el cuidado de anticipar mi ausencia. Este antecedente marca mi primer encuentro con Valentina, a quien percibo reticente en un principio. Nos conocimos en un posgrado abocado a este mismo tema de los cuidados y nos vimos en persona durante un congreso. Siento una mezcla de vergüenza y agradecimiento porque finalmente me concede treinta minutos, ni más ni menos, para hacer una entrevista en línea. Puesto que grabo la videollamada, le garantizo que cuidaré todo uso de su imagen, información, nombre y seña que pudiera identificarle.

Además, hacer entrevistas virtuales implica que la realización en papel tanto de la red de cuidados como del pastel del uso del tiempo deje de ser realizado por ellas; soy yo el que hace el trazo de cada ejercicio, mientras tomo notas de campo y promuevo el diálogo. Obviamente, acepto con gusto adecuar me a sus necesidades; “yo hago todo online en realidad, disculpa que a lo mejor cambie un

poquito la dinámica, pero es más práctico para mí por temas de movilidad, tiempo, [...] hacer algo online me ahorra muchísimo tiempo”, comenta Valentina, enunciando todo lo que quiero detectar en una entrevista. Para ella, este formato de interacción es su *modus operandi*, “tengo doce años con una empresa completamente remota porque así puedo llevar mis diferentes roles con un poquito más de productividad y de *optimización del tiempo*”.

Valentina viene de Venezuela. Vive en México desde hace más de cinco años en un hogar donde hay tres generaciones de mujeres migrantes venezolanas. Su núcleo familiar lo conforman su hija Julia, de trece años, y su madre de más de setenta años, de quienes es cuidadora primaria. Tiene una hermana que vive en Norteamérica y un hermano que vive en un país árabe del Medio Oriente. La cercanía es mayor con su hermana, quien mantiene constante comunicación con ellas tres, está al pendiente de lo que puedan necesitar y aporta una mensualidad para los gastos de su madre; “creo que era importante compartir la inversión [para los cuidados], aunque no la *carga mental*, que es lo que a mí me impacta”, concluye. Esto no sucede así con su hermano quien, por distancia geográfica, diferencia horaria y sobre todo por ser varón, no se le exigen ni se esperan de él estas atenciones; “él tiene sus propios problemas”, piensa la mamá de Valentina, omitiendo que así también los tienen sus hijas.

A las fronteras geográficas, se suman las fronteras del género, las cuales intensifican las cargas de las madres migrantes y permiten que los varones eludamos parcial o totalmente las responsabilidades de cuidados. Por ejemplo, la presencia virtual del papá de Julia, incluso a la distancia, es una fuente constante de estrés para Valentina:

Julia tiene un papá, ni lo mencioné, porque la verdad es que la presencia es mínima, pero, por ejemplo, paga el colegio. Más que una solución es más bien un problema para mí. Que él pague el colegio, para mí es una *fuentes de estrés* altísimo. Yo no cuento emocionalmente para nada con esa persona.

Esto contrasta con la paternidad que ejerce el papá de Valentina, quien también vive en Venezuela y tuvo una separación con la mamá. Su padre le ayudó

económicamente en la primera etapa de la migración a México, pero él y su pareja se quedaron sin fuentes de ingreso durante la pandemia; “logran mantenerse con los ahorros que tienen, entonces digamos que están bien, tienen comida, tienen casa propia, tienen dos autos... o sea, está mucho mejor que yo”. Valentina reconoce un vínculo fuerte de cuidados emocionales que fluyen entre ella y su papá; “él me puede dar algunos consejos, recomendaciones, siempre me está preguntando cómo está Julia. Es como una especie de *cuidado mutuo*, porque él también se desahoga de cómo están las cosas en Venezuela”. También tiene una pareja venezolana que va y viene constantemente a Europa, quien es uno de sus principales pilares de apoyo emocional, aunque su presencialidad sea intermitente.

Es evidente que Valentina resuelve mucho de su día a día en plataformas digitales y medios de comunicación, tanto en la parte laboral, académica, migratoria, emocional, como en la organización comunitaria. Me parece muy importante resaltar su participación en diversos grupos de WhatsApp que sirven a distintos objetivos:

Yo pertenezco a varios grupos de WhatsApp. Uno se llama ‘Venezolanas’, bastante activo, todas súper colaboradoras. Y pertenezco a otro grupo de mujeres profesionales migrantes, venezolanas, que se llama ‘Venezolanas Globales’. Y es un grupo donde hay temas específicos, objetivos bien concretos. Uno de ellos es el posicionamiento profesional de las mujeres que pertenecemos a ese grupo. Déjame abrirle a mi perro allá abajo. [Interrupción] Oigo que está llorando por allá... Ajá, entonces un eje de trabajo es el posicionamiento, compartir ofertas de empleo, compartir currículos para que podamos darles visibilidad, apoyarnos entre nosotras en la iniciativa emprendedora o profesional que cada una tenga. Otro es networking, saber en qué estamos cada una para apoyarnos y armar proyectos. Otro eje es el apoyo a Venezuela, a problemas que haya en nuestro país, como canalizar donaciones, enviar medicinas, ayudar a ONGs, canalizar apoyos para Venezuela o a venezolanos migrantes, dónde puedo donarles ropa... Es un grupo que me parece que es digno de ser estudiado, porque somos

migrantes organizadas, somos todas profesionales, venimos de alguna universidad, seguramente casi todas tienen o la mayoría tendrá máster.

Este testimonio menciona las muchas ventajas que ofrecen las nuevas tecnologías para la organización de la solidaridad transnacional, femenina y migrante. Sirven como una herramienta para llevar a cabo cuidados colectivos en contextos transfronterizos; permiten tejer y construir capital social en comunidades de apoyo femeninas, algo muy importante dado el perfil profesional de mujeres migrantes calificadas. También facilita el ejercicio de su participación política a la distancia, habilitando su compromiso social y permitiéndoles accionar su empatía hacia otras personas migrantes.

En el cuidado cotidiano a su familia, Valentina implementa diversas estrategias que le permiten optimizar su uso del tiempo, gestionar mental y materialmente su día con día. Prepara con antelación todas sus actividades diarias, de modo que pueda hacer más eficiente los momentos del día donde hay muchas cosas simultáneas que atender, por ejemplo, “la hora loca de la mañana”. Al igual que otras mamás migrantes, Valentina también hace uso de alarmas y recordatorios para coordinar y pautar todas sus actividades; esto le ayuda a tener relativo control y estar lista para resolver imprevistos. Utiliza plataformas de compras en línea para hacer el supermercado y ahorrarse el tiempo de los traslados.

También ha diseñado su propio horario de trabajo en función de sus responsabilidades de cuidados para con su hija, siendo lo más productiva posible mientras esté en la escuela y en las tardes, poder dedicarse más a ella. Caminan juntas para ir y volver del colegio y aprovecha para pasear al perro; este es un espacio que refiere como un tiempo de calidad con su hija, “doce minutos de cada trayecto” en el que no va viendo el celular, sino que se concentra en Julia, van conversando y poniéndose al día.

Julia tiene un diagnóstico de déficit de atención, por lo que le cuesta mucho gestionar su propio tiempo y mantener un horario. “Yo he tenido como que aprender con ella y con su psicóloga a entender, porque antes le hacía una lista de cinco cosas y nunca las hacía, nunca las terminaba, nunca se acordaba, hasta que

entendimos qué le pasaba”. El diagnóstico le vino bien a Valentina para mejorar su relación con su hija, dejó de estresarse y halló estrategias adecuadas para afrontar esta situación. Asimismo, juntas encontraron actividades que le ayudaran a Julia a ejercitar su capacidad de concentración mientras hace alguna actividad física. El estrés para Valentina no viene de los cuidados a su hija, sino de su inestabilidad laboral y patrimonial:

Es una empresa propia, entonces todo depende de ciertas condiciones de búsqueda de clientes. Mis jefes hoy en día son mis clientes. Ahorita lo que a mí me está impactando es el tema del COVID, tengo clientes que están como haciendo ciertos recortes presupuestarios. Todo eso a mí me afecta porque no tengo un patrimonio que me permita aquí vivir cinco años sin trabajar, no lo tengo, sino que vivimos de lo que yo genero.

Que sus medios de vida dependan de su propio emprendimiento tiene implicaciones ambivalentes. Por un lado, debe navegar la incertidumbre de no tener garantías laborales y de constantemente atender el negocio, en horarios que no son los mismos de un día a otro ni definen una jornada específica. Sus clientes son internacionales, así que debe ajustarse también a las diferencias horarias: “yo soy muy obsesiva con el tiempo”. Ahora entiendo mejor por qué haber faltado a nuestra primera llamada fue un tema tan sensible.

Por otro lado, se trata de una estrategia que le permite conciliar vida-trabajo como no le fue posible cuando tenía un empleo remunerado con jornada fija:

Antes sí tuve relaciones con jefes súper estresantes. Yo fui empleada por quince años. Eso sí es muy estresante. Y Julia estaba pequeña. Yo recuerdo haber vivido situaciones de sentir muchísima *culpa* de tantos permisos que pedía porque Julia se enfermaba a cada rato. Yo sí ya viví eso de pedir permiso a un jefe o una jefa para salir. Eso es horrible. Eso fue una de las cosas que me hizo a mí hacerme emprendedora, *no tener que estar negociando constantemente tu propia libertad*. Y bueno, yo soy mamá soltera, tengo que encargarme de mi hija. Esa fue una de las motivaciones para yo dejar el trabajo y emprender.

Al organizar su propio emprendimiento, los sentimientos de culpa y la sensación de libertad son parte del delicado balance que está gestionando Valentina. Se trata de estrategias de cuidado para su familia, pero también de autocuidado, en la cual ella se siente identificada, productiva y profesional. Ella es una emprendedora, madre migrante venezolana que se independizó laboralmente y a la fecha, mantiene por igual un hogar y su proyecto de vida. Esto no resuelve su carga mental cotidiana, sino que desplaza su estrés a niveles que le son manejables y en los que tiene un mayor margen de maniobra:

Si yo no llego al fin de mes o no poder comprar el automercado que yo quisiera, a mí eso me estresa horrible. Son elementos que tienen que ver con lo económico. Julia, por todo su tema de déficit de atención, la tengo que llevar a una psicóloga. La psicóloga me recomendó meterla en clases de cosas que le ayudaran en su coordinación motora, como por ejemplo, algún deporte. Yo sé que suena como con muchos privilegios, pero yo por ejemplo la metí en una clase de tenis, pero esos son el tipo de sacrificios que yo digo, es lo ideal, porque es la coordinación entre la pelota que viene y le tienes que responder mientras corres; a las personas con déficit de atención eso las ayuda. Entonces, *quiero darle a mi hija todo lo mejor*, todo lo que quiero para ella, todo lo que le hace falta, todo lo que le complementa su vida, pero eso al mismo tiempo es horrible en el tema de mis ingresos.

Entiendo que no se trata de suprimir las cargas mentales, sino de identificar qué factores las intensifican al grado de resultar manejables o no, cómo se imbrican con las desigualdades interseccionales del género, la nacionalidad y el nivel de calificación, qué elementos habilitan o inhiben la posibilidad de vivir los cuidados de forma recíproca, duradera y con la mayor corresponsabilidad posible. Ahí la agenda, el horizonte de justicia al que apunta esta investigación.

Patricia: “Tú tienes la teta, tú te haces cargo”

Me dirijo al centro de Coyoacán, un barrio que ha sido siempre mi lugar favorito en esta ciudad. Yo crecí muy cerca de ahí, por lo que es escenario de muchos de mis

recuerdos y es aún vigente como fábrica de nuevas memorias. Paso exactamente por la misma plaza y el mismo café donde poco antes hice una entrevista piloto a una querida profesora, la cual me ayudó mucho a afinar las técnicas de recolección de información. Ahora, estoy a punto de hacer una de mis últimas entrevistas y siento que se va completando todo un ciclo en este proyecto de investigación.

Mientras su hija está en la guardería, Patricia tiene el espacio para participar en mi proyecto. Nos acomodamos primero en una banquita del parque, por donde mucha gente pasa cuidando a sus familiares, gozando del día, paseando a sus mascotas; ahí le planteo el itinerario de la entrevista y describo las actividades que vamos a hacer. Ella recién regresó a México después de pasar una temporada en su natal Cuba con sus hermanas, con quienes tiene un vínculo fuerte de cuidados mutuos, muy presente pese a las distancias geográficas.

Patricia se está acomodando nuevamente al ritmo de esta ciudad a la que tanto ama y en donde ha construido un proyecto de vida por elección, aunque su red se compone principalmente de otras extranjeras, “en la trayectoria de mis veinte años he tenido muy pocas personas mexicanas cercanas a mí, casi todas han sido precisamente cubanas o de otro país incluso, pero no mexicanas”. Además, me cuenta otra situación común entre mis entrevistadas, que es la dificultad para mantener relaciones de amistad con quienes no son madres. Ha tenido que reinventar sus lazos y marcar nuevas pautas de interacción con algunas amigas: “es que con un bebé no te puedes sentar a platicar. ¿Cómo me voy a sentar si Juliana lo que quiere es irse a correr o a montarse en ese caballo?”.

Patricia tiene una trayectoria migratoria notable, ligada a la consecución de sus diferentes posgrados y una carrera profesional que la ha llevado desde la investigación básica hasta nichos especializados en el mercado laboral muy bien remunerados. Esto le ha permitido mantener su autonomía económica, realizar estudios superiores en Francia y tener una propiedad en México.

La maternidad también fue para ella motivo de discriminación laboral, un antes y un después en su rango de oportunidades. En los trabajos que encontraba y que mejor se adecuaban a su perfil profesional, cuestionaron su capacidad para

atender viajes imprevistos y contingencias laborales si al mismo tiempo debía priorizar los cuidados de su hija. Una entrevista de trabajo se podía terminar abruptamente ante tal constatación: “—¿pero usted por qué no ha trabajado desde el 2019? — Ya le dije que es por maternidad...”. Además, “buscar trabajo es un trabajo. Tienes que hacer tus CVs y dedicarle dos horas al día a estar mandándolos, contactando gente”.

Su embarazo fue una experiencia muy difícil en términos físicos, con episodios frecuentes de mareos, náuseas, migrañas, algo que ella describe como incapacitante. Sin embargo, Patricia expone una situación de violencia doméstica que es perturbadora, razón por la cual encuentro indispensable revisar su caso. La presencia nociva del padre de Juliana, su hija, no sólo intensifica las cargas de cuidado, sino que les pone a ambas en múltiples y continuos riesgos. Enrique es un varón mexicano, también investigador y docente en un prestigioso centro de estudios. En una ocasión le propuso matrimonio a Patricia para dos meses después, terminar la relación, cuestión que la sumió en una sensación de desamparo e incertidumbre. Los problemas se agudizan durante su embarazo:

Tuve bastantes problemas con Enrique porque no sentía que fuera empático con mi estado de salud. [...] hubiese sido bueno si hubiera recibido más apoyo de su parte en cuanto a mi salud. Porque yo me sentía mal, mal, y él seguía su vida normal. Estábamos en pandemia y seguía saliendo, lo cual se me hacía súper irresponsable. Según él no, pero luego ya me di cuenta que sí salía, que sí se veía con gente. Porque según él se iba a manejar bicicleta solo, pero resultó que se seguía viendo con una persona con la que me había sido infiel. Él y yo ya estábamos embarazadas y era pandemia. [...] me parece que nos puso en riesgo, porque no se sabía nada de cómo podía afectar la enfermedad de COVID a un feto, a un embarazo, si podría haber secuelas. Pero eso era algo que él no visualizaba, parecía como si no le perteneciera, como que él no se quería hacer cargo. Así pasó todo el embarazo, la verdad es que fue muy duro para mí porque pues nadie me podía visitar. Yo tenía mucho miedo, me dio como agorafobia.

La cuarentena impuesta en la pandemia apuntala desigualdades de género al interior de las familias. Fue conocido que los índices de violencia doméstica aumentaron y, en el caso de Patricia, el padre de su hija sacó partido para comportarse de manera negligente con su embarazo y con la pareja en sí; de hecho, empujó la posibilidad de repetir infidelidades. Zozobra y soledad eran el sentir predominante: “yo no sentía que Enrique fuera compañía, estaba más preocupado por querer seguir su vida que por cuidar a la bebé. Al contrario, sentía bastante rechazo hacia las dos... Para mí fue una maternidad muy solitaria”.

Por si fuera poco, Enrique complicaba la situación a partir de ser negligente con su propia salud, un rasgo muy común entre nosotros los varones, que expone el efecto negativo de los mandatos de género masculinos, no sólo para los varones, sino porque sobrecargan a las mujeres con trabajo de cuidados:

Salió en moto quince días antes del parto, Juliana nació el sábado, y quince días antes Enrique se quebró la mano. Al quebrarse la mano no íbamos a poder tener ayuda y él con la mano quebrada... Yo no tenía idea de cómo cuidar a un bebé. Toda esa red de apoyo que luego te dicen ‘tu mamá te puede explicar, tu mamá te puede apoyar, tus hermanas’, pues no, porque era pandemia. Yo me la pasaba viendo videos de cómo bañar a un bebé, cómo dormir a un bebé. Y también todo eso de cómo dormir a un bebé, me pareció muy traumático para mí, yo no dormía casi, porque hablan mucho de la muerte súbita de cuna.

Este testimonio me hace pensar en el *descuido* como forma de violencia patriarcal: el ejercicio del despiste, distracción, desgana, desatención, abandono, omisión, olvido, negligencia, considerado como una forma de violencia hacia las infancias en la Convención de los Derechos del Niño (2011), Artículo 19.⁶¹ El descuido o *trato negligente* incluye la dimensión física, psicológica o emocional de la salud física o mental del niño, no protegerlo del peligro, no brindar atención médica cuando es preciso, no dotar de documentos de inscripción en su nacimiento, descuidos

⁶¹ Ver documento completo en: <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>

educativos y abandono.⁶² Me pregunto *¿por qué esta violencia por descuido no se tipifica hacia las madres que hacen trabajo de cuidado y absorben toda la labor de crianza?* Las expresiones de descuido que Enrique manifestaba denotan un claro uso de la violencia:

Me decía, *'tú tienes la teta, tú te haces cargo'*. Tan yo tenía la teta, que él desde hacía tiempo se había pasado a dormir a otro cuarto porque le molestaba en exceso que la niña se despertara a pedir teta y no lo dejara dormir. Y pues yo tampoco dormía. [...] ser mamá, es un trabajo de 24/7. No tiene fin. Porque tú toda la noche das teta, si tú decides dar teta. Y yo decidí dar teta, porque soy inmunóloga y se me hace súper importante para la salud de un bebé.

La total ausencia de corresponsabilidad, o su intermitencia, parcialidad, condicionamiento o voluntariedad contrastan con la obligación socialmente impuesta a las madres por atender la crianza. *La obligatoriedad impuesta en unas habilita la irresponsabilidad privilegiada de otros.* Se trata de una naturalización de la maternidad por las supuestas capacidades biológicas que tienen las mujeres para criar (en este caso, dar la teta) que se acentúa con la feminización de los cuidados mediante el ejercicio del descuido. Así, la decisión de dar lactancia exclusiva que prioriza la salud infantil (no así la materna), tampoco estaría bien enmarcada como una consecuencia lógica de una decisión individual, tomada por una madre en beneficio de su hija. Al contrario, es precisamente por el ordenamiento patriarcal de los cuidados que esta decisión cuidadora se torna en suplicio; *el descuido de unos intensifica la carga de cuidados de otras.*

La respuesta de otros miembros de las redes de cuidado, partícipes del reforzamiento del régimen de género patriarcal, también revictimizan a Patricia y

⁶² La definición de descuido excluye los casos en los que progenitores que no cuentan con los medios para satisfacer el cuidado de sus hijos, por ejemplo, no ejercer su patria potestad por pobreza extrema. En México, la Ley General sobre Abandono de Niñas, Niños y Adolescentes (2014), en su Artículo 22 suscribe esta misma orientación normativa. Ver: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA.pdf>

legitiman el uso de la violencia. Ella me cuenta sobre la respuesta de su padre ante una infidelidad de Enrique que ocurrió en su última estancia en Cuba:

Yo misma le presenté a una persona, a una «amiga», que hace escalada profesional. Entonces él a cada rato se iba a escalar y terminó poniéndome el cuerno con esta persona que yo conozco desde que tengo trece años. Entonces yo me doy cuenta y le digo que ya no más, que ya no hay vuelta de hoja, ya más bajo de eso no se podía. Aquí hay dos cosas, sus infidelidades y además su falta de responsabilidad con la paternidad, que no asumía su responsabilidad con la paternidad. [...] me sacó de base que mi papá me dijera que era más fuerte la familia, o sea, me insinuó que era más fuerte la familia y que había cosas que uno tenía que perdonar y que aguantar.

También la opinión «constructiva» de algunas amigas resultaba lacerante ante un contexto en el cual Patricia estaba entre la espada y la pared. La carga de la responsabilidad, el buen juicio y la congruencia siempre estuvo sobre ella; en ningún momento se confrontó la violencia de Enrique. Patricia misma fue resiliente, digería y confrontaba los «consejos», aprendiendo de lo injusto:

‘Tú, una profesional, doctora en ciencias inmunólogas, ¿qué vas a ir a hacer a México de mantenida de un tipo que te es infiel todo el tiempo?’ La palabra *mantenida* me quedó así, dije, ‘Dios mío, soy una mantenida’. Pero ahora digo, no soy una mantenida. La verdad es que ser mamá es el trabajo más difícil que yo he hecho en toda mi vida. Yo he trabajado en muchas cosas. Pero ser mamá es el trabajo más difícil y más desgastante que he hecho en toda mi vida, porque es entregarle todo tu ser a una personita que no conoces. Porque todo el mundo piensa que nace el bebé y ya, y lo amas. No. Primero estás preocupada porque sobreviva. Y más si te sientes sola. Es mi responsabilidad que esta personita respire, se mantenga bien y es a costa de la mamá.

Patricia da testimonio, con su pastel del uso del tiempo, que “cuando uno tiene un hijo, tiene que pensar que el tiempo ya no le pertenece todo a uno”. El orden del

deseo individual, del gusto personal, de lo que autónomamente se pondría en marcha, resulta contrastante con lo que la lógica individualista dicta (el *tiempo propio* que criticó Victoria). La agenda de cuidados ya denunciaba esa disparidad entre el logro individual y el bienestar colectivo, la deseabilidad de una justicia objetiva y mensurable ante las complejas necesidades de lo común, lo intrincadamente (im)posible de vivir la comunidad, ser comunidad.

Priorizar el logro personal o el cuidado materno no se trata de una mera elección individual. Tampoco es llanamente un «privilegio» poder cuidar con tanta dedicación y disponibilidad en un contexto en el que la disponibilidad continua y la vigilia cuidadora podrían marcar una desigualdad de género. Estas decisiones se toman desde la propia experiencia en donde las afecciones íntimas y traumáticas son una brújula calibrada desde la vivencia cruda, en carne propia, más que un cálculo optimizador del tiempo invertido:

Muchas mujeres hemos sido abusadas sexualmente, yo incluida, en situaciones que no sabíamos que era abuso. Yo creo que nos pasa o a mí me pasó y a muchas amigas nos ha pasado, y lo callas y lo normalizas. Pero si a ti de pequeña te dan la orientación y te dan la base, ese fundamento de que si te sientes incómoda con algo lo puedes decir y será validado, eso se te queda en tu impronta y tú de grande lo vas a decir. Entonces, ser yo la persona que estuviese al lado de Juliana dándole esa impronta, esa formación, era muy importante. Yo decidí quedarme con ella.

Con mucha honestidad y valentía, Patricia ha expuesto una dimensión invisibilizada de la VDG que viven las mujeres, en este caso, migrantes calificadas. Encuentro necesario comenzar a entender el descuido (masculinizado) como una agresión no tipificada hacia las personas cuidadoras. A la vez, la reapropiación de la propia experiencia de haber sido violentada se traduce en una forma de cuidar a su hija ante posibles riesgos, los cuales abundan en contextos patriarcales y demandan el trabajo de diseñar estrategias de supervivencia. Esto es, a partir del sufrimiento, encontrar maneras de preservar la vida.

A modo de cierre

En este capítulo se analizan de modo narrativo las entrevistas hechas a nueve mujeres migrantes calificadas, casos paradigmáticos de mi investigación. Utilizo una voz presente que muestra tanto el proceso como el flujo de ideas, emociones y reacciones. Con ello, pretendo aproximarme a la densidad de la experiencia y captar las contradicciones y estrategias que ellas desarrollan. Se trata de un entramado rico en intersubjetividad, en el cruce de contingencias estructurales y subjetivas.

En este sentido, los fenómenos subjetivos e intrapsíquicos son sintomáticos no de un padecimiento individual, sino de un ordenamiento político, económico, social y cultural que legitima la explotación intensiva del trabajo de cuidados y, por ende, sostiene la extracción masiva de plusvalor para el capital. Dar cuenta de la multiplicidad de expresiones subjetivas no sólo revela la experiencia individual de mis entrevistadas, sino el contexto global, generalizado y masivo en el cual la mano de obra cuidadora subvenciona al sistema. *Lo personal es político*, se denunció en los años 70 y sigue vigente.

Espero que estos testimonios ilustren cómo los proyectos migratorios no responden exclusivamente a motivaciones individuales y que las redes familiares, profesionales y entre migrantes son factores clave para las mujeres y poder construir su autonomía económica, subrayando la agencia y protagonismo. Asimismo, que los arreglos intrahogar siguen estando injustamente sobrecargando de cuidados a las mujeres y que es urgente democratizar el cuidado. Finalmente, a partir de sus experiencias situadas, estoy subrayando *el papel de la experiencia subjetiva en la construcción material del bienestar social*, pensando en que los cuidados fungen como la base invisible del desarrollo desigual. La crítica al modelo de *desarrollo desigual* que propongo desde una lectura psicosocial, apunta a denunciar la *instrumentalización patriarcal de la subjetividad femenina* y la invisibilización de cargas mentales que repercuten en su salud. El trabajo de cuidar sostiene transnacionalmente el bienestar colectivo en múltiples vías y arreglos, pero son todos injustamente asignados a mujeres, a costa de su bienestar físico y su autonomía mental, obstaculizando su proyecto deseado de vida.

CAPÍTULO 6. Una mirada transversal a las experiencias situadas

Poco a poco mi frustración dejó de ser mía y empezó a encontrar una razón más allá de mi piel y los muros de mi casa. Empezó a convertirse en furia. [...] Al entender todo esto, me sentí un cuerpo usado, despojado de la capacidad de decidir, desconfié incluso de la ternura hacia mis hijas.

Daniela Rea Gómez, *Fruto*.

En este capítulo hago un recorrido transversal por los veintiún testimonios de las madres migrantes entrevistadas. El propósito es afinar los hallazgos derivados del material empírico a partir de retomar, a varias voces, lo que se sedimenta en la experiencia individual y colectiva. Conecto los puntos entre algunas de las categorías de análisis más representativas con sus respectivas implicaciones y compromisos teóricos, mientras debato sus significados y contrasentidos en triangulación con la literatura.

Me interesa con ello mostrar ciertos patrones comunes e interpretaciones plausibles a situaciones que experimentan muchas de mis entrevistadas. A su vez, hay testimonios que reflejan con mucha precisión los apuntes que vengo desarrollando y que encuentran resonancia también entre diferentes mujeres migrantes calificadas. Desde el capítulo anterior, busco recuperar la polifonía de voces que tejen esta investigación; en este sexto capítulo lo intento a partir de una mirada más abstracta, menos particular, pero con similar enfoque, resaltando la elocuencia inter-testimonial.

Migrar es cuidar(se)

Las madres migrantes latinoamericanas en México tienen trayectorias de movilidad diversas, motivadas por una combinación de factores académicos, profesionales, familiares, así como por decisiones activas orientadas a salvaguardar su seguridad y bienestar. A pesar de aquella lectura enfocada en los factores de expulsión o de atracción, resalta la agencia de mis entrevistadas para trazar un proyecto migratorio personal-familiar en medio de circunstancias disímiles, a veces adversas, siempre colindantes con su deseo de crecer profesionalmente.

Algunas madres han consolidado su proyecto migratorio ante la imposibilidad de regresar a sus países de origen, obligadas por situaciones de violencia e inestabilidad social, política o económica. Relatan la hostilidad que enfrentarían si tuvieran que retornar, como mujeres, profesionistas, migrantes y madres. Laura, investigadora y madre asentada en México, describe las dificultades de la vida en El Salvador, especialmente en términos de seguridad y crianza, lo que influyó en su decisión de migrar:

Yo soy la única de mis hermanos que nació en El Salvador. Salí a los nueve meses por la guerra. Por la cuestión de la guerra. Porque si nos quedábamos, iban a matar a mis padres. Entonces yo crecí la mayor parte del tiempo en Costa Rica. [...] El Salvador es un país terrible para los niños, terrible para la crianza. Mucha violencia, los niños no pueden andar caminando, hay un terror a la vía pública. Ahora con el estado de régimen de excepción, quién sabe cómo esté, pero digamos, no hay parques, la gente está muy encerrada, es complicado (Laura, madre salvadoreña).

Para Laura, como para otras madres, la búsqueda de seguridad y una vida digna fue primordial en su decisión de permanecer en México. Las diversas situaciones de violencia e inestabilidad son decisivas para muchas madres que buscan resguardo y estabilidad en México. Deciden poner la vida al centro, cuidar a su familia y permitirse soñar con un mejor futuro desde un presente habitable. En ese sentido, sus trayectorias migratorias están profundamente influenciadas por su compromiso con el cuidado de sus seres queridos, sus carreras y sus propias vidas.

Valentina, madre venezolana, no carece del deseo de regresar, sino que no considera viable vivir allá debido a las condiciones actuales del país. Ella ha traído a su madre y a su hija a México con motivo de brindarles lo mejor que esté en sus manos, dejando atrás tanto un pasado anhelado como un presente inhabitable. Asimismo, Fernanda, madre cubana con una trayectoria académica ya consolidada en La Habana, decidió migrar a México para buscar un futuro sano y más prometedor, pese a tener una plaza asegurada en su país de origen. Rememora sobre su tierra natal:

Nosotros vivíamos bien. Vaya, bien para lo que se vive en Cuba. Yo trabajaba en la universidad, mi esposo tenía su trabajo, la escuela, todo lo demás. Pero a mi papá le dio un aneurisma y una serie de locuras, de negligencia médica. Y para lo que yo te cuento, falleció en once días. Eso a mí me golpeó muchísimo y me zarandeó todo. Mi papá murió en agosto y yo me vine acá enseguida y me encontré un trabajo bien. Esa fue mi decisión de que yo de este país me voy porque por aquí la gente se muere (Fernanda, madre cubana).

Es común escuchar de parte de mujeres profesionistas que refieran como motivo migratorio la búsqueda de oportunidades académicas y laborales, con la intención de mejorar sus vidas y las de sus familias. Muchas de ellas son ambiciosas, se ponen altos estándares de productividad laboral y académica, buscan llevar sus carreras al mayor desarrollo posible. Otras madres han experimentado tanto migraciones internas dentro de sus países de origen como migraciones internacionales continuas en diferentes países para alcanzar estas aspiraciones. Para Viviana, madre colombiana, su migración a México fue cumplir su sueño de estudiar un doctorado y, en un inicio, viajó sin traer a su hija con ella:

Entonces me vine a estudiar a México, esta fue mi segunda migración, mi segunda decisión. Yo soy una especie adaptativa porque emigré primero al interior en Colombia y luego acá. He aprendido que uno tiene que disfrutar donde está, lo que tiene, y no estar sufriendo por lo que no tiene. Y feliz con mi doctorado, llegué a estudiar. Yo vine en septiembre y me vine sola. Fue muy duro porque yo en Manizales tenía casa propia, mi hija tenía su cuarto de juego, su cuarto propio. Tuve que dejar a mi hija. Estuvimos separadas como seis meses (Viviana, madre colombiana).

También reportan experiencias más cercanas a la aventura donde la migración es una oportunidad para explorar nuevos horizontes. Estas trayectorias pueden estar motivadas por el deseo de cambio y la búsqueda de nuevas experiencias. Kata migró desde Chile a México por tierra, buscando nuevas oportunidades y una vida diferente a la que tenía en su país de origen. En México formó una familia y se

asentó definitivamente; describe su identidad como «chilenga», mitad chilena, mitad chilanga.

Me parece necesario narrar estos testimonios que demuestran cómo ellas deciden activamente migrar, ligando sus movimientos a oportunidades de desarrollo académico y profesional, así como a sus deseos de viajar y conocer el mundo. Describen trayectorias itinerantes, en constante evolución, historias de autonomía y de empoderamiento. Sus experiencias reflejan una mezcla de desafíos y oportunidades, con decisiones tomadas bajo ciertos parámetros vitales que de ninguna forma diluyen su agencia; por el contrario, la subrayan. Con su movilidad, se cuidan a sí mismas y el futuro que auguran para sus familias tanto en el país de origen como en el de destino.

El pivote del arraigo cuando el mundo gira

Los vínculos familiares ejercen una influencia profunda en la vida y trayectoria migratoria de las madres latinoamericanas en México, moldeando sus decisiones y proporcionando un apoyo emocional crucial en su travesía. La pérdida de un ser querido (madre, padre, hermano, etc.) reconfigura los vínculos emocionales con su país de origen y modula las decisiones sobre la migración:

Yo lo viví cuando murió mi mamá, sentí como si cortara la rienda. Yo como que le «debía» y no la podía soltar económicamente, por su salud y porque era súper mamá. Yo tenía un ancla. Cuando mi mamá se muere, yo siento, 'bueno, yo allá ya no le debo a nadie' (Victoria, madre uruguaya).

Estos desplazamientos físicos y emocionales que de forma itinerante se tejen entre países de origen y destino están marcados por momentos tanto de dolor como de solidaridad, delineando el curso de sus trayectorias migrantes y la intensidad de los lazos familiares. La necesidad de cuidar a familiares enfermos también refleja una fuerte conexión emocional y un compromiso activo con el bienestar de sus seres queridos a la distancia.

A pesar de las brechas geográficas y afectivas, las tensiones y los muchos desafíos en las relaciones familiares (no siempre de consanguinidad), estas madres

migrantes mantienen vínculos profundos y significativos con sus familias. Estos lazos también les brindan un sentido de pertenencia y apoyo ante circunstancias desafiantes. A través de intercambios emocionales y prácticos entre países, encuentran consuelo y fortaleza en el amor y la solidaridad, demostrando que, incluso en la distancia, los lazos familiares son una fuerza poderosa que impulsa sus vidas.

La solidaridad familiar y la necesidad de cuidar, de resguardar, se expresa de formas diversas. Desde ocultar situaciones difíciles para «proteger» a sus familiares hasta asumir un papel activo en el cuidado de padres enfermos, ellas demuestran una profunda implicación emocional y una capacidad de autonomía para manejar situaciones difíciles. También, la distancia geográfica puede convertirse en una barrera protectora de la familia circundante como relató Victoria sobre cómo cuidó a la distancia a una amiga suya:

La estaba cuidando más yo que las 108 personas que tenía alrededor. Ella no le había contado a la hija su problema de salud, sólo lo sabía su pareja. Nadie de su familia, tiene cinco hermanos, dos padres, cinco sobrinos, nadie sabía. Entonces estaba súper demandada de trabajo y tenía que hacer una dieta de caldo y fruta. Y estaba tomando exámenes desde la mañana, a distancia. Nadie estaba en su casa y no tenía nada para comer. O sea, ¿nadie te preparó un caldo, Valeria? De 74 hermanos y 34 sobrinos, ¿todos son tan inútiles? ¿nadie te quiere? Obviamente, ella no había dicho nada... (Victoria, madre uruguaya).

En esta investigación, también he encontrado que muchas madres migrantes viven una preocupación constante no sólo por los miembros de la familia en su país de residencia, sino por la familia extensa que se quedó en el país de origen, cuestión que hace de las exigencias económicas y morales una pesada carga. La movilidad internacional, empero, no les libra de sus deudas con la familia, sean éstas simbólicas o materiales. Las exigencias familiares en origen y destino exacerbaban el componente de responsabilidad moral y emocional que reside en los cuidados transnacionales, extrapolando la subjetividad más allá de la geografía.

Las prácticas patriarcales cruzan fronteras en la forma de normas intergeneracionales de gratitud y el deber ser de una buena hija. Las mujeres migrantes son más propensas que sus hermanos varones y otros hombres en la familia a recibir las responsabilidades de sostener material y emocionalmente a sus familias en el país de origen. Muchas de ellas son el principal sostén económico de su hogar en México y del hogar donde crecieron en su país de origen. Como Jimena, madre colombiana, refirió, sus padres abiertamente manifiestan que su hija es “su plan para el retiro”.

Anne Ancelin-Schützenberger pensaba que “una huida frente a las obligaciones familiares puede impregnar todas las relaciones humanas del individuo, petrificado por una culpabilidad insoportable, difusa y sin objeto” (Ancelin-Schützenberger, 2018: 50). Un duelo no elaborado por efecto del distanciamiento puede llevar a cortar lazos y «quemar las naves», creando distancia física, virtual y emocional con personas en el país de origen como estrategia activa de afrontamiento.

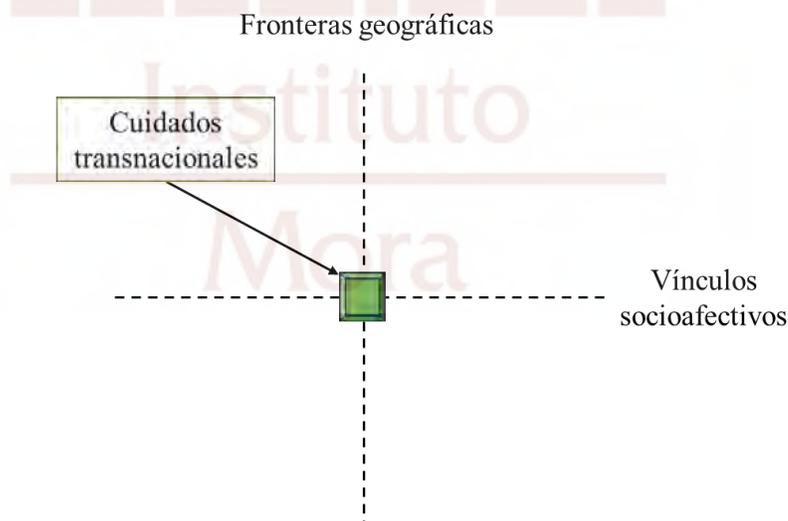


Fig. 3 Espacio de los cuidados transnacionales en el cruce de las fronteras geográficas y los vínculos socioafectivos. Elaboración propia.

Sensibilidad y frontera. Delimitaciones culturales y de género

Las trayectorias migratorias están teñidas por diferentes procesos de choque y adaptación intercultural que las personas experimentan. Es de mi interés referir

algunos de estos encuentros interculturales y develar el impacto que tienen en el bienestar de las madres migrantes latinoamericanas en México, la organización de los cuidados en sus hogares de destino y de origen, así como en la (im)posibilidad de encontrar arreglos más justos. También es necesario resaltar las estrategias que ellas adoptan para sortear aguas revueltas por categorizaciones y marcadores sociales diversos.

Dejar sus redes familiares y de amistades atrás para reinventarse en otro país no es tarea fácil. Crear un ecosistema vital a partir de incipientes lazos con algunas personas en los países de destino supone un arduo trabajo de confección, la labor de fabricar el tejido social y las redes de apoyo. Aunque algunas logran establecer amistades y vínculos solidarios, la falta de una red sólida y sostenible puede representar un factor de vulnerabilidad, exacerbada por sentimientos de soledad, choque cultural y morriña. Entiendo la importancia de estos procesos interpersonales en dos sentidos:

1. Afectan directamente su calidad de vida, bienestar personal y familiar, y su capacidad para ejercer y sostener los cuidados en sus hogares.
2. Se vuelven indispensables para que la vida sea sostenible y salvaguardada bajo el abrigo de grupos y comunidades cuya filiación y pertenencia requieren *trabajo de parentesco*.

Como ya he mencionado, es frecuente que personas que forman parte de estas redes sean otros connacionales o personas con cierta sensibilidad. Victoria, madre uruguaya, refería a la *sensibilidad migrante* que tiene personas que vienen de otros estados o que tuvieron una experiencia migratoria. Dificultades en las interacciones con personas locales y un mayor número de vínculos con connacionales y otras personas migrantes son frecuentes entre mis entrevistadas:

Todos mis contactos son migrantes. Él es argentino, ella es boliviana, ella es colombiana, él es boliviano, ella es la psicóloga de mi hija y es brasileña, ella es colombiana, ella es de Zacatlán de las Manzanas, él es de Veracruz, él, español. ¿Qué te puedo decir? Boliviana, boliviana. Ella es nicaragüense. Es

bien fuerte que no tengo lazos aquí en México. O muy pocos, muy, muy pocos (Belén, madre boliviana).

Estas configuraciones sugieren la existencia de barreras de comunicación cultural y emocional, que fueron referidas por Victoria como *fronteras de traducción*. La carencia de un lenguaje común para tejer interacciones significativas, de mutuo entendimiento y constructoras de entornos de confianza, no sólo apela a diferencias culturales, sino también a otras categorías de diferenciación política y social, como lo son el género, la clase y el color de piel. Las experiencias de discriminación, tanto para ellas como para sus familias, generan tensiones adicionales y minan su sentido de seguridad y pertenencia:

A mi hijo una vez le dijo un niño que por qué no regresaba a su país en barco. Él no se dio cuenta, me lo dice y yo me di cuenta que fue una cosa así de racismo, de discriminación. Y yo le dije a mi hijo “tú eres mexicano igual que él. Tú naciste en este país, tú eres mexicano. Tus papás son extranjeros, son cubanos, tú tienes sangre cubana, pero eres mexicano porque tú naciste en este país”. Él no entendió porque era muy chiquito. Estaba en kínder, imagínate. Entonces, si en kínder le pasó eso, en primaria y cualquier otro grado, le va a pasar. Y no solo en la escuela, le puede pasar en cualquier lugar. Me gustaría que mis hijos no tengan que pasar por eso. (Rosita, madre cubana)

Aunque muchas encuentran un sentido de identidad y arraigo en México, otras enfrentan desafíos adicionales debido a la pigmentocracia, el machismo y la xenofobia presentes en la sociedad mexicana. Esta falta de reciprocidad en las relaciones sociales puede llevar a sentimientos de aislamiento y desencanto. Las barreras estructurales y sociales, estereotipos y estigmatizaciones dificultan su integración plena en la sociedad mexicana, obstaculizando que se viva en un ambiente más inclusivo y acogedor hacia las personas migrantes.

Además, la migración también trae consigo preocupaciones financieras y legales, como la dificultad para encontrar trabajo estable en el país de destino o los obstáculos para obtener la residencia. Estos desafíos impactan no solo en su vida

cotidiana, sino también en su desarrollo profesional y académico, limitando su acceso a oportunidades de estudio y crecimiento profesional. Por ejemplo, si no han accedido a una residencia permanente o se han naturalizado mexicanas, enfrentarán una vulnerabilidad social derivada de su estatus migratorio incierto, lo que añade una capa de angustia a sus vidas diarias.

Como relató Blanca, madre nicaragüense, el egresar del doctorado puso el reloj en su contra en cuanto a buscar desesperadamente una carta laboral o académica que le permitiera renovar su residencia temporal y así, permitirle a ella y a su hija Suri permanecer en México. El contexto adverso del país de origen puede ser un fantasma que afecte su libre desarrollo y paz mental. Asimismo, vivir en un barrio donde prevalezca un ambiente de inseguridad que demande mantener una actitud vigilante sobre la integridad física y los bienes materiales, intensifican el trabajo de cuidar, esta vez, ligado a factores externos hostiles. En este sentido, la política de atracción migratoria por concepto de becas de posgrado carece de la sensibilidad adecuada para garantizar el bienestar de una madre y su hija, poniendo en riesgo su integridad. Se trata de una omisión que no considera de forma proactiva el grado de vulnerabilidad de algunas personas migrantes según su nacionalidad, su situación familiar y su estabilidad laboral.

A pesar de estos desafíos, muchas madres migrantes mantienen un vínculo emocional significativo con su familia y se sienten agradecidas por lo que México les brinda tanto a ellas como a sus parejas. Refieren oportunidades de crecimiento personal y profesional que han surgido gracias a la migración y experiencias de cómo han contribuido a la comunidad local y se han integrado positivamente. Por lo tanto, para las madres migrantes latinoamericanas en México, establecer redes de apoyo, tanto formales como informales, se convierte en una piedra angular para su bienestar:

México, lo evalué muy bien como opción, lo que me podía ofrecer el país en cuanto a mi formación académica y esa fue como una de las decisiones de por qué me vine. Ya el amor por la cultura, por las tradiciones, fue algo que me fue enamorando en el camino. Pero digamos que, para mí, México fue un

destino importante por mis intereses académicos. La verdad, siento mucho agradecimiento, muy buenas oportunidades que se han dado acá. Decidí finalmente este año que ya me quiero quedar en el país y que el vínculo que quiero con el país no es solo de residente, porque me arraigué, porque senté bases aquí, porque me siento ya mexicana (Jimena, madre colombiana).

Las redes y el factor de proximidad (con vecinas, amigas y otras mujeres) mediante nuevas tecnologías tienen un alto valor para las madres migrantes, quienes ven degradada la consistencia de sus redes y vínculos sociales por efecto de su movilidad internacional. No es de extrañar que los patrones de dedicación al fortalecimiento de vínculos estén feminizados. Cuando le pregunto a Claudia si hay una manera en su diagrama de red de cuidados para detectar quién vive en México y quién no, ella responde:

No. Porque fíjate que, para mí, esa división no es tan real, no es tan presente. ¿Por qué? justo creo que es una de las enseñanzas de la pandemia. Podemos acudir por WhatsApp, yo les consulto hasta las cosas más pequeñas (Claudia, madre colombiana).

La solidaridad migrante y de género, así como la familia de elección, no solo influyen en su identidad, sino que también proporcionan un sostén emocional y práctico invaluable. Las madres migrantes buscan establecer redes de cuidados que les permiten facilitar su movilidad (local e internacional), descargar o delegar trabajos de cuidados, intercambiar conocimientos, buenas prácticas y, por ende, tener más tiempo. Se trata de una inversión importante a su bienestar personal y familiar, que no se limita a los intercambios en un sentido utilitario, sino de un entramado social que les sostiene afectivamente.

Muchas veces, construir cohesión comunitaria incrementa la autonomía y movilidad de sus hijas e hijos a partir de conexiones con vecinas, amigas y personas dispuestas a cuidarles (Shliselberg & Givoni, 2018). Su autonomía está directamente relacionada con la intensidad de los cuidados que las madres migrantes deben brindarles, por lo que se refleja en un incremento de su tiempo libre y de su propia movilidad. Son valiosas las experiencias probadas de seguridad

en sitios conocidos, cuyos riesgos ya fueron sopesados y sean ambientes amigables para sus hijas/os, así como los espacios cohabitados por personas de la red de cuidados.

Mediante estas redes también se fraguan proyectos colectivos de solidaridad transnacional y el involucramiento en proyectos comunes, como cooperar con las cargas económicas y emocionales de los cuidados a distancia, planear (re)encuentros de infinito valor emocional y compartir transiciones memorables del curso de vida. Se cuida de forma colectiva tanto para fines personales, familiares o para ayudar a su país, mediante nuevas tecnologías de comunicación y gestos de sororidad y hermandad. *Cuidar digitalmente (en red u online) es parte de la reapropiación micropolítica de las tecnologías y de una lucha por despatriarcalizar los medios digitales.*

La construcción del parentesco no consanguíneo se erige como un pilar esencial en la vida de las madres migrantes, quienes encuentran en diversos grupos de mujeres tanto locales como transnacionales un espacio para compartir experiencias y solidarizarse en la crianza y el cuidado. Muchas veces, ellas enfrentan obstáculos en las relaciones con la familia de sus parejas, marcadas por desencuentros y falta de confianza, así como en la dificultad para tejer redes de cuidados, debido a visiones conservadoras, tradiciones machistas arraigadas o valores irreconciliables.

[La familia de mi esposo] como que no es una familia como yo conozco. Yo conozco una familia en la que se platica. Sus papás tienen un nivel cultural muy bajo, son muy de pueblo; no estoy criticando con algo negativo, pero están en otro canal. Hablarles para mí, es muy difícil, es muy complicado, no hay una conversación de dos lados. Su mamá siempre está hablando de sus cosas, historias que ya repitió. Como que no tienen visión del mundo ni conocen nuestro mundo (Olivia, madre brasileña casada con un oaxaqueño).

Muchas de ellas enfrentan obstáculos para entender la cultura mexicana y experimentan sentimientos de vacío y orfandad. El trabajo de parentesco también devela situaciones de frustración e insatisfacción con el vínculo hacia otras

personas. Como reflexionó Claudia, madre colombiana, “son más redes pesadas, de obligaciones, de compromiso, de dolor, de tristeza, pero no de retroalimentación; como que siempre me están pidiendo”.

El trabajo de parentesco puede generar sentimientos contradictorios, combinando satisfacción y realización personal con agotamiento, estrés y vulnerabilidad emocional. A menudo, no es recíproco, implicando costos significativos en términos de tiempo, afectos y vulnerabilidad emocional. Esto puede resultar en desequilibrios y sentimientos de explotación o falta de reconocimiento. Las personas que realizan este trabajo enfrentan presiones de cumplir con expectativas sociales y morales, lo que puede inducir sentimientos de culpa, vergüenza y remordimiento.

Este trabajo incluye un componente significativo de trabajo emocional, donde deben gestionar no solo sus propias emociones, sino también las de aquellos a quienes cuidan. El entramado de normas intergeneracionales de gratitud impone altas expectativas generizadas que operan distinto para las hijas que para los hijos. Aquí encuentro un área de oportunidad que podría enriquecer el capital social mediante la reciprocidad, colaboración y solidaridad, creando un sentido de comunidad e interdependencia a partir de mayor igualdad de género.

En contextos situados y desde una ética del cuidado, las personas no son intercambiables. No es siempre posible —a veces, imposible e ilegal— cambiar los vínculos de interdependencia que se tejen en estas redes de cuidados. Las normativas legales que regulan el cuidado y la responsabilidad hacia personas dependientes, impactan y estructuran el trabajo de parentesco, imponiendo deberes legales y morales. Una lectura economicista que entienda el trabajo de parentesco como el simple cálculo racional para maximizar el capital social, omite la perspectiva relacional que proponen los cuidados.

En conclusión, el trabajo de parentesco para las madres migrantes latinoamericanas en México es un proceso complejo y vital que involucra la creación, mantenimiento y reparación de vínculos sociales tanto familiares como no familiares. Sin embargo, *la invisible e importante labor de tejer, reparar y mantener*

el capital social, no se computa dentro del tiempo dedicado a los cuidados ni se entiende como un trabajo. Es otra dimensión opacada, no sólo por los sesgos androcéntricos, sino por una comprensión del tiempo como una magnitud cronometrable y neutra al género.

Determinantes psicosociales que agudizan los cuidados

Las madres migrantes latinoamericanas en México enfrentan una serie de dificultades significativas en el ejercicio de los cuidados, que van desde el equilibrio entre el trabajo remunerado y el trabajo de cuidados hasta la falta de apoyo familiar y las tradicionales dinámicas de género arraigadas en origen y destino. El trabajo de cuidados, muchas veces invisible y subvalorado, se convierte en una labor de 24/7 que demanda un sacrificio constante de tiempo y bienestar personal.

A menudo, se ven obligadas a sacrificar su tiempo y su identidad personal para atender el mandato de género que feminiza los cuidados, enfrentando dificultades para conciliar la maternidad con otros aspectos de sus vidas, como el trabajo o los estudios:

Es que te etiquetan. Si el niño está enfermo lo cuidas tú, hay que dejar de trabajar. ¿Hay que llevarlo a la peluquería? Tienes que ir tú, ¿a la tienda? Pues tú. ¿Por qué? ¿Qué te impide a ti como hombre ir a una peluquería? ¿Qué te impide a ti como hombre ir a una tienda? ¿Por qué no puedes ir? [...] No sé por qué, por ejemplo, no han llevado a mi suegra al médico en seis años. Ella tiene Parkinson crónico, ya tiene que ir al médico. Pues no la llevaron ahora en Cuba y dice él [esposo] que cuando venga la va a llevar. Al final la voy a llevar yo. Casi que soy bruja para decirte eso (Fernanda, madre cubana con esposo cubano).

Las relaciones problemáticas, así como los diagnósticos de salud en la familia, intensifican la carga de cuidados y dificultan aún más la conciliación entre la vida laboral y familiar. Esto se presenta en situaciones menos apremiantes que una enfermedad, como acompañar a la suegra a la estética o a comprar ropa, hacerse

cargo de pagar los servicios del hogar, hacer una lista de lo que falta en casa, comprar la despensa o atender a las mascotas.

Otra forma intensiva de cuidar es, por ejemplo, cuando Blanca decide brindarle una vida diferente a su hija Suri, al menos, diferente a la que ella le tocó experimentar cuando era niña. Blanca elige un estilo de crianza en donde exista una disciplina menos estricta que no sature a su hija con actividades domésticas o permitirle algunas conductas que le podrían ser sancionadas, como ver televisión mientras come o usar dispositivos electrónicos. Blanca opta por este esquema a sabiendas de que ella misma tendrá que asumir más trabajo en casa o de supervisión de contenidos televisivos e internet, porque ella y Suri viven «solas» en México, no hay más personas en su red que pueda descargarle de actividades de cuidado. Prefiere canalizar en su hija los pocos momentos que podría liberar de su propio tiempo, “yo me quito ese espacio, ese tiempo de mí misma para dárselo a ella” en un acto deliberado de sacrificio, una especie de *robo hormiga a su tiempo propio* vertido en la crianza así elegida.

Entonces, se intensifican los cuidados por decisiones propias, quizás menos atravesadas por el mercado de lo que plantea originalmente el canon de la maternidad intensiva o el estereotipo de la madre *abnegada*, que de forma afirmativa sobre su identidad como cuidadoras. Asimismo, el abandono paterno, un contexto de baja densidad de redes de apoyo, vivir en una familia monoparental y también las condiciones de inseguridad en el entorno generan preocupaciones adicionales y precauciones extraordinarias. Las desigualdades de género arraigadas en la sociedad, la ausencia o falta de corresponsabilidad social y de género, vuelven la carga de los cuidados algo unilateral.

Aunado a ello, situaciones de violencia, manipulación y conflictos legales pueden generar ansiedad, estrés y miedo, especialmente cuando se trata de decisiones relacionadas con la custodia de sus hijas e hijos:

El papá presionó muchísimo para que tuviéramos custodia compartida, que él se llevaba al niño una semana y lo tenía en su casa, y el niño permanecía aquí una semana conmigo. Parte de su intención es no pagar la manutención

y aparte a él le sirve para quedar bien con todo el mundo porque es un papito comprometido (Claudia, madre colombiana).

Tanto la ausencia paterna como su participación itinerante en la crianza, su presencia intimidante y violenta, desencadena tensiones adicionales, afectando la salud emocional y el bienestar de las madres migrantes. La falta de red de apoyo para ejercer el cuidado aumenta, además de la carga de trabajo, la sensación de soledad, desamparo y orfandad. La falta de personas de confianza es un corolario de los procesos migratorios; *la carencia de redes estables y disponibles en donde compartir el trabajo de cuidados repercute en el autocuidado de las madres migrantes, dificultando el poder denunciar situaciones de violencia de pareja.*

Asimismo, la estructura de desigualdades de género impacta sobre las madres migrantes en la construcción de su subjetividad. Las consecuencias de esta naturalización de los cuidados tienen efectos materiales concretos en sus vidas, siendo reforzada por los hombres y nuestro descuido sistemático hacia otras personas y hacia nosotros mismos (de Keijzer, 2019). Hay expresiones flagrantes de esa *irresponsabilidad privilegiada*, así como hay eventos de violencia de baja frecuencia, pero con alto impacto. Por ejemplo, los hombres podrían exhibir una falta de comunicación hacia sus parejas mujeres sobre decisiones importantes, como cambios de trabajo u horarios, que redistribuyen las responsabilidades de cuidados:

Me molesta ahora, por ejemplo, antes mi esposo tenía ese mismo horario de nueve a nueve, pero trabajaba aquí en la [institución]. Entonces veníamos de la casa y en el tráfico yo podía hablar con él. Pero ahora ya no me da tiempo, casi nunca puedo hablar con él. Ese es uno de mis conflictos también. Porque él me reclama que él llega a la casa y yo me acuesto. Pero imagínate, si yo estoy aquí desde las ocho de la mañana, llego a la casa y además me pongo a atender la casa... a las diez de la noche yo tengo sueño. No me puedo esperar a que tú comas y te acuestes. Ese trabajo que tiene ahora ha roto la cosa. Por un lado, económicamente ha sido mejor. Pero se refleja negativamente en que está cansado o que sales de vacación y cada cinco

minutos lo están llamando por teléfono y tiene que dejar lo que está haciendo y contestar. Le llaman un día a las tres de la mañana y él contesta el teléfono. Y él no ve por qué está mal... la loca soy yo (Fernanda, madre cubana).

No es de extrañar que aparezcan en los testimonios, relatos sobre una *desidentificación con la maternidad*, dadas las injustas circunstancias en que se ejerce la maternidad y las diversas violencias de género implicadas (incluidas la obstétrica, la doméstica y los descuidos patriarcales), añadiendo capas adicionales de trauma y alienación. El que se enquiste el problema bajo el signo de un rasgo de individual o subjetivo, invisibiliza su raigambre estructural y sistémica, pese a que tiene décadas documentándose en la teoría feminista. Como expresó Guillaumine (2005: 38) sobre lo que actualmente llamamos depresión postparto, “¿qué otra cosa es sino la constatación de desaparecer?, que somos devoradas, no sólo física sino mentalmente”.

Incluso, aunque algunas madres migrantes cuentan con recursos económicos para contratar personal de trabajo doméstico y de cuidados, experimentan una sobrecarga de responsabilidades y una falta de apoyo en su gestión, generando sentimientos de frustración y agotamiento extremo. La reflexión de Olivia, madre brasileña, “frustración no sé de qué, [...] no hago nada, soy mamá completa”, resuena, por un lado, como un eco del problema *que no tiene nombre*, como Betty Friedan llama en su obra *La Mística de la Femenidad* (1963) al malestar generalizado entre mujeres de clase media, amas de casa estadounidenses cuya personalidad entra en crisis cuando ven sometida su individual a ser-esposas y ser-madres. Pregunta Friedan (1963: 57) “¿Qué hay en esta narración detallada de su vida confortable y hogareña que pueda realmente causar tal sensación de desesperación?”.

Por otro lado, siguiendo a Olivia, decir claramente que ella no hace nada más que ser madre de tiempo completo apunta a una dimensión invisibilizada de la apropiación mental que no se responde tácita o satisfactoriamente al corregir semánticamente el que cuidar es un trabajo no pagado. Encuentro más cercana su denuncia con una descripción fiel al régimen de explotación que vive en el cual ella

ha perdido parte de sí misma, su identidad como mujer profesionalista y productiva, que no se contenta con su rol reproductivo; un duelo congelado que pugna por visibilizarse y elaborarse.

Los testimonios de mis entrevistadas, con su respectiva decepción y furia, de muchas formas apelan al poder transformador de la dimensión afectiva y la fuerza política de su experiencia colectiva para así operar cambios materiales en un campo en disputa, que es el de la corresponsabilidad de los cuidados. Son invectivas contenciosas sobre la necesaria despatriarcalización del tiempo y la subjetividad. Encuentro en sus relatos un paralelismo con la *digna rabia* que proclaman tanto movimientos políticos como feminismos comunitarios para legitimar la indignación y articular su potencial político en las luchas sociales.

Los costos ocultos de los cuidados

Sobre su salud mental, las madres migrantes latinoamericanas en México enfrentan niveles significativos de estrés y ansiedad debido a la migración y la sobrecarga de trabajo de cuidados. La combinación de responsabilidades laborales y familiares crea una carga mental considerable que afecta su bienestar emocional y físico.

Algunas madres expresan el deseo de «desaparecer» para poder descansar, llegando al extremo de desear ser hospitalizadas sólo para dormir. La *carga mental* conlleva a sentimientos de aislamiento y agotamiento extremo que despiertan fantasías de fuga y evitación. Sin lugar a dudas, la falta de corresponsabilidad de la pareja, agravada por la falta de vínculos familiares o de amistades cercanas con las que otras mujeres no migrantes seguramente se apoyan en estas etapas, intensifica esta carga y la frustración que deviene de un arreglo patriarcal:

Toda la carga mental de estar viendo todo el tiempo, absolutamente todos los segundos del día, qué se necesita, los riesgos, qué podría pasar... Es muy cansado, es un tema muy cansado, tú estás pensando todos los segundos de tu día, especialmente cuando estás con tus hijos, que se pueden lastimar. Por ejemplo, [mi esposo] trae sus monedas en el bolsillo. Sabe perfectamente que un niño traga una moneda y es lo más peligroso que

hay. Se sienta, tira monedas por todo el lugar y él es el último en ver que hay monedas en el piso. Y yo siempre soy “oye güey, ¿Qué pedo con tus monedas, güey?”. Eso, desde hace cinco años. Entonces, es un tema que... O sea, los hijos son la prioridad número cien de los papás (Olivia, madre brasileña).

La *carga mental* describe una constante preocupación y planificación sobre las necesidades y tareas diarias, caracterizada por una lista interminable de pendientes y la evaluación continua de riesgos. Incluye tareas invisibles, no reconocidas y no valoradas que recaen desproporcionadamente en mujeres debido a las desigualdades de género y los mandatos sociales. Esto se refleja en la percepción de que las madres son las responsables de todo, incluyendo los problemas y traumas de la infancia (por su «excesiva» preocupación), mientras que los padres no se involucran igualmente en el cuidado y son premiados por un esfuerzo mínimo.

Las preocupaciones derivadas del cuidado de otras personas se extienden a personas no dependientes, como las parejas varones quienes podrían ser «independientes» —o no ser otra carga— pero no lo son, por sus privilegios patriarcales. En el caso de Rosita, madre cubana, el asma de su esposo y la necesidad de cuidados adicionales también son fuentes de tensión, que se acentúan por el descuido masculino, pero también por dificultades de acceso a la salud. Ella recuerda una difícil experiencia de negligencia médica y masculina que vivió en México:

Yo llevé a mi esposo con un ataque de asma al hospital de enfermedades respiratorias, al INER.⁶³ Eso fue hace unos años, todavía no teníamos a los niños. Él estaba con una crisis de asma y los compañeros de trabajo de él me dijeron ‘llévalo al INER, que son los especialistas’, y nos fuimos para allá. Me costó trabajo porque a él no le gusta ir al médico. Y llegamos allá y no me lo querían atender. La señora que es recepcionista me decía que cómo sabía ella, cómo yo sabía que era un ataque de asma. Que hasta que no llevara un

⁶³ Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias, hospital público del Gobierno de México.

papel del médico que dijera que tenía asma, no me podían atender (Rosita, madre cubana).

De forma similar, el sistema educativo mexicano representa otro obstáculo estructural significativo, debido a que sobrecarga de tareas tanto a las madres como a sus hijas e hijos:

Le digo a la maestra, 'el cartel lo tiene que hacer él [hijo], ¿verdad?'. Además, a mí me educaron a que las tareas eran de los niños, no de los padres. A mí, mi mamá nunca me hizo una tarea. Nunca en la vida me hizo una tarea. Las tareas son para los niños, las tienen que hacer los niños. Entonces, tienen que pedir tareas acordes a la edad del niño. La maestra me dice "no, le puedes poner las imágenes de la computadora". ¿Imágenes de la computadora?... Yo pongo a mi hijo a buscar las imágenes y ya le enseñé a que él guarde la imagen, pero yo tengo que preparar la imagen al tamaño que él necesita e imprimírsela (Rosita, madre cubana).

Asimismo, la inestabilidad económica y la falta de un patrimonio también generan preocupaciones constantes, afectando la calidad del sueño y aumentando el estrés general de las madres migrantes. Este relato fue común en madres emprendedoras de sus propios negocios y que tienen jornadas laborales extenuantes, a veces de 14 horas al día. Por ello, un deseo frecuente es poder contratar personas que les apoyen a sacar adelante alguno de los frentes que ellas atienden por sí mismas, ya sea en el trabajo doméstico o en el remunerado. Raquel, madre colombiana, me comparte:

D: ¿Hay algo que creas que debiera solucionarse o que podría, digamos, como aportar a que tú tengas un tiempo liberado más amplio durante esto?

A: Sí, tener otra persona que me ayude. Es lo que he estado pensando a largo plazo. Es tener otra persona que me ayude.

D: ¿A la distribución de productos o en la casa?

A: Puede ser una persona que me ayude en la parte del proyecto, del trabajo, y otra en la casa, por decirlo así. Porque igual seguiría trabajando. Si me va

a ayudar alguien en la parte del trabajo, yo entonces haría la parte de la casa. Si tengo el de la casa, yo seguiré con la parte del trabajo porque ya son dos cosas diferentes, pero necesito otras manos. (Raquel, madre colombiana)

El estrés también es proporcional a la densidad de la red de cuidados, lo cual redundaría en el valor de contar con otro par de manos, ya sea un arreglo contratado, subvencionado por el Estado o llevado a cabo por otros miembros corresponsables en el hogar.

La *carga mental* también está conectada con modelos de desarrollo y productividad extremos, configurando nuevos esquemas de (auto)explotación en extremo agotadores, que se hacen evidentes en los niveles de estrés y desgaste del cuidador contemporáneos. Implica un multitasking extremo que agudiza, intensifica y quintuplica la carga «habitual» del trabajo de cuidados. Este fenómeno de naturaleza subjetiva no se encuentra bien representado por los datos cronológicos en las EUT.

Muchas madres enfrentan un desbalance significativo en sus responsabilidades. Expresan deseos de cambiar aspectos de su rutina diaria para mejorar su bienestar, como ajustar horarios y encontrar más tiempo para actividades relajantes como leer y tomar siestas. Si bien estas soluciones pueden aliviar los síntomas del desgaste, se trata de un alivio temporal, empero, sustantivo e importante para cada madre migrante y su bienestar personal.

Las estrategias de manejo del tiempo revelan una adaptabilidad notable frente a las demandas tanto del trabajo remunerado como del trabajo de cuidados. Algunas integran el cuidado de otras personas como parte esencial de su tiempo, encontrando satisfacción en este rol y redefiniendo el concepto de tiempo propio. Otras, mediante un manejo eficiente de recursos, «inventan» y estiran el tiempo para priorizar las necesidades de sus familias, traslapando actividades y maximizando el uso de su tiempo disponible, alcanzando una *doble presencia*.

La doble presencia de las mujeres se refiere a su simultánea participación en espacios domésticos y públicos, así como en ámbitos virtuales y presenciales de

trabajo de cuidados. Esta dinámica genera, a su vez, una *doble ausencia*, donde las mujeres están físicamente en un lugar, pero física o mentalmente ocupadas con responsabilidades de otro. La doble presencia se manifiesta en traslapes entre trabajo remunerado, no remunerado y trabajo de cuidados, resultando en jornadas dobles, triples o infinitas. Incluye el cuidado y el descuido a distancia, intensificando la carga mental y aumentando la vulnerabilidad. Los costos incluyen tiempo, movilidad espacial y social, exacerbando el estrés y la presión sobre las mujeres. Muchas veces, esto ocurre a costa de su sacrificio del propio descanso, autocuidado y carrera profesional.

Por ejemplo, para las madres migrantes que se dedican a la investigación, docencia o actividades en el ámbito académico, pausar la consecución de logros en su carrera por atender las responsabilidades de cuidados puede llegar a detenerla por completo, ya que es muy difícil compensar el tiempo que no se invirtió en dar clases, hacer publicaciones, direcciones de tesis, colaboraciones en proyectos de investigación y otros requisitos que funcionan como un filtro:

[En pandemia] me costaba mucho trabajo, tenía que dedicarle mucho tiempo a preparar las clases que daba en la universidad. Y tenía a los niños chiquitos. Empezó la pandemia y yo preparando clases y los niños todo el tiempo interrumpiéndome. Necesitaban atención. Y yo encerrada en un cuarto. Entonces, fue muy difícil para mí llevar eso. Y decidí, en ese momento, cuando terminé ese semestre, decidí atender a mis hijos (Rosita, madre cubana de dos hijos).

La conciliación entre vida familiar y trabajo es un desafío presente en muchas experiencias. Algunas madres migrantes encuentran posible esta conciliación cuando cuentan con una pareja corresponsable, lo que les permite volver al trabajo y dedicar tiempo exclusivo al cuidado en las tardes y noches. Otras enfrentan dificultades insalvables en esta conciliación, lo que puede llevar al abandono de la carrera profesional o a un desbalance de responsabilidades en el hogar. *La estructura del régimen de género que dificulta la conciliación vida-trabajo,*

paradójicamente la necesita, pues es deseable para la acumulación capitalista que las mujeres puedan sostener dobles y triples jornadas.

La organización, gestión mental y la simultaneidad de actividades son estrategias comunes para gestionar las responsabilidades. Algunas formas creativas de gestionar su tiempo y responsabilidades mediante la división de tareas y tiempos son el establecimiento de recordatorios, calendarios, alarmas y planeaciones detalladas sobre las dietas, compras, tareas, etc. Todas son, no obstante, onerosas en cuanto a recursos temporarios y autonomía mental.

Factores protectores del cuidado colectivo y el autocuidado

Las redes de apoyo, tanto formales como informales, juegan un papel crucial en el sostenimiento emocional de estas madres. Estas redes incluyen amistades, familiares en el país de origen, y comunidades de migrantes que ofrecen acompañamiento emocional y recursos prácticos. Son causa y efecto de la migración para ellas mismas y otros miembros de la familia:

Las dos redes de apoyo fueron el colombiano que vivía acá, que me consiguió un apartamento, y la esposa de mi profesor, mi director de tesis, que, al día de hoy, todos los días, me escribe un WhatsApp. Fue una red de apoyo emocional, me tendió la mano emocionalmente. Yo le escribía correos y ella me contestaba o yo la llamaba por teléfono y pagaba mis llamadas desde Colombia. Cuando fui a hacer los trámites en la universidad para inscribirme, me dicen es que esto lo tiene que firmar el responsable que era F. F., el mexicano que yo conozco, el esposo con la que yo me he estado carteando desde que yo era estudiante de licenciatura. Cuando llego a México y los encuentro, pues era esa pareja mexicana que yo había conocido cuando yo era estudiante. ¡Qué sorpresa! Ellos tenían un proyecto y me invitaron. Y tuve una beca. Eso me dio la posibilidad de traerme a mi hija conmigo (Viviana, madre colombiana).

A menudo, ellas dependen de redes de apoyo tanto en su país de origen como en su nuevo entorno, construyendo una interdependencia basada en el intercambio y

los cuidados mutuos. La *transitividad del afecto*, esto es, la posibilidad de hipertextender la solidaridad y el cariño entre otros miembros de la red, desempeña un papel clave al coadyuvar con una base de acompañamiento emocional e intercambio de recursos prácticos e información que pueden apuntalar sus carreras profesionales.

Se trata de una delicada economía de los afectos que no se encuentra necesariamente monetarizada. Aunque el apoyo económico es en sí también mediado por factores socioafectivos, por lo que es un pilar fundamental para el bienestar de las familias transnacionales, así sea enviando-recibiendo remesas económicas o sociales:

A Papi le tenía que mandar medicina, pañales, hasta agua oxigenada. Todo le tenía que mandar, porque no hay. Ya ahora con el fallecimiento de mi papá digamos que los gastos un poco aminoraron por la parte médica, pero les sigo mandando a la hermana de mi papá, que sería a mi tía y a mi tío, que ya son mayores, y a pesar de haber trabajado toda una vida pues tampoco tienen forma de conseguirlo. Entonces lo que hago es un envío ahora cada dos meses, antes lo hacía mensual, de entre cuatro mil y cinco mil. [...] Mami es, por supuesto, una mujer ya retirada, desempleada, que por suerte recibe una ayuda del gobierno, que no es poca cosa, son como 800-900 dólares mensuales. Yo creo que en toda su vida es la primera vez que ha estado económicamente bien, porque los salarios en Cuba son muy miserables, aunque tú seas el director de un hospital general. Entonces, está bien, está cómoda (Odette, madre cubana).

En relación a los autocuidados, algunas madres utilizan diversas estrategias para gestionar el estrés, como la terapia psicológica, implementar acuerdos en casa, buscan actividades, realizan prácticas de autocuidado (yoga, mejor gestión del sueño), y ajustes en la rutina diaria para adaptarse mejor a las necesidades familiares. Algunas prefieren trabajar en las oficinas para evitar el agotamiento emocional del cuidado continuo, derivado del *home office*, encontrando en sus sitios

de trabajo una forma de librarse de la sobrecarga de cuidados y «recargar energías».

Las relaciones interpersonales significativas, tanto con amigos migrantes como nacionales, enriquecen la vida de estas madres, proporcionando un respaldo fundamental en momentos difíciles. La corresponsabilidad de la pareja es un factor que aligera las cargas y permite una distribución más equitativa de las responsabilidades familiares. Las madres con esposos (altamente) corresponsables encuentran un alivio significativo, ya que sus parejas asumen el rol de cuidadores primarios, permitiéndoles dedicar más tiempo y energía al trabajo remunerado. La corresponsabilidad del padre en la unidad doméstica (si lo hay) en las tareas del hogar y la crianza, así como la presencia de una red de apoyo familiar extendida, se refleja en una reducción de la carga sobre ellas y la posibilidad de desarrollar sus metas profesionales:

Actualmente me encuentro casada con otro mexicano. Mi primer esposo era mexicano, mi segundo esposo igual, mexicano. Y con él [segundo], hemos logrado crear una red familiar que es bastante sólida. Él es de Chilpancingo, es una persona que por diferentes motivos se viene a vivir a Ciudad de México desde muy joven para desarrollar tanto la parte de educación como de carrera profesional. Con él tuve la oportunidad de trabajar en un par de empleos previos, lo conocí antes de trabajar en [empresa] y me lo llevé a trabajar conmigo, entonces tuvimos una muy buena amistad. Y bueno, eventualmente terminamos casados y viviendo juntos. Con su familia tenemos un poco más de cercanía, dado que estamos en el mismo país. Chilpancingo nos queda relativamente cerca, entonces buscamos tener este contacto y lo más bonito es que tanto él como su familia han adoptado a mi hijo como parte de la familia. Siempre he pensado que cuando eres mamá soltera, que cualquier familia que te adopte, eso significa que viene con un paquete completo, ¿no? Entonces, la realidad es que hemos sido bastante bendecidos en ese sentido, porque nos adoptaron al 500%, ni siquiera al 100%, y con ellos, pues, nuestra red es también de mucha comunicación,

ellos están en contacto con nosotros, con nuestro hijo. Y están siempre atentos a lo que se necesita (Eva, madre colombiana).

Las trayectorias profesionales de madres con parejas corresponsables se ven fortalecidas, incluso, aunque se hayan divorciado o se haya disuelto la unidad familiar. Siempre que él funja activamente su rol como cuidador, arreglos menos sobrecargados son viables. Aquellas que enfrentan presiones adicionales, como el trabajo remunerado, el cuidado extraordinario de familiares, condiciones laborales precarias o estatus migratorio inestable, reportan mayor grado de vulnerabilidad.



Conclusiones

La vida no está sostenida por un impulso autoconservador, concebido como un impulso interno del organismo, sino como una condición de dependencia sin la cual la supervivencia resulta imposible.

Judith Butler, *Marcos de guerra*.

En esta investigación, examino el vínculo entre la carga de trabajo de cuidados que realizan mujeres migrantes calificadas de América Latina, residentes en la Ciudad de México, y el impacto en su salud mental. De ese modo, destaco el papel de la experiencia subjetiva en la construcción material del bienestar social, tanto en su capacidad para el sostenimiento de la vida en contextos transnacionales como en la apropiación intensiva de su autonomía mental. Resalto el carácter ambivalente del trabajo de cuidados que configura lo que Rhacel Salazar (2001) describe como **movilidad social contradictoria**, esta vez estudiado en el caso de mujeres profesionistas con alta calificación, quienes combinan jornadas de trabajo remunerado con trabajo no remunerado, o que incluso han abandonado su trayectoria profesional para dedicarse de lleno al cuidado de sus familias.

Junto con el amplio cuerpo de literatura que estudia la imbricación de los cuidados con las migraciones, mi investigación resalta el conjunto de desigualdades intersecadas en las que acontece el trabajo de cuidar. Como señala Corina Rodríguez (2020) la manera en que se organiza socialmente el cuidado es un nudo central en la reproducción de desigualdades. Encuentro que esta organización a escala transnacional multiplica las cargas sobre las mujeres migrantes en tanto ellas son muchas veces las principales cuidadoras de personas que viven en países diferentes, incrementando exponencialmente tanto el trabajo físico como la gestión mental requeridas para el sostenimiento material, emocional y económico de sus familias. Las estructuras patriarcales atraviesan las fronteras entre países e intensifican la labor de cuidar de formas que no han sido plenamente reportadas a partir de las metodologías estandarizadas del uso del tiempo, por lo que esta investigación hace un aporte al campo metodológico de cómo se ha estudiado la organización social de los cuidados en contextos transnacionales.



A este respecto, me interesa subrayar la relevancia de los factores psicosociales implicados en los cuidados para traducir la sostenibilidad a corto, mediano y largo plazo de nuestro régimen de bienestar social, alojado en un **modelo de desarrollo desigual**. Replanteo este concepto señalado por Raúl Delgado, et al. (2009: 30) para referir al “proceso de polarización económica, social y política entre regiones, países y clases [*así como entre hombres y mujeres*], derivado de la acumulación de capital, la división internacional [, *social y sexual*] del trabajo y los conflictos de [*género, «raza» y*] clase diversos”. El desarrollo tradicionalmente se ha considerado como neutro al género, impulsado por principios de eficiencia y productividad. Sin embargo, esta visión ignora las profundas desigualdades interseccionales que permean las estructuras económicas, sociales y culturales que discurren en contextos de movilidad humana internacional. Con esta investigación, subrayo que los cuidados constituyen una base invisible y desvalorizada sobre la que se erige el desarrollo desigual.

Adicionalmente, el enfoque que tomo en esta investigación resalta una dimensión aún más invisibilizada que anida en el trabajo de cuidados, que es la de la subjetividad y la experiencia psicológica. Sabemos que el componente emocional y de responsabilidad moral resultan elusivos a las mediciones del uso del tiempo debido a la noción cronométrica y cuantitativa que subyace al parámetro del tiempo. Me he enfocado en esta dimensión a partir del diseño de dos técnicas de recolección de información, las redes de cuidados y los pasteles del uso del tiempo, destinadas a captar la intensificación del trabajo de cuidados en su eje no cronológico y lineal, así como la densidad de las redes y el trabajo que implica construirlas, sostenerlas, repararlas y ajustarlas. Con estas técnicas, he podido resaltar y profundizar en la comprensión de fenómenos que han estado subrepresentados en las mediciones cuantitativas del uso del tiempo.

Ubicuidad de los cuidados

La **doble presencia** de las mujeres migrantes calificadas en el contexto transnacional es palpable en diferentes traslapes espacio-temporales que, a continuación, menciono. La superposición de los espacios público, privado y

doméstico, o como mencionan los estudios latinoamericanos, *puertas afuera* y *puertas adentro*. La superposición del espacio virtual y el presencial, derivado del uso de tecnologías de comunicación y la masificación de su utilización, lo cual sostiene vínculos familiares y de amistades, así como jornadas traslapadas de trabajo remunerado, trabajo no remunerado, trabajo de cuidados e intercambios de **cuidados a distancia** y **remesas sociales**, especialmente importantes en contextos migratorios. Asimismo, la presencia de las mujeres en los trabajos de cuidados se debe analizar en contextos de superposición de actividades, como los son los tiempos de transporte y movilidad espacial. Se trata de actividades que, a falta de una efectiva corresponsabilidad social y de género, intensifican el tiempo que las mujeres dedican a cuidar tanto local como transnacionalmente. Es importante señalar que la doble presencia implica también una **doble ausencia**, cuya consideración es crucial para valorar el esfuerzo mental, trabajo emocional y responsabilidades morales que implica el cuidar.

Esta multiplicidad de ausencias-presencias varía según la organización temporal, las demandas cognitivas y afectivas, el componente de responsabilidad moral, así como por factores contextuales —falta de corresponsabilidad social y de género, leyes sin perspectiva integral de cuidados, como la de abandono de personas, falta de un sistema nacional de cuidados, achicamiento del Estado en la proveeduría de servicios, entre otros—. Aunado a ello, a diferencia del trabajo remunerado (androcéntrico), en el trabajo no remunerado de cuidados no sólo se tienen el desafío de su visibilización, sino que su componente emocional, de interdependencia afectiva y moral, así como su apreciación subjetiva, le hacen menos legible, por lo que se perfila como un vector de multiplicación de desigualdades género-específicas.

Por ello, concluyo que esta superposición de jornadas (doble, triple o infinita) se describe mejor a partir de pensar en la **ubicuidad de los cuidados**, entendida como la omnipresencia y saturación de responsabilidades de cuidados a lo largo y ancho de los ejes espacio-temporales que habitan las madres migrantes. Paradójicamente, su ubicuidad correlaciona con su invisibilización masiva; esto

debido a su feminización y a la desvalorización patriarcal del trabajo de las mujeres, así como a las dificultades epistemológicas y metodológicas para comprender la pérdida de la autonomía mental que el trabajo de cuidar tiene asociado.

Trabajo de parentesco

El **trabajo de parentesco** es otra labor feminizada, que se asume como dada y que apela a supuestos rasgos femeninos, como una mayor sociabilidad y un mayor enfoque en las relaciones. Los lazos sociales pueden ser una fuente de bienestar, en el sentido de que aportan apoyo, compañía, confianza, intimidad, seguridad y otros beneficios cruciales para el sostenimiento de la vida. Esta misma situación se extrapola en los contextos migratorios, donde las redes cumplen un papel central en la consecución del bienestar individual y familiar, en las que el trabajo de cuidados es un denominador común. Siguiendo a Carol Gilligan, podemos coincidir en el valor intrínseco de la perspectiva relacional siempre y cuando veamos que también entraña desigualdades de género con respecto a la sobrecarga de trabajo de parentesco sobre las mujeres. Así, recupero la ética de los cuidados en su sentido más profundo, aquel que se constituye desde la interdependencia.

En ese sentido, interpreto que los testimonios de muchas de mis entrevistadas, por ejemplo, pensar en que es más sano no tener un grupo de WhatsApp de la familia o preferir reportar su estado de salud con amigas a la distancia antes que, con sus familiares y personas a su alrededor, deviene de la intensidad que implica mantener y negociar el tiempo propio y el espacio personal con otros miembros de nuestras redes. Aquí se devela una dimensión poco estudiada con respecto no sólo al carácter habilitante de las redes para los cuidados, sino la carga que significa construir y sostener estas redes, la invasión a la privacidad en la que pueden incurrir y los costos invisibles que requieren los vínculos en términos de tiempo, afectos, salud mental, trabajo emocional, tensión, juicios de la familia —por ejemplo, respecto a preferencias diferentes en los estilos de crianza—, lo que provoca una sensación de intrusión, molestias y frustración.

Nuevamente, encuentro en el trabajo de parentesco un campo lleno de ambivalencias y contradicciones en el que, por un lado, se cuida colectivamente, se procura atender la vulnerabilidad social y emocional mediante el cuidado a la interdependencia constitutiva de las personas, en donde la transitividad de los afectos y el valor del parentesco no consanguíneo son fuentes de bienestar social tanto material como inmaterial. Por otro lado, este trabajo también se distribuye de forma inequitativa, por lo que representa un recurso costoso y difícil de sostener. A ese respecto, destaca la presencia de factores que habilitan o inhiben esta construcción de redes, como lo son las **fronteras de traducción intercultural**, la **solidaridad de género** y lazos de confianza, reciprocidad y cooperación formados por otros marcadores sociales y políticos, como la condición migrante, el ser connacionales, tener sensibilidad o no a temas migratorios, mostrar empatía o rechazo.

Aunado a ello, el contexto migratorio en el que viven estas madres intensifica sus cargas de cuidados con cuidados a distancia que responden a normas intergeneracionales de gratitud, demandas y expectativas desiguales entre hijas e hijos por parte de sus progenitores, así como desigualdades más propias de la movilidad internacional, como lo son la descualificación, altas cargas burocráticas, pérdida de redes, formas de exclusión social, muerte política, discriminación, choques culturales y problemas de traducción intercultural, entre otros.

En conclusión, debemos tener muy claro el **trabajo** que significa tejer redes, que es feminizado y que no se trata simplemente de un capital social que las personas buscan maximizar, ya que implica un gran esfuerzo mental, emocional y muchas veces, oneroso en términos de tiempo y espacio. Los vínculos en las redes de cuidados muchas veces no se eligen, no se puede intercambiar a las personas como se haría con otros recursos o elementos, y hay componentes de responsabilidad que pueden tener consecuencias vitales, legales y morales, mismas que pesan más sobre las mujeres que sobre los hombres.

Carga mental

La **carga mental** es un elemento atravesado por asimetrías de poder entre hombres y mujeres, por lo que representa un nicho de desigualdades género-específicas. El multitasking, valorado como habilidad profesional en el mundo laboral, fue descrito por Alina, madre costarricense, como «un balazo en el pie», pues articula la simultaneidad de actividades con el contexto machista, violento hacia las mujeres y extractivista de su fuerza de trabajo. Los traslapes entre tareas hacen que la doble presencia responda al canon del mercado, como lo ejemplifican la **ideología de alta productividad** (académica) o la **maternidad intensiva**.

Al respecto de esta última, los ejemplos brindados por las madres entrevistadas sobre el uso de disciplina positiva u otras actitudes condescendientes con sus familias, muestran que muchas veces, el foco en la salud, bienestar y crecimiento de sus familiares les lleva a priorizar actividades dirigidas a otras personas, mientras las madres suelen experimentar múltiples privaciones de descanso y de tiempo de ocio que les impiden recuperar su fuerza de trabajo y degradan su sentido de autonomía. Aunado a ello, los estilos de crianza elegidos pueden dejar en segundo lugar su propio bienestar y salud, lo cual se ejemplifica con los reportes de trastornos mentales por depresión y ansiedad, así como la atención psicológica o psiquiátrica a la que algunas acuden.

Los mandatos de género contemporáneos que pugnan por subjetividades en torno a idearios de «súper mamá» o «súper mujer», alguien que puede sostenerlo todo y ser simultáneamente una madre afectuosa, una esposa amorosa y una profesionalista de alto desempeño, configuran esquemas inalcanzables que generan no sólo desgaste extremo, sino que afectan la autoestima e identidad de las madres migrantes. No es de extrañar que sea común escuchar relatos de **desidentificación con la maternidad** en este contexto patriarcal donde se materna intensivamente, en el marco de poca o nula corresponsabilidad paterna, con la cabeza siempre puesta en qué se necesita y qué sigue, evaluando posibles riesgos y con una lista siempre interminable de pendientes. Si bien sus maternidades fueron deseadas y consentidas, con el paso del tiempo, los años y las cargas múltiples, maternar puede

dejar de ser placentero y a veces, deseado, al equipararse con una serie infinita de tareas extenuantes que, como mencionó Claudia, madre colombiana, no se pueden sacar de la cabeza.

Algunas mamás recurren a estrategias de afrontamiento distintas, como Kata, madre chilena que trata de “vivir sin darle tanta importancia” o como Victoria, madre uruguaya, quien concibe su tiempo propio como un tiempo de compartir con su familia. Sin embargo, otra serie de testimonios apuntan a que la poca o nula corresponsabilidad les hace sentir que han perdido una parte importante de su autonomía, como reflexionaba Olivia, madre brasileña, cuando decía “no hago nada, soy mamá completa, [...] no me llena, no me hace sentir productiva, yo soy muy ambiciosa”. En ese sentido, el modelo subyacente a la carga mental permite un análisis tripartito que mezcla los factores internos, emocionales y de responsabilidad moral, los factores propios del trabajo de cuidados (intensivo, ubicuo, desvalorizado socialmente y de alta demanda) con el contexto (patriarcal, falta de corresponsabilidad, violento hacia las mujeres).

Relacionada a este contexto, la paternidad es un factor importante a considerar en este análisis. Por un lado, la ausencia o la presencia distante, aparente, intermitente, violenta y manipuladora de algunos padres puede afectar gravemente la salud mental de las madres migrantes, quienes se encuentran en una condición de vulnerabilidad exacerbada por su pérdida de redes. Desde este mirador patriarcal, el cuidado se asemeja al **trabajo sucio** en tanto es una actividad que, si se puede delegar en alguien más, se delega, reforzando la irresponsabilidad de los varones privilegiados y la **desmasculinización de los cuidados**. Por otro lado, la presencia de padres corresponsables que fungen incluso como el cuidador primario en algunas familias, muestra el efecto positivo que tiene una distribución más equitativa tanto en el bienestar familiar como en el de las madres, permitiéndoles mayor autonomía económica y desarrollo profesional. Es de notar, como en el caso de Mercedes, madre argentina, o el caso de Alina, madre costarricense, que la desidentificación con la maternidad puede convivir incluso con un esquema corresponsable por parte de su esposo o con la contratación de dos

empleadas domésticas, lo cual nos lleva a pensar en un contexto más amplio de estructuras patriarcales donde se feminiza y familiariza el cuidado.

Finalmente, algunos elementos que resaltan en mi investigación como posibles moduladores de la intensidad del trabajo de cuidar son:

- (Des)identificación con la maternidad a partir de subjetividades marcadas ya sea por la abnegación (negación de sí) o la autoafirmación de sí mismas como cuidadoras.
- (Des)identificación como persona migrante, con connacionales u otras nacionalidades, a partir de procesos de sensibilización con otras identidades (lo que en mis entrevistadas nombraron como fronteras de traducción cultural y de género, o sensibilidad migrante).
- Densidad de las redes de cuidados, con sus respectivas cargas de trabajo emocional y trabajo de parentesco, que habilitan el intercambio transnacional de cuidados a distancia y entrega de remesas sociales, así como procesos locales de sostenibilidad de la vida.
- Estrategias de afrontamiento que atraviesan tanto las fronteras geográficas como las fronteras afectivas entre miembro de la red como el distanciamiento, renuncias afectivas intergeneracionales y de amistades, cambio de redes y solidaridades tejidas a través de medios digitales.
- La politicidad de las redes como formas de cuidados colectivos que se dan entre personas y comunidades, muchas veces marcadas por factores contextuales de precariedad de la vida derivados de contextos políticos y económicos adversos, así como por lazos de cooperación, reciprocidad y empatía que trascienden las fronteras.
- Las presiones laborales, migratorias, burocráticas, procesos de descualificación o desclasamiento material y simbólico, la dificultad de sostener un prestigio (valorado en el ámbito profesional) y una trayectoria mientras se cuida intensivamente, acentuadas por su situación como mujeres migrantes, pero también imbricadas en otros marcadores sociales como la clase, la «raza», la nacionalidad, entre otros.

A modo de epílogo

A partir de esta investigación he encontrado que es necesario cuestionar algunas prenociones no problematizadas en la literatura. Primero, que se comprenda a los cuidados como actividades cara a cara sin reparar en que también se cuida a la distancia a través de tecnologías de comunicación; segundo, que se piensa en la doble presencia sin considerar las ausencias y sus respectivas consecuencias subjetivas, mismas que devienen de los mandatos de género y los contextos altamente patriarcalizados; por último, que cuidar en colectivo o en redes conlleva la labor de construir y sostener los vínculos, un trabajo que ha sido también feminizado y que exhibe consecuencias ambivalentes en la consecución del cuidado.

Estas contradicciones en los cuidados ponen de relieve la necesidad de concretar la implementación de políticas y estructuras sociales que reconozcan y valoren el trabajo de cuidados, que materialicen efectivamente la importancia de la equidad de género y consideren integralmente el caso de las familias migrantes. Asimismo, es urgente el involucramiento de parte de los hombres que desafíe activamente los mandatos que *desmasculinizan* los cuidados. Considero que esta investigación arroja elementos desde la psicología que podrían enriquecer los estudios del uso del tiempo, del paradigma de los cuidados y coadyuvar en redistribuir, revalorizar y reformular los cuidados, desasociándoles del canon del mercado y del patriarcado que promueven el modelo de desarrollo desigual.

Encuentro que estudiar la intensidad del trabajo de cuidados ofrece **ventajas analíticas y heurísticas** para dimensionar la situación de las mujeres migrantes calificadas en México, la organización intrahogar del trabajo de cuidados no remunerados y la expropiación de su tiempo. Es mi recomendación que futuras investigaciones contemplen **atender la dimensión subjetiva, emocional y moral** en paralelo a otros parámetros fijos (cronometrables), con la intención de complementar la medición del uso del tiempo, expandir la comprensión del trabajo de cuidados y valorar el trabajo emocional y psicológico que realizan las personas cuidadoras, en este caso, las mujeres migrantes calificadas. En consonancia,

analizar este trabajo a partir de un modelo que combine tanto factores intrínsecos del trabajo de cuidar, factores contextuales y factores subjetivos, cognitivos y afectivos, puede aportar un marco adecuado para dimensionar tanto el nivel de desgaste de las cuidadoras como posibles buenas prácticas.



Referencias

- Achótegui, J. (2005). Emigration in hard conditions: the Immigrant Syndrome with chronic and multiple stress (Ulysses' Syndrome). *Vertex (Buenos Aires, Argentina)*, 16(60), 105-113.
- Adam, B. (1992). Modern times: The technology connection and its implications for social theory. *Time & Society*, 1(2), 175-191.
- Adam, B. (2002). The gendered time politics of globalization: Of shadowlands and elusive justice. *Feminist Review*, 70(1), 3-29.
- Adán, C. (2006). *Feminismo y conocimiento. De la experiencia de las mujeres al ciberno*. Coruña: Edición Espiral Maior.
- Aguirre, R., Batthyány, K., Genta, N., & Perrotta, V. (2014). Los cuidados en la agenda de investigación y en las políticas públicas en Uruguay. *Íconos: Revista de Ciencias Sociales*, (50), 43-60.
- Alfaro, Y. & Chávez, M. (2018). Inmigrantes calificadas/os en México: Aproximación teórica y empírica a la precarización laboral. PERIPLOS, GT CLACSO, *Migración Sur-Sur*, 2(1) 103-102
- Alfaro, Y. (2021). “Una nunca vuelve al mismo lugar” El retorno en la trayectoria de vida de migrantes altamente cualificados. En Pedone, C. & Gómez Martín, C. (Coords.) (2021). *Los rostros de la migración calificada: estudios interseccionales en América Latina*. PERIPLOS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur. 17-40.
- Alfaro, Y., & Aragonés, A. M. (2020). Las respuestas gubernamentales a la migración calificada en México. *Migración y Desarrollo*, 18(34), 115-136.
- Amilpas García, M. S. (2020). Mujeres, trabajo de cuidados y sobreexplotación desigualdades de género en México durante la pandemia por COVID-19. *Espacio I+ D: Innovación más Desarrollo*, 9(25).

- Antonopoulos, R., Masterson, T., & Zacharias, A. (2012). La interrelación entre los déficits de tiempo y de ingreso: Revisando la medición de la pobreza para la generación de respuestas de política. *Cuadernos: Atando cabos, Deshaciendo nudos*. PNUD, a través de su Área Práctica de Género.
- Appadurai, A. (1996). *Modernity at large: Cultural dimensions of globalization* (Vol. 1). University of Minnesota Press.
- Aranda, M. P., Ray, L. A., Snih, S. A., Ottenbacher, K. J., & Markides, K. S. (2011). The protective effect of neighborhood composition on increasing frailty among older Mexican Americans: a barrio advantage?. *Journal of aging and health, 23*(7), 1189-1217.
- Arango, J. (2003). La Explicación teórica de las migraciones: Luz y sombra. *Migración y Desarrollo, 1*(1). [Fecha de Consulta 27 de diciembre de 2020]. ISSN: 1870-7599. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=660/66000102>
- Arango, L. G. & Molinier, P. (2011). *El trabajo y la ética del cuidado*. La Carreta Social y Escuela de Estudios de Género. Universidad Nacional de Colombia: Medellín.
- Ariza, M. (2016). *Emociones, afectos y sociología. Diálogos desde la investigación social y la interdisciplina*. Instituto de Investigaciones Sociales, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Arriagada, I. (2020). Trayectorias de investigación y trayectorias vitales. In *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp. 53-62). Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales, CLACSO.
- Badinter, E. (1981). *¿Existe el amor maternal? Historia del amor maternal*. Siglos XVII al XX. Barcelona: Paidós.
- Batthyány, K. (2004). Cuidados y responsabilidades domésticas. Un elemento clave de la ciudadanía social. En Batthyány, K. *Cuidado infantil y trabajo*.

¿Un desafío exclusivamente femenino? (pp.48-58). Montevideo: OIT-CINTEFORD

Batthyány, K. (2015). *Las políticas y el cuidado en América Latina: una mirada a las experiencias regionales*. Repositorio CEPAL.

Batthyány, K. (2020). Miradas latinoamericanas al cuidado. En Bathhyány, K. (coord.) *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp.11-52). CLACSO-Siglo XXI.

Baumeister, R. F. (1991). The Parenthood Paradox. *Meanings of Life*, 388-396.

Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. (2013). *Amor a distancia: nuevas formas de vida en la era global*. Paidós, México.

Beltrán Pedreira, E. (2001) Justicia, democracia y ciudadanía: las vías hacia la igualdad. En *Feminismos. Debates teóricos contemporáneos*. Beltrán, E. & Maquieira V. (Eds.) Alianza Editorial, Madrid, 2001.

Benatuil, D., & Laurito, J. (2010). La adaptación cultural en estudiantes extranjeros. *Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad*, (10), 119-134.

Bergson, H. [1927] (1999). *Ensayo sobre los datos inmediatos de la conciencia*. Ediciones Sígueme, Salamanca, España.

Bettio, F., Simonazzi, A., & Villa, P. (2006). Change in care regimes and female migration: the 'care drain' in the Mediterranean. *Journal of European social policy*, 16(3), 271-285.

Bochner, S. (2006). Sojourners. In Sam, D. L., & Berry, J. W. (Eds). *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*, 181-197. Cambridge: Cambridge University Press.

Bolla, L. (2018). Cartografías feministas materialistas: relecturas heterodoxas del marxismo. *Nómadas*, 48. Universidad Central, Colombia.

- Borgeaud-Garciandía, N. (2018). *El trabajo de cuidado*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Fundación Medifé Edita.
- Borges, J. L. (2019). Funes el memorioso. *Petrotecnia*, 1, 95.
- Brenner, J., & Laslett, B. (1991). Social reproduction and the family. *Sociology: From Crisis to Science*, 2, 116-131.
- Brunzini, A., Peruzzini, M., Grandi, F., Khamaisi, R. K., & Pellicciari, M. (2021). A preliminary experimental study on the workers' workload assessment to design industrial products and processes. *Applied Sciences*, 11(24), 12066.
- Bubeck, D. (1998). Ethic of care and feminist ethics. *Women's Philosophy Review*, (18), 22-46.
- Burchell, B., & Fagan, C. (2002). *Gender, Jobs and Working Conditions in the European Union*. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions
- Burchell, B., Sehnbruch, K., Piasna, A., & Agloni, N. (2014). The quality of employment and decent work: definitions, methodologies, and ongoing debates. *Cambridge journal of economics*, 38(2), 459-477.
- Burke, R. J., Singh, P., & Fiksenbaum, L. (2010). Work intensity: potential antecedents and consequences. *Personnel Review*.
- Bustamante-Sáenz, M. P., Macías, A. A., Alcaraz, J. L., Arellano, J. L., Morales, V., & Quintana, N. L. (2016). Evaluación de carga mental de trabajo en profesionales de enfermería del turno vespertino de un hospital público de Ciudad Juárez, Chihuahua. *Cultura Científica y Tecnológica*, (56).
- Cannuscio, C. C., Colditz, G. A., Rimm, E. B., Berkman, L. F., Jones, C. P., & Kawachi, I. (2004). Employment status, social ties, and caregivers' mental health. *Social science & medicine*, 58(7), 1247-1256.

- Carrasco, C. (2009). Tiempos y trabajos desde la experiencia femenina. *Papeles de relaciones ecosociales y cambio global*, 108, 45-54.
- Carrasco, C. (2016). El tiempo más allá del reloj: las encuestas de uso del tiempo revisitadas. *Cuadernos de relaciones laborales*, 34(2), 357.
- Ceballos Vásquez, P., Rolo González, G., Hernández Fernaud, E., Díaz Cabrera, D., Paravic Klijn, T., Burgos Moreno, M., & Barriga, O. (2016). Validación de la Escala Subjetiva de Carga mental de trabajo (ESCAM) en profesionales de la salud de Chile. *Universitas psychologica*, 15(1), 261-270.
- Ceballos, G. (2013). La intensidad de los trabajos de cuidados no remunerados de las mujeres en los hogares urbanos de México. Análisis con datos de la ELCOS 2012. En E. Pacheco (Coord.): *Los cuidados y el trabajo en México. Un análisis de la Encuesta Laboral y de Corresponsabilidad Social ELCOS 2012*, Cuadernos de Trabajo (pp. 125- 188). Ciudad de México: Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres).
- Charmes, J. (2021). *Medición del uso del tiempo: Una evaluación de los problemas y desafíos en la elaboración de encuestas sobre uso del tiempo, con especial énfasis en los países en desarrollo. Inconsistencias metodológicas, estrategias de armonización y diseños revisados*. Centro Global de Excelencia en Estadísticas de Género (CEEG). ONU Mujeres: México.
- Chen, G. M., & Starosta, W. J. (2000). The development and validation of the intercultural sensitivity scale. *Human Communication*, 3, 1-15.
- Comins, I. (2008). *La ética del cuidado y la construcción de la paz*. Documentos de trabajo 2. Madrid: CEIPAZ, 14-38.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (2019). *Panorama Social de América Latina, 2018*. Santiago: Cepal.

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (2020). *La pandemia del COVID-19 profundiza la crisis de los cuidados en América Latina y el Caribe*. Santiago de Chile.
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45335/5/S2000261_es.pdf
- Comisión Económica para América Latine y el Caribe (CEPAL) (2016). *Clasificación de Actividades de Uso del Tiempo para América Latina y el Caribe (CAUTAL)*. Elaborado por María Eugenia Gómez Luna, Directora General Adjunta del Instituto Nacional de Estadística y Geografía de México (INEGI).
- Connell, R. (2005). Advancing gender reform in large-scale organizations: A new approach for practitioners and researchers. *Policy and society*, 24(4), 5-24.
- Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnología (CONAHCYT) (s/f). *Primeros cambios grandes mejoras*. Disponible en: <https://conahcyt.mx/conacyt-avanza/>
- Contreras, C. (2020, diciembre 11). *El año cero en la Ciudad de México. ¿Cómo caminar hacia una ciudad “cuidadora”?* Medium. <https://utopia-urbana.medium.com/el-apor-cientoC3por-cientoB1o-cero-en-la-ciudad-de-mpor-cientoC3por-cientoA9xico-cpor-cientoC3por-cientoB3mo-caminar-hacia-una-ciudad-cuidadora-f2d8e1391e08>
- Covarrubias Feregrino, A. (2019). La pobreza de tiempo de los mexicanos. *Acta universitaria*, 29.
- Creswell, J. W. (2009). Research designs: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. *Callifornia: Sage*.
- Cruz, M. A., Reyes, M. J., & Cornejo, M. (2012). Conocimiento situado y el problema de la subjetividad del investigador/a. *Cinta de moebio*, (45), 253-274.

- Curiel Pichardo, R. Y. O., & Falquet, J. (2005). El patriarcado al desnudo: Tres feministas materialistas: Colette Guillaumin, Paola Tabet, Nicole Claude Mathieu. *Teoría y pensamiento feminista*.
- Damián, A. (2014). *El tiempo, la dimensión olvidada en los estudios de pobreza*. El Colegio de México AC.
- de Arquer, M. I. (1999). NTP 534: Carga mental de trabajo: factores. Madrid. Instituto Nacional de seguridad e Higiene en el Trabajo.
- de Keijzer, B. (1997). El varón como factor de riesgo: masculinidad, salud mental y salud reproductiva. *Género y salud en el sureste de México*, 67-81.
- de Lauretis, Teresa (2000). La tecnología del género, en *Diferencias. Etapas de un camino a través del feminismo*. Madrid: Horas y horas (33-69).
- Delgado Wise, R., (2020). Desentrañando el sistema de innovación de Silicon Valley desde una perspectiva del Sur. *Integración y Conocimiento*, 9(2), 70-83.
- Delgado Wise, R., Chávez Elorza, M. & Rodríguez Ramírez, H. (2016). La innovación y la migración calificada en la encrucijada: reflexiones a partir de la experiencia mexicana. *REMHU: Revista Interdisciplinaria de Movilidad Humana*, 24, 153-174.
- Delgado Wise, R., Chávez Elorza, M. G. & Gaspar Olvera, S. (2021). La migración mexicana altamente calificada de cara al siglo XXI. *Problemática y desafíos*.
- Delgado Wise, R., Márquez Covarrubias, H., & Rodríguez Ramírez, H. (2009). Seis tesis para desmitificar el nexo entre migración y desarrollo. *Migración y desarrollo*, (12), 27-52.

de Los Santos, P. V., & Carmona Valdés, S. E. (2012). Cuidado informal: una mirada desde la perspectiva de género. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 4, 138-146.

de Miguel Álvarez, A. (2000). Alejandra Kollontai: la mujer nueva. *Arenal. Revista de historia de las mujeres*, 7(1), 233-252.

de Vinatea, M. J. (2014). Las aboliciones de la esclavitud en Iberoamérica: el caso peruano (1812-1854). *Revista historia de la educación latinoamericana*, 16(23), 187-204.

Descola, P. (2017). ¿Humano, demasiado humano?. *Desacatos*, (54), 16-27.

Diario Oficial de la Federación. (2018, Octubre 10). *Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS 2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención*. México: Secretaría de Gobernación. Disponible en: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5541828&fecha=23/10/2018

Diario Oficial de la Federación (2024, Mayo 27). *Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes*. México: Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. Disponible en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA.pdf>

Díaz Canepa, C. (2010). Actividad Laboral y Carga Mental de Trabajo. *Ciencia & Trabajo*, 12(36).

Díaz Lozano, J. A., & Féliz, M. (2020). Reproducción de la vida, superexplotación y organización popular en clave feminista. Una lectura desde Argentina. *Cuestiones de Sociología*, 23, e101. <https://doi.org/10.24215/23468904e101>

Díaz Martínez, C. & Dema Moreno, S. (2013). Capítulo 2. Metodología no sexista en la investigación y producción del conocimiento. *Sociología y Género*. Madrid: Tecnos, (65-86).

- Díaz Prieto, G. (2015). *Las mujeres trabajadoras migrantes, el envío de remesas y la generación de cadenas de cuidado en el corredor Chiapas-Centroamérica*. IMUMI-ONU Mujeres: México.
- Domínguez Amorós, M. (2020). Lecciones aprendidas en la medición de los tiempos de cuidados. In *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp. 471-503). Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales, CLACSO.
- Duffy, M. (2007). Doing the dirty work: Gender, race, and reproductive labor in historical perspective. *Gender & Society*, 21(3), 313-336.
- Dumitru, S. (2009). Emigración, talentos y justicia: Un argumento feminista sobre la fuga de cerebros. *Isonomía*, (30), 31-52.
- Durán, M. Á. (2002). Si Aristóteles levantara la cabeza. Sevilla: Junta de Andalucía, Consejería de Educación, 2002.
- Durán, M. Á. (2018). Las cuentas del cuidado. *Revista Española de control externo*, 20(58), 57-89.
- Eme Vázquez, A. (2020). *Su cuerpo dejarán*. Enjambre Literario-El Periódico de las Señoras. México.
- Enchautegui, M. E. (1997). Latino neighborhoods and Latino neighborhood poverty. *Journal of Urban Affairs*, 19(4), 445-467.
- Engels, F. [1884] (1964). *Origen de la familia, de la propiedad privada y del Estado*. Editorial Roja.
- Ermólieva, E. (2011). ¿Fuga o intercambio de talentos? Nuevas líneas de investigación. *Nueva Sociedad*, 233, 114-131.
- Eschbach, K., Ostir, G. V., Patel, K. V., Markides, K. S., & Goodwin, J. S. (2004). Neighborhood context and mortality among older Mexican Americans: is

there a barrio advantage?. *American journal of public health*, 94(10), 1807-1812.

- Espronceda-Amor, M. E. (2011). Métodos para el estudio de la familia: Pertinencias y alcances del familiograma y sus usos. *Santiago*, (125), 72-92.
- Esquivel, V. (2012). Cuidado, economía y agendas políticas: una mirada conceptual sobre la “organización social del cuidado” en América Latina. En Esquivel, V. (ed.). *La economía feminista desde América Latina. Una hoja de ruta sobre los debates actuales en la región* (141-189). República Dominicana: ONU Mujeres.
- Federici, S. (2010). *Caliban y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria*. Madrid. Traficantes de sueños.
- Federici, S. (2013). *Revolución en punto cero. Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas*. Madrid. Traficantes de sueños.
- Federici, S. (2018). *El patriarcado del salario. Críticas feministas al marxismo*. Madrid: Traficantes de Sueños.
- Felix, G., & Guanais, J. B. (2019). *Superexplotación del trabajo en el siglo XXI*. Editora: El Tiple.
- Fisher, B., & Tronto, J. (1990). Toward a feminist theory of caring. *Circles of care: Work and identity in women's lives*, 35-62.
- Flores Dávila, J. I. (2020). Mujeres y usos de los espacios públicos en México. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 65(240), 293-326.
- Folbre, N. (2006). Measuring care Gender, empowerment, and the care economy. *Journal of human development*, 7(2), 183-199.

- Folbre, N. (2021) *Cuantificación del cuidado: problemas de diseño y armonización en las encuestas sobre uso de tiempo*. Centro Global de Excelencia en Estadísticas de Género (CEEG). ONU Mujeres: México.
- Fox Keller, E. (1991 [1985]). Parte Segunda El mundo interno de sujetos y objetos, en *Reflexiones sobre género y ciencia*, Valencia: Edicions Alfons el Magnànim, (75-136).
- Franceschi, M., Ribeiro, L., & Pinheiro, S. (2017). Experiencias de placer y sufrimiento en el trabajo de enfermería: una mirada desde la Teoría Psicodinámica del Trabajo. *Alternativas en Psicología*, 23(35), 34-52.
- Fraser, N. (2015). Fortunas del feminismo: Del capitalismo gestionado por el estado a la crisis neoliberal. *Enrahonar: an international journal of theoretical and practical reason*, 56, 130-132.
- Fraser, N. (2020). Las contradicciones del capital y de los cuidados. En Fraser, N. (2020) *Los talleres ocultos del capital: Un mapa para la izquierda*. Traficantes de sueños. Madrid.
- Friedan, B. [1963] (2005). The Feminine Mystique: Chapter 1" The Problem that Has No Name. *H-Net: Humanities and Social Sciences Online*, 12.
- FundéuRAE (2017, junio 19). «*calificado de*», mejor que «*cualificado de*». Fundación del español urgente [Fundéu]: <https://www.fundeu.es/recomendacion/calificado-de-cualificado-de/>
- García Guzmán, B. (2019). El trabajo doméstico y de cuidado: su importancia y principales hallazgos en el caso mexicano. *Estudios demográficos y urbanos*, 34(2), 237-267.
- García-Santesmases Fernández, A. (2017). *Cuerpos (im) pertinentes: Un análisis queer-crip de las posibilidades de subversión desde la diversidad funcional* [Tesis doctoral, Universitat de Barcelona]. Disponible en: https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/109589/4/AGSF_TESIS.pdf

- Garfias, M. & Vasil'eva, J. (2020). *24/7 De la reflexión a la acción, por un México que cuida*. Trabajo y Justicia Social. México: Fundación Friedrich Ebert Stiftung.
- Gargallo, F. (2010). *Antología del pensamiento feminista nuestroamericano, Tomo I: Del anhelo a la emancipación*. Venezuela: Biblioteca Ayacucho.
- Garza, R. O., & Cortina, J. (2005). Redefiniendo las fronteras nacionales: cambios en las relaciones entre las diásporas y los Estados latinoamericanos. *Boletín Elcano*, (62), 11.
- Gender and migration*. (s/f). Migrationdataportal.org. Recuperado el 19 de septiembre de 2021, de <https://www.migrationdataportal.org/themes/gender-and-migration>
- Gilligan, C. (1993). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. [1982] Harvard University Press.
- Glick Schiller, N. & Faist, T. (2009). Introduction: Migration, development, and social transformation. *Social Analysis*, 53(3), 1-13.
- Glick Schiller, N. (2009). A global perspective on migration and development. *Social Analysis*, 53(3), 14-37.
- Goikoetxea, I. G. (2017). ¿Un neologismo a la moda?: Repensar la interseccionalidad como herramienta para la articulación política feminista. *Investigaciones Feministas*, 8(1), 73-93.
- González Torralbo, H. (2013). Los cuidados en el centro de la migración. La organización social de los cuidados transnacionales desde un enfoque de género. Migraciones. Publicación del Instituto Universitario de Estudios sobre Migraciones, (33), 127-153.

- González Torralbo, H. (2016). Las familias transnacionales ¿una tautología? Más allá de la dicotomía “distancia/proximidad geográfica”. *Polis. Revista Latinoamericana*, (43).
- Grinberg, R. & Grinberg, L. (1984). *Psicoanálisis de la migración y del exilio*. Madrid: Alianza Editorial.
- Gruntz, L., & Pagès-EI Karoui, D. (2013). Migration and family change in Egypt: a comparative approach to social remittances. *Migration Letters*, 10(1), 71.
- Guillaumine, C. (2005). Práctica del poder e idea de naturaleza. En Curiel Pichardo, R. Y. O., & Falquet, J. *El patriarcado al desnudo: Tres feministas materialistas: Colette Guillaumin, Paola Tabet, Nicole Claude Mathieu*. Teoría y pensamiento feminista.
- Guillén, A. (2007). La teoría latinoamericana del desarrollo. *Reflexiones para una estrategia alternativa frente al neoliberalismo. En: Repensar la teoría del desarrollo en un contexto de globalización. Homenaje a Celso Furtado. Vidal, G. y Guillén A.(comp.)*. CLACSO, 489-518.
- Habti, D., & Elo, M. (Eds.). (2018). *Global mobility of highly skilled people: multidisciplinary perspectives on self-initiated expatriation* (Vol. 16). Springer.
- Hammer, M. R., Bennett, M. J., & Wiseman, R. (2003). Measuring intercultural sensitivity: The intercultural development inventory. *International journal of intercultural relations*, 27(4), 421-443.
- Hankivsky, O. (2014). Intersectionality 101. *The Institute for Intersectionality Research & Policy*, SFU, 36.
- Haraway, D. (1991). Conocimientos situados: la cuestión científica en el feminismo y el privilegio de la perspectiva parcial, en *Ciencia, cyborgs y mujeres. La reinención de la naturaleza*, Madrid: Ediciones Cátedra, (313-346).

- Haraway, D. (2015). *El patriarcado del osito Teddy. Taxidermia en el jardín del edén*, Buenos Aires: Sans Soleil Ediciones.
- Harvey, W. S. (2014). Winning the global talent war: A policy perspective. *Journal of Chinese Human Resource Management*, 5 (1), 62-74.
- Hays, S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. Yale University Press.
- Herrera, G. (2013). Más allá de los cuidados. Revisitando la relación entre género, migración y desarrollo a partir de la experiencia de la migración andina. *E-DHC, Quaderns Electrònics sobre el Desenvolupament Humà i la Cooperació*, (1), 22-37.
- Herrera, G. (2016). Trabajo doméstico, cuidados y familias transnacionales en América Latina: reflexiones sobre un campo en construcción. *Amérique Latine Histoire et Mémoire. Les Cahiers ALHIM. Les Cahiers ALHIM*, (31).
- Hill Collins, P. (2015). Intersectionality's definitional dilemmas. *Annual review of sociology*, 41, 1-20.
- Hochschild, A. (2003). *La mercantilización de la vida íntima: Apuntes de la casa y el trabajo*. Katz editores.
- Hochschild, A. (2015). Global care chains and emotional surplus value. In *Justice, Politics, and the Family* (pp. 249-261). Routledge.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (25 de noviembre, 2024). *Cuenta Satélite de Trabajo No Remunerado de los Hogares de México, 2023*. Comunicado de prensa Número. 680/24. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/CSTNRH/M/CSTNRHM2023.pdf>
- Iriarte, N., Nicora, V. & Britos, N. (2018). *Reproducción social y cuidados*. Universidad Nacional de Córdoba. Disponible en: https://repositoriosdigitales.mincyt.gob.ar/vufind/Record/RDUUNC_aadbaa494f2aab2c4ea7fe10f9c9ed7

- Izquierdo, I. (2008). Talentos mexicanos en movimiento y redes de conocimiento. *Trayectorias*, 10(27), 100-110.
- Izquierdo, I. (2010). Las científicas y los científicos extranjeros que llegaron a México a través del Subprograma de Cátedras Patrimoniales del CONACyT. *Revista de la educación superior*, 39(155), 61-79.
- Izquierdo, I. (2011). Los científicos de Europa oriental en México: Una exploración a sus experiencias de migración. *Education Policy Analysis Archives/Archivos Analíticos de Políticas Educativas*, 19, 1-19.
- Izquierdo, I. (2018). Proceso migratorio, identidad y trabajo académico de un grupo de científicos de la ex URSS en México. En Pedone, C. & Alfaro, Y. (Coords.) (2018). *La migración calificada en América Latina: una revisión de los abordajes teóricos metodológicos y sus desafíos*. PERIPLOS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur
- Izquierdo, I. (2021). Científicas y científicos de América Latina y el Caribe en México. Posibilidades y peripecias del proyecto migratorio. En Pedone, C. & Gómez Martín, C. (Coords.) (2021). *Los rostros de la migración calificada: estudios interseccionales en América Latina*. PERIPLOS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur.
- Jefatura de Gobierno de la Ciudad de México (2017). *Constitución Política de la Ciudad de México*. Gaceta Oficial de la CDMX: 20-127.
https://www.infocdmx.org.mx/documentospdf/constitucion_cdmx/Constitucion_por_ciento20Politica_CDMX.pdf
- Jelin, E. (2014). Desigualdades de clase, género y etnicidad/raza. *Realidades históricas, aproximaciones analíticas*. Berlin: *desiguALdades. net*.
- Kathiravelu, L. (2021). Introduction to Special Section 'Infrastructures of Injustice: Migration and Border Mobilities'. *Mobilities*, 16(5), 645-655.



- Killian, L. M. (1996). What or who is a "minority"? *Michigan Sociological Review*, 18-31.
- Klorman, E. (1997). Las difíciles relaciones entre padres e hijos: miedos, celos, angustia, agresividad, límites, depresión. Editorial Hermes.
- Kymlicka, W. (1996). Las políticas del multiculturalismo. *Ciudadanía multicultural*, 25-55.
- Leccardi, C. (2002). Tiempo y construcción biográfica en la "sociedad de la incertidumbre"; reflexiones sobre las mujeres jóvenes. *Nómadas*, (16), 42-50.
- Lee, J. (2020). *La economía feminista de la ruptura, una mirada distinta para pensar las crisis y la economía*. Economía Femini(s)ta, Buenos Aires, 08 de marzo de 2020. <http://economiafeminista.com/la-economia-feminista-de-la-ruptura/>
- Lentz, E., Bezner Kerr, R., Patel, R., Dakishoni, L., & Lupafya, E. (2019). The invisible hand that rocks the cradle: On the limits of time use surveys. *Development and Change*, 50(2), 301-328.
- Lerner, G. (1990). *La creación del patriarcado*. Editorial Crítica.
- Levitt, P. (1998). Social remittances: Migration driven local-level forms of cultural diffusion. *International migration review*, 32(4), 926-948.
- Levitt, P., & Lamba-Nieves, D. (2011). Social remittances revisited. *Journal of ethnic and migration studies*, 37(1), 1-22.
- Lindstrom, D. & Klaas, K. (2019). Integración de migrantes y estado de salud de migrantes entre México y Estados Unidos. En Consejo Nacional de Población (CONAPO), *Migración y salud. Publicación para la acción*. CONAPO

- Llanos-Morales, M., & Aron-Svigilsky, A. (2004). *Cuidar a los que cuidan: desgaste profesional y cuidado de los equipos que trabajan con violencia*. Artículos CONICYT: Chile.
- Lobera Serrano, J., & García Sainz, C. (2014). Identidad, significado y medición de las amas de casa. *Quaderns de Psicologia*, 16(1), 0213-226.
- Londoño, O., Maldonado, L. & Calderón, L. (2016). *Guía para construir estados del arte*. International Corporation of network ok knowledge, ICONK. Disponible en:
<https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25566w/Guia%20estados%20del%20arte.pdf>
- López, E., Guizardi, M., González, H., Magalhães, L., & Araya, I. (2022). Cuidados y migración: una guía de lecturas. *Périplos: Revista de Estudos sobre Migrações*, 6(2).
- Lowell, B. L., & Findlay, A. (2001). Migration of highly skilled persons from developing countries: impact and policy responses. *International migration papers*, 44(25), 1-45.
- Lozano-Ascencio, F., & Gandini, L. (2012). Skilled-worker mobility and development in Latin America and the Caribbean: Between brain drain and brain waste. *Journal of Latino/Latin American Studies*, 4(1), 7-26.
- Lutz, H. (2018). Care migration: The connectivity between care chains, care circulation and transnational social inequality. *Current Sociology*, 66(4), 577–589
- MacKinnon, C. A. (1982). Feminism, Marxism, method, and the state: An agenda for theory. *Signs: Journal of women in culture and society*, 7(3), 515-544.
- Maquieira, V (2001). Género, Diferencia y Desigualdad. En Beltrán, B., Maquieira, V., Álvarez, S., & Sánchez, C. (2001). *Feminismos: Debates Teóricos Contemporáneos*, Alianza editorial.

- Marini, R. M. (1972). Dialéctica de la dependencia: la economía exportadora. *Sociedad y desarrollo*, 1(1), 35-51.
- Marini, R. M., & Millán, M. (1994). *La teoría social latinoamericana: Cuestiones contemporáneas* (Vol. 4). UNAM.
- Markley, E. (2011). Social remittances and social capital: values and practices of transnational social space. *Calitatea Vieții*, 22(4), 365-378.
- Filgueira, F. & Martínez Franzoni, J. (2019). Growth to Limits of Female Labor Participation in Latin America's Unequal Care Regime. *Social Politics* 2019, Volume 26, Number 2. Disponible en: <https://repositorio.iis.ucr.ac.cr/server/api/core/bitstreams/1812fed3-c2cc-4deb-a275-e3452593acf5/content>
- Marx, K. (2000) *El capital: crítica de la economía política*. 1ª edición [1867]. México: Siglo XXI, t. 1, v. 1
- Mata-Codesal, D. (2017). Gendered (im) mobility: Rooted women and waiting Penelopes. *Crossings: Journal of Migration & Culture*, 8(2), 151-162.
- McGoldrick M. & Gerson, R. (1985). *Genograms in Family Assessment*. New York, W W Norton.
- Melgar, L. (2016). Familia: en resignificación continua. En Moreno, H., & Alcántara, E. (Eds.). (2016). *Conceptos clave en los estudios de género*. Universidad Nacional Autónoma de México, Programa Universitario de Estudios de Género. 91-103.
- Mendoza Pérez, C. (2019). Migración calificada del sur de Europa en México: Expectativas, oportunidades y nichos laborales. *Espacio Abierto*, 28(1), 105-122.
- Mendoza Pérez, C. (2018). Presentación del Tema Central Migración Calificada. *Revista de ciencias sociales y humanidades*, 39(84). UAM Iztapalapa.

- Mendoza, C., Staniscia, B., & Ortiz, A. (2016). Migración y movilidad de las personas calificadas: nuevos enfoques teóricos, territorios y actores. *Biblio3W Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales*.
- Migration and Home Affairs (s/f). *Highly qualified migrant*. Recuperado el 30 de abril de 2022, de https://ec.europa.eu/home-affairs/pages/glossary/highly-qualified-migrant_en
- Molinier, P. (2015) *El cuidado puesto a prueba. Vulnerabilidades cruzadas y saber-hacer discreto*. En Borgeaud-Garciandía, N. (2018). El trabajo de cuidado. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Fundación Medifé.
- Molinier, P. (2018). El “trabajo sucio” y la ética del cuidado. Historia de un malentendido. *Género y cuidado. Teorías, escenarios y políticas*, 90-103.
- Montaño, S., & Calderón, C. (2010). *El cuidado en acción: entre el derecho y el trabajo*. Cepal.
- Moreno Pérez, S. (2008). Migración, remesas y desarrollo regional en México. *Documento de trabajo*, (50). Centro de Estudios Sociales y de Opinión Pública.
- Moreno, J. L. (1946). The sociometric view of the community. *The Journal of Educational Sociology*, 19(9), 540-545.
- Moreno, J. L. (1947a). The social atom and death. *Sociometry*, 10(1), 80-84.
- Moreno, J. L. (1947b). Organization of the social atom. *Sociometry*, 10(3), 287-293.
- Moreno-Jiménez, J. E., Rodríguez-Carvajal, R., Chico-Fernández, M., Lecuona, Ó., Martínez, M., Moreno-Jiménez, B., ... & Garrosa, E. (2020). Factores de riesgo y protección del estrés traumático secundario en los cuidados intensivos: un estudio exploratorio en un hospital terciario de Madrid. *Medicina intensiva*, 44(7), 420-428.

- Mumford, D. B. (1998). The measurement of culture shock. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 33(4), 149-154.
- Nakano Glenn, E. (1992). From servitude to service work: Historical continuities in the racial division of paid reproductive labor. *Signs: Journal of women in culture and society*, 18(1), 1-43.
- Narayan, U. (1995). *Colonialism and its others: Considerations on rights and care discourses*. *Hypatia*, 10(2), 133-140.
- Ng, J. J. L., Salgado, G. J. C., Espinosa, L. A., & Serrano, C. (2021, julio 14). *Anuario de Migración y Remesas México 2021*. Bbvaresearch.com. <https://www.bbvaresearch.com/publicaciones/anuario-de-migracion-y-remesas-mexico-2021/>
- Nieves, M., & Robles, C. (2016). El cuidado como bien público: implicancia para un análisis de políticas. En Nieves, María y Robles, Claudia. *Políticas de cuidado en América Latina. Forjando la igualdad* (pp.11-23). Santiago. CEPAL-Cooperación alemana.
- Olavarría, J. (2017). *Sobre hombres y masculinidades: "ponerse los pantalones"*. Ediciones Universidad Academia de Humanismo Cristiano.
- Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (1989). *Convención sobre los Derechos del Niño*. Naciones Unidas. Disponible en: https://www.ohchr.org/sites/default/files/crc_SP.pdf
- Organización de las Naciones Unidas Mujeres (ONU Mujeres) (2015). *Las trabajadoras migrantes en la frontera sur de México. Hacia una agenda de investigación*. México.
- Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2019). *El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente*. Ginebra, Oficina Internacional del Trabajo. Disponible en:

<https://www.ilo.org/es/publications/major-publications/el-trabajo-de-cuidados-y-los-trabajadores-del-cuidado-para-un-futuro-con>

Organización Internacional para las Migraciones (OIM) (2020). *Informe sobre las Migraciones en el Mundo 2020*. OIM, Ginebra.

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2022). *Informe mundial sobre salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general* [World mental health report: transforming mental health for all. Executive summary]. Ginebra. Disponible en:
<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD) (2019). *Migration Data Brief*. Oecd.org.
<https://www.oecd.org/migration/miq/Migration-data-brief-4-EN.pdf>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD) (2018). *Care Needed: Improving the Lives of People with Dementia*. OECD Health Policy Studies, OECD Publishing, Paris. <http://dx.doi.org/10.1787/9789264085107-en>

Pacheco, E. (2020). El trabajo de cuidados directo e indirecto, retos y posibilidades para su medición. In *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp. 411-470). Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales, CLACSO.

Palomino, Y., & Suárez, M. (2006). Instrumentos de Atención a la Familia: El Familiograma y el APGAR familiar. *RAMPA 2006; 1 (1): 48, 57*.

Parella, S. (2003). Repensando la participación de las mujeres en el desarrollo desde una perspectiva de género. *Papers: revista de sociología*, 31-57.

Parker, S., & Gandini, L. (2011). Cuantificación de sesgos en la contabilización del uso del tiempo a partir de metodologías de diarios y cuestionarios. *Cuadernos de trabajo*, (30).

- Parsons, T. (1986). La estructura social de la familia. En *La familia* (pp. 31-66). Península.
- Pécoud, A. (2015). *Depoliticising migration. Global Governance and International Migration Narratives*. Palgrave Macmillan.
- Pedone, C. (2018). Buenos Aires te da mundo”: trayectorias formativas de la población joven ecuatoriana en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. *Revista de Investigación sobre Migraciones*, 2, 51-69.
- Pedone, C. & Alfaro, Y. (Coords.) (2018). *La migración calificada en América Latina: una revisión de los abordajes teóricos metodológicos y sus desafíos*. PERIPLOS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur.
- Pedone, C. & Gómez Martín, C. (Coords.) (2021). *Los rostros de la migración calificada: estudios interseccionales en América Latina*. PERIPLOS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur.
- Pedroza, L., & Palop-García, P. (2017). Diaspora policies in comparison: An application of the Emigrant Policies Index (EMIX) for the Latin American and Caribbean region. *Political Geography*, 60, 165-178.
- Pedroza, L., Palop-García, P., & Hoffmann, B. (2016). *Emigrant policies in Latin America and the Caribbean*. FLACSO-Chile Ed.
- Peña López, A., & Ocampo Figueroa, N., (2019) *La superexplotación de los trabajadores migrantes mexicanos en Estado Unidos*. En Felix, G., & Guanais, J. B. (2019). Superexplotación del trabajo en el siglo XXI. Editora: El Tiple.
- Pérez Fragoso, L. (2017). ¿Quién cuida en la Ciudad de México?. En *¿Quién Cuida en la Ciudad?*. United Nations, 2017: 151-189.
- Pérez Orozco, A. & García Domínguez, M. (2014). *Por qué nos preocupamos por los cuidados*. Centro de Capacitación de ONU Mujeres. ONU Mujeres

- Pérez Orozco, A. (2011). Crisis multidimensional y sostenibilidad de la vida. *Investigaciones feministas*, 2, 35.
- Pérez Orozco, A. (2016). *Desigualdades a flor de piel cadenas globales de cuidados. Concreciones en el empleo de hogar y articulaciones políticas*. ONU Mujeres.
- Pérez, Y. (2016) *En busca del tiempo liberado. Experiencias de autonomía y desigualdad de tiempo en Jefas de Hogar de la Ciudad de México*. Tesis doctoral. México: UAM-I
- Platt, L. F., & Skowron, E. A. (2013). The family genogram interview: Reliability and validity of a new interview protocol. *The Family Journal*, 21(1), 35-45.
- Quiroga Díaz, N. & Gago, V. (2018). Una mirada feminista de la economía urbana y los comunes en la reinención de la ciudad. *Economía social solidaria y sustentabilidad*, 157-184.
- Radosta, D. I. (2021). El cuidado hospice como un cuidado humanizado en el final de la vida. *Salud colectiva*, 17, e3108.
- Raghuram, P. (2013). Theorising the spaces of student migration. *Population, Space and Place*, 19(2), 138-154.
- Ramírez Contreras, M. G. & Robles Silva, L. (2019). El papel de las mujeres migrantes en el cuidado transnacional de ancianos mexicanos. En Consejo Nacional de Población (CONAPO), *Migración y salud. Publicación para la acción*. CONAPO
- Ramírez García, T. (2009). Migración y remesas femeninas en México: la otra cara de la moneda. *Ra Ximhai*, 5(2), 161-179.

- Ramírez García, T., & Lozano Ascencio, F. (2019). Inmigración calificada y desarrollo en México. Tendencias y modalidades contemporáneas. *Norteamérica*, 14(1), 313-340.
- Ramírez García, T., & Román Reyes, P. (2007). Remesas femeninas y hogares en el estado de Guanajuato. *Papeles de población*, 13(54), 191-224.
- Ramírez-García, T., & Gandini, L. (2016). Trabajadoras calificadas: las mujeres mexicanas en el mercado de trabajo estadounidense en perspectiva comparada. *Revista Latinoamericana de Población*, 10(19), 33-56.
- Razavi, S. (2007). *The political and social economy of care in a development context: Conceptual issues, research questions and policy options*. United Nations Research Institute for Social Development [UNRISD], Switzerland.
- Ribeiro de Oliveira Silva, J. A. (2012). *La flexibilización del tiempo de trabajo y la violación del Derecho a la salud laboral: análisis de los ordenamientos jurídicos brasileño y español*. Tesis Doctoral. Universidad de Castilla-La Mancha
- Ríos Cazares, G. & López Moreno, S. (2018). Comprendiendo el cuidado y los cuidados: tipología del cuidado desde la salud colectiva. *Salud colectiva en México: quince años del Doctorado en la UAM*, 127.
- Rivera Cusicanqui, S. (2010). *Ch'ixinakax utxiwa. Una reflexión sobre prácticas y discursos descolonizadores*. Tinta limon.
- Rizzo, K. M., Schiffrin, H. H., & Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of child and family studies*, 22, 614-620.
- Rodríguez Ceberio, M., & Díaz Videla, M. (2020). Las mascotas en el genograma familiar. *Ciencias Psicológicas*, 14(1).

- Rodríguez Enríquez, C. (2015). Economía feminista y economía del cuidado. *Nueva Sociedad*, (256).
- Rodríguez Enríquez, C. (2020). Elementos para una agenda feminista de los cuidados. En Batthyány, K. (coord.) *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (127-136). CLACSO-Siglo XXI.
- Roelsgaard Obling, A. (2021). 3. Intergenerational Conflicts and Military Leadership: A Problem of Generations in Danish Military Education And Beyond. *Transformations of the Military Profession and Professionalism in Scandinavia*, 71.
- Rolo González, G., Díaz Cabrera, D., & Hernández Fernaud, E. (2009). Desarrollo de una escala subjetiva de carga mental de trabajo (ESCAM). *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 25(1), 29-37.
- Rosas-Navarro, J. M., Covarrubias-Castillo, S. A., Villalobos-Lizardi, J. C., Muñoz-Chacón, D. A., & O'Connor, R. B. (2020). Association between Burnout Syndrome and medical training by specialty in first-year residents. *Salud mental*, 43(5), 227-233.
- Rubin, G. [1986] (2015). El tráfico de mujeres: notas sobre la economía política del sexo. *Género: la construcción cultural de la diferencia sexual*. (Pública-Género; 1), 35-91.
- Rubio, D. C. (2020). Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019. *Gerencia y Políticas de Salud*, 19, 1-18.
- Salazar Parreñas, R. (2001) *Servants of Globalization*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Sassen, S. (2003). *Contrageografías de la globalización Género y ciudadanía en los circuitos transfronterizos*. Madrid: Traficantes de sueños.

- Shliselberg, R., & Givoni, M. (2018). Motility as a policy objective. *Transport reviews*, 38(3), 279-297.
- Schützenberger, A. (2018). *¡Ay, mis ancestros!*. Taurus.
- Scott, J. (1996). El género: una categoría útil para el análisis histórico. En, M. Lamas. El género: la construcción cultural de la diferencia sexual. *El género*, 1-366.
- Scuro, L., & Vaca-Trigo, I. (2017). La distribución del tiempo en el análisis de las desigualdades en las ciudades de América Latina. En *¿Quién Cuida en la Ciudad?* (pp. 117-148). United Nations.
- Secretaría de Educación Pública (SEP) (2020). *Segundo Informe de Labores*. Ciudad de México. Disponible en:
https://www.planeacion.sep.gob.mx/Doc/informes/labores/2018-2024/2do_informe_de_labores.pdf
- Secretaría de Gobernación (S/f). QUE REFORMA EL ARTÍCULO 335 DEL CÓDIGO PENAL FEDERAL, A CARGO DE LA DIPUTADA ADRIANA DEL PILAR ORTIZ LANZ, DEL GRUPO PARLAMENTARIO DEL PRI. Sistema de Información Legislativa de la Secretaría de Gobernación. Disponible en:
http://sil.gobernacion.gob.mx/Archivos/Documentos/2016/04/asun_3378461_20160429_1459877046.pdf
- Serret, E. (2008). Identidades de género y división de espacios sociales en la modernidad. En Ángel Sermeño y Estela Serret (coord.). *Tensiones políticas de la modernidad. Retos y perspectivas de la democracia contemporánea*. Miguel Ángel Porrúa/Universidad Autónoma Metropolitana-Azcapotzalco, México, pp. 91-120.
- Szasz, I. (1994). Migración y relaciones sociales de género aportes de la perspectiva antropológica. *Estudios demográficos y urbanos*, 129-150.

- Tejada, G., Varzari, V., & Porcescu, S. (2013). Scientific diasporas, transnationalism and home-country development: Evidence from a study of skilled Moldovans abroad. *Southeast European and Black Sea Studies*, 13(2), 157-173.
- Tigau, C. (2021). *Discriminación y privilegios en la migración calificada: Profesionistas mexicanos en Texas*. UNAM, Centro de Investigaciones Sobre América del Norte.
- Toro Varela, F. (2017). Direct and prepositional regimen of the verb cuidar in spanish: an historical approach. *Literatura y lingüística*, (36), 263-281. <https://dx.doi.org/10.4067/S0716-58112017000200263>
- Tronto, J. (2002). *The “nanny” question in feminism*. *Hypatia*, 17(2), 34-51.
- Tronto, J. (2010). Creating caring institutions: Politics, plurality, and purpose. *Ethics and social welfare*, 4(2), 158-171.
- Tronto, J. (2013). *Caring democracy*. New York University Press.
- UNESCO Institute for Statistics. (2012). *International standard classification of education: ISCED 2011*. Montreal UIS: <http://dx.doi.org/10.15220/978-92-9189-123-8-en>.
- Universidad Nacional de Colombia [TelevisiónUNAL]. (2021, abril 23). *Aportes y límites de la interseccionalidad*. Dictada por la profesora Ochy Curiel [Archivo de video] Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=LGwuJC1ZGBM>
- Valencia García, G. (2007). *Entre cronos y kairós: las formas del tiempo sociohistórico*. Universidad Nacional Autónoma de México, 1-270.
- Valls-Llobet, C. (2013). *Mujeres, salud y poder*. Ediciones Cátedra.

- van Houtum, H. & Bueno Lacy, R. (2020). The migration map trap. On the invasion arrows in the cartography of migration, *Mobilities, Taylor & Francis Journals*, vol. 15(2), 196-219.
- Varela, P. (2020). La reproducción social en disputa: un debate entre autonomistas y marxistas. *Archivos de historia del movimiento obrero y la izquierda*, (16), 71-92.
- Viveros Vigoya, M. (2016). La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación. *Debate feminista*, 52, 1-17.
- WikiDiff (2017, noviembre 7). *Qualified vs skilled - what's the difference?*
<https://wikidiff.com/skilled/qualified>
- Wittig, M. [1980] (2006). El pensamiento heterosexual. El pensamiento heterosexual y otros ensayos, 45-57.
- Yaniv, D. (2014). Tele and the social atom: The oeuvre of JL Moreno from the perspective of neuropsychology. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 13, 107-120.
- Yankelevich, P. (2002). *México, país refugio: la experiencia de los exilios en el siglo XX*. Plaza y Valdés.
- Yeates, N. (2012). Global care chains: a state-of-the-art review and future directions in care transnationalization research. *Global Networks*, 12(2), 135-154.
- Zavala de Cosío, M. E., & Rozée Gomez, V. (2014). *El género en movimiento: familias y migraciones*. El Colegio de Mexico AC.