ANUIES

esPAZioDH

ESPACIO PARA LA PROMOCIÓN DE LA CULTURA DE PAZ Y LOS DERECHOS HUMANOS

PENSAR EN LOS CUIDADOS

DESDE LA EDUCACIÓN SUPERIOR

Alma Vanessa **Arvizu Reynaga**
Coordinadora



VOCES POR LA IGUALDAD 8

PENSAR EN LOS CUIDADOS DESDE LA EDUCACIÓN SUPERIOR

NUIES
SECRETARÍA GENERAL
ASOCIACIÓN NACIONAL DE UNIVERSIDADES
E INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

Luis Armando González Placencia
Secretario General Ejecutivo

Gustavo Rodolfo Cruz Chávez
Coordinador General de Vinculación Estratégica

Luis Alberto Fierro Ramírez
Coordinador General de Fortalecimiento Académico e Institucional

Irma Andrade Herrera
Coordinadora General de Planeación y Buena Gestión

José Luis Cuevas Nava
Director Ejecutivo de Publicaciones y Fomento Editorial

PENSAR EN LOS CUIDADOS DESDE LA EDUCACIÓN SUPERIOR

ALMA VANESSA ARVIZU REYNAGA

COORDINADORA

ANAHÍ HERNÁNDEZ PENSADO
ERIKA ANGÉLICA ALCÁNTAR GARCÍA
FERNANDO ROCHA ROSARIO
ROSA MARGARITA SÁNCHEZ PACHECO
SANDRA ALICIA SANTANA CARTAS

306.43 LB2322.2
P46 P46

Pensar en los cuidados desde la educación superior/ Alma Vanessa Arvizu Reynaga, coordinadora / Ciudad de México: ANUIES, Dirección Ejecutiva de Publicaciones y Fomento Editorial, 2026.

112 páginas – (Colección Voces por la igualdad; 8)

ISBN Colección completa: 978-607-451-253-3
ISBN Vol. 8: 978-607-451-313-4

1. Educación Superior aspectos sociales 2. Mujeres en la educación superior 3. Igualdad en la educación I. Título II. serie

Las opiniones manifestadas en esta publicación son responsabilidad única y exclusiva de la o las personas autoras, y no expresan el punto de vista de la Asociación.

Revisión
Claudia Mendoza Arriaga

Diseño de portada
Mario Gómez Mayén

Cuidado de edición
Francisco Javier Araiza Martínez

Formación
Guadalupe Cárdenas Pérez

Primera edición, 2026

ISBN Colección completa: 978-607-451-253-3
ISBN Vol 8: 978-607-451-313-4

© 2026, ANUIES
Tenayuca 200
Col. Santa Cruz Atoyac
Alcaldía Benito Juárez
C.P. 03310, Ciudad de México

CONTENIDO

Introducción 11

Capítulo 1. La crisis global de los cuidados 15

1.1 Transformaciones del sistema económico e incorporación de las mujeres al trabajo asalariado 16
1.2 Transformaciones sociodemográficas y la creciente demanda de cuidados 18
1.3 El desmantelamiento de los llamados Estados de Bienestar 19

Capítulo 2. Conceptos básicos para entender los cuidados 21

2.1 Concepto de cuidados 21
2.2 Poblaciones que requieren cuidados 26
2.3 Poblaciones que cuidan 27
2.4 Género y cuidados 29
2.4.1 Desfamiliarización y desfeminización de los cuidados 32
2.5 Distintas formas de abordaje 35
2.5.1 Cuidados directos 36
2.5.2 Cuidados indirectos 37
2.5.3 Autocuidado 38

Capítulo 3. En las universidades e IES también se cuida 41

3.1 La expansión y feminización de la educación superior y su relación con los cuidados 44
3.2 Dimensión pedagógica de los cuidados 47
3.3 Infraestructuras y derechos para cuidar 52
3.4 Estructura organizacional para cuidar hoy y mañana 54
3.4.1 Diagnóstico periódico sobre las necesidades comunes y particulares de las comunidades universitarias en materia de cuidado 55
3.4.2 Articular las capacidades instaladas para darles continuidad y mejora con el tiempo 55
3.4.3 Coherencia, evaluación y calibración 56

Capítulo 4. ¿Por qué las universidades e IES deben cuidar a sus comunidades estudiantiles, docentes y administrativas? 59

4.1 Las IES contra la desigualdad 59
4.2 Las IES como productoras de bienes públicos 61
4.3 Las IES como organizaciones coherentes 65
4.3.1 Avances y retos de las IES mexicanas en materia de cuidados 67

Capítulo 5. Estrategias para formar comunidades cuidadoras en las IES 71

5.1 Marco normativo de los cuidados 73
5.2 Formación y sensibilización de la comunidad 77
5.3 Hombres cuidadores: abogar por la redistribución 80
5.4 El autocuidado como eje fundamental para el bienestar 84
5.5 Nuevas perspectivas críticas sobre los cuidados 87
5.6 Iniciativas para constituir políticas institucionales para los cuidados en las IES 90

Referencias 95

INTRODUCCIÓN

¿Qué hace posible que una persona llegue a clase, cumpla una jornada laboral, entregue un trabajo académico o concluya una investigación? Pocas veces nos lo preguntamos, sin embargo, detrás de todas estas actividades hay tiempo, energía, salud, redes de apoyo y vínculos que lo hacen realidad.

El trabajo que se lleva a cabo en las instituciones de educación superior (IES) es fundamental para nuestra sociedad. En ellas se estudia, se enseña, se investiga y se trabaja en diversas áreas del conocimiento. Sin embargo, es necesario preguntarnos en qué circunstancias se realizan estas tareas: no sólo en términos de productividad o rendimiento, sino considerando las condiciones materiales, emocionales y sociales de sus comunidades. Esto implica analizar si las normas, la infraestructura y las prestaciones de la universidad, reconocen las tareas de cuidado que asumen estudiantes, docentes y personal administrativo, o si, al pasarlas por alto, se agravan las desigualdades.

Con esta premisa, este volumen ofrece un panorama general para entender y asumir la corresponsabilidad de los cuidados en las IES tanto públicas como privadas. Para ello, se articula un marco teórico con herramientas y recomendaciones prácticas orientadas a formular preguntas, detonar investigaciones y actuar en favor del bienestar colectivo. La obra se estructura en cinco capítulos interconectados.

El primer capítulo sitúa la problemática general al analizar la crisis global de los cuidados, con énfasis particular en el contexto latinoamericano. Esta

crisis se manifiesta en la creciente tensión entre el aumento de las necesidades de atención de la población y la limitada capacidad estatal, social e institucional para cubrirlas. Si bien esta situación se exacerbó durante la pandemia de COVID-19, también responde a procesos estructurales como el paulatino desmantelamiento de los Estados de bienestar, el debilitamiento de la seguridad social y la división sexual del trabajo que asigna históricamente la reproducción social —entre ellos el trabajo de cuidados— a las mujeres, y en donde se intersecan inequidades de clase, raza y etnicidad.

El segundo capítulo profundiza en los abordajes conceptuales de los cuidados. Desde los aportes de la economía feminista se cuestiona y desmantela la idea de que estas labores son "naturales" o gratuitas por parte de las mujeres y las familias. A lo largo de sus páginas se delimitan los conceptos con los que se entenderán los cuidados en esta obra, clasificándolos en cuidados directos (relacional y afectivo), indirectos (logístico y doméstico) y autocuidado. Asimismo, este marco reitera cómo la invisibilizada sobrecarga de labores sobre las mujeres exige reestructurar el cuidado mediante acciones concretas que involucren los niveles estatal, social e institucional.

El tercer capítulo examina cómo las IES no son inmunes a las dinámicas de reproducción de desigualdades en materia de cuidados. Se analiza el modo en que estas responsabilidades impactan de manera diferenciada en la permanencia escolar, la carrera académica y el desarrollo profesional de sus integrantes, afectando principalmente a las mujeres. Ante esto, se introduce el concepto de *corresponsabilidad institucional*, el cual convoca a que las IES articulen su actuación en tres dimensiones: una pedagógica, que transversaliza la empatía y el bienestar en el currículo; una de capacidades instaladas e infraestructura; y una de estructura organizacional dinámica que permita el acompañamiento y sostenimiento colectivo de estas labores. Así, la corresponsabilidad universitaria se plantea

como un compromiso de justicia social orientado a garantizar condiciones dignas para quienes cuidan y/o reciben cuidados.

El cuarto capítulo continúa la reflexión sobre el papel activo de las IES en la reducción de las desigualdades sociales y de género a través de la corresponsabilidad de los cuidados. Pero, particularmente, en este capítulo se revisan los avances que han logrado las IES y universidades mexicanas en materia de servicios, infraestructuras y políticas de conciliación de los cuidados (como lactarios, estancias infantiles, licencias y apoyos en salud mental). Además, también se argumenta cómo cuidar a la comunidad universitaria fortalece la producción de bienes públicos y genera vínculos positivos para toda la sociedad.

Finalmente, el quinto capítulo sistematiza un catálogo de recursos y herramientas prácticas —validadas por organismos nacionales e internacionales— organizadas en seis ejes temáticos: marcos normativos, formación y sensibilización, masculinidades corresponsables, autocuidado, perspectivas críticas e iniciativas institucionales. Este apartado busca ofrecer insumos aplicables a la cotidianidad y contextos específicos de las IES, reafirmando que la construcción de una comunidad cuidadora es una tarea colectiva e indispensable para la equidad y la sostenibilidad de la vida universitaria.

En suma, esta obra pretende ser un punto de partida para abrir la discusión sobre los cuidados en la educación superior, con lo cual se espera aportar elementos sustantivos a los debates institucionales, las reflexiones colectivas y la implementación de acciones comprometidas con la inclusión, la reducción de desigualdades y la cultura de paz.

CAPÍTULO 1
LA CRISIS GLOBAL DE LOS CUIDADOS

Hoy los cuidados y los debates en torno a quiénes cuidan, quiénes requieren cuidados y en qué condiciones se realizan estas actividades parecen estar en todos lados. Sin embargo, los cuidados siempre han formado parte de la vida humana: procuramos nuestro propio bienestar y dependemos de otras personas para sostener nuestra existencia. En este sentido, las personas que realizan estas actividades constituyen uno de los núcleos de la organización social, aunque históricamente las personas y condiciones en que llevan a cabo los cuidados han sido invisibilizadas.

La pandemia por COVID-19 hizo especialmente visibles estas relaciones de interdependencia y mostró la fragilidad de las instituciones, incluidas las IES, que contribuyen a sostener el bienestar colectivo. También evidenció las profundas desigualdades en el acceso a servicios y recursos para cuidar, y agudizó las condiciones de pobreza y malestar entre los grupos en mayor desventaja de la sociedad. En América Latina, más que causar el problema, la pandemia reveló una crisis de los cuidados que venía configurándose desde décadas atrás: una creciente tensión entre las necesidades de cuidado de la población y las capacidades sociales para satisfacerlas, cuya responsabilidad continúa distribuyéndose de manera desigual entre mujeres y hombres (Batthyány, 2015).

La investigación sobre los cuidados ha identificado diversas explicaciones a esta crisis: las transformaciones del sistema económico; la persistencia de una

división sexual e internacional del trabajo que concentra las responsabilidades de cuidado en determinados grupos; los cambios en la organización y composición de las familias; y las transformaciones sociodemográficas que han incrementado y modificado las necesidades de cuidado. A continuación, revisamos cada uno de estos procesos.

1.1 TRANSFORMACIONES DEL SISTEMA ECONÓMICO E INCORPORACIÓN DE LAS MUJERES AL TRABAJO ASALARIADO

Para entender la crisis de los cuidados hay que mirar atrás desde las transformaciones que vivió el sistema capitalista a inicios del siglo XX. Las dos guerras mundiales reorganizaron el mapa geopolítico y productivo del planeta. Paralelamente la industria se transformó con el advenimiento de nuevas formas de producir en serie y de organizar el trabajo en las fábricas. A esto se sumó el nacimiento del sistema financiero internacional y el crecimiento acelerado de las ciudades en todo el mundo. Juntos, estos cambios transformaron poco a poco la vida de las personas.

Un ejemplo de esto es cómo la forma en que producimos y accedemos a lo necesario para vivir —alimento, vivienda, servicios básicos— está directamente vinculada a la organización del trabajo en el mundo. En medio de estas transformaciones, las mujeres comenzaron a incorporarse cada vez más a empleos asalariados fuera de casa. Esto no significa que antes no trabajaran o aportaran a sus hogares, al contrario, la investigación ha demostrado que las mujeres siempre han sostenido, con su trabajo, la vida familiar y comunitaria (Federici, 2018). Lo que cambió fue otra cosa: desde finales del siglo XIX, su presencia en fábricas y otros espacios laborales fue creciendo, sobre todo en las ciudades.

Sin embargo, esta incorporación de las mujeres al trabajo asalariado nunca se dio en condiciones de igualdad debido a la división sexual del trabajo de cuidados. ¿Qué entendemos por división sexual del trabajo? Según Batthyány se nombra así:

> … a la división del trabajo establecida con base en las diferencias sexuales y de género, una premisa que se ha adaptado en cada sociedad a lo largo de la historia para asignarle a los varones tareas prioritariamente en la esfera productiva y a las mujeres, en la reproductiva, lo que les permite a ellos ocupar funciones con un alto valor social (2015, pp. 24-25).

¿A qué nos lleva esta discusión? Como primer punto, a reconocer que las tareas de cuidado se reparten según un sistema sexo-género, y que la mayor parte de esta carga recae sobre las mujeres de la familia: abuelas, madres, hijas, hermanas, tías. Segundo, que esta acumulación de responsabilidades afecta directamente su vida diaria: se espera que ellas cumplan con un empleo remunerado sin dejar de lado los cuidados, una situación que se conoce como *la doble jornada*. Dicho de otro modo: aunque el ingreso de las mujeres al trabajo asalariado transformó la organización familiar y comunitaria, esto no significó que los varones asumieran una responsabilidad igual en los cuidados. Por el contrario, la carga siguió concentrada en las mujeres y su trabajo total se incrementó. Por eso se considera que el trabajo de cuidados y la forma en que se distribuye y organiza, es uno de los núcleos centrales de la desigualdad de género (Batthyány, 2015).

Hasta aquí hemos mostrado cómo las mujeres asumen de manera desproporcionada el trabajo de cuidados. Sin embargo, el panorama no es igual para todas: existen ventajas y desventajas que se acumulan de manera distinta según cada mujer, y que diversifican los modos, los medios, los escenarios y hasta las

razones para cuidar. En el Capítulo 2 profundizaremos en estas desigualdades, pero aquí adelantamos algunas ideas para iniciar la reflexión.

Lo primero es reconocer que hay distintos factores que impactan para que los cuidados no se realicen en la misma proporción ni en las mismas condiciones. Una manera de observar su distribución desigual, es mediante la medición de las horas a la semana que los diferentes sectores sociales le dedican. Por ejemplo, en México el problema se agrava en las mujeres afromexicanas e indígenas. Según la Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT), las mujeres hablantes de alguna lengua indígena dedican en promedio 44 horas al trabajo no remunerado (casi cinco horas más que el promedio general de mujeres) y 36 horas al trabajo para el mercado. A su vez, los hombres del mismo grupo poblacional dedican 16 horas al trabajo no remunerado (dos horas menos que el promedio de hombres) y 47.3 al trabajo para el mercado. Por su parte, las mujeres afrodescendientes dedicaron 42.2 (casi tres horas más que el promedio de las mujeres) al trabajo no remunerado y 41.8 horas al trabajo para el mercado, en tanto que los hombres afrodescendientes dedicaron en promedio 20.6 horas al primero y 51.7 horas al segundo. Como demuestran los datos, el trabajo no remunerado está claramente feminizado, racializado y arraigado a la clase social (INEGI, 2024b).

1.2 TRANSFORMACIONES SOCIODEMOGRÁFICAS Y LA CRECIENTE DEMANDA DE CUIDADOS

De acuerdo con la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), en las últimas cinco décadas la región ha vivido cambios sociales que aceleraron su *transición demográfica* (CEPAL, 2023). La caída en las tasas de mortalidad y fecundidad ha hecho que crezca la proporción de población

adulta en los países de la región. Esto da lugar a poblaciones cada vez más envejecidas, un fenómeno que trae consecuencias sociales, económicas y también para las políticas públicas.

¿Qué impacto tienen dichos cambios demográficos en esta actividad? Todas las personas necesitamos cuidados en distintos momentos de la vida y por distintas razones, pero es en la infancia y en la vejez cuando esta demanda de acompañamiento y atención crece más. Por eso las sociedades con una población mayor creciente, necesitan nuevas formas de organizarse para ello, capaces de garantizar el bienestar en un contexto cada vez más exigente. Esta situación presiona a las familias y, como ya vimos, recae especialmente sobre las mujeres. Frente a este panorama, es fundamental el papel de los sistemas de salud y de seguridad social en su conjunto.

1.3 EL DESMANTELAMIENTO DE LOS LLAMADOS ESTADOS DE BIENESTAR

Con el avance del modelo neoliberal a nivel mundial —y de forma muy marcada en América Latina—, los gobiernos comenzaron a desmantelar las instituciones públicas que ofrecían servicios de salud, guarderías, escuelas, pensiones y vivienda[1]. Hay que decir que estos servicios nunca llegaron al 100% de la población, pero a partir de los años 80 del siglo pasado se recortaron aún más para que las empresas privadas los brindaran. Este desmantelamiento de lo que

[1] Para más información en torno a qué significa el término neoliberalismo y cómo se desarrolló en América Latina, recomendamos consultar el sitio de apoyo: Quintero, A. (2019). Neoliberalismo y Consenso de Washington en América Latina. Unidades de Apoyo para el Aprendizaje. CUAED/Facultad de Estudios Superiores Acatlán-UNAM. Consultado el 3 de septiembre de 2026 de (https://repositorio-uapa.cuaed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/1743/mod_resource/content/1/contenido/index.html).

fue llamado "Estado de bienestar"[2] afectó directamente la vida cotidiana de las familias y su capacidad para satisfacer sus necesidades de cuidado.

En las últimas dos décadas, tanto Pautassi (2010) como Batthyány (2015), han insistido en que el cuidado no es un problema privado o individual, sino un tema público que le corresponde al Estado. Esto implica entender el cuidado como un derecho universal. Como señala Batthyány (2015, p. 92), cuidar debe ser un derecho de todas las personas garantizado con presupuesto, leyes y apoyo estatal, dejando atrás la noción de que el cuidado es sólo una "ayuda" o un favor pensado para las mujeres. Aquí es pertinente cuestionarnos: ¿cómo y por qué los sistemas educativos y, en particular, los de la educación superior, tendrían que sumarse a esta corresponsabilidad de los cuidados? Este eje se desvelará a lo largo de este volumen, pero para situar la discusión es indispensable que abordemos los conceptos básicos relacionados con los cuidados, los cuales se desarrollan en el capítulo siguiente.

[2] Aunque en los diferentes países del mundo adquirió características particulares, se reconoce a los Estados de Bienestar o Estados Benefactores, a aquellas formas de organización del poder político en las que se orientaron las funciones del Estado hacia la garantía de la atención a las necesidades y derechos sociales como salud, vivienda, alimentación, educación, entre otras.

CAPÍTULO 2
CONCEPTOS BÁSICOS PARA ENTENDER LOS CUIDADOS

2.1 CONCEPTO DE CUIDADOS

Todos los días, en algún momento, alguien está cuidando de otra persona: ya sea una madre que alista a sus hijas o hijos para que salgan a la escuela, o quien acompaña a su familiar al médico, o bien, las y los profesores que escuchan y orientan a sus estudiantes cuando tienen algún problema. Estas acciones nos parecen tan cotidianas y rutinarias que, inclusive, casi nunca las notamos y, sin embargo, son las que sostienen la vida y, con ello, el funcionamiento de la sociedad entera.

La definición de cuidados ha llevado a un debate para poder establecer cuáles son aquellas actividades que permiten velar por el bienestar físico, emocional y social de las personas. Desde la visión gubernamental, por ejemplo, la *Mesa de Coordinación Interinstitucional del Gobierno de México* (Secretaría de las Mujeres y el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia [SNDIF], 2025a), considera dentro de estas tareas a las actividades cotidianas que realizan las personas —de manera remunerada o no— para garantizar la supervivencia y el bienestar integral de ellas mismas o de otras y otros a lo largo de todo su ciclo de vida, así como para sostener a las familias, las comunidades y la sociedad en su conjunto. De esta definición se resaltan dos términos

fundamentales: el primero es el de "actividades cotidianas" cuya misma fuente aclara que consisten en las acciones de rutina para vigilar, acompañar, apoyar y asistir a alguien; el segundo es el de "bienestar integral", por integralidad se hace referencia tanto a la salud física como al componente psicoemocional y a la convivencia e integración social. En otras palabras, que una persona esté cuidada no depende únicamente de que la notemos saludable, sino también de que emocionalmente se sienta acompañada y que tenga un sentido de pertenencia a una familia, comunidad o sector social.

En este orden de ideas, vale la pena detenerse en por qué hablar de los cuidados importa tanto en la actualidad. Y es que estas labores han permanecido "invisibles" durante mucho tiempo porque, principalmente, han sido asumidas en los hogares sin salario, horarios ni reconocimiento. Pero esto no significa que carecen de valor económico, todo lo contrario. Según lo reporta la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM Global Revista, 2026), con base en la Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México (INEGI, 2023), para 2026 el trabajo de cuidados aportó cerca de 8.4 billones (equivalente a 26.3%) del Producto Interno Bruto (PIB) nacional. Para América Latina y el Caribe ese porcentaje ronda el 21%, y sólo para la Ciudad de México, se calculó que en 2023 el valor de este trabajo habría representado 5.7 billones de pesos (CESA y El Colegio de México, 2026, con base en el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2024, y CEPAL, 2025). Para poner esta cifra en perspectiva: es un porcentaje mayor al que proveen sectores tan visibles como la manufactura o el comercio y, sin embargo, casi nunca aparece en las estadísticas económicas que solemos consultar.

El que el valor de los cuidados permanezca "oculto" no es casual. En la introducción brindamos algunas pistas sobre ello al apuntar cómo la carga de actividades de cuidado ha estado sostenida por las mujeres. De este modo, desde la corriente de pensamiento teórico y analítico de la economía feminista,

distintas autoras han señalado que la economía tradicional se construyó desde una mirada que sólo reconoce como *trabajo productivo* —aquello que se paga en el mercado— dejando fuera todo lo que ocurre dentro de los hogares a los que se ha limitado a nombrar *reproductivo* (Planas y Palomar, 2023). Bajo esa mirada, el cuidado indebidamente se ha considerado como el conjunto de actividades que se supone deben ocurrir de manera natural, gratuita y silenciosa, y casi siempre a cargo de las mujeres (Arce y Arvizu, 2023). El feminismo cuestiona esa idea, y propone poner en el centro del análisis no al mercado ni a la explotación laboral de las mujeres, sino la sostenibilidad de la vida y al amor hacia las personas, lo cual se interpreta como la habilidad de preguntarse primero qué necesitamos las personas para vivir dignamente y, después, abordar cómo se organiza la economía para lograrlo (Álvarez, 2024).

De la economía feminista se desprende la llamada *economía del cuidado* que, como su nombre lo indica, se basa en fundamentos económicos para visibilizar el valor que tienen estas labores, sus aportes y afectaciones desiguales. Así, entiende el cuidado como un conjunto amplio de actividades productivas, remuneradas y no remuneradas, que se dirigen principalmente, a quienes están en situación de dependencia incluyendo a personas adultas que pueden requerir de acompañamiento y atenciones en algún momento de su vida (OIT, 2021). Esta base es la que toma la investigación "Economía del cuidado", elaborada por el Consejo Económico, Social y Ambiental de la Ciudad de México (CESA) junto con El Colegio de México. El texto reconoce que los cuidados incluyen al conjunto de actividades y prácticas necesarias para la supervivencia cotidiana de las personas en la sociedad en la que viven. Además, enfatiza la necesidad de considerar el *autocuidado*, como el ejercicio de acciones para el bienestar individual. Sobre este concepto precisaremos más adelante. Ahora bien, de estas definiciones resultan distintas ideas sobre las cuales reflexionamos a continuación.

Cuidar no se limita a cuestiones de salud o infancias. Los cuidados nos incluyen a todas y todos, ya sea en el rol de quien los brinda o de quien los recibe. Si partimos de lo cotidiano y miramos toda la cadena de actividades que han permitido sortear nuestro día, notaremos que las y los integrantes de nuestra familia, colegas, o hasta las personas que nos brindan algún servicio de limpieza, cocina, apoyo psicológico, médico o de transporte, han aportado su granito de arena por nuestro bienestar y, quizá, sin siquiera tenerlo presente.

El cuidado puede o no estar remunerado. Es decir, existe el trabajo de cuidados por el que se obtiene una remuneración, como es el caso del personal de enfermería, geriatría, estancias infantiles, casas de retiro o el trabajo del hogar. Sin embargo, según datos del Instituto Mexicano para la Competitividad A.C. (IMCO, 2025) sólo 1% de la población remunerada en México se inscribe en actividades de cuidados. De esta misma cifra, nueve de cada diez personas que reciben pago por cuidar son mujeres, esta participación femenina en los cuidados la abordaremos con mayor profundidad más adelante. Ahora bien, estos datos se agravan si consideramos que no toda la población en nuestro país tiene la posibilidad de pagar por labores de cuidados directos o indirectos. De hecho, la misma fuente sugiere que son los dos deciles poblacionales de mayores ingresos[3], especialmente el último, quienes más gastan en cuidados pagados. Es decir, para la población con menos recursos es casi imposible transferir responsabilidades de cuidado por medio de pago, y que, además, son las mujeres de otros sectores sociales quienes realizan este trabajo para los que más ingresos tienen.

Otra forma de pensar en los cuidados es desde tres ángulos que se combinan entre sí. El primero, como una necesidad y un bien público. Ninguna

[3] Un decil poblacional es una medida estadística que divide a una población en diez grupos de igual tamaño según una variable, en este caso la de ingresos por hogar, de tal modo que cada uno representa el 10% de la población de los de menos a los de más ingresos.

persona puede sostenerse a sí misma sin apoyo de otras. En algún momento de la vida, ya sea en la infancia, en una enfermedad física o mental, o en la vejez, las personas requerimos de cuidados. La segunda forma de pensar los cuidados es como un trabajo, dado que cuidar implica tiempo, esfuerzo y, muchas veces, conocimientos específicos y, tercero, como un derecho. Toda persona tiene derecho a cuidar y a ser cuidada, y a serlo de manera digna, esto significa con calidad humana, sin discriminación, violencia o exclusión.

Al respecto, en 2025, la Corte Interamericana de Derechos Humanos (Corte IDH) reconoció el cuidado como un derecho humano mediante su Opinión Consultiva 31 —la primera vez que un tribunal internacional se pronunció así—, con fundamento en que el cuidado es una necesidad básica, ineludible y universal, sin el cual la vida sería insostenible. Por eso, es importante que se reconozca que este derecho involucra el conjunto de acciones necesarias para preservar el bienestar humano, incluyendo apoyar a quienes están en situación de dependencia, ya sea de forma temporal o permanente.

El hecho de que la Corte IDH reconozca el cuidado como un derecho, obliga a los Estados a encaminar acciones para que la ciudadanía cuente con el tiempo, espacios y recursos propicios para el ejercicio y recepción de los cuidados según sus capacidades y etapa de vida (Corte IDH, Comunicado de Prensa 55/2025).

Este triple carácter (necesidad, trabajo y derecho) es, justamente, el que ha reconocido el Gobierno Federal para explicar por qué se necesita un Sistema Nacional y Progresivo de Cuidados (SNPC) con miras a que se promueva la corresponsabilidad, es decir, que estas tareas se distribuyan entre el Estado, las familias, la comunidad y el sector privado o el mercado. La progresividad del sistema propone que se pueda atender gradualmente a toda la población empezando por focalizar los esfuerzos hacia los grupos prioritarios —primera infancia, personas mayores y con discapacidad— (Secretaría de las Mujeres y SNDIF, 2025b).

2.2 POBLACIONES QUE REQUIEREN CUIDADOS

En primer lugar, es útil reconocer como personas que requieren cuidados a quienes tienen algún tipo de dependencia: es decir, que necesitan de las atenciones de otra persona para garantizar su bienestar en el día a día (Pérez, 2020). Dentro de esta población podemos distinguir dos grupos. El primero va de 0 a los 2 años con 11 meses, y de los 3 a los 5 años con 11 meses; a estos grupos se les conoce como primeras infancias, es decir, niñas y niños que se encuentran en una clara relación de dependencia. El segundo grupo está formado por quienes tienen entre 6 y 14 años con 11 meses, o infancias. Fragoso señala que, aunque este segundo grupo requiere cuidados con menor intensidad, sigue necesitando atención, por lo que también debe considerarse como población dependiente de cuidados (Pérez, 2020, p. 32).

Por otro lado, está la población de 65 años y más, que también pueden tener algunas condiciones de dependencia. Esto no significa que toda esta población requiere cuidados, por el contrario, en México, según datos de la Encuesta Nacional sobre Cuidados (ENASIC) (INEGI, 2022), de este grupo etario el 95% se consideró cuidadora o cuidador primario en sus hogares, de manera que habría que considerar que la definición de personas que requieren cuidados es compleja y se encuentra en constante movimiento.

A estos grupos habría que sumar dos más: a) las personas que, aunque no se encuentran en los rangos de edad que "naturalmente" asociamos con la dependencia, también pueden necesitar cuidados por enfermedad, discapacidad u otras razones, como situaciones de migración, contextos de violencia, o haber vivido un desastre natural, entre otras; y b) las adolescencias, juventudes y personas adultas que no tienen ninguna condición de vulnerabilidad, pero que tampoco están exentas de recibir cuidados, directos o indirectos: que alguien lave nuestra ropa, prepare nuestra comida, nos recuerde tomar un medica-

mento, o nos mande un mensaje para saber que llegamos bien, por ejemplo. La investigación actual (Batthyány, Pineda y Perrota, 2024) hace énfasis en considerar el derecho a los cuidados como un derecho humano universal y —desde una perspectiva del curso de vida— en todas sus etapas (nacimiento, infancia, enfermedad, vejez o dependencia).

Por su parte, la Ley del Sistema de Cuidados de la Ciudad de México identifica a las "personas con necesidades intensas de cuidados" y considera en ese grupo a "las infancias, así como personas con discapacidad y/o personas mayores que necesiten ayuda de personas cuidadoras para hacer actividades cotidianas básicas al menos una vez al día" (Gobierno de la Ciudad de México, 2026, p. 6).

2.3 POBLACIONES QUE CUIDAN

En el caso de las poblaciones que cuidan, es necesario recordar la distinción entre quienes realizan trabajo de cuidados no remunerado y quienes lo hacen de manera remunerada. Como establecimos previamente, el primero se suele realizar dentro del ámbito familiar y, en su mayoría, son mujeres las que lo llevan a cabo. Durán (2012), advierte que este tipo de trabajo es de tal magnitud que, aunque ha habido un esfuerzo por incluirlo en las encuestas como la ENUT, todavía contamos con pocos datos para dimensionar y calcular su impacto en la economía, tanto nacional como internacional.

En cambio, quienes realizan trabajo de cuidados remunerado suelen hacerlo fuera de su propio hogar. Entre esta población se encuentran las llamadas trabajadoras del hogar, quienes realizan labores de limpieza y otras tareas en casas ajenas a cambio de un salario. En general, estas trabajadoras enfrentan condiciones precarias y carecen de seguridad social y estabilidad laboral.

En la Ley del Sistema de Cuidados de la Ciudad de México, se reconoce como personas cuidadoras a "quienes realizan trabajos de cuidado mediante actividades remuneradas o no remuneradas sin importar si media un vínculo legal o de parentesco" y se agregan las distinciones entre personas cuidadoras de tiempo completo como "aquellas que de forma exclusiva o preponderante y sin recibir una remuneración por ello, se dedican a brindar cuidados a otras personas", y persona trabajadora del hogar como "aquella que de manera remunerada realice actividades de cuidados, aseo, asistencia o cualquier otra actividad inherente al hogar en el marco de una relación laboral" (Gobierno de la Ciudad de México, 2026, p. 6).

En algunos casos, el trabajo de cuidados ha logrado reconocerse como una profesión[4], sin embargo, aunque profesionalizado puede ofrecer mejores condiciones, Fragoso señala que muchas mujeres que se dedican a estas actividades remuneradamente no están exentas de también hacerse cargo del ámbito doméstico en sus propios hogares, donde deben atender las necesidades físicas, psicológicas y emocionales de personas mayores, niñas, niños y adolescentes lo cual tiene implicaciones directas en la calidad de vida tanto de quien cuida como de quien es cuidado (Pérez, 2020, p. 31).

Distintas autoras sostienen que los cuidados son un punto clave en el que se cruzan las desigualdades, sobre todo en América Latina (Batthyány, 2015). La forma en que una sociedad organiza y distribuye esta actividad no es un asunto secundario, sino que está en el corazón mismo de las desigualdades sociales más amplias. Hirata advierte que "El trabajo de cuidado es un ejemplo de las desigualdades imbricadas de género, de clase y de raza, pues los cuidadores son mayoritariamente mujeres, pobres, negras, muchas veces migrantes (migración interna o externa)" (Hirata, 2016, p. 54).

[4] En la literatura especializada a quienes lo ejercen se les conoce con el término anglosajón de *care workers*.

Así, son las mujeres precarizadas y racializadas quienes cargan con la mayor parte del trabajo de cuidado. Y no sólo se trata de un trabajo invisibilizado y mal remunerado: sobre él se construyen nuevas cadenas de desigualdad, que renuevan y profundizan, una y otra vez, las desigualdades de género. Enseguida presentaremos algunas coordenadas para identificar a las poblaciones que requieren cuidados y a las personas cuidadoras.

Hemos anticipado que los cuidados han sido asumidos por mujeres. Sin embargo, ¿qué implica el factor género para el desarrollo del cuidado y cómo se vincula con las IES? Haremos una aproximación a continuación.

2.4 GÉNERO Y CUIDADOS

Si pudiéramos preguntar a cualquier persona quién es la que más cuida en su familia, es muy probable que la respuesta, en el mayor número de los casos, sea "una mujer". Esto no es casualidad, ni una simple cuestión de "gustos", "vocación" ni mucho menos "naturaleza". Es un tema de desigualdad que responde a una organización social e histórica en la que la división del trabajo asigna papeles distintos a hombres y mujeres, y que todavía determina quién cuida, cuánto tiempo dedica a hacerlo y bajo qué condiciones. Hemos anticipado cómo a este fenómeno se le conoce como *división sexual del trabajo*, un concepto clave para entender cómo el género organiza las actividades y los tiempos de la sociedad.

De acuerdo con Planas y Palomar (2023), en México, los cambios en las fuerzas laborales que trajo el desarrollo del capitalismo implicaron también transformaciones estructurales y de organización de responsabilidades al interior del hogar: se le otorgó al varón el rol de trabajador asalariado cuya fuerza de trabajo remunerada está en la esfera pública, mientras que en el ámbito

privado, a las mujeres les fueron asignadas las tareas del hogar y la atención de quienes lo conforman, sin remuneración.

Para Kergoat (1982) la división sexual del trabajo no sólo ha sido una forma de organización social que reparte las tareas según el sexo de las personas, el tema es que está tan culturalmente arraigada que se ha hecho poco por cambiar las cosas. En este sentido, para la autora, la repartición de tareas funciona bajo dos principios: el de separación, que consiste en asignar trabajos distintos a hombres y mujeres, y el jerárquico, según el cual los trabajos que desempeñan los hombres tienden a valer más en el mercado que los asignados a las mujeres.

Hay otra manera de analizar este fenómeno a partir de lo que se conoce como segregación vertical y horizontal. La primera refiere a que, dentro de una misma profesión, los puestos más altos suelen estar ocupados por hombres. La segunda, en cambio, tiene que ver con que ciertas actividades laborales que se consideran "femeninas", reciben menor remuneración económica y menor valoración social que otras que históricamente han comandado los varones (Herrera y Lemus, 2026).

Pero, ¿por qué si se ha reconocido el valor económico que tienen los cuidados, se sigue devaluando su aporte? En parte, porque las habilidades relacionadas con el cuidado se han entendido, equivocadamente, como algo natural o más propicio de las mujeres en lugar de reconocerlo como una habilidad aprendida (Fraga, 2019). Pensemos en estereotipos de género reproducidos socialmente en los que a las mujeres se les adjudican cualidades maternales o de cuidadoras al suponer que "nacen sabiendo" hacerlo. En contraste, se espera que los hombres se especialicen en trabajos que requieren conocimientos técnicos, guiados por la razón y no por el sentimiento (Fraga, 2019). Esta preservación de estereotipos ha convertido al cuidado en un deber natural femenino y no en un trabajo que merece reconocimiento, tiempo y remuneración.

A pesar de que ha aumentado el involucramiento masculino con los cuidados, la repartición de tareas y el tiempo dedicado a éstas aún presentan brechas entre ambos sexos. La ENASIC (INEGI, 2022) y la ENUT (INEGI, 2024), muestran que tres de cada cuatro personas cuidadoras en el país son mujeres, y que dedican en promedio 41.8 horas semanales al trabajo de cuidados no remunerado, frente a apenas 20.2 horas que invierten los hombres (citados en la Secretaría de las Mujeres y SNDIF, 2025b). Eso significa que las mujeres dedican, en promedio, más del doble de tiempo que los hombres a esta labor, lo cual podría traducirse como una carga equivalente, prácticamente, como una segunda jornada laboral completa.

Una forma de analizar las desigualdades en los cuidados es prestando atención al uso del tiempo. Las encuestas de uso del tiempo demuestran que esta brecha de género en el trabajo de cuidado está presente en absolutamente todos los países del mundo, sin excepción, y que en todos los casos es significativa. A esto se suma que, cuando los servicios de cuidado son insuficientes, inaccesibles o inadecuados, como suele ocurrir con muchos sectores poblacionales en México, las desigualdades se agravan cuando se entretejen con factores geográficos, etarios, de ingresos, entre otros (Arce y Arvizu, 2023).

Otro aspecto a destacar es el caso de las mujeres que tienen condiciones más vulnerables al enfrentar enormes limitaciones para participar plenamente en el mercado laboral, desarrollarse personal o profesionalmente, inclusive para tener tiempo para ellas mismas y su autocuidado (Arce y Arvizu, 2023). Esto ayuda a entender por qué en las encuestas nacionales las mujeres suelen tener menores tasas de participación laboral, salarios más bajos en promedio, y una menor continuidad en sus trayectorias profesionales que la de los hombres.

Frente a esta realidad, distintos organismos internacionales han insistido en la necesidad de visibilizar el trabajo no remunerado y su impacto en los derechos de las mujeres, pero también en el desgaste físico y emocional que

implica para ellas el responsabilizarse de uno o más integrantes de sus familias o, inclusive, de otros hogares (Fraga, 2019). Esta ha sido la principal bandera roja para que se impulse y se garantice el pleno ejercicio del derecho al cuidado, pues se tiene una deuda pendiente sobre todo con las mujeres que día con día hacen lo posible por sostener a las personas.

En un contexto en el que cada vez más mujeres se han incorporado al mercado laboral, su participación no ha significado una reducción proporcional en sus responsabilidades de cuidado en casa (Arce y Arvizu, 2023). El resultado es alarmante pues, aunque se rompen tradicionalismos que sometían a las mujeres única y exclusivamente a la esfera privada, ahora hay una crisis porque no cuentan con las facilidades para conciliar su vida familiar con la vida laboral. Y ¿cómo vamos a sostener esta crisis? Se requiere empezar por reconocer que el problema existe; si bien ya se ha avanzado en identificar su gravedad y sus afectaciones diferenciadas, todavía falta dar un paso adelante. A continuación, revisaremos algunos conceptos que abonan a este campo.

2.4.1 Desfamiliarización y desfeminización de los cuidados

Ya hemos anticipado cómo socialmente las acciones rutinarias encaminadas al bienestar de las personas —que alguien coma, esté limpio/a, tenga compañía o reciba atención cuando lo necesita—, se generan en dos estructuras pocas veces cuestionadas: la familia y las mujeres. A estos dos fenómenos se les conoce, respectivamente, como familiarización y feminización del cuidado.

La familiarización parte, prácticamente, de la regla social según la cual es el núcleo de parientes —y no el Estado, las instituciones ni el mercado— quien debe asumir la responsabilidad principal de velar por el bien común de la ciudadanía. Este concepto fue propuesto por el sociólogo Gøsta Esping-Andersen

desde los años noventa, quien analizó cómo la familia se colocaba al centro, como principal proveedora del cuidado, incluso en los discursos gubernamentales (Fernández y Agüero, 2018).

Cuando el Estado o el mercado asumen parte de ese trabajo y las personas no dependen exclusivamente de sus familiares para ser cuidadas, este esquema se modifica y entonces hablamos de desfamiliarización. La clave está en que no se borra a las familias de brindar cuidados, porque, por una parte, sería imposible para el Estado asumir la totalidad de las tareas por el gasto económico que implican (ya anticipamos cuánto aportan al PIB nacional), pero también por la fuerza laboral que significan. Por otro lado, porque el vínculo afectivo que se tiene con las y los parientes también es un soporte social para los cuidados. Así, Ezquerra (2025), Fernández y Agüero (2018) señalan que desfamiliarizar el cuidado significa retirar la responsabilidad primaria y última del cuidado del ámbito familiar y doméstico, a partir de ofrecer alternativas que liberen a las familias de tener que resolverlo todo por sí solas. Es por lo que el gobierno mexicano ha adoptado esta lógica como uno de los seis objetivos de su SNPC, y se ha propuesto la meta de reducir el tiempo que las familias dedican al cuidado, sustituyendo parte de esa carga con servicios públicos, comunitarios o privados (Secretaría de las Mujeres y SNDIF, 2025b).

Asimismo, cuando se habla de familiarización, aparece el fenómeno de la feminización del cuidado. Se trata del hecho que ha sido documentado por las encuestas, no sólo en México, sino en todo el mundo, en el cual las mujeres son quienes cuidan en mayor proporción de actividades y tiempo que los hombres, casi siempre sin recibir ningún pago a cambio. Como ejemplo, Arce y Arvizu (2023) encuentran que, sin importar que las mujeres tengan el mismo nivel de estudios o ingresos económicos similares al de sus parejas varones, son ellas quienes asumen más trabajo de cuidados en sus hogares.

Así, la desfeminización apuesta a que los varones también deben asumir y dedicar iguales cantidades de tiempo a las responsabilidades de cuidados con el fin de redistribuir estas tareas de manera más equitativa para construir comunidades más justas y equitativas (Secretaría de las Mujeres y SNDIF, 2025b). Esto conlleva a dejar de nombrar a los cuidados como "asunto de mujeres" y valorar socialmente el trabajo de quienes realizan estas labores.

Ahora bien, es importante enfatizar que desfamiliarizar no siempre significa desfeminizar. Para explicarlo de otra manera, puede ser que el cuidado se transfiera del hogar familiar a una persona que reciba remuneración (como señalamos en el apartado anterior) para atender ciertas actividades, pero, con mucha frecuencia, esas tareas siguen cayendo en otras mujeres: trabajadoras del hogar, cuidadoras, enfermeras, entre otras. Como señala Ezquerra (2025), el cuidado deja la familia, pero no deja el "universo femenino". Entonces ¿qué se requiere para que esto suceda? las investigaciones académicas han apuntado que sólo se puede avanzar en la reducción de la carga de cuidados en las mujeres si se atienden otras desigualdades relacionadas con la vivienda, la salud, las laborales y las salariales, que ponen en desventaja a las personas más vulnerables (CESA y El Colegio de México, 2026; Ezquerra, 2025; Secretaría de las Mujeres y SNDIF, 2025a).

De esta manera, una propuesta que también se ha sumado para reducir las desigualdades reflejadas en las cargas, el tiempo y el desgaste físico y social por tareas de cuidados, es la *desmercantilización*. Este concepto asume que el acceso a servicios de cuidado no debe depender únicamente de la capacidad económica de las familias para pagarlos en el mercado privado, sino que se requiere que existan opciones públicas y comunitarias accesibles para todas las personas, sin importar su nivel de ingresos (Ezquerra, 2025; Álvarez, 2024).

Estas tres propuestas (desfeminización, desfamiliarización y desmercantilización) están presentes en un enfoque metodológico que ha cobrado relevancia

para su análisis y que es conocido como las R del cuidado: reconocer, reducir y redistribuir el trabajo de cuidados no remunerado; así como recompensar y representar a quienes lo realizan a cambio de una remuneración (Organización Internacional del Trabajo [OIT], 2024). La economía del cuidado al vincularse con la igualdad de género, el trabajo decente y la justicia social, permite proponer el marco de las 5R.

En México los documentos gubernamentales sólo suelen retomar las primeras tres: reconocer, redistribuir y reducir las tareas de cuidado (CESA y El Colegio de México, 2026). Así, por ejemplo, este enfoque fue la base para la constitución de la Ley de Cuidados de la Ciudad de México, promulgada en julio de 2026. A su vez, también permite reconocer cómo el cuidado ha sido considerado histórica y socialmente como un asunto privado y que, sin embargo, se requiere de esfuerzos colectivos, académicos e institucionales para mejorar las condiciones en que se realizan y se reciben estas labores, todo en aras de que sean actividades en las que se involucre el acompañamiento, la escucha, la voluntad y también el autocuidado, y disminuir las afectaciones al tiempo, salud y oportunidades de las personas cuidadoras.

2.5 DISTINTAS FORMAS DE ABORDAJE

En los apartados previos hemos referido a los cuidados como un concepto general, y de cómo las asignaciones sociales de género han determinado quién los realiza y bajo qué condiciones. Pero conviene aclarar que no todas las actividades de cuidados son iguales. Para ordenar esta diversidad de tareas, distintos organismos nacionales e internacionales han propuesto clasificaciones que ayudan a entender mejor el fenómeno con el fin de que esas bases sirvan para diseñar políticas públicas o institucionales más adecuadas. La clasificación más

empleada ha sido la generada por la CEPAL (2025), ONU Mujeres (2026) y la OIT (2021). Estas instancias reconocen que hay una división de las tareas de cuidado en dos categorías: cuidados directos y cuidados indirectos.

A esta distinción se suma una tercera dimensión central: el autocuidado, del que hacíamos referencia al inicio de este capítulo. Es decir, el cuidado que cada persona realiza hacia sí misma para poder sostener su propia vida (CESA y El Colegio de México, 2026). El autocuidado es central por una sencilla razón: si queremos procurar el bienestar de alguien más, tenemos que empezar por estar bien nosotras o nosotros mismos. Enseguida profundizaremos en cada una de estas formas de abordar los cuidados.

2.5.1 Cuidados directos

Este tipo representa, probablemente, la imagen más común que tenemos cuando pensamos en cuidar a alguien, son las acciones que se realizan con contacto inmediato hacia otra persona: alimentarla, bañarla, vestirla, acompañarla o suministrarle medicamentos.

De acuerdo con la definición de la CEPAL (2025) y la OIT (2021), los cuidados directos tienen un alto componente de esfuerzo físico y, a veces, mecánico; sin embargo, el contacto con quien se cuida lleva, además, una carga afectiva y emocional muy fuerte. Por ejemplo, sostener a alguien a quien acompañamos a caminar, jugar con un bebé mientras se le alimenta o platicar con una persona cuando empujamos su silla de ruedas. Justamente porque implica un vínculo estrecho entre quien cuida y quien recibe el cuidado, la ONU Mujeres (2026) ha reconocido en los cuidados directos un componente relacional y cotidiano necesario para la subsistencia.

Cuando este trabajo se desempeña de manera remunerada, comprende las actividades realizadas por trabajadoras y trabajadores del cuidado empleados en distintos sectores como puede ser el educativo, de salud, trabajo social, entre otros. Ahora bien, el hecho de que el cuidado directo requiere de una relación cercana entre quien cuida y quien recibe el cuidado, puede afectar directamente la calidad del servicio que se ofrece (Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2023). Es decir, un trabajo de cuidado directo mal pagado, sin condiciones laborales dignas o realizado bajo condiciones de estrés y agotamiento, difícilmente puede ser de calidad, sin importar cuánta buena voluntad tenga quien lo realiza.

Por eso, es necesario comprender la naturaleza específica del cuidado directo, sobre todo para generar mejores políticas de asistencia social. No basta con crear instituciones o espacios para ello, sino también brindar las condiciones dignas para quienes —de forma remunerada o no— lo ejercen.

2.5.2 Cuidados indirectos

A diferencia de los directos, los indirectos no requieren que la persona a quien se cuida esté físicamente presente por lo que no siempre pueden ser notorias u obvias, empero, las acciones realizadas procuran y coadyuvan a mantener su vida. Aquí entran labores como limpiar la casa, comprar y preparar los alimentos, lavar la ropa, administrar el hogar o hacer las compras. En otras palabras, estas tareas ofrecen las precondiciones necesarias para que el cuidado directo pueda ocurrir (CESA y El Colegio de México, 2026).

Cuando el trabajo de cuidados indirectos se realiza de manera remunerada, incluye a personas que realizan la administración del hogar, personal de

limpieza, personas trabajadoras del transporte, personal de seguridad o personas trabajadoras del hogar en general. En contextos rurales, donde muchas veces hay menos acceso a servicios y las labores del hogar se complejizan, las actividades de cuidado indirecto también incluyen tareas productivas no remuneradas como acarrear agua o leña, producir alimentos para el autoconsumo de la familia, generar sus propios artículos o materiales de limpieza, etcétera.

Como se señaló, el trabajo de cuidados indirectos suele pasar más desapercibido y, por tanto, tiene menor reconocimiento, por ejemplo, es más frecuente agradecer porque se atendió a una persona cuando enfermó, y con menor frecuencia por hacer las compras. Esta invisibilidad tiene consecuencias sobre todo para las mujeres, quienes dedican distintos momentos de su día para atender estas actividades restándoles tiempo para el descanso y el ocio. Conforme a datos de la ENUT (INEGI, 2024), al preguntar a la población a qué actividades de entretenimiento y convivencia dedican más tiempo, sólo la "convivencia familiar y social" fue más mencionada por mujeres, 78.6% a diferencia de 72.8% de varones, otras como "deportes y ejercicio" y "juegos y aficiones" hay una diferencia del 12% y 8% respectivamente, a favor de los hombres.

2.5.3 Autocuidado

El concepto de autocuidado fue introducido en 1969 por la enfermera estadounidense Dorothea Orem, a través de su teoría del déficit de cuidado (Prado, *et al.*, 2014). Esta teoría parte del supuesto de que todas las personas tenemos necesidades básicas de salud y bienestar emocional y que, al mismo tiempo, poseemos una capacidad inherente para satisfacerlas mediante actividades de autocuidado (Prado, *et al.*, 2014). Pero cuando esa capacidad individual resulta insuficiente por factores personales, sociales o de salud, surge lo que Orem

denominó un *déficit de autocuidado*, momento en el que se vuelve necesaria la intervención profesional o institucional para apoyar o compensar esas limitaciones, tal como lo hacen los profesionales de atención a la salud física y mental (Prado, *et al*., 2014).

Con el paso del tiempo, el término ha cobrado un enfoque más integral que incorpora aspectos biológicos, psicológicos y sociales de las personas, así como dimensiones emocionales, sociodemográficas e, inclusive, éticas con lo cual se reconoce la influencia del contexto social y cultural, y de las prácticas tanto individuales como colectivas, en la forma en que las personas nos cuidamos. Es por lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha propuesto una definición amplia, reconociendo el autocuidado como la habilidad de las personas, pero también de las familias y comunidades para fomentar la salud y conservar el bienestar, ya sea con o sin la ayuda de una persona profesional de la salud (OMS, 2024). Así, se reconoce la importancia de la cooperación social e institucional para crear condiciones que faciliten el autocuidado, por ejemplo, con la promoción de hábitos saludables, redes de apoyo, mantenimiento de espacios físicos y sociales (OMS, 2024; Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2023).

Por su parte, el vínculo entre autocuidado y política pública también fue reconocido por la Corte IDH en la misma Opinión Consultiva 31 referida anteriormente. En ella se enfatiza el derecho de quienes cuidan y de quienes son cuidadas para disponer de tiempo y espacios con el fin de procurar su propio bienestar y atender sus necesidades físicas, mentales, emocionales, espirituales y culturales (Corte IDH, Comunicado de Prensa 55/2025).

En la misma línea, la propuesta del SNPC incorpora, entre sus componentes, la "descarga de cuidados" o servicios de respiro, y el autocuidado, como parte de los programas y servicios que debe ofrecer un sistema de cuidados completo (Secretaría de las Mujeres y SNDIF, 2025b).

Las definiciones sobre cuidados expuestas permiten reconocer que no se trata de un asunto meramente individual y privado. El cuidado y autocuidado son asuntos públicos que, por tanto, requieren de recursos y acciones específicas para primar la corresponsabilidad, la reducción y la redistribución de sus labores. En los siguientes capítulos estableceremos el vínculo entre estos conceptos y por qué es importante analizarlos desde las instituciones de educación superior.

CAPÍTULO 3
EN LAS UNIVERSIDADES E IES TAMBIÉN SE CUIDA

En la universidad aprendemos formas de convivir, de organizar nuestro tiempo, aprendemos a identificar necesidades propias y colectivas para darles respuesta. Por supuesto, aunque acudimos a la universidad principalmente para formarnos y adquirir habilidades profesionales, esto no nos desprende de nuestros roles en otros contextos.

Las responsabilidades de cuidados no se quedan en los hogares, nos acompañan donde sea que nos encontremos. Por eso en las comunidades universitarias hay madres y padres, personas que cuidan a familiares enfermos o con discapacidad, quienes apoyan a personas mayores y quienes sostienen tareas domésticas y de gestión que permiten que la vida cotidiana funcione. Es oportuno decir que en el desarrollo de sus actividades en la institución de educación superior en la que participan, tanto estudiantes como personal académico y administrativo, llevan consigo su propio entorno social y roles asignados. Por eso, al observar específicamente a las comunidades universitarias, encontramos que estas responsabilidades se hacen presentes, aunque con características propias de cada institución. A manera de ejemplo, en la UNAM, un estudio sobre población académica, administrativa y estudiantil mostró que las brechas de género en el trabajo doméstico y de cuidados también se reproducen dentro de una comunidad con altos niveles educativos (Flores Garrido *et al.*, 2017). Investigaciones posteriores en la Universidad Veracruzana han encon-

trado problemas de conciliación entre trabajo académico y cuidados, así como diferencias de género en su distribución entre integrantes de la comunidad universitaria (López-Lara y Flores-González, 2024; Moreno Uribe, 2022).

No se puede asegurar que todas las IES enfrentan los mismos retos y desigualdades, sin embargo, tampoco son espacios inmunes a las problemáticas y los desafíos que enfrenta el resto de la sociedad. Entonces, hablamos de cómo hacer visibles los cuidados, permite cuestionar la idea de una obligación "natural" de las mujeres e incluso cuáles desigualdades sostienen el trabajo de las IES en nuestro país. Cuidar y sostener la vida no es una actividad periférica, por el contrario, nos atraviesa y es una condición para que funcione el mercado, las instituciones y la sociedad misma.

A nivel internacional, la corresponsabilidad ha cobrado un papel importante en el planteamiento de nuevas formas de enfocar los esfuerzos para atender la crisis de los cuidados. Además del reconocimiento como derecho por la Corte IDH en 2025, los Estados de América Latina y el Caribe aprobaron el Compromiso de Tlatelolco, publicado por la CEPAL y ONU Mujeres en 2026, que reconoce los cuidados como necesidad, derecho humano, bien público, trabajo y sector de la economía, y plantea avanzar mediante institucionalidad, financiamiento, información, evaluación y rendición de cuentas (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] y ONU Mujeres, 2026).

Entonces, ¿cuál es el papel de las instituciones de educación superior? incluir a las IES en los cuidados no es igual a trasladar la responsabilidad del Estado o de las mismas familias a la institución educativa. Pero sí implica que existen evidencias de que esta problemática también se manifiesta en este entorno (Flores Garrido *et al*., 2017; López-Lara y Flores-González, 2024) y donde la organización de la vida académica puede dificultar la conciliación entre el trabajo y los cuidados (Moreno Uribe, 2022). Una condición que nos obliga a aceptar la importancia de no considerarse neutral al respecto.

Si bien la Ley General de Educación Superior no establece la obligación de las universidades de conformar un "sistema universitario de cuidados", sí orienta la educación superior por principios de dignidad, igualdad sustantiva, inclusión y reconocimiento de la diversidad; además, prevé acciones coordinadas para reducir desigualdades, favorecer la permanencia y atender barreras específicas (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2021). La corresponsabilidad universitaria implica reconocer que la organización institucional puede facilitar o dificultar la participación de quienes tienen responsabilidades de cuidado. También supone escuchar a las propias comunidades para comprender sus necesidades y las desigualdades que atraviesan su experiencia universitaria.

De esta manera, el papel de la educación superior no sólo estaría enfocado en la formación profesional, también en los cuidados y aquellos temas que nos involucran a todas las personas y que permite la corresponsabilidad. Por ejemplo, incluir la problemática de los cuidados en la investigación, permitiría abrir e invitar a la conversación pública que posteriormente lleve a la generación de cambios a nivel social. Por eso, el papel de la educación es fundamental para construir una nueva manera de concebir, entender, repartir y sostener los cuidados. Esto último es la base de la propuesta de corresponsabilidad, la cual promueve una participación más equitativa de todas las personas en estas responsabilidades (Flores Garrido *et al.*, 2017).

Para poder avanzar en este cometido, es fundamental entender algunas de las características de conformación y funcionamiento del sistema de educación superior en nuestro país. En las siguientes líneas planteamos algunas problemáticas y tópicos de análisis para el vínculo entre este nivel educativo y los cuidados.

3.1 LA EXPANSIÓN Y FEMINIZACIÓN DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR Y SU RELACIÓN CON LOS CUIDADOS

El sistema de educación superior en México (SES) comprende los estudios posteriores al bachillerato e incluye los niveles técnico superior, licenciatura, especialidad, maestría y doctorado. Aunque el SES es coordinado a nivel federal por la Subsecretaría de Educación Superior de la Secretaría de Educación Pública (SEP) es heterogéneo y complejo. Como refiere Mendoza (2022) existen centros de investigación, institutos, escuelas y universidades de carácter estatal, autónomo o particular, que realizan una o más funciones sustantivas como la docencia, la investigación, la difusión y extensión de la cultura.

> La diversidad se manifiesta en todas las prácticas y funciones de las IES del país, por lo que los estudios practicados vinculan su expansión con los procesos de diversificación institucional que iniciaron en los años noventa y continuaron en las dos últimas décadas. A la vez que se le reconoce como un atributo deseable en toda actividad educativa, también ha representado un obstáculo para la colaboración y cooperación interinstitucional (Mendoza, 2022, p. 21).

De esta manera, el ecosistema en el que se integran distintas modalidades y en el que conviven poblaciones con características diferenciadas, requiere que sus políticas sean integrales y coordinadas, cuyo objetivo final sea el beneficio de toda su comunidad. Si bien, la gran mayoría de las IES cumple con este mandato, en muchos casos los beneficios no llegan a todas sus poblaciones, un caso particular es el de las mujeres, por ello, un eje fundamental para pensar los cuidados —como hemos visto— es el de género.

El tema de las desigualdades de hombres y mujeres está implícito no sólo en materia de cuidados sino en la inclusión, pertenencia a espacios y en las

dinámicas que se viven en las IES. Para contextualizar, las universidades integraron a las mujeres de manera masiva hasta el siglo XX, tras las luchas sufragistas y por los derechos civiles en las que una de las demandas centrales fue, precisamente, el acceso a la educación. Para hacer un recuento histórico de algunos eventos importantes para la incorporación de las mujeres al sistema educativo, Olvera (2021) reconoce que durante el siglo XIX predominaba una visión educativa que preparaba a las mujeres para ser esposas y madres, como ocurría en el Liceo de Niñas de Aguascalientes, que abrió sus puertas en 1878. Con el tiempo, esta misma escuela incorporó estudios de magisterio, mecanografía y otras actividades que permitieron a las mujeres incursionar en más espacios públicos. En 1887, Matilde Montoya se convirtió en la primera mujer mexicana en graduarse como médica, y en 1898, María Asunción Sandoval Zarco se convirtió en la primera abogada del país.

Tuvo que pasar casi un siglo para que esta realidad tuviera cambios. En los años setenta, las mujeres casi no figuraban en la educación superior, en esa época había menos de ocho mujeres por cada diez hombres. Buquet y colaboradoras (2013) refieren que, en el caso particular de la UNAM en 1980, las mujeres apenas alcanzaron el 35% de la matrícula. Una década después se implementaron políticas para elevar la matrícula de mujeres y se comenzó con la "feminización" de la comunidad universitaria. Para la década de los 90 las mujeres empezaron a superar a los hombres en inscripciones, alcanzando la paridad en 2010 (Zubieta y Marrero, 2005).

Hoy la matrícula femenina total en las IES mexicanas supera a la masculina. La Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) reporta que en México el 53% del estudiantado universitario son mujeres (ANUIES, 2026). Sin embargo, cabe mencionar que todavía hay entidades federativas como Coahuila, Chiapas, Tabasco y Veracruz donde la matrícula de hombres supera a la de las mujeres (INEGI, 2025). Asimismo,

la presencia femenina disminuye conforme se asciende en las jerarquías académicas. Un análisis del padrón 2024 del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNII) encontró que las mujeres representan el 47.66% en el nivel de Candidatura, pero sólo 27.2% en el Nivel III (Sánchez y Arvizu, 2026). A esto se suma que también hay una brecha de género que se refuerza en los puestos de dirección, donde las mujeres participan menos como rectoras o directivas en las universidades (Marcos, 2023).

Para entender la brecha entre la matrícula de mujeres, la investigación y los cargos de toma de decisiones, debemos describir el vínculo entre los cuidados y las IES. Si la mayor carga de responsabilidades de los cuidados queda en manos de las mujeres ¿es posible que este patrón se repita en la educación superior? La respuesta es sí, de hecho, hay evidencia de que las mujeres cuidadoras son mucho más vulnerables a la deserción escolar o laboral, pues enfrentan dobles y hasta triples jornadas de trabajo (Arvizu, 2020). Es por estos motivos que preocupa tanto la brecha de género en las IES a pesar de que las estadísticas reflejan, incluso, algunas ventajas en el ingreso y egreso de las mujeres.

De esta manera, las responsabilidades relacionadas con el cuidado generan desigualdades sistémicas entre hombres y mujeres, lo que, sin duda, resulta en una grave escasez de tiempo, interrupciones académicas, estrés físico y mental que obstaculizan su capacidad para avanzar en la educación superior en comparación con los hombres.

Si bien las políticas implementadas para aumentar la participación de mujeres en la educación superior han sido efectivas, parece que han pasado por alto aspectos importantes para abordar las desigualdades presentes en el ámbito universitario, pues en la actualidad las brechas de género en la ocupación de niveles directivos o rectorías, en los salarios percibidos por hacer el mismo trabajo, en el número hombres y mujeres en carreras de Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas, por su acrónimo en inglés *STEM*, en personal de in-

vestigación y docentes de tiempo completo, así como en la incorporación al mercado laboral, todavía representan un reto significativo.

Por esta razón, resulta fundamental replantear el vínculo entre la educación superior y las labores de cuidado. Más allá de enriquecer el debate teórico, las IES deben implementar, en sus propios espacios institucionales, acciones concretas que reduzcan las desigualdades experimentadas por sus comunidades en, al menos, tres niveles de atención: 1) una dimensión pedagógica orientada a educar en y desde los cuidados, reconocerlos y desarrollar propuestas didácticas, curriculares e institucionales que atiendan los cuidados de sus comunidades; 2) el desarrollo de las capacidades instaladas necesarias, que incluyen la infraestructura, servicios, prestaciones y derechos para que se satisfagan las necesidades de las comunidades cuidadoras; y 3) contar con un marco normativo y estructura organizacional para la continuidad, evaluación y mejora de las dos dimensiones anteriores. En los próximos apartados vamos a desglosar cada uno de estos niveles.

3.2 DIMENSIÓN PEDAGÓGICA DE LOS CUIDADOS

Para reflexionar cómo los cuidados están presentes en los espacios educativos, pensemos cuántas veces las y los docentes escuchan y acompañan a sus estudiantes cuando tienen un problema; o las y los propios colegas que resuelven temas de cuidado como acompañar a una cita médica, contener en una crisis emocional, compartir alimentos, etcétera. Muchas de las cosas que sabemos sobre cuidar las aprendimos en casa, pero otras las adquirimos en la escuela. Y no sólo eso, para muchas personas el espacio educativo ha sido también un refugio frente a entornos violentos y de incertidumbre.

En páginas anteriores hablamos de cómo la perspectiva feminista de los cuidados reconoce el aporte económico de estas prácticas. Pero hay algo que también considera: cuidar involucra una dimensión subjetiva donde se cruzan los afectos, la atención, la escucha y más acciones que también aparecen en los espacios educativos, incluidos los del nivel superior (Carrasco *et al.*, 2025).

En este apartado reflexionamos sobre qué hacen la escuela como espacio y la educación como proceso formativo, para afirmar que las relaciones de cuidado no dependen de una sola de ellas, sino que las construyen estudiantes, docentes, personal administrativo, cada quien desde su rol. Entre todas y todos sostienen algo parecido a un ecosistema que termina por constituir a la institución de educación superior.

La pedagogía de los cuidados es una propuesta feminista que cuestiona el modelo de desarrollo en el que el bienestar es asunto individual. Esta pedagogía pone la vida en el centro de todos los ámbitos educativos, reconociendo que necesitamos de otras personas y de nuestro entorno para subsistir (Fundación InteRed, 2018). Dentro de esta perspectiva, Rita Segato (2018) analiza cómo los espacios de convivencia, los medios de comunicación y las prácticas sociales se distancian de la empatía y la generación de comunidades que sostienen la vida. La investigadora propone el concepto de "contra pedagogías de la crueldad", que conduce a desprendernos de la visión sesgada, patriarcal y colonial de enseñanza-aprendizaje, resaltando el ideal de convivencia dentro del trabajo académico. La autora resalta la urgencia de que las IES se vuelvan espacios donde se cultive el saber y el conocimiento interno, privilegiando la solidaridad y el respeto (Segato, 2018).

No obstante, resulta relevante comprender para qué sirve esta perspectiva de la pedagogía de los cuidados dentro de una institución educativa. Al respecto, se resaltan dos principales aportes. El primero es que se reconoce que la crisis de cuidados también ocurre dentro de las instituciones educativas. El

segundo es afirmar que las IES son espacios de cuidado. Por ejemplo, una estudiante foránea con la necesidad de construir redes de apoyo para poder permanecer en su carrera; o en todo aquello a lo que la universidad le da acceso y que difícilmente conseguiría por su cuenta: servicio médico, atención psicológica, gimnasio, comedor.

Estos aportes ya han sido considerados por algunos gobiernos. Por ejemplo, el Ministerio de Educación de Argentina (2022) planteó la necesidad de dejar de ver al estudiantado como números de matrícula y empezar a reconocerlos como sujetos de derecho, con trayectorias cada vez más diversas: quienes trabajan, quienes son madres o padres, quienes llegan a edades distintas, quienes migran, quienes tienen distintas capacidades (Ministerio de Educación de la Nación, 2022). Desde ahí, la mirada pedagógica muestra que las IES tienen algo que aportar frente a problemas que antes parecían competencia de otros ámbitos: la violencia de género, las neuro-divergencias, los contextos de violencia, la migración, entre otros. Así, no se trata de tener suerte y que te toque un o una docente sensible, un o una buen o buena colega o autoridades empáticas, sino de que la institución procure el bienestar colectivo.

No pretendemos delegar totalmente la responsabilidad de los cuidados a las IES. Lo que la pedagogía de los cuidados propone es que éstas formen parte del conjunto de instituciones que coadyuvan por el bienestar social y que se puedan vincular con otros sectores: servicios de salud, fiscalías, centros de tratamiento de adicciones, deportivos, estancias infantiles, entre otros. En otras palabras, que el cuidado sea compartido y sostenido en comunidad ¿Qué significa esto? En su publicación *El manifiesto de los cuidados,* el colectivo The Care Collective (2020) menciona que, para que el cuidado sea comunitario, éste debe tener cuatro características: apoyo mutuo, espacio público, compartir recursos y vida comunitaria. Si pensamos la forma en la que ya operan muchas de las IES, podemos notar cómo algunas de estas características ya están

presentes y otras pueden mejorar, por ejemplo, la manera en cómo se vinculan las universidades con el entorno para atender problemas sociales o para mejorar la convivencia en sus alrededores.

Trabajar en esto puede mejorar las actividades, rutinas e interacciones en los espacios universitarios. Carrasco y sus coautores (2025) muestran que las prácticas de cuidado contribuyen al aprendizaje, dado que las y los estudiantes se muestran con mayor motivación, seguridad y compromiso. Y el efecto también se da en otra dirección, cuando el profesorado se siente valorado, respetado e incluido en las decisiones, es más probable que genere entornos de aprendizaje significativos (Carrasco *et. al*, 2025).

Por eso Stake y Visse (2023) sostienen que temas vinculados con los cuidados deberían estar presentes en el currículo de todos los niveles educativos. Para estos autores, la pandemia mostró las necesidades de cuidado de todas las personas que sostienen la educación, pero también permitió notar su compromiso y apoyo con la comunidad educativa. Fue un periodo difícil que, aun así, nos permitió mirar más allá del aula y reconocer que cualquier persona necesita ser escuchada y acompañada, cualquiera necesita la vida en común y la socialización que ofrecen los entornos educativos. Hoy algunos estragos siguen visibles. Stake y Visse (2023) registran esas voces docentes que definen a estudiantes pasivos, con la mirada en el celular, somnolientos, desconectados de la clase. Pero es una situación que se enmarca en problemas sociales mayores que diversifican las experiencias y que las IES por sí solas no pueden resolver. Por ejemplo, no es posible esperar la misma atención a la clase de quien invierte dos o tres horas diarias en trasladarse a la universidad o de quien cumple una jornada laboral luego de la universitaria, o, de la estudiante que es madre. La pedagogía de los cuidados invita considerar esas situaciones particulares y a que, quienes formamos parte del ámbito educativo, hagamos el camino más ligero al comprender al estudiantado sin renunciar a la exigencia académica;

escuchar sin sentir que estamos dando un trato preferente; construir, junto con la institución, una mirada crítica del bienestar y, al mismo tiempo, exigir los métodos y los medios para sostenerla.

Si el cuidado es responsabilidad comunitaria e institucional, entonces individualmente podemos sumar mediante acciones concretas: cómo se toman las decisiones en las IES, cómo se comunica entre dependencias universitarias, qué acuerdos colectivos existen para intervenir cuando algo se complica (Ministerio de Educación de la Nación, 2022). Todo eso se juega en lo cotidiano —en cómo se tutora, cómo se dirige una tesis, cómo se conduce un equipo—, y es ahí donde estudiantes, docentes y personal administrativo pueden marcar la diferencia (Carrasco *et al.*, 2025).

Para cerrar este apartado, nos gustaría proponer algunos caminos para que esto se haga realidad. Primero, incorporar el cuidado como un tema transversal en todas las carreras y no sólo en aquellas que implican labores de cuidado en su ejercicio profesional. Segundo, implementar actividades que formen comunidades universitarias cuidadoras, las cuales, pueden traducirse en espacios de acompañamiento, formación y sensibilización en el tema, análisis de las desigualdades en el ejercicio de los cuidados, por mencionar algunos.

Durante este libro hemos ofrecido más ideas para trabajar por los cuidados en las IES. Pero hay una advertencia que atraviesa todo nuestro texto: el cuidado es siempre situado (Carrasco *et al.*, 2025). No existe un manual ni un protocolo único que pueda copiarse de una universidad a otra. Por eso insistimos en la necesidad de contar con diagnósticos propios pues la pedagogía de los cuidados sólo funciona cuando entiende y responde a su propio contexto.

3.3 INFRAESTRUCTURAS Y DERECHOS PARA CUIDAR

Los trabajos reproductivos y de cuidados asignados a las mujeres se manifiestan en distintas escalas: desde el propio cuerpo, primer territorio sobre el cual decidir y cuidar, hasta la casa, el barrio y la ciudad (Falú y Colombo, 2022). Para sostenerlos se requieren personas, recursos materiales y condiciones institucionales. A este conjunto lo denominamos *capacidades instaladas*, integradas por infraestructuras materiales y sociales, así como por servicios y derechos que permitan ejercer los cuidados dignamente.

Respecto a las infraestructuras, estas son más que obras físicas: funcionan como soportes relacionales que articulan objetos, actividades y organizaciones (Star, 1999), por lo cual pueden tomar la forma de edificios, vialidades o redes eléctricas, pero también de personas, comunidades y vínculos sociales. Simone (2004), muestra que las relaciones de cooperación, los conocimientos y las redes de las personas pueden considerarse como infraestructura cuando permiten sostener la vida cotidiana.

Si consideramos a las IES como infraestructuras en sí mismas —porque su vida escolar, académica y administrativa depende de la articulación entre salones, pasillos, equipamiento, servicios, normas y personas— entonces podemos entender el valor y conexión que tienen todos estos elementos para los cuidados. ONU Mujeres (2024) entiende las infraestructuras del cuidado como respuestas materiales destinadas a garantizar o mejorar las condiciones en que se proveen cuidados y el bienestar tanto de quienes los reciben como de quienes los proveen. Incluyen estancias infantiles, lactarios, comedores, centros de activación física y de atención a personas mayores, así como espacios de atención a la violencia de género y la salud mental. Su propósito es redistribuir los cuidados y contribuir a su desfeminización y desfamiliarización. Estas infraestructuras tienen dimensiones materiales e inmateriales, públicas y privadas,

físicas y emocionales (Sarmiento y Bonavitta, 2026). Su componente social es fundamental: desde la perspectiva de Simone (2004), las redes familiares, comunitarias y de apoyo permiten sostener cuidados incluso cuando faltan servicios o espacios específicos.

Esta perspectiva se vincula con el Diamante del Cuidado de Razavi (2007)[5], que distribuye responsabilidades entre Estado, mercado, familia y comunidad. En este caso, las IES serían parte tanto del Estado (universidades públicas), mercado (universidades privadas) y comunidad (todas las universidades), lo cual implica para ellas reconocer los cuidados como una responsabilidad institucional. Sin embargo, actualmente en México persisten cuatro problemas que impiden su realización en infraestructura y derechos: la falta del reconocimiento de esta responsabilidad; la desigualdad entre oferta y demanda de las capacidades instaladas (Rocha, Arvizu y Alcántar, 2026); la ausencia de diagnósticos sobre las poblaciones que requieren cuidados (Arvizu, 2025); y la insuficiencia de recursos para sostener lo que ya se está implementando.

Como veremos en el siguiente capítulo resolver estos problemas no sólo beneficiará a las comunidades cuidadoras sino a toda la sociedad y a la misma IES. Por ahora, afirmamos que el proceso para constituir IES cuidadoras también involucra crear, mejorar o adecuar las infraestructuras con las que cuentan las instituciones para tener espacios dignos que atiendan las necesidades de cuidado.

[5] El Diamante del cuidado es un modelo analítico propuesto por Shahra Razavi, donde identifica cuatro actores esenciales responsables de proveer y gestionar cuidados en la sociedad: El Estado, el mercado, la familia y la comunidad.

3.4 ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL PARA CUIDAR HOY Y MAÑANA

Para que las IES puedan sostener y mejorar con el tiempo los cuidados que ofrecen —tanto en infraestructuras como en formación curricular—, necesitan una estructura organizacional dinámica, capaz de adaptarse a las necesidades cambiantes de su comunidad. Para describir esta estructura, usaremos un enfoque de políticas públicas, en el que se estudia cómo los gobiernos aplican instrumentos para modificar el comportamiento de las personas con el fin de resolver problemas públicos[6].

En este esquema, las autoridades educativas son quienes diseñan y aplican los mecanismos para atender el problema. Estos instrumentos incluyen tanto la infraestructura y servicios, como las prestaciones: lactarios, estancias infantiles, estancias para personas mayores, cambiadores de pañales, rampas y sanitarios familiares, además de licencias de maternidad y paternidad, horarios flexibles, seguro médico y becas, entre otros.

Con ello se pretende modificar comportamientos específicos en los espacios universitarios: que el profesorado no prohíba llevar a las o los hijos al salón de clases, que las y los estudiantes no abandonen sus estudios por tener que trabajar, o que las personas lactantes no se vean obligadas a hacerlo en condiciones indignas por falta de espacios equipados. Proponemos entonces la siguiente estructura organizacional en las IES para procurar los cuidados en su interior:

[6] Desde este enfoque, algunos ejemplos de instrumentos son la vacunación, la creación de programas sociales y las multas. Los comportamientos correspondientes serían enfermarse, tener hambre o conducir a exceso de velocidad, mientras que los problemas serían epidemias, pobreza y accidentes viales.

3.4.1 Diagnóstico periódico sobre las necesidades comunes y particulares de las comunidades universitarias en materia de cuidado

Para entender mejor cómo se satisfacen estas necesidades, podemos apoyarnos en la clasificación de Stone (2011), quien distingue necesidades materiales o simbólicas, intrínsecas o instrumentales, relativas o absolutas. Por ejemplo, una beca es un satisfactor instrumental porque permite satisfacer la necesidad final que es comprar una silla de ruedas o pagar la guardería, lo cual a su vez modifica el comportamiento del estudiantado para que asista a clases en vez de trabajar. Otro ejemplo son las licencias por maternidad y paternidad, dado que satisfacen la necesidad simbólica de criar a las y los hijos en sus primeros meses de vida, lo cual contribuye al bienestar familiar y, a su vez, en la productividad de la persona trabajadora de la institución de educación superior.

Por lo tanto, el diagnóstico no debe limitarse a contar cuántas personas cuidan y cuántas dependen de ellas. Debe también conocer cómo distribuyen su tiempo, cuáles son sus gastos e ingresos, si cuentan con redes de apoyo e identificar qué infraestructura o prestaciones les facilitarían la vida cotidiana.

3.4.2 Articular las capacidades instaladas para darles continuidad y mejora con el tiempo

Michel, Cejudo y Oseguera (2024) explican que el problema de los cuidados es demasiado complejo para atenderlo con un sólo instrumento. Por eso proponen tres "instrumentos integradores" (p. 6):

- Un marco de referencia, para que todas las partes involucradas entiendan el problema de la misma manera y sepan qué responsabilidad le corresponde a cada quien.
- Un sitio de toma de decisiones donde las autoridades puedan hacer ajustes a los espacios y servicios de cuidados.
- Un sistema de información para diagnosticar necesidades, monitorear cómo se aplican los instrumentos y conocer sus efectos.

En el caso de las IES, el marco de referencia serían definiciones compartidas sobre las necesidades identificadas, protocolos homologados de atención a la comunidad universitaria y atribuciones interdependientes, por mencionar algunas. El espacio de decisión sería la reunión constante de autoridades educativas donde se ajustan las capacidades instaladas a partir de sus evaluaciones. Ahí es donde se responden preguntas como: ¿cuál es el horario con mayor demanda del lactario?, ¿cuánto gasta en promedio la comunidad estudiantil en cuidados?, ¿cómo se compara ese gasto con el del personal administrativo y académico? Finalmente, el sistema de información sería el conjunto de indicadores sobre la demanda de las capacidades instaladas y los insumos necesarios para operarlas.

3.4.3 Coherencia, evaluación y calibración

El tercer elemento de la estructura organizacional no es una capacidad instalada en sí, sino un conjunto de cualidades que deben tener estas capacidades y de hábitos que deben practicar quienes las diseñan y monitorean: coherencia, evaluación y calibración. Dado que el problema de los cuidados no puede resolverse de forma aislada, conviene que las capacidades instaladas de una IES se complementen entre sí y con los instrumentos de las políticas públicas externas

de los gobiernos, siguiendo las ideas de Cejudo y Michel (2016). Para ello se necesita coherencia entre todas ellas, es decir, que no dupliquen intervenciones (como otorgar a la misma persona dos veces un apoyo económico para el mismo fin); que no se contradigan (como dar licencias, pero hacer descuentos al salario por ello); o se obstaculicen (como abrir becas, pero con requisitos muy complicados).

Por otro lado, la evaluación permite conocer, de manera periódica, si la relación entre necesidades, capacidades instaladas y resultados realmente está funcionando. No basta con medir cuántas personas usan un lactario, reciben una beca o solicitan una licencia: hay que saber si estos instrumentos están modificando las condiciones que motivaron su creación, si sus personas dependientes viven mejor y si la persona estudiante, docente o administrativa cumple mejor sus responsabilidades dentro de la institución educativa.

Lo anterior conduce finalmente a la calibración, es decir, aprender sobre los resultados de las capacidades instaladas para ajustarlas y obtener mejores efectos. Capano y Howlett (2024) identifican varias formas de calibrar un instrumento. En el caso de las IES, las más útiles pueden ser ajustar la intensidad, la cantidad de recursos asignados, la cobertura, las áreas responsables de su implementación o incluso cambiar totalmente de instrumento. Por ejemplo, una estancia infantil puede calibrarse de distintas maneras: ampliando o reduciendo su horario, aumentando o disminuyendo el presupuesto para contratar más o menos personal, ofreciendo mayor variedad de actividades recreativas o modificando a quién atiende (sólo a estudiantes de licenciatura, sólo al personal administrativo o a toda la comunidad universitaria), o incluso transformándose por completo en una estancia para personas mayores debido a que se necesita más. En pocas palabras, calibrar es usar los indicadores obtenidos de la evaluación para que las capacidades instaladas logren satisfacer las necesidades de cuidado de forma más eficaz y eficiente.

CAPÍTULO 4
¿POR QUÉ LAS UNIVERSIDADES E IES DEBEN CUIDAR A SUS COMUNIDADES ESTUDIANTILES, DOCENTES Y ADMINISTRATIVAS?

En el capítulo anterior vimos que las IES tienen la obligación de cuidar a las personas que las integran: estudiantes, personal administrativo y personal académico. Pero hay una pregunta que también puede hacerse: ¿qué gana la sociedad con esto? En este capítulo respondemos mostrando que las IES son espacios donde históricamente se ha luchado contra la desigualdad, después exponemos los beneficios que aportan más allá de la formación individual y, finalmente, argumentamos que cuidar a sus comunidades contribuye a su supervivencia como organizaciones, sin importar sus objetivos reales.

4.1 LAS IES CONTRA LA DESIGUALDAD

Las IES tienen una misión de bienestar social que va más allá de enseñar e investigar. También pueden comprometerse con resolver problemas sociales de su entorno inmediato. En México, por ejemplo, las Escuelas Normales forman específicamente a docentes para la educación básica, mientras que las Universidades Interculturales atienden a comunidades indígenas y rurales con un

enfoque incluyente. A esto se le conoce como la tercera misión de las IES: en la que además de generar y compartir conocimiento, contribuyen al desarrollo social y económico de su entorno (Compagnucci y Spigarelli, 2020). El problema es que esta misión social no se genera por sí sola, hay que construirla.

Empecemos cuestionando cuáles son las consecuencias que tiene una carga desproporcionada de responsabilidades en la trayectoria académica de las mujeres. La respuesta empieza fuera del salón de clases: entre las personas cuidadoras de 15 a 60 años, sólo 56.3% de las mujeres participa en el mercado laboral, frente al 93.9% de los hombres (INEGI, 2022). Esa misma situación se repite en la vida universitaria. Más acceso a la educación superior no significa que todos los obstáculos estén resueltos para las mujeres estudiantes, académicas o trabajadoras en las IES, aún falta mucho para que exista una igualdad real de oportunidades una vez dentro.

Las IES pueden intervenir en esta desigualdad ofreciendo infraestructura, servicios, derechos y prestaciones para cuidar dentro y fuera de sus instalaciones. La urgencia es clara si consideramos que 46% de la población mexicana requiere algún tipo de cuidado (IMCO, 2025) y se exacerba si los recursos, contextos y necesidades para cuidar son muy distintos entre la población.

Las estancias infantiles, lactarios, horarios flexibles, atención psicológica, licencias, becas y seguros médicos son algunas de las medidas que ya existen en instituciones mexicanas para cuidar. Sin embargo, la forma en la que las y los estudiantes, el personal administrativo y personal académico acceden a los servicios, capacidades instaladas y prestaciones, sigue siendo diferenciada (Rocha, Arvizu y Alcantar, 2026). Por eso, asumir la responsabilidad con los cuidados al interior de las IES exige algo más que contar con voluntad o instalaciones, conlleva a que, como vimos en el capítulo previo, cada institución conozca a detalle a sus propias comunidades, para atender tanto las necesidades comunes como las particulares.

Encuestas nacionales del INEGI referidas con anterioridad como la ENUT y la ENASIC permiten dimensionar el problema a nivel país o estado, pero ¿contamos con diagnósticos específicos para las universidades? Si consideramos que cada persona cuidadora tiene recursos, habilidades y necesidades distintas, que dependen tanto de las capacidades de su institución como de la cultura de su entorno, entonces se vuelve urgente un diagnóstico por IES. Dicho diagnóstico no sólo debe ser un instrumento periódico, sino también debe involucrar una estructura institucional capaz de traducir esos datos en decisiones, y esas decisiones en infraestructura y derechos. Sólo así las IES dejan de ser espacios donde únicamente se estudia la desigualdad de género para convertirse en espacios que también la reducen.

4.2 LAS IES COMO PRODUCTORAS DE BIENES PÚBLICOS

Si consideras la sección anterior una postura idealista, en este apartado planteamos el tema de los cuidados en las IES desde una lógica distinta: la económica.

Comencemos por reconocer que el deber social de las IES también es producir bienes que beneficien a todas las personas, incluso a generaciones futuras; para ello abordaremos dos ideas. La primera: en economía un *bien público* es aquel que una persona puede usar sin que eso le quite a otra la posibilidad de usarlo también —no rivalidad— y del cual nadie puede ser excluido —no exclusión— (Stiglitz, 1999). El alumbrado público y las alertas de protección civil son ejemplos claros, pero ¿el conocimiento también lo es? (Stiglitz, 1999). Sí, el desarrollo, divulgación y validación del conocimiento es uno de los aportes que ofrecen las IES a la sociedad. La segunda idea: cuando un acuerdo entre dos partes beneficia o perjudica a alguien más que no participó en él, a ese efecto lateral se le llama *externalidad* (Weimer y Vining, 2017).

Con estas premisas, pensemos en una persona que concluye una carrera universitaria. No es la única beneficiada: tendrá un empleo mejor remunerado, pero también será más productiva en su trabajo, pagará más impuestos y, si además desarrolla investigación, puede generar nuevo conocimiento e innovación. Es decir, aunque la formación se dio en una interacción privada entre dicha persona y su universidad, los beneficios se desbordan hacia la sociedad entera, al punto de que ni siquiera es sencillo medirlos (Barr, 2001). Dicho de otro modo, cada persona que estudia genera, sin proponérselo, externalidades positivas para todas y todos.

Tres casos muestran esta relación con mayor detalle. El primero, aunque un título universitario no es un bien público en sí mismo, el conocimiento que se genera sí puede serlo, y se convierte en insumo para producir más conocimiento (Stiglitz, 1999). Segundo, Lawson (2017) encontró que la educación universitaria conduce a una mayor recaudación fiscal, porque las personas graduadas obtienen más ingresos y tienen mayor posibilidad de pagar sus impuestos. Tercero, Firoozi y Geyn (2025) concluyeron que también aumenta la participación electoral. En pocas palabras, cuidar a la comunidad estudiantil no sólo la educa, también fortalece las finanzas públicas, la vida democrática y la producción del conocimiento global.

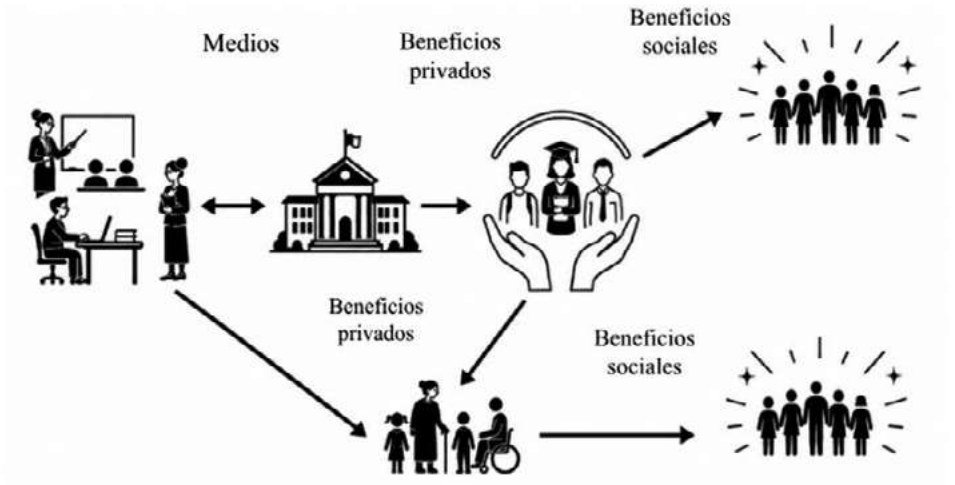
Aquí es donde entran los cuidados. Cuando una IES ofrece a sus estudiantes facilidades para cuidar o recibir cuidados, en realidad está invirtiendo en esos beneficios sociales de largo plazo. Pensemos, por ejemplo, en una estudiante que es madre y que tenga acceso a una estancia infantil para su hija o hijo dentro de su universidad, ese aporte institucional puede ser decisivo para que ella no abandone sus estudios y para que más adelante aporte a la sociedad con su voto, sus impuestos, sus inventos o sólo su empatía.

Ahora bien, ningún bien público se produce solo. Se necesita mano de obra, materiales y tecnología (Solow, 1957), y en la educación esa mano de obra es el

personal administrativo y el personal académico, aunque también las y los estudiantes hacen un aporte sustantivo por mantener el bienestar de la comunidad: se organizan, se protegen entre sí, actúan para mejorar su entorno. Cuidarlos, entonces, no es un gasto adicional: es asegurar la protección de las personas que hacen posible la subsistencia de las IES y, más allá, ellas llevan esta subsistencia fuera de los muros universitarios. Una médica beneficia a sus pacientes, un maestro a generaciones de estudiantes, y una ingeniera puede desarrollar tecnología que aprovechará gente que nunca asistió a su institución educativa.

Como se ilustra en la Imagen 1, la educación superior genera beneficios que rebasan a quien la recibe directamente, donde el profesorado y el personal administrativo son parte de los insumos que hacen posible esa cadena. Sin docentes en condiciones adecuadas para enseñar e investigar, ni personal administrativo que mantenga los servicios, laboratorios, bibliotecas y trámites, disminuyen tanto la cantidad como la calidad de lo que produce la institución. Cuidar a quienes trabajan en una IES es, por lo tanto, cuidar su capacidad de producir.

Imagen 1. Circulación de los beneficios de los cuidados en la educación superior.



Elaboración propia.

Hasta aquí hemos hablado de estudiantes, personal administrativo y personal académico. Pero hay una segunda externalidad positiva que suele pasar desapercibida: la de las infancias, adolescencias, personas mayores y personas con discapacidad que reciben cuidados por parte de integrantes de la comunidad universitaria. Folbre (2001) llama "el corazón invisible" a los valores familiares del amor, la obligación y la reciprocidad, para recordarnos que la economía no se sostiene sólo de producción y transacciones de mercado, sino también de cuidar a otras y otros sin esperar un pago a cambio. Cuidar a las infancias contribuye a formar mejores personas ciudadanas en el futuro, y cuidar a las personas mayores es devolverles los cuidados que ellas nos dieron en el pasado (Folbre, 2001). Así, el cuidado deja de ser sólo un intercambio privado en el momento en que ocurre, para convertirse en una inversión pública que se transmite entre generaciones.

4.3 LAS IES COMO ORGANIZACIONES COHERENTES

Hay un tercer argumento más pragmático que los anteriores: a las universidades les conviene cuidar a sus comunidades para ser coherentes y, con ello, sobrevivir como organizaciones.

A nivel nacional e internacional, la agenda pública, académica y gubernamental coinciden en la relevancia del tema de los cuidados, lo que ha impulsado su discusión y difusión. Las universidades organizan congresos, seminarios y talleres, diseñan planes de estudio y publican libros y artículos sobre la importancia de las 5R de los cuidados que ya presentamos. Sin embargo, como hemos referido, su infraestructura, sus servicios y los derechos que ofrecen a sus comunidades no siempre materializan este discurso. Dicho de otro modo: las IES promueven intelectualmente los cuidados, pero en la práctica pueden hacer lo contrario. Algunos sondeos en México muestran que las comunidades universitarias perciben que sus instituciones no satisfacen sus necesidades como personas cuidadoras (Arvizu, 2025; Rocha, Arvizu y Alcántar, 2026), lo que puede interrumpir sus trayectorias académicas y laborales. Más allá de la contradicción entre lo que se dice y lo que se hace, esa diferencia afecta el funcionamiento de una IES como organización.

Una forma de entender lo anterior es pensar en las IES como sistemas, es decir, como conjuntos de partes interrelacionadas que interactúan constantemente con su entorno y que necesitan adaptarse para seguir funcionando. Las universidades tienen una misión social y generan beneficios para toda la sociedad; sin embargo, cuando se les mira solamente como organizaciones, sus objetivos reales pueden ser muy distintos. Meyer y Rowan (1977) explican que esto ocurre porque, para ganar legitimidad y recursos del exterior, las organizaciones adoptan ciertos elementos (discursos, programas, estructuras) que no necesariamente transforman lo que sucede puertas adentro. A esta diferencia entre la

estructura que se muestra y la que realmente opera se le llama "desacoplamiento" (Meyer y Rowan, 1977), y puede cumplir una función de supervivencia. Ninguna organización es autosuficiente (Pfeffer y Salancik, 1978), así que ni siquiera las IES privadas o autónomas pueden sostener su presupuesto, su legitimidad o autorregularse basándose sólo en la calidad educativa o en su agenda académica. Gobiernos, sindicatos y grupos empresariales influyen también en su estructura y sus procesos. En México, por ejemplo, la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (Secihti) asigna recursos a sus centros de investigación y universidades, evalúa sus programas y nombra a sus direcciones; la SEP hace lo mismo con las Universidades Pedagógicas, Institutos Tecnológicos, el Instituto Politécnico Nacional (IPN) y las Escuelas Normales. En otras palabras, la infraestructura y los derechos para cuidar a las comunidades universitarias no dependen sólo de la voluntad interna de cada institución, sino también de actores y estructuras externas.

Aun así, pensar en las IES como organizaciones no las exime de la necesidad de ser coherentes. Ser estudiante, personal administrativo o docente son roles distintos, pero que no pueden existir el uno sin el otro: nadie puede enseñar si no hay estudiantes, ni graduarse si nadie registra sus calificaciones, ni emitir una credencial para alguien que no existe. Todas estas funciones, persigan o no el bienestar social, son indispensables para que la IES perdure como organización y alcance sus propios objetivos, como mantener el financiamiento para agendas distintas a la de los cuidados, o preservar ciertas relaciones de poder en su interior. Katz y Kahn (1978) lo explican así: toda organización sostiene, junto a sus metas declaradas, un conjunto de reglas, roles y rutinas cuyo propósito real es garantizar su propia continuidad.

Ahora bien, ¿de qué manera pensar a las IES como organizaciones coherentes puede favorecer los cuidados en su interior? Empezamos a esbozar la respuesta desde los primeros capítulos: los cuidados tienen que dejar de verse

como algo individual, feminizado o reducido al ámbito familiar, y empezar a pensarse como algo que se construye de manera comunitaria. A esto nos referíamos con el término "corresponsabilidad". Y con ello queremos enfatizar que en las IES sí se cuida, sí se procura el bienestar colectivo y sí se realizan tareas cotidianas para sostener la vida. Lo que proponemos es que estas actividades tengan un diagnóstico que atienda las necesidades reales de quienes habitan las instituciones educativas, de manera que los esfuerzos hechos para y por los cuidados sean realmente eficaces.

Por lo tanto, cuidar a las comunidades universitarias no es sólo una obligación moral hacia adentro, sino una decisión con consecuencias sociales, económicas y organizacionales hacia afuera. Y hay instituciones que han trabajado por hacer esto realidad. Revisemos algunos casos.

4.3.1 Avances y retos de las IES mexicanas en materia de cuidados

Actualmente en México algunas IES han facilitado que su comunidad pueda conciliar sus tareas de cuidado con su vida profesional. En su mayoría, estas acciones se vinculan con prestaciones laborales obligatorias por la Ley Federal del Trabajo, como la licencia de maternidad y paternidad, o días laborales pagados para atender asuntos relacionados con el cuidado de infancias y otras poblaciones. Algunas IES, además, cuentan con lactarios o dan acceso a guarderías y estancias infantiles.

Sin embargo, estas acciones tienen límites y aquí volvemos a encontrarnos con el tema de las desigualdades. Por un lado, la mayoría de estas medidas está dirigida al personal administrativo, dejando fuera a la comunidad estudiantil y docente (Rocha, Arvizu y Alcantar, 2026). Por otro lado, como mencionamos en el apartado anterior, se trata de acciones que no están coordinadas,

planificadas y evaluadas de manera conjunta, por lo que no llegan a constituir una política integral de cuidados, lo cual limita su impacto y continuidad. Aun así, en México existen algunos casos de IES que destacan por sus políticas de cuidado: la UNAM, la Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) y la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx).

El programa de corresponsabilidad en los cuidados de la UNAM (s/f, a) empezó en 2021 y su objetivo es reconocer y atender las necesidades de cuidado y de las personas cuidadoras dentro de la comunidad universitaria, lo cual incluye a estudiantes, personal académico y personal administrativo. Se enfoca en la distribución igualitaria de las cargas del trabajo doméstico y de cuidados. Primero se hizo un diagnóstico sobre la corresponsabilidad de los cuidados en la comunidad académica. Después se desarrolló una campaña para identificar y registrar espacios vinculados al cuidado dentro de la universidad, como salas de lactancia, cambiadores de pañales, ludotecas, baños de acceso universal, regaderas, vestidores, y espacios recreativos y de descanso.

El diagnóstico de la UNAM indicó que el 50% de su comunidad tiene alguna responsabilidad de cuidado: las académicas dedican en promedio 1.7 veces más tiempo a esta actividad por semana que sus pares varones, además el 70.9% de las académicas que hace labores de cuidado reportó sufrir eventos de tensión debido a estas responsabilidades (CIGU, 2023). En términos de salud mental ellas reconocieron los siguientes problemas: falta de ánimo para realizar sus tareas profesionales; falta de tiempo propio debido a la saturación de actividades; frustración por no llegar a las metas previstas; sentimientos de tensión y contradicción entre la vida académica y el trabajo de cuidados, percepción de que no se cumple ni como madre ni como profesionista; malestares físicos asociados con la sobrecarga de trabajo y cuidados y la necesidad de espacios para tratar su salud mental, en especial cuando cuidan (CIGU, 2023).

Asimismo, la UNAM continuamente dirige campañas para reconocer y visibilizar infraestructura y acciones de cuidado, como sanitarios, insumos para la menstruación digna, cambiadores de pañales, y salas de lactancia. Así, en dicha institución se identificaron 559 instalaciones de apoyo, además de esquemas como el Programa Universitario de Cuidado y Apoyo para la Salud Mental. La propuesta incluye la instalación de señaléticas para identificar estos espacios, apoyada por un paquete gráfico con íconos específicos para distintos tipos de cuidados (CIGU, 2026).

Por otro lado, la UAG ha implementado programas enfocados en salud integral y acompañamiento estudiantil. Por ejemplo, el Apoyo y orientación para alumnas y alumnos abrumados y la Red de Apoyo Universitario por la Salud Mental, la cual fomenta el diálogo para cuidar ésta y procurar estilos de vida saludables; Seguro "UAG al Rescate"[7] que da protección integral y auxilio médico de emergencia sin costo adicional; Ecosistema de Salud y Clínicas son consultorios de atención médica a bajo costo; Brigadas y Programas de Salud, estudiantes de Medicina, Odontología y Nutrición ofrecen atención preventiva en comunidades vulnerables y Alianza con el Banco de Alimentos con despensas a familias que lo necesitan.

Por su parte, la UAEMéx cuenta con una Secretaría de Igualdad Sustantiva y Cuidados[8], la cual promueve la Política Institucional para la Universidad Cuidadora y un modelo de gobernanza que reconoce esta actividad como una responsabilidad compartida. Sus objetivos son reconocer los cuidados como un elemento clave para las condiciones de estudio, trabajo y enseñanza; apoyar la permanencia estudiantil y el rendimiento laboral de la comunidad universitaria; transformar las prácticas institucionales para dejar de considerar el cuidado

[7] Para mayor consulta: https://mediosuag.mx/noticias-uag/presentan-nuevo-seguro-uag-al-rescate/

[8] Página oficial https://www.facebook.com/SISCUAEMex/

como un asunto exclusivamente privado; e integrar la agenda mediante la Alianza Global por los Cuidados.

Es importante señalar que estas no son las únicas IES que cuentan con servicios de cuidado, son sólo algunos ejemplos de corresponsabilidad institucional. Sin embargo, la mayoría de las IES que cuentan con acciones en esta materia, carecen de mecanismos de medición y retroalimentación directa de las personas beneficiarias, lo que dificulta conocer su impacto real en la comunidad universitaria. Ante esta situación, no es posible conocer metas claras para evaluar el tiempo o los apoyos destinados a estudiantes, docentes y personal administrativo que realizan labores de cuidado.

De esta manera, es fundamental que las IES diseñen indicadores y establezcan métricas relacionadas con el uso de infraestructura, servicios y demás acciones de corresponsabilidad en el cuidado. Para ello, sería conveniente realizar consultas directas dirigidas a la comunidad universitaria. A su vez, los cuidados se vuelven tarea de todas y todos. Para iniciar con el cambio, si bien es necesario un impulso institucional, este no es la única vía para fomentar la corresponsabilidad social; cada persona puede sumar esfuerzos para mejorar la práctica y la experiencia de cuidar.

Abrimos entonces la reflexión: ¿qué podemos hacer cada una y cada uno de nosotros para mejorar los entornos de educación superior a favor de los cuidados? La respuesta puede ser múltiple, dependiendo de nuestros propios alcances y necesidades. A lo largo de este volumen hemos reflexionado colectivamente, ahora queremos acompañarte para que, como comunidad lectora, te sumes también a estas labores. Para ello, en el siguiente capítulo te compartiremos algunos recursos que puedes consultar, replicar y divulgar para ampliar esta discusión.

CAPÍTULO 5
ESTRATEGIAS PARA FORMAR COMUNIDADES CUIDADORAS EN LAS IES

A lo largo de esta obra se ha efectuado un recorrido para entender por qué el tema de los cuidados es relevante en las IES; se identificó qué son estos y por qué es importante reconocerlos no sólo como actividades para el bienestar de una persona, sino un sostén fundamental de toda la estructura social y económica de nuestras sociedades.

También se han compartido algunas herramientas para analizar cómo es que los cuidados se reparten de manera desigual, afectando principalmente el tiempo de las mujeres. Además, se expuso que, incluso entre las propias mujeres existen disparidades en la forma en que se realizan estas labores, pues ahí se cruzan factores como la situación socioeconómica, el territorio, la edad y las características propias de las personas que son cuidadas (infancias, personas con discapacidad o mayores).

Con todo esto, podemos comprender por qué el tema de los cuidados no está separado de lo que sucede en las universidades, pues forma parte de su vida cotidiana y de las relaciones que construimos dentro de estos espacios y que ayudan a sostener el funcionamiento mismo de las IES.

Es por ello que estas actividades ya no pueden seguir pasando desapercibidas. Se necesita, primero, reconocerlas; pero también se requiere de un trabajo institucional real, es decir, impulsar iniciativas y políticas que atiendan las

distintas necesidades de cuidado y que involucren a toda la comunidad universitaria en el bienestar colectivo.

Si bien, hoy en día los cuidados ya forman parte de las agendas políticas de autoridades locales, nacionales e internacionales, el impulso que brindan las universidades juega un papel clave para lograr desfeminizarlos y desfamiliarizarlos, así como para reconocer, reducir y redistribuir las cargas que hoy siguen sosteniendo principalmente las mujeres de los sectores más desfavorecidos. No sólo mediante investigación y diagnósticos que documenten el problema, sino también mirando hacia adentro, hacia sus propias comunidades, para generar estrategias sólidas que impulsen los cuidados, incluido el autocuidado.

En este capítulo se comparten algunos recursos que proporcionan más información que, a su vez, permitirá, diseñar iniciativas y tomar decisiones sobre los cuidados y el autocuidado. A continuación, se presentan estos aportes divididos en seis ejes temáticos:

1. Marco normativo de los cuidados
2. Formación y sensibilización de la comunidad
3. Hombres cuidadores: abogar por la redistribución
4. El autocuidado como eje fundamental para el bienestar
5. Nuevas perspectivas críticas sobre los cuidados
6. Iniciativas para constituir políticas institucionales para los cuidados en las IES

Si bien existen otras líneas de trabajo que también aportan al tema de los cuidados, estos seis ejes se han identificado en las discusiones para construir leyes y políticas, y muchos de estos aportes provienen de las propias universidades e IES, lo cual es importante reconocer.

A continuación, brindaremos la información en forma de fichas organizadas en los ejes temáticos antes referidos, para su revisión en el orden que se prefiera. Las recomendaciones seleccionadas provienen de iniciativas respaldadas por organismos nacionales e internacionales, lo que garantiza información previamente validada por personas expertas en la materia.

5.1 MARCO NORMATIVO DE LOS CUIDADOS

Cuando hacemos referencia a los cuidados, casi nunca pensamos en leyes. Sin embargo, sin un marco normativo que los respalde, es difícil que las buenas intenciones alcancen un resultado real o se conviertan en una política con presupuesto, con personas responsables y con resultados medibles.

Bajo esta perspectiva, le llamamos "Marco normativo" a la base que forman el conjunto de leyes, reglamentos, acuerdos, normas y directrices que regulan y sostienen las iniciativas nacionales en materia de cuidados y autocuidado, y que también tienen incidencia a nivel estatal, local e institucional.

Este marco normativo es clave porque ayuda a definir con claridad las responsabilidades, derechos y obligaciones de cada instancia o actor involucrado en el ejercicio del derecho a cuidar y a ser cuidada o cuidado. Además, transparenta la toma de decisiones para lograr los objetivos en esta materia.

A nivel federal, el SNPC al que hemos hecho referencia en apartados anteriores, toma bases de dos documentos nacionales (Secretaría de las Mujeres, 2025):

a. **100 compromisos para el Segundo Piso de la Transformación:**
Específicamente el compromiso no. 55 que corresponde a la *Creación del sistema nacional de cuidados con IMSS y DIF* (Instituto Mexicano del Seguro Social [IMSS] y Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia [DIF]) (Gobierno de México, 2024).

b. **Plan Nacional de Desarrollo:**
En su objetivo transversal 1.2 se acuerda impulsar la construcción de una sociedad de cuidados desde las perspectivas de género, interseccional, intercultural e intergeneracional. Este objetivo retoma el trabajo de las 5R (abordadas previamente), para que la responsabilidad de los cuidados deje de recaer únicamente en las familias y, sobre todo, en las mujeres racializadas. Esto implica que el Estado, en todos sus niveles (federal, estatal y municipal), tiene el compromiso de impulsar su consecución (Gobierno de México, 2025).

A este marco también se suman las leyes locales (Jalisco y la Ciudad de México ya cuentan con las suyas) y las internacionales, como la Observación de la Corte IDH la cual reconoce que dar y recibir cuidados son derechos humanos.

Importancia para las universidades e IES: Pensemos que una universidad o IES quiere generar su propia política integral de cuidados contextualizada para sus comunidades, el hecho de que ya existan disposiciones legales, puede servir como un punto de partida para que, con la solidez que se requiere, pueda velar por los derechos, el carácter humano y reducir las desigualdades.

Asimismo, el Plan Nacional de Desarrollo (Gobierno de México, 2025), contempla algunas de las estrategias para lograr el *objetivo transversal 1.2,* las cuales pueden ser retomadas directamente por las IES. A manera de ejemplo:

- La **Estrategia T1.2.5** busca transformar las prácticas socioculturales para que los cuidados sean más equitativos. Aquí las universidades pueden aportar mucho, ya sea investigando las desventajas que enfrentan los grupos vulnerados, colaborando con su visión estratégica para atender la distribución desigual de las tareas de cuidado, y fomentando el autocuidado.
- La **Estrategia T1.2.6** propone condiciones laborales más flexibles y sensibles, sobre todo para quienes realizan labores de cuidado, además de promover la corresponsabilidad en estas tareas. Desde esta perspectiva, las universidades e IES pueden trabajar desde sus marcos normativos, reglamentos y con sus propias comunidades, impulsando acciones para su personal administrativo y académico, sin olvidar que las y los estudiantes tampoco están exentos de estas responsabilidades. Por eso también vale la pena pensar en iniciativas que les permitan combinar sus tareas de cuidado con su vida universitaria.

Pero el marco normativo no sólo le sirve a quienes toman decisiones. Si formas parte de una comunidad universitaria (como estudiante, docente o personal administrativo) conocer estas leyes y estrategias te da herramientas concretas para exigir y hacer valer tus derechos con respecto a los cuidados, desde ahí, puedes involucrarte.

¿Qué recursos o aportes puedes revisar para conocer más sobre el tema?

Te compartimos dos recursos indispensables:

a. **Micrositio Cuidados del Instituto Nacional de las Mujeres:**
Es un espacio digital en el que se puede consultar el marco de referencia del que parte el SNPC. Este sitio no sólo contiene las normativas sino el porqué de la creación del sistema. Este documento proporcionará una síntesis conceptual, datos relevantes sobre el estado actual de los cuidados en nuestro país; así como la presentación de la estructura y los objetivos del SNPC. Este es un recurso esencial si se quiere conocer cómo funcionará el sistema y qué instancias estarán involucradas en él. Se puede realizar su consulta en la siguiente liga: https://cuidados.mujeres.gob.mx/

b. **Sistema de Información de Cuidados (SIDECU):**
Es una plataforma que concentra de manera interactiva y mapeada los servicios de cuidado nacionales para infancias, personas mayores y/o con discapacidad. Se pueden consultar distintas variables como a nivel localidad, tipo de población, derechohabiencia y tipo de discapacidad. Este registro es importante ya que la plataforma está diseñada para apoyar a las personas tomadoras de decisiones a reconocer y llevar a cabo acciones sobre centros de cuidado. Para su consulta, ingresar a la siguiente liga: https://sidecu.mujeres.gob.mx/

Conocer el marco normativo es el primer paso, pero las leyes por sí solas no cambian las prácticas cotidianas. A lo largo de este libro hemos estudiado que el camino por la igualdad y el derecho al cuidado aún es largo, sin embargo, lo

que aportamos, es ganancia para lograrlo. Por eso, el siguiente eje aborda cómo formar y sensibilizar a toda la comunidad universitaria para que el derecho al cuidado se viva y no sólo se reconozca en el papel.

5.2 FORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN DE LA COMUNIDAD

Cuando se habla de cuidados en las IES es posible que no siempre se entienda de la misma manera. Es decir, para una persona cuidar puede significar crianza; mientras que, para otra, será acompañar a un familiar enfermo; incluso puede entenderse como el apoyo que se brinda en el hogar limpiando y cocinando. Y es que, aun en la actualidad, todas estas actividades se consideran como aquello que "se tiene que hacer", aunque objetivamente sean trabajo de cuidados.

Formalizar y visibilizar los cuidados significa poner atención en aquello que suele darse por sentado, permitirnos cuestionar los roles de género, los estereotipos de lo que tanto a hombres como a mujeres "les corresponde hacer". En este sentido, acudir a una charla puede abrir la conversación y ayudarnos a reconocer que los cuidados también atraviesan la vida universitaria. Sin embargo, sensibilizarnos y formarnos es fundamental para saber cómo actuar ante estas situaciones, es decir, traducir ese conocimiento en respuestas o acciones concretas. Por ejemplo, nos permite contar con elementos para responder cuando en nuestro espacio en la universidad, una persona colaboradora solicita permiso para cuidar a un familiar enfermo, o para diseñar los horarios y servicios para estudiantes que, además de estudiar, tienen responsabilidades de cuidados.

Poco a poco la agenda pública en nuestro país abre los espacios no sólo para la conversación, también para la formación y las pautas que permiten su ejecución. El Programa Sectorial de las Mujeres 2025-2030 plantea promover

la redistribución de los cuidados, fortalecer su marco institucional y capacitar a personal y autoridades de distintas dependencias para reconocer responsabilidades y ampliar programas y servicios (Secretaría de las Mujeres, 2025b). En junio de 2026, la propia secretaría informó sobre una estrategia nacional de socialización y formación sobre cuidados, acompañada de asambleas regionales de escucha (Secretaría de las Mujeres, 2026b). Para las IES, estos avances constituyen una línea importante en la que la sensibilización y la construcción de capacidades ya forman parte de la política pública contemporánea de cuidados y, por tanto, les convoca a adoptar un papel más activo en estos temas.

Importancia para las universidades e IES: Sabemos que aquellas necesidades que no se reconocen, difícilmente serán atendidas. Bajo esta premisa, si las responsabilidades de cuidados de todas las personas que participan en la vida universitaria permanecen ocultas, el recibir y dar apoyo será complicado. Incluso una misma situación podría obtener distintas respuestas según la persona o el área en la que se encuentre, por lo que la formación ayudaría a reducir estas diferencias y favorecer criterios más homogéneos al interior de las instituciones de educación superior.

Otro punto sobre la importancia de la formación es evitar que las capacitaciones, talleres o espacios de visibilización sean utilizados para brindar herramientas de "mejor organización del tiempo" para las personas cuidadoras, especialmente las mujeres, mientras continúan absorbiendo una carga desigual en estas labores. Formar con perspectiva de género significa mover la conversación hacia el reconocimiento, la reducción y la redistribución del trabajo de cuidados.

Las comunidades universitarias pueden formarse en aquellos aspectos del cuidado plenamente relacionados con sus actividades y, sobre todo, con las decisiones que deben ser tomadas. Así, por ejemplo, tenemos que las personas en puestos directivos pueden aprender a revisar datos, presupuestos y reglas que

faciliten la integración de los cuidados en las IES de acuerdo con las necesidades de los diversos grupos que las integran.

Tenemos, por un lado, la necesidad de formar a la comunidad para la comprensión de los cuidados como un asunto social e institucional que nos compete a todas y todos; y por otro, la obligación de ofrecer y adquirir herramientas prácticas para quienes los llevan a cabo. Es así como una estrategia formativa integral debería combinar sensibilización, corresponsabilidad y desarrollo de habilidades, a la par de cuestionar quiénes sostienen la mayor carga de cuidados en sus espacios y cómo se distribuyen.

¿Qué recursos o aportes puedes revisar para conocer más sobre el tema?

Algunos recursos disponibles para la formación y sensibilización en torno a los cuidados.

a. Diccionario de los cuidados

Elaborado de manera colectiva por integrantes de la Red de Cuidados en México, en colaboración con Oxfam México, este diccionario reúne 28 conceptos clave para acercarse al tema desde un enfoque comunitario, de género, feminista y de derechos humanos. Entre sus entradas se encuentran *cuidado, actores involucrados en el cuidado, economía feminista, derecho humano al cuidado, organización social del cuidado, políticas de corresponsabilidad, uso del tiempo, sostenibilidad de la vida* y las "R" de los cuidados. Este diccionario no se limita a ofrecer definiciones aisladas, por el contrario, explica cada concepto mediante ejemplos, datos y referencias que ayudan a comprender cómo se organizan socialmente los cuidados y por qué su distribución puede producir o

profundizar desigualdades. Permite, además, construir un lenguaje común antes de discutir acciones o políticas institucionales al interior de las comunidades universitarias. Disponible en: https://oxfam.mx/wp-content/uploads/2024/09/DICCIONARIO-DE-CUIDADOS_OXFAM_20junio.pdf

b. Cursos en línea para la igualdad de género

La Coordinación para la Igualdad de Género de la UNAM (CIGU) también ofrece cursos en línea dirigidos a la comunidad universitaria y al público en general sobre igualdad de género, derechos humanos y prevención de las violencias. Entre ellos, el curso *Conceptos básicos para la igualdad de género* aborda temas como roles y estereotipos de género, interseccionalidad, trabajo doméstico y de cuidados, así como dobles y triples jornadas. Es un recurso introductorio muy útil para sensibilizar a estudiantes, personal académico y administrativo sobre la relación entre cuidados y desigualdades de género. Consulta en: https://coordinaciongenero.unam.mx/cursos-igualdad/

5.3 HOMBRES CUIDADORES: ABOGAR POR LA REDISTRIBUCIÓN

Cada vez se ven más hombres cuidadores en nuestro entorno: papás que acompañan a sus hijas o hijos a la escuela o al parque, varones que llevan a sus familiares al médico o que asumen tareas del hogar, e incluso espacios de bienestar pensados para ellos. Aunque esto sucede con más frecuencia, no por eso se asume que estemos cien por ciento libres de estereotipos y prejuicios sociales respecto a que los hombres colaboren igual que las mujeres en el trabajo de cuidados —directo o indirecto— y, más aún, que velen por su propio bienestar.

Hoy podemos ver, incluso en espacios donde hace unas décadas era impensable cuestionar la división sexual del trabajo (como los libros de texto, los medios de comunicación y, ahora, las redes sociales), un esfuerzo por abordar los cuidados desde una mirada menos sesgada.

Retomando las mismas encuestas que hemos citado a lo largo del volumen, la cadena periodística con perspectiva de género Comunicación e Información de la Mujer (CIMAC) toma como referencia la ENASIC 2022 y la ENUT 2024, y muestra que, sobre todo en el tema de paternidad, ha crecido el número de hombres que acompañan a sus parejas a consultas prenatales (91.6%) o que están al pendiente del cuidado de sus infancias (95.5%). Pero, como hemos visto con datos similares a lo largo del libro, esto no significa que asuman la misma proporción de carga de trabajo de cuidados que sus compañeras mujeres (CIMAC, 2026).

Así, abogar por la redistribución de tareas de cuidado nos invita a pensar cómo lograr que, a futuro, estas estadísticas reflejen una carga más equitativa entre hombres y mujeres. El escenario, aunque todavía es distante, no deja de presentar logros.

Importancia para universidades e IES: Las instituciones de educación superior han hecho un esfuerzo sustancial por promover la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres. Muchos de los aportes que hoy sostienen las leyes con perspectiva de género han partido de la educación superior. No obstante, habrá que analizar si esto significa la reducción de desigualdades en estos espacios y su implicación en el tema de los cuidados.

Para quienes convivimos cotidianamente en el campo de la educación terciaria, es innegable que sí se reproducen prácticas de poder que no dejan fuera las violencias ejercidas principalmente contra las mujeres. Lorenza Villa-Lever (2025) investiga cómo, a pesar de los discursos a favor de la igualdad y del aumento de la presencia de mujeres en los espacios de educación superior, aún persisten problemas de sexismo, acoso y exclusión que repercuten en sus

actividades educativo-laborales. Se agrega que, al seguir dando por hecho que son ellas quienes deben permanecer y atender los espacios privados como el hogar, se generan también comentarios despectivos y cuestionamientos sobre sus capacidades. Este es el mismo mandato de género que empuja a las mujeres a asumir la mayor parte del trabajo de cuidado dentro y fuera de la universidad. Villa-Lever recupera testimonios expresos de cómo el sexismo sobre las tareas de cuidados y otros mandatos de género, se viven en las aulas, los pasillos y las oficinas. Por eso, avanzar hacia una redistribución real no depende únicamente de que los hombres "hagan más" en casa, sino de transformar las dinámicas de poder que sostienen la desigualdad dentro de las propias IES.

A pesar de lo expuesto, insistimos en que este panorama también puede cambiar. El libro coordinado por Zabalgoitia, Pogliaghi y Bárcenas (2025) muestra cómo, a partir de los activismos de los movimientos feministas en las IES, se ha abierto paso a que los hombres cuestionen las asignaciones sexogenéricas que también son visibles en las universidades, y reconozcan sus privilegios y el ejercicio de violencia e, incluso, la desatención de su propia salud y bienestar. Lo anterior se ha materializado en movimientos masculinos que también promueven la inclusión y el reconocimiento de los aportes de las mujeres en estos espacios, lo que, en conjunto con el feminismo, ha impulsado la incorporación de asignaturas de género, oficinas para atender casos de violencia, espacios de cuidado para varones, diplomados sobre nuevas masculinidades, entre otros.

En materia de cuidados dentro de las IES, esto es crucial, pues implica repensar cómo se convive y se cuida comunitariamente, buscando el bienestar colectivo y evitando la violencia. Por eso, vale la pena conocer algunos recursos útiles para pensar los cuidados desde la visión masculina y situarlos en las IES.

¿Qué recursos o aportes puedes revisar para conocer más sobre el tema?

Compartimos una campaña para abordar los cuidados que ejercen y reciben los varones. Y de este recurso se desprende otra iniciativa específica para paternidades.

a. **Campaña MenCare:**
   Es una iniciativa a nivel global para que los hombres se involucren en los cuidados y reconozcan el derecho que ellos mismos tienen a ser atendidos y protegidos. No sólo incentiva las tareas de cuidado, también plantea la necesidad de que los varones vivan con bienestar, atendiendo su salud física y emocional. Por eso, la campaña pretende reducir los estereotipos y malestares sociales asociados a una "masculinidad" vista desde la violencia, el distanciamiento y la falta de atención que muchas veces limita que los hombres manifiesten su ternura, amor o comprensión hacia otras personas. De forma tangencial, esto también beneficia los derechos de las mujeres y las infancias. Puedes consultarla en: https://www.mencare.org/es/caring-masculinities/

   La "Campaña de Paternidad MenCare América Latina" para impulsar las paternidades corresponsables y amorosas con sus infancias. En su sitio electrónico podrás encontrar *webinar*, noticias y una compilación de iniciativas para involucrar a los hombres como cuidadores de sus hijas e hijos: https://www.campanapaternidad.org/que-es-la-campana-de-paternidad-mencare/

No hace falta ser varón, estar por convertirte en padre, o siquiera ejercer labores de cuidado directo para aportar a este eje. Ser parte de una comunidad universitaria, puede incitar a compartir estos recursos, abrir la conversación sobre nuevas masculinidades en tu espacio de trabajo o estudio, o simplemente cuestionar los estereotipos que aún asocian el cuidado únicamente con lo femenino. Impulsar la redistribución de los cuidados es una tarea colectiva, y cada persona, desde su lugar, puede sumar a que esto deje de ser una excepción y se convierta en la norma.

5.4 EL AUTOCUIDADO COMO EJE FUNDAMENTAL PARA EL BIENESTAR

Al hablar del contexto de las IES, es de esperarse que el autocuidado personal no sustituye la responsabilidad institucional de construir condiciones razonables de trabajo, estudio y participación que, además, complementen los servicios de salud en este ámbito. Por lo que no basta con decirle a las personas que se "cuiden más" o que "dediquen más tiempo a descansar", las condiciones deben ser coherentes para favorecerlo e incluso convertirlo en una práctica colectiva.

Importancia para las universidades e IES: Las instituciones educativas no están exentas de prácticas laborales e institucionales que afectan la calidad de vida de las personas que las integran, a través de ritmos intensos de trabajo, con entregas, evaluaciones, clases, prácticas, reuniones, trámites, investigación y actividades de diversa índole. Si sumamos esto a las responsabilidades de cuidados, lo que obtenemos es una constante: las personas restan cada vez más tiempo a su descanso, cuidado de la salud y socialización en un afán de cumplir con todos sus roles.

Si bien es cierto que podemos encontrar diversos esfuerzos y campañas de bienestar al interior de las IES, conviene revisar si se respetan los tiempos

de descanso y desconexión; si la comunidad conoce los servicios de salud física y mental; si es posible solicitar apoyo sin estigma; si hay mecanismos de flexibilidad ante situaciones justificadas; si los espacios son accesibles; y si existen redes, orientación o canalización cuando la institución no puede atender directamente una necesidad.

Por otro lado, dejar de favorecer la idea de que el autocuidado es una técnica para aumentar nuestra productividad es fundamental. Cuando su verdadera finalidad es proteger la salud, el bienestar, la autonomía y la posibilidad de sostener una vida digna. En una comunidad cuidadora, descansar, pedir ayuda o establecer límites no tendría que interpretarse como falta de compromiso con la institución o nuestro rol dentro de ella.

Algunas IES e instituciones públicas se han dado a la tarea de generar programas, espacios y materiales para promover el autocuidado y bienestar de las comunidades.

a. Guía ¿Cómo cuidarme mientras cuido?

Material elaborado por el Instituto Nacional de las Mujeres dirigido a personas que realizan tareas de cuidado, con especial atención a las mujeres cuidadoras. Con un lenguaje accesible y de carácter práctico, la guía brinda información sobre el derecho al cuidado, corresponsabilidad y sobrecarga con ejercicios y herramientas prácticas para identificar emociones y necesidades, fortalecer la autoestima, reconocer señales de desgaste, establecer límites y acuerdos con otras personas y organizar acciones de autocuidado.

Esta guía no presenta el autocuidado únicamente como una responsabilidad individual, sino que reconoce que las cargas de cuidado se distribuyen de manera desigual y que familias, sociedad, instituciones

y gobierno, también deben participar en su corresponsabilidad. Disponible aquí: https://www.gob.mx/salud/hospitalgea/documentos/guia-como-cuidarme-mientras-cuido

b. Unidad de Apoyo a la Salud Emocional y Psicológica (UASEP)
Esta unidad, perteneciente a la UNAM, articula estrategias institucionales para promover el bienestar emocional, prevenir riesgos psicosociales y favorecer el autocuidado dentro de su comunidad. Entre sus recursos se encuentran orientación y atención psicológica, ejercicios de respiración consciente, programas de atención plena y compasión, herramientas para afrontar el estrés académico, prevención de consumos y materiales descargables sobre salud mental.

Esta unidad muestra cómo una IES puede acompañar el autocuidado mediante recursos preventivos, educativos y de atención, en lugar de dejar el bienestar exclusivamente bajo responsabilidad individual. Los servicios de acompañamiento y atención están dirigidos principalmente a estudiantes y personal universitario; sin embargo, el portal, los materiales informativos y varios de sus recursos descargables pueden consultarse públicamente, por lo que también pueden servir como referencia para otras IES y para el público general. Para su consulta: https://saludmental.unam.mx/

c. Programa de Bienestar Integral y Calidad de Vida
El Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), de la Universidad de Guadalajara, desarrolla este programa para promover el bienestar integral y fortalecer la calidad de vida de su comunidad universitaria. Se organiza en seis pilares que incluyen salud mental, estilos de vida

saludables, crecimiento personal, convivencia universitaria, formación continua y entornos saludables, y contempla acciones como cursos sobre nutrición, descanso y movimiento, pausas activas, orientación nutricional, bienestar laboral, primeros auxilios psicológicos y espacios para favorecer la recuperación emocional durante la jornada.

Más allá de recomendar prácticas individuales, este programa pretende generar condiciones, espacios y recursos institucionales que favorezcan el bienestar físico, emocional y social de estudiantes, personal académico y administrativo. Para conocer más: https://www.cucs.udg.mx/bienestar_integral_cucs/

El trabajo en torno al autocuidado es una tarea compartida que no debe recaer sólo en las personas de manera individual. Las IES también están tomando esta corresponsabilidad y procurando dar respuesta a sus comunidades. La promoción de la salud y el bienestar, inician desde los espacios donde nos desarrollamos cotidianamente.

5.5 NUEVAS PERSPECTIVAS CRÍTICAS SOBRE LOS CUIDADOS

Desde distintos espacios se ha avanzado en entender la situación desigual de los cuidados y sus afectaciones individuales, sociales, económicas y culturales. Como ya anticipamos en apartados anteriores, diversas disciplinas han puesto la mirada en distintos contextos, necesidades urgentes y poblaciones para hacer diagnósticos y prospecciones que contribuyan a que los gobiernos, el sector privado y otras instituciones diseñen leyes, políticas o estrategias para desfamiliarizar y desfeminizar los cuidados.

Cuando hablamos de "nuevas perspectivas críticas" nos referimos a esos ángulos en los que se cruzan distintos factores y estructuras de desigualdad, y que nos permiten identificar cuáles problemas sobre los cuidados son más urgentes. Por ejemplo, además del género, podemos analizar cómo variables como la diversidad territorial, la edad, la etnia, la clase social o la condición migratoria, profundizan y agravan las experiencias y necesidades de cuidado y autocuidado. Pensemos en una estudiante indígena, migrante dentro de su propio país, que además debe viajar constantemente a su lugar de origen para cuidar a un familiar enfermo; su experiencia con los cuidados no sólo se podría explicar por ser mujer, sino por la forma en que todas sus condiciones socioeconómicas se relacionan al mismo tiempo. Ahí es donde las perspectivas críticas nos llevan a cuestionarnos por qué las políticas institucionales muchas veces sólo contemplan el género y dejan fuera otros aspectos. En el caso de las universidades e IES habría que preguntarnos si cuentan con algún apoyo pensado para estudiantes en situaciones de este tipo.

En este apartado, sumamos los encuadres que nos permiten analizar si se ha hecho caso omiso de esas condiciones heterogéneas, si se ha partido de diagnósticos poco específicos sobre las condiciones de vulnerabilidad, y también si se han logrado avances reales en pro de la igualdad.

En este eje queremos compartirte estos debates actuales, que todavía dejan en claro que hace falta un esfuerzo adicional y colectivo para reducir las desigualdades en los cuidados.

Importancia para las universidades e IES: Las IES mexicanas son muy diversas en su conformación, operatividad, financiamiento y otros factores. No hay una universidad, instituto de investigación o centro de educación terciaria que sea igual a otro: el principal factor de diversificación somos las propias personas que las conformamos.

Inclusive, a través del tiempo, una misma IES cambia y se vuelve desigual consigo misma. Así, se conforman ecosistemas de interacción únicos e irrepetibles. Por eso, cada vez es más urgente poner la mirada en cómo se viven los cuidados al interior de los espacios de educación superior de manera diversa, y reconocer a las poblaciones universitarias que enfrentan más obstáculos y menor protección institucional.

Ampliar nuestras miradas y perspectivas implica profundizar en nuestras propias experiencias, pero también preguntarnos sobre nuestras ventajas o, por el contrario, sobre las limitantes que nos llevan a enfrentar los cuidados y el autocuidado de manera desigual. Por eso queremos ofrecerte recursos que te inviten tanto a la introspección como al cuestionamiento constante, para entender mejor esta situación.

¿Qué recursos o aportes puedes revisar para conocer más sobre el tema?

a. Podcast "Alguien cuida"

Es un trabajo sonoro-reflexivo de la OIT, conducido por la escritora feminista argentina Selva Almada. A lo largo de seis episodios de máximo 30 minutos, combina entrevistas, conceptos, investigaciones, datos y elementos académico-científicos para abordar el día a día de las personas en el ejercicio de los cuidados, y poner la lupa en las desigualdades que hay en ellos: la carga de trabajo para las mujeres, los hombres cuidadores, las cadenas de cuidado, el sostén económico de los cuidados y las perspectivas futuras sobre el tema. Aunque está contextualizado en América Latina, las situaciones expresadas no son ajenas al caso mexicano. Por eso, este recurso aborda en su contenido nuevas

perspectivas críticas desde distintas posiciones y voces expertas. Su formato es sencillo y se puede escuchar en: https://open.spotify.com/show/26cNWSNk2u3OGSF2qjUNor

b. **Simulador del valor económico de las labores domésticas y de cuidados** Es una herramienta que te permite calcular el valor económico que aportas al realizar labores de cuidados directos e indirectos. Tiene desagregadas variables como la preparación de alimentos, la atención directa, la limpieza del hogar, las compras, entre otras. Este simulador también permite reflexionar cómo las personas con mayores factores de desigualdad son más propensas a destinar más tiempo semanal a estas labores y, con ello, su contribución económica (aunque no remunerada) es más alta. Es un ejercicio de reflexión sobre la situación inequitativa de ciertos grupos sociales. Ingresa en: https://www.inegi.org.mx/app/simuladortnrh/

Ambos recursos pueden ser compartidos en una clase, un conversatorio, un taller, o incluso en una reunión para la toma de decisiones, para reflexionar acerca de si existen diagnósticos de cuidado en las IES.

5.6 INICIATIVAS PARA CONSTITUIR POLÍTICAS INSTITUCIONALES PARA LOS CUIDADOS EN LAS IES

Una política institucional integral de cuidados pretende dar coherencia, continuidad y responsabilidades claras a lo que una institución educativa hace y a lo que todavía necesita desarrollo. Construir los acuerdos de cómo se reconocerán, atenderán y evaluarán las necesidades de cuidado dentro de la institución.

Sería imposible plantear que todas las IES se apeguen a un mismo modelo, los retos que enfrenta una institución de educación superior urbana con varios campus no son comparables con los desafíos de una rural, intercultural o tecnológica. Una estrategia para pensar en los cuidados universitarios es mediante un sistema o red que articule áreas internas y vínculos externos. Así se evita que una sola oficina resuelva todo o repartir tareas entre muchas áreas sin una coordinación clara (Pezoa Carrasco, 2022).

Una política empieza por conocer la realidad. Kubiak y coautores (2026) advierten que es un reto si las personas no se reconocen como cuidadoras o no confían en que declarar su situación tendrá algún beneficio, por tanto, los registros institucionales pueden subestimar el fenómeno. Entonces diagnosticar una necesidad requiere explicar para qué se pide la información, protegerla y vincularla con apoyos concretos.

En el caso del SNPC, uno de los primeros pasos de su construcción territorial consiste en realizar diagnósticos en las 32 entidades federativas y trabajar con metodologías comunes para elaborar planes de acción (Secretaría de las Mujeres, 2026a). Es cierto que una IES no es un gobierno estatal y no tiene por qué copiar esta ruta, pero el principio es transferible: antes de decidir servicios, conviene conocer necesidades, oferta existente y brechas.

Así, si una IES quisiera iniciar una política de cuidados, una ruta adaptada de los principios anteriores puede organizarse en:

- **Diagnosticar y mapear:** producir datos sobre necesidades de cuidado y reunir en un mismo mapa los apoyos, servicios, permisos, infraestructura y programas que ya existen.
- **Escuchar y priorizar:** incorporar la participación de estudiantes y personal académico, administrativo y directivo, con especial atención a quienes cuidan, reciben cuidados o enfrentan mayores barreras en este ámbito.

- **Articular medidas:** combinar acciones sobre tiempo, servicios, infraestructura, condiciones académicas y laborales, formación y cambio cultural, en lugar de depender de una sola intervención.
- **Coordinar dentro y fuera de la IES:** definir qué puede resolver la institución directamente y establecer rutas de referencia hacia servicios públicos, comunitarios o especializados cuando corresponda.
- **Asignar responsabilidades y recursos:** señalar qué área coordina, qué instancias participan, qué presupuesto o personal se requiere y qué procedimiento debe seguir una persona para solicitar apoyo.
- **Evaluar y rendir cuentas:** revisar cobertura, uso, accesibilidad, barreras y resultados; desagregar la información cuando sea pertinente; publicar avances comprensibles y ajustar lo que no esté funcionando.

No podemos decir que esto sea la fórmula única, pero sí que es importante que el diseño de políticas institucionales para los cuidados en las IES requiere que se tomen en cuenta diagnóstico, participación, coordinación, recursos y evaluación.

Importancia para las universidades e IES: Las políticas institucionales permiten mirar las desigualdades. Cuando sólo se enfoca en atender a un sector del trabajo de cuidados, puede dejar fuera a otros. Por ejemplo, si un apoyo existe únicamente para personal con determinadas prestaciones, puede no alcanzar a otros sectores. O si los permisos se justifican sólo para estudiantes que cuidan de un familiar enfermo, pero no para el personal administrativo o académico.

En otro aspecto, es necesario señalar que, aunque se procuren buenas prácticas, estas deben ser articuladas para institucionalizarlas, es decir, darles un lugar reconocible dentro de la organización, con responsabilidades, procedimientos, rutas de acceso, recursos y evaluación. De lo contrario, se corre el riesgo de que estas desaparezcan conforme los presupuestos o administraciones.

Una política ayuda a conectar a la universidad con el sistema de cuidados más amplio, ya sea estatal o nacional. Las IES no tienen que convertirse en guardería, clínica, centro de día y servicio social al mismo tiempo. Pero sí pueden ofrecer ciertos apoyos, adaptar su propia organización y, cuando corresponda, canalizar hacia servicios externos. Esta articulación hacia lo público es también uno de los papeles de la corresponsabilidad institucional.

¿Qué recursos o aportes puedes revisar para conocer más sobre el tema?

a. Observatorio Mexicano de Cuidados en la Educación Superior (OMCES)

Es una iniciativa especializada en visibilizar y analizar los cuidados dentro de las universidades e IES en México desde una perspectiva de género. El Observatorio desarrolla una plataforma de información sobre infraestructura, servicios, prestaciones y apoyos relacionados con los cuidados, considerando necesidades vinculadas con infancias, personas mayores, personas con discapacidad y autocuidado. Además, pretende recopilar y difundir experiencias institucionales que permitan conocer qué están haciendo las IES y generar evidencia útil para diseñar o fortalecer políticas universitarias de cuidado.

El OMCES coloca a las propias IES como espacios donde las necesidades de cuidado pueden identificarse, medirse y atenderse institucionalmente pues recopila datos tanto cuantitativos como cualitativos de estudiantes, docentes y personal administrativo. El sitio y sus recursos son de consulta pública en este enlace: https://www.omces.com/

Para concluir, queremos invitar a compartir esta información con colegas, autoridades y cualquier persona interesada en el tema. Aunque este libro se enfoca en el contexto de las IES, comprender los conceptos, las diversas necesidades y el compromiso social en torno a los cuidados permite transformar la distribución de estas tareas. Más aún, contribuye a modificar cómo las vivimos, las valoramos y las disfrutamos. Garantizar el bienestar debe ser una responsabilidad compartida; por ello, esperamos que este texto brinde herramientas teórico-prácticas para continuar enriqueciendo el debate.

REFERENCIAS

Álvarez, Valentina. (2024). Algunas reflexiones iniciales sobre el cuidado y la reproducción social desde algunos nudos de la sabiduría feminista contemporánea. En F. Alegría y A. Vivaldi (Eds.), *Reflexiones feministas sobre los cuidados* (pp. 15–42). LOM Ediciones.

Arce Casas, Pedro Octavio, y Arvizu Reynaga, Vanessa (2023). Las mujeres mexicanas frente al trabajo de cuidados: desigualdades en las actividades y en las formas de vida. *Punto Género,* (20), 147–177. https://doi.org/10.5354/2735-7473.2023.73464

Arenas Alarcón, René, García Amezola, Yolanda, Mejía Martínez, Yanira Francisca, y Ugalde Benavente, Yamileth, (2024). *Guía ¿Cómo cuidarme mientras cuido?*. Instituto Nacional de las Mujeres. https://www.gob.mx/salud/hospitalgea/documentos/guia-como-cuidarme-mientras-cuido

Arvizu, Vanessa (2020). Administrar, rendir y agotar el tiempo. Las jornadas de padres y madres universitarios. *Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México*, 6, e478. https://doi.org/10.24201/reg.v6i0.478

Arvizu, Vanessa (2025). Parentalidades y cuidados de primeras infancias en universidades mexicanas. *Revista Educación Superior y Sociedad*, 37(1), 60–76.

Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2026). *Se consolida la presencia de mujeres en las aulas universitarias*. ANUIES.

https://www.anuies.mx/noticias/se-consolida-la-presencia-de-mujeres-en-las-aulas-universitarias

Barr, Nicholas. (2001). *The welfare state as a piggy bank: Information, risk, uncertainty, and the role of the state*. Oxford University Press.

Batthyány, Karina. (2015). *Políticas del cuidado*. CLACSO; UAM.

Batthyány, K., Pineda Duque, J. A., y Perrotta, V. (Coords.). (2024). *La sociedad del cuidado y políticas de la vida* (1.ª ed.). CLACSO; INMujeres; UNAM; UNRISD.

Buquet, Ana, Cooper, Jennifer, Mingo, Araceli y Moreno, Hortensia (2013). *Intrusas en la universidad*. IISUE/PUEG, UNAM. https://www.iisue.unam.mx/publicaciones/libros/intrusas-en-la-universidad

Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2021, 20 de abril). *Ley General de Educación Superior.* Diario Oficial de la Federación. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf_mov/Ley_General_de_Educacion_Superior.pdf

Capano, Gilberto y Howlett, Michael (2024). Calibration and specification in policy practice: Micro-dimensions of policy design. *Policy Design and Practice*, 7(2), 115–128. https://doi.org/10.1080/25741292.2024.2353929

Carrasco, Aandrea, Montoya, Claudio, y Ruz, Gonzalo (2025). Las prácticas de cuidado en el sistema escolar: una revisión sistemática. *Revista de Investigación en Educación*, 23(1), 173–189. https://doi.org/10.35869/reined.v23i1.6115

Cejudo, Guillermo., y Michel, Cinthya. (2016). Coherencia y políticas públicas. *Gestión y Política Pública*, 25(1), 3–31.

Centro Universitario de Ciencias de la Salud. (s. f.). *Programa de Bienestar Integral y Calidad de Vida en el CUCS*. Universidad de Guadalajara. https://www.cucs.udg.mx/bienestar_integral_cucs/

Chong-Carrillo, Olimpia, *et. al.* (2025). Mujeres bajo la lupa del SNII: evidencias de desigualdad desde el padrón 2025 y un análisis con inteligencia artificial. *Revista Latinoamericana de Recursos Naturales*, 21(2), 84–89. https://revista.itson.edu.mx/index.php/rlrn/article/view/364

CIMAC Noticias. (2026, 21 de junio). *Paternidades presentes, cuidados desiguales*. https://cimacnoticias.com.mx/2026/06/21/paternidades-presentes-cuidados-desiguales/

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2023). *Panorama del envejecimiento y tendencias demográficas en América Latina y el Caribe*. CEPAL. https://www.cepal.org/es/enfoques/panorama-envejecimiento-tendencias-demograficas-america-latina-caribe

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2025). *La sociedad del cuidado: Horizonte para una recuperación sostenible con igualdad de género*. Naciones Unidas.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe, y ONU Mujeres. (2026). *Compromiso de Tlatelolco: Una década de acción para el logro de la igualdad sustantiva de género y la sociedad del cuidado*. CEPAL; ONU Mujeres. https://www.cepal.org/es/publicaciones/90081-compromiso-tlatelolco-decada-accion-logro-la-igualdad-sustantiva-genero-la

Compagnucci, Lorenzo, y Spigarelli, Francesca (2020). The third mission of the university: A systematic literature review on potentials and constraints. *Technological Forecasting and Social Change*, 161, Artículo 120284. https://doi.org/10.1016/j.techfore.2020.120284

Congreso de la Ciudad de México. (2026, 2 de julio). Decreto por el que se expide la Ley del Sistema de Cuidados de la Ciudad de México. *Gaceta Oficial de la Ciudad de México* (Vigésima Primera Época, No. 1893 Bis, pp. 3–38

Consejo Económico, Social y Ambiental de la Ciudad de México, y El Colegio de México. (2026). *Economía del cuidado* (Resumen ejecutivo). CESA; El Colegio de México.

Coordinación para la Igualdad de Género de la Universidad Nacional Autónoma de México. (s. f.). *Cursos para la igualdad de género*. Universidad Nacional Autónoma de México. https://coordinaciongenero.unam.mx/cursos-igualdad/

Coordinación para la Igualdad de Género en la UNAM. (2023). *Estudio diagnóstico sobre la corresponsabilidad de los cuidados en la comunidad académica de la UNAM*. UNAM.

Coordinación para la Igualdad de Género en la UNAM. (2026, 6 de mayo). *Corresponsabilidad en los cuidados*. Universidad Nacional Autónoma de México. https://coordinaciongenero.unam.mx/corresponsabilidad-cuidados/

Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2025a). *La Corte Interamericana reconoce la existencia de un derecho humano autónomo al cuidado* (Comunicado de Prensa No. 55/2025). https://www.corteidh.or.cr/docs/comunicados/cp_55_2025.pdf

Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2025b, 12 de junio). *El contenido y el alcance del derecho al cuidado y su interrelación con otros derechos* (Opinión Consultiva OC-31/25). https://jurisprudencia.corteidh.or.cr/vid/1088057532

Durán Herás, María Ángeles. (2012). E*l trabajo no remunerado en la economía global*. Fundación BBVA.

Espinosa Pérez, Liliana, *et. al*., (2021). *Diccionario de los cuidados: Un enfoque universal e incluyente*. Oxfam México. https://oxfam.mx/wp-content/uploads/2024/09/DICCIONARIO-DE-CUIDADOS_OXFAM_20junio.pdf

Ezquerra, Sandra. (2025). Los cuidados en la agenda política del siglo XXI: sostenibilidad de la vida y feminismo. *Actas de Coordinación Sociosanitaria*, (36), 30–59.

Falú, Ana, y Colombo, Eva Lía (2022). Infraestructuras del cuidado: un instrumento de redistribución social en los territorios. *Vivienda y Ciudad*, (9), 191–217. https://revistas.unc.edu.ar/index.php/ReViyCi/article/view/38303

Federici, Silvia. (2018). *El patriarcado del salario*. Traficantes de Sueños.

Fernández, Elio, y Agüero, Jesica Viviana (2018). Desfamiliarización del cuidado: un puente desde el malestar individual hacia el bienestar social. *Millcayac - Revista Digital de Ciencias Sociales*, 5(9), 189–205. https://www.redalyc.org/journal/5258/525866306009/html/

Firoozi, Daniel, y Geyn, Igor. (2025). Do tuition subsidies raise political participation? *American Economic Journal: Economic Policy*, 17(4), 354–378.

Flores Garrido, Natalia, *et. al.*, (2017). *Trabajo doméstico y de cuidados: Un análisis de las poblaciones académica, administrativa y estudiantil de la UNAM*. Centro de Investigaciones y Estudios de Género, Universidad Nacional Autónoma de México. https://cieg.unam.mx/docs/publicaciones/archivos/105.pdf

Folbre, Nancy. (2001). *The invisible heart: Economics and family values*. The New Press.

Fraga Utges, Cecilia. (2019). Cuidados y desigualdades en México: una lectura conceptual. En Oxfam México, *Trabajo de cuidados y desigualdad en México* (pp. 19–64). Oxfam México.

Fraser, Nancy. (2016). Las contradicciones del capital y los cuidados. *New Left Review*, (100), 111–132.

Fundación InteRed. (2018, 20 de julio). *La pedagogía de los cuidados en el ámbito educativo*. La Coordinadora de Organizaciones para el Desarrollo. https://coordinadoraongd.org/2018/07/la-pedagogia-de-los-cuidados-en-el-ambito-educativo/

Gobierno de México. (2024). *100 compromisos para el segundo piso de la transformación*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/964733/100_compromisos.pdf

Gobierno de México. (2025). *Plan Nacional de Desarrollo 2025–2030*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/981072/PND_2025-2030_v250226_14.pdf

Herrera, Cristina., y Lemus, Leslie (2026). Dinámicas y brechas del trabajo de cuidados en México. R*evista Mexicana de Sociología*, 88(1), 301–330. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2395-91852026000100301&script=sci_arttext

Hirata, Helena. (2016). El trabajo de cuidado. *SUR*, 24(13), 53–64.

Instituto Mexicano para la Competitividad. (2025a). *Hacia una economía de cuidados en México*. IMCO. https://imco.org.mx/hacia-una-economia-de-cuidados-en-mexico/

Instituto Mexicano para la Competitividad. (2025b). *Mujeres jóvenes en la Ciudad de México*. IMCO. https://imco.org.mx/mujeres-jovenes-en-la-cdmx/

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (s. f.-a). *Matrícula escolar por entidad federativa según nivel educativo, ciclos escolares seleccionados de 2000/2001 a 2024/2025*. https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?pxq=ac13059d-e874-4962-93bb-74f2c58a3cb9

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (s. f.-b). *Simulador de la Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México*. https://www.inegi.org.mx/app/simuladortnrh/

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022a). *Encuesta Nacional sobre Cuidados (ENASIC) 2022*. INEGI.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022b). *Maternidad 2022*. https://edomex.gob.mx/maternidad-2022

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2023). *Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México 2022*. INEGI.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2024a). *Estadísticas de defunciones registradas*. INEGI. https://www.inegi.org.mx/temas/salud/

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2024b). *Encuesta Nacional de Uso del Tiempo (ENUT) 2024* [Boletín de prensa]. INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/enut/enut2024_RR.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2025, 28 de agosto). *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo (ENUT) 2024* [Comunicado de prensa núm. 121/25]. INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/enut/enut2024_CP.pdf

Katz, Daniel, y Kahn, Robert (1978). The social psychology of organizations. New York: Wiley.

Kergoat, Daniele. (1982). *La división sexual del trabajo*. Le Sycomore. https://www.legisver.gob.mx/equidadNotas/publicacionLXIII/Danielle%20Kergoat%20-%20%20Divisi%C3%B3n%20sexual%20del%20trabajo.pdf

Kubiak, Chris, et. al.. (2026). Student carers in distance higher education: Study strategies and support needs. *International Journal of Inclusive Education*, 1–18. https://doi.org/10.1080/13603116.2025.2595249

Lawson, Nicholas. (2017). Liquidity constraints, fiscal externalities, and optimal tuition subsidies. *American Economic Journal: Economic Policy*, 9(4), 313–343.

López-Lara, Rocío, y Flores-González, Rubén (2024). Desigualdad de género en el trabajo doméstico y de cuidados en la población de la Universidad Veracruzana. *UVserva*, (17), 19–34. https://doi.org/10.25009/uvs.vi17.3027

Marcos, Vanesa (2023, 8 de marzo). *¿Por qué no hay mujeres rectoras en las universidades mexicanas?*. Dalia Empower. https://daliaempower.com/blog/por-que-no-hay-mujeres-rectoras-en-las-universidades-mexicanas

MenCare. (s. f.). *Caring masculinities*. https://www.mencare.org/es/caring-masculinities/

Mendoza Rojas, Javier. (2022). *La educación superior en México: Expansión, diversificación y financiamiento en el periodo 2006-2021*. Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación; Programa Universitario de Estudios Sobre Educación Superior, UNAM. https://www.iisue.unam.mx/publicaciones/libros/la-educacion-superior-en-mexico-expansion-diversificacion-y-financiamiento-en-el-periodo-2006-2021

Meyer, Jhon, y Rowan, Brian. (1977). Institutionalized organizations: Formal structure as a myth and ceremony. *American Journal of Sociology*, 83(2), 340–363.

Michel, Cynthia, Cejudo, Guillermo, y Oseguera, Adriana. (2024). Los instrumentos integradores en los sistemas de cuidados en América Latina: una visión de política pública. *Reforma y Democracia*, (82), 1–29.

Ministerio de Educación de la Nación. (2022). *Pensar la escuela desde la pedagogía del cuidado*. Programa de Prevención y Cuidados en el Ámbito Educativo. https://www.educ.ar/recursos/adjuntos/descarga/50170/

Mora Martínez, Alexia (2020). *Economía del cuidado: un trabajo invisibilizado en México*. Centro de Estudios Constitucionales y Saberes Jurídicos. https://www.sitios.scjn.gob.mx/cec/blog-cec/economia-del-cuidado-un-trabajo-invisibilizado-en-mexico

Moreno Uribe, Verónica (2022). Conciliación entre los trabajos de cuidados y académico en la Universidad Veracruzana. *UVserva*, (13), 79–87. https://doi.org/10.25009/uvs.vi13.2863

Observatorio Mexicano de Cuidados en la Educación Superior. (s. f.). *OMCES*. https://www.omces.com/

Olvera Trejo, Laura (2021). *Mujeres y Educación Superior en el México de los siglos XIX y XX*. Aión. https://aion.mx/historia/historia-educacion-superior-mujeres-mexico/

ONU Mujeres. (2024). *La perspectiva de género en las infraestructuras de cuidado en América Latina y el Caribe*. ONU Mujeres – América Latina y el Caribe. https://lac.unwomen.org/es/digital-library/publications/2024/08/la-perspectiva-de-genero-en-las-infraestructuras-de-cuidados-en-clave-regional

Organización de las Naciones Unidas Mujeres. (2026). *En foco: La economía del cuidado y el desarrollo sostenible*. ONU Mujeres. https://www.unwomen.org/es/articles/in-focus/care

Organización Internacional del Trabajo. (s. f.). *Alguien cuida* [Podcast de audio]. Spotify. https://open.spotify.com/show/26cNWSNk2u3OGSF2qjUNor

Organización Internacional del Trabajo. (2021). *El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente*. OIT. https://www.ilo.org/es/temas-y-sectores/economia-del-cuidado

Organización Internacional del Trabajo. (2024, 28 de junio). *Resolución relativa al trabajo decente y la economía del cuidado*. OIT. https://www.ilo.org/es/resource/registro-de-decisiones/resolucion-relativa-al-trabajo-decente-y-la-economia-del-cuidado

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Intervenciones de autocuidado para la salud y el bienestar*. OMS. https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/self-care-for-health-and-well-being

Organización Panamericana de la Salud. (2022). *Directrices de la OMS sobre intervenciones de autocuidado para la salud y el bienestar*. OPS. https://doi.org/10.37774/9789275326275

Pautassi, Laura (2010). Cuidado y derechos: la nueva cuestión social. En S. Montaño & C. Calderón (Coords.), *El cuidado en acción: entre el derecho y el trabajo* (Cuadernos de la CEPAL, (94), 69–92. CEPAL.

Pérez Fragoso, Lucía. (2020). *Un diagnóstico de los servicios públicos de cuidado en México. Análisis demográfico, presupuestal y legislativo*. Instituto Belisario Domínguez, Senado de la República.

Pezoa Carrasco, Lorena (2022). Redistribución y reconocimiento de los cuidados: su potencia transformadora en contexto universitario. *Propuestas Críticas en Trabajo Social,* 2(4), 168–188. https://doi.org/10.5354/2735-6620.2022.66496

Pfeffer, Jeffrey, y Salancik, Gerald. (1978). *The external control of organizations: A resource dependence perspective*. Harper & Row.

Planas, Jordi, y Palomar, Christina. (2023). Los factores condicionantes de la evaluación de la oferta femenina del trabajo. En J. Planas (Coord.), *Mujeres, trabajos y educación en México: La evolución de la oferta de trabajo femenina y su relación con la educación* (pp. 45–78). McGraw-Hill; Universidad de Guadalajara.

Prado Solar, Liana Alicia, *et. al.* (2014). *Aplicación de la teoría de Orem en la práctica de enfermería*. Universidad Nacional de Córdoba. https://www.escenf.unam.edu.ar/images/documentos/Material%20Didactico/CULCU/Prado%20Solar%20Liana.%20Orem%201.pdf

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2024). *Valoración económica del trabajo de cuidados no remunerado*. PNUD México.

Quintero, Adelina. (2019). Neoliberalismo y Consenso de Washington en América Latina. Unidades de Apoyo para el Aprendizaje. CUAED/Facultad de Estudios Superiores Acatlán-UNAM. (https://repositorio-uapa.cuaed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/1743/mod_resource/content/1/contenido/index.html).

Razavi, Shahra. (2007). T*he political and social economy of care in a development context: Conceptual issues, research questions and policy options*. Programme on Gender and Development, Paper No 3. UNRISD.

Red MenCare. (s. f.). *¿Qué es la Campaña de Paternidad MenCare?*. https://www.campanapaternidad.org/que-es-la-campana-de-paternidad-mencare/

Rocha Rosario, Fernando, Arvizu Reynaga, Vanessa y Alcantar García, Erika Angélica. (2026). Corresponsabilidad de cuidados en las Instituciones de Educación Superior: una agenda pendiente. EsPAZioDH *InterconexionES*, (2), 8-18. https://espaziodh.anuies.mx/revista-interconexiones/

Sánchez Pacheco, Rosa Margarita y Arvizu Reynaga, Vanessa. (2026, 2 de julio). *Reflexiones sobre el SNII en clave de género y desde los cuidados*. Revista Común. https://revistacomun.com/blog/reflexiones-sobre-el-snii-en-clave-de-genero-y-desde-los-cuidados/

Sarmiento, María Laura, y Bonavitta, Paola. (2026). Infraestructuras de cuidados: interpretación crítica y respuesta material a la responsabilidad social, ética y política. *Territorios*, (53-Esp.), 1–19. https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/territorios/a.14884

Secretaría de las Mujeres. (s. f.-a). *SIDECU: Sistema de Información sobre Cuidados*. https://sidecu.mujeres.gob.mx/

Secretaría de las Mujeres. (s. f.-b). *Sistema de Cuidados*. https://cuidados.mujeres.gob.mx/

Secretaría de las Mujeres. (2025a, 29 de octubre). *El Sistema Nacional y Progresivo de Cuidados (SNPC)* [Presentación]. https://cuidados.mujeres.gob.mx/documentos/Marco%20de%20referencia%20SNPC.pdf

Secretaría de las Mujeres. (2025b, 26 de noviembre). *Programa Sectorial de las Mujeres 2025-2030*. https://www.gob.mx/mujeres/documentos/programa-sectorial-de-las-mujeres-2025-2030

Secretaría de las Mujeres. (2026a, 9 de junio). *Secretaría de las Mujeres impulsa transformación cultural hacia una Sociedad de Cuidados con visión humanista*. https://www.gob.mx/mujeres/prensa/secretaria-de-las-mujeres-impulsa-transformacion-cultural-hacia-una-sociedad-de-cuidados-con-vision-humanista

Secretaría de las Mujeres. (2026b, 10 de julio). *Secretaría de las Mujeres define cronograma técnico con entidades para la implementación del Sistema Nacional y Progresivo de Cuidados*. https://www.gob.mx/mujeres/prensa/secretaria-de-las-mujeres-define-cronograma-tecnico-con-entidades-para-la-implementacion-del-sistema-nacional-y-progresivo-de-cuidados

Secretaría de las Mujeres, y Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia. (2025a). *Anexo Transversal 31: Consolidación de una sociedad de cuidados*. Gobierno de México.

Secretaría de las Mujeres, y Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia. (2025b, 29 de octubre). *El Sistema Nacional y Progresivo de Cuidados (SNPC)* [Presentación institucional]. Gobierno de México.

Segato, Rita. (2018). *Contra-pedagogías de la crueldad*. Prometeo Libros.

SISCUAEMex. (s. f.). *Inicio* [Página de Facebook]. Facebook. Recuperado el 3 de septiembre de 2026, de https://www.facebook.com/SISCUAEMex/

Simone, AbdougMalig. (2004). People as infrastructure: Intersecting fragments in Johannesburg. *Public Culture,* 16(3), 407–429.

Solow, Robert. (1957). Technical change and the aggregate production function. *The Review of Economics and Statistics*, 39(3), 312–320.

Stake, Robert E., y Visse, Merel (2023). La educación como cuidado. Una cualidad que salva. *RELIEVE. Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 29(1), 1–14. https://doi.org/10.30827/relieve.v29i1.27074

Star, Susan (1999). The ethnography of infrastructure. *American Behavioral Scientist*, 43(3), 377–391. https://doi.org/10.1177/00027649921955326

Stiglitz, Joseph. (1999). Knowledge as a global public good. En I. Kaul, I. Grunberg, & M. A. Stern (Eds.), *Global public goods: International cooperation in the 21st century* (pp. 308–325). Oxford University Press.

Stone, Deborah. (2011). *Policy paradox: The art of political decision making* (3.ª ed.). W. W. Norton & Company.

Suprema Corte de Justicia de la Nación. (2023). *Folleto informativo sobre el derecho al cuidado y la doctrina constitucional*. Dirección General de Derechos Humanos, SCJN. https://www.scjn.gob.mx/derechos-humanos/sites/default/files/pagina-basica/archivos-genericos/Folleto-informativo-de-cuidados-SCJN.pdf

The Care Collective. (2020). *El manifiesto de los cuidados. La política de la interdependencia*. Bellaterra Ediciones.

UNAM Global Revista. (2026, 15 de febrero). *El trabajo de cuidados no remunerado realizado por mujeres representa el 24% del PIB en México: INEGI*. UNAM. https://unamglobal.unam.mx/global_revista/trabajo-cuidados-mujeres-pib-mexico-inegi/

Universidad de Guadalajara. (s. f.). *Unidad para la Igualdad*. https://igualdad.udg.mx/

Universidad Autónoma de Guadalajara. (17 de enero de 2013). *Presentan Nuevo Seguro "UAG al Rescate"*. Portal de Medios UAG. https://mediosuag.mx/noticias-uag/presentan-nuevo-seguro-uag-al-rescate/

Universidad Autónoma del Estado de México. (s. f.). *Secretaría de Igualdad Sustantiva y Cuidados*. https://pai140.uaemex.mx/Consulta/public/Evidencias

Universidad Nacional Autónoma de México. (s. f.-a). *Coordinación para la Igualdad de Género: Corresponsabilidad y cuidados*. https://coordinacion-genero.unam.mx/corresponsabilidad-cuidados/

Universidad Nacional Autónoma de México. (s. f.-b). *Unidad de Apoyo a la Salud Emocional y Psicológica (UASEP)*. https://saludmental.unam.mx/

Villa-Lever, Lorenza (2025). Aspiraciones y violencias de género en las universidades mexicanas. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 16(46), 3–24. https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2025.46.1917

Weimer, David, y Vining, Aidan. (2010). *Policy analysis: Concepts and practice* (5.ª ed.). Pearson.

Zabalgoitia Herrera, Mauricio, Pogliaghi, Leticia, y Bárcenas, Siles (2025). *Masculinidad/es y hombres universitarios en nuevos tiempos de género y feminismos (2014-2024)*. UNAM-IISUE. https://doi.org/10.22201/iisue.9786076426159e.2026

Zubieta- García, Judith., y Marrero- Narvaez, Patricia. (2005). Participación de la mujer en la educación superior y la ciencia en México. *Agricultura, Sociedad y Desarrollo*, 2(1), 15–28.

Pensar en los cuidados desde la educación superior
de Alma Vanessa Arvizu Reynaga
Coordinadora

Se terminó en el mes de octubre de 2026.

La composición tipográfica se realizó
con tipografía Minion Pro 12/16 pts. y Arial 9/12 pts.

8

ISBN Colección completa 978-607-451-253-3

ISBN Volumen 8 978-607-451-313-4

ANUIES

esPAZioDH
ESPACIO PARA LA PROMOCIÓN DE LA CULTURA DE PAZ Y LOS DERECHOS HUMANOS