



Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales
Programa Uruguay

Maestría en Género y Políticas de Igualdad
Promoción: 2021-2023

Prácticas de autocuidado y cuidado colectivo de las mujeres que integran las
redes en el municipio de Tultitlán, Estado de México, del 2020 al 2023

**Tesis que para obtener el grado de Maestría en Género y Políticas de
Igualdad**

Presenta:

Mayra Grisel Ángel Sánchez

Directora de Tesis: Lena Gwen Fontela Kopl

Montevideo, Marzo 2023

Dedicatoria

A mi hija Marcela,

mi compañera de vida, mi espejo más sincero, la razón más poderosa para seguir creyendo en un mundo más justo.

Desde que eras apenas una bebé, me acompañaste a las reuniones, a las capacitaciones, a las jornadas con las redes de mujeres. Dormías en mis brazos mientras hablábamos de derechos, de resistencias, de la vida que soñábamos construir. Te criaste entre mujeres que luchaban, que lloraban juntas, que se volvían a levantar. Creciste en medio del amor colectivo, en círculos donde el cuidado era semilla y refugio. Este trabajo también es tuyo. Porque todo lo que he hecho, lo he hecho pensando en el mundo que mereces.

Que nunca tengas que preguntar si eres suficiente.

Que siempre tengas redes que te abracen.

Que seas libre, profundamente libre.

Y a Lupita, Ivonne y Flor, gracias por abrirme las puertas de su historia, por compartir su voz, su herida y su sanación. Por recordarnos que el autocuidado y el cuidado colectivo no son teoría, sino vida concreta y valiente. Sus palabras habitan cada página de esta tesis. Este trabajo es también para ustedes.

Con todo mi corazón, gracias.

Agradecimientos

Agradezco profundamente a Lena Fontela, mi tutora, por su guía generosa, su mirada crítica y su paciencia infinita. Gracias por enseñarme a sostener el proceso con rigor, pero también con sensibilidad. Cada observación suya me permitió pensar más hondo, escribir con más claridad y no olvidar nunca el compromiso ético de esta tesis. A Diva por su apoyo constante, su fuerza y su fe en mi trabajo. Su acompañamiento fue faro en los días en los que todo parecía cuesta arriba. Gracias por recordarme que no estoy sola en este camino.

A FLACSO Uruguay, por abrirme la puerta a un espacio donde el conocimiento se construye desde el diálogo, la escucha y el compromiso con la transformación social. Esta tesis es también fruto del cruce de territorios, saberes y afectos que se gestaron entre mi México y Uruguay.

A todas las mujeres que hacen posible las redes en Tultitlán: por compartir sus historias, por su lucha incansable, por su amor por la vida. Sus voces son el corazón de esta tesis.

Y a mí, por no soltarme. Por escribir entre jornadas de trabajo, de mamá, entre el sueño de la madrugada, entre jornadas pesadas, entre frustración y a veces llanto. Por resistir y transformar, una palabra a la vez.

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo conocer las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo que las mujeres integrantes de las redes comunitarias del municipio de Tultitlán, Estado de México, desarrollaron entre 2020 y 2023. A partir de un enfoque cualitativo feminista, se analizaron experiencias individuales y colectivas de mujeres que acompañan a otras en contextos de violencia de género, precariedad y desigualdad estructural.

El estudio recupera los testimonios de tres mujeres integrantes de la Red de Mujeres de Tultitlán, quienes, a través del acompañamiento, la sororidad y la organización comunitaria, han creado formas de resistencia cotidiana y sostenimiento de la vida. Las narrativas muestran cómo el autocuidado deja de ser una práctica individualizada para convertirse en un acto político, profundamente vinculado al cuidado mutuo y a la construcción de redes afectivas y estratégicas.

Esta tesis aporta una mirada situada y territorializada sobre el trabajo de cuidado desde las mujeres organizadas, resaltando la agencia colectiva como una herramienta de transformación social. Además, visibiliza la importancia de fortalecer las redes de mujeres como espacios de contención, aprendizaje y acción feminista frente a las violencias estructurales.

Abstract

This research aims to understand the self-care and collective care strategies developed by women members of community networks in the municipality of Tultitlán, State of Mexico, between 2020 and 2023. Using a feminist qualitative approach, the study analyzes individual and collective experiences of women who support others in contexts of gender-based violence, precariousness, and structural inequality.

The study collects the testimonies of three women from the Red de Mujeres de Tultitlán who, through solidarity, mutual support, and community organization, have created everyday forms of resistance and life-sustaining practices. Their narratives reveal how self-care is not merely an individual practice but a political act, closely linked to mutual care and the construction of affective and strategic networks.

This thesis offers a situated and territorialized perspective on care work as practiced by organized women, highlighting collective agency as a tool for social transformation. It also underscores the importance of strengthening women's networks as spaces of support, learning, and feminist action in the face of structural violence.

Glosario

Autocuidado

Práctica consciente mediante la cual una persona atiende sus propias necesidades físicas, emocionales y mentales. En el marco del feminismo, el autocuidado es una acción política que desafía la lógica de la entrega total hacia otros, promoviendo el derecho a priorizarse a una misma.

Cuidado colectivo

Conjunto de prácticas y relaciones entre mujeres que buscan sostener la vida de forma comunitaria, compartiendo la responsabilidad del bienestar emocional, físico y social. Implica una visión solidaria del cuidado desde lo político y lo afectivo.

Red de mujeres

Estructura social y organizativa creada por mujeres para apoyarse mutuamente, compartir experiencias, brindar acompañamiento y generar estrategias comunes ante las violencias estructurales que enfrentan.

Violencia de género

Toda acción u omisión que cause daño físico, sexual, psicológico, económico o simbólico a una persona basada en su identidad o expresión de género. Se sostiene en relaciones desiguales de poder históricamente construidas.

Sororidad

Solidaridad activa entre mujeres que implica reconocimiento mutuo, apoyo, empatía y lucha conjunta frente a las desigualdades patriarcales. Es una práctica política de alianza entre mujeres.

Empoderamiento

Proceso mediante el cual una persona o grupo adquiere poder, autonomía y capacidad de decisión sobre su vida y entorno. En clave feminista, implica el reconocimiento de derechos, saberes y voz propia.

Feminismo comunitario

Corriente del feminismo surgida en Abya Yala (América Latina) que articula la lucha de las mujeres con la defensa del territorio, la comunidad y los saberes ancestrales, denunciando las múltiples opresiones del patriarcado, el colonialismo y el capitalismo.

Agencia

Capacidad de las personas para actuar, tomar decisiones y transformar su realidad dentro de los límites estructurales que les impone su contexto social. La agencia feminista busca romper con las imposiciones del sistema patriarcal.

Interseccionalidad

Enfoque teórico y metodológico que analiza cómo diferentes sistemas de opresión (género, raza, clase, discapacidad, etc.) se entrecruzan y generan experiencias particulares de discriminación o privilegio.

Acompañamiento

Práctica ética y política en la que una mujer camina al lado de otra en situaciones de violencia o vulnerabilidad, desde el respeto, la escucha y el compromiso, sin imponer decisiones y reconociendo la autonomía de quien vive el proceso.

índice

Capítulo 1 Introducción.....	9
1.1 Problema público de desigualdad.....	12
1.2 Impacto del COVID-19 y su legado en la violencia de género y los cuidados.....	16
1.3 Problema de esta investigación.....	18
1.4 Objetivo General.....	19
1.5 Objetivos específicos.....	20
1.6 Justificación.....	20
1.7 Técnicas de recolección de datos.....	23
1.8 Entrevistas a profundidad.....	23
1.9 Criterios de selección de participantes.....	24
1.10 Estrategia de análisis de la información.....	24
Capítulo 2. Antecedentes.....	25
Capítulo 3. Marco Teórico conceptual.....	37
3.1 Concepto de género y su construcción social.....	38
3.2 Perspectiva de género.....	42
3.3 División sexual del trabajo.....	43
3.4 Autocuidado.....	45
3.5 Feminismo: concepto y evolución histórica.....	46
3.6 Economía feminista y su relación con la división sexual del trabajo.....	47
3.7 Activismo y su vínculo con la ética del cuidado.....	48
3.8 Ética del cuidado en el activismo feminista.....	50
3.9 Empoderamiento de las mujeres.....	51
3.10 Feminismo comunitario.....	52
Capítulo 4. Abordaje metodológico.....	54
4.1 Metodología de la investigación.....	54
4.2 Diseño de la investigación.....	55
4.3 Técnicas de recolección de datos.....	55
4.4 Criterios de selección de participantes.....	56

4.5 Consideraciones éticas.....	57
Capítulo 5. Análisis y resultados.....	60
5.1 Eje de análisis.....	60
5.2 Estrategias personales de autocuidado (Análisis del testimonio de Lupita).....	61
5.3 Estrategias personales de autocuidado (Análisis del testimonio de Ivonne).....	66
5.4 Estrategias personales de autocuidado (Análisis del testimonio de Flor).....	70
5.5 Prácticas de cuidado colectivo.....	72
5.6 Relato de Lupita y el proceso de medidas para el cuidado colectivo.....	73
5.7 Relato de Ivonne y el proceso de medidas para el cuidado colectivo.....	76
5.8 Desafíos en el entorno institucional.....	79
5.9 Relato de Lupita en el contexto institucional.....	80
5.10 Relato de Ivonne en el contexto institucional.....	84
5.11 Relato de Flor en el contexto institucional.....	88
Capítulo 6. Conclusiones y recomendaciones.....	92
6.1 Autocuidado de las mujeres que integran las redes de Tultitlán.....	93
6.2 Cuidado colectivo como estrategia política.....	94
6.3 Recomendaciones.....	96
Bibliografía.....	98

Capítulo 1. Introducción

El cuidado colectivo, desde una perspectiva feminista, es una práctica que permite compartir emociones, conocimientos, experiencias y estrategias para afrontar y sanar diversas formas de violencia y opresión. Oliviera (2022), en su libro “Cuidado activista, tejiendo redes para la resistencia feminista” plantea que el cuidado entre mujeres es un acto subversivo, pues desafía la lógica individualista impuesta por el patriarcado y refuerza principios de horizontalidad, solidaridad y reciprocidad.

En este contexto, es necesario distinguir entre el autocuidado y el cuidado colectivo, ya que, si bien ambos se enmarcan en una ética feminista del cuidado, implican prácticas distintas. El autocuidado se refiere a las acciones individuales que cada mujer realiza para preservar su salud física, emocional y mental, frente al desgaste que implica vivir y resistir en un sistema patriarcal. Es una forma de autonomía que busca preservar la vida propia. En cambio, el cuidado colectivo supone una dimensión relacional y comunitaria: son las prácticas que las mujeres construyen entre sí, desde la solidaridad, el acuerpamiento y la resistencia compartida, para sostener su activismo y protegerse mutuamente frente a la violencia estructural. Esta distinción resulta fundamental para comprender las estrategias desarrolladas por las redes de mujeres en contextos donde el Estado no garantiza protección ni reconocimiento a su labor.

El autocuidado, entendido desde el feminismo, ha sido un mecanismo clave en la historia de las mujeres para enfrentar la discriminación y la desigualdad estructural. A lo largo del tiempo, las mujeres han desarrollado estrategias individuales para luego colectivizarlas, lo que les ha permitido mejorar sus condiciones de vida, trabajo y relaciones sociales. En este sentido, Marina Fe argumenta que, en diversas épocas, las mujeres que poseían conocimientos sobre la salud y el bienestar de sus comunidades —como parteras, curanderas y consejeras— fueron perseguidas bajo acusaciones de brujería. Esta criminalización de sus saberes evidencia cómo el control sobre el cuidado ha sido históricamente un mecanismo de dominación patriarcal. Sin embargo, las mujeres han persistido en la construcción de espacios de cuidado colectivo, resignificando el autocuidado como un acto de resistencia y emancipación (Fe:2014).

Sin embargo, esta posesión de poderes y de conocimientos sobre el cuerpo y como sanarlo, así como la representación de como ver a las mujeres que se reúnen para cuestionar los poderes estructurales y como sanar colectivamente ha estado allí a través del tiempo. El cuidado colectivo es una manera de eliminar los discursos y prácticas hegemónicas logrando fortalecer así la construcción ética y la cultura del cuidado entre mujeres dentro del activismo, permitiendo un planteamiento sobre la ruptura teórica, descolonización y cuestionamientos etnocentristas, patriarcales, racistas y las que se sustentan en el poder heteronormativo (Celiberti, 2009) El autocuidado se ha entendido tradicionalmente como una práctica individual que todas las personas realizan a lo largo de su vida. Desde esta mirada, implica una forma de responsabilidad individual que conlleva prácticas, creencias, actitudes y conocimientos orientados al bienestar personal. No obstante, desde la perspectiva feminista, es fundamental distinguir el autocuidado del cuidado en términos políticos y estructurales. Mientras el cuidado suele asociarse a una labor relacional dirigida hacia otras personas frecuentemente sostenida por mujeres en condiciones desiguales, el autocuidado feminista implica una toma de conciencia sobre los propios deseos, emociones, límites y necesidades, convirtiéndose en una forma de resistencia frente a un sistema que exige a las mujeres entregarse al cuidado ajeno, invisibilizando su derecho a cuidarse a sí mismas.

Esta distinción permite comprender que el autocuidado no es un lujo individualista, sino una práctica política que cuestiona la lógica de la sobre exigencia y reivindica el derecho a sostenerse en condiciones de dignidad y autonomía.

limita a desarrollarse con un proyecto individual de vida.

Esta investigación se inscribe en el campo de los estudios de género y las políticas públicas, específicamente en la intersección entre el activismo feminista, el trabajo de cuidados y la violencia de género. Se parte de la comprensión del autocuidado y el cuidado colectivo no como prácticas asistenciales o privadas, sino como estrategias políticas desarrolladas por mujeres de Tultitlán organizadas frente al abandono institucional. En este sentido, el cuidado se vincula directamente con las políticas de atención a la violencia: cuando el Estado no garantiza protección, las mujeres construyen redes que sostienen emocionalmente, canalizan casos, acompañan y generan acciones comunitarias. Por ello, esta investigación articula tres

grandes ejes: el activismo feminista comunitario, el trabajo de cuidados —en su dimensión individual y colectiva— y la violencia estructural, proponiendo que el reconocimiento del cuidado como eje de política pública debe incluir también a quienes lo sostienen desde la base: las mujeres de las redes.

En los capítulos siguientes se desarrollan los antecedentes teóricos, conceptuales y empíricos que sustentan esta propuesta, así como el enfoque metodológico, los hallazgos en las entrevistas y reflexiones finales que buscan aportar al fortalecimiento de políticas públicas con perspectiva feminista y comunitaria.

1.1 Problema público de desigualdad

La desigualdad de género en el Estado de México se ha manifestado a lo largo del tiempo en múltiples formas, violencia contra las mujeres, falta de reconocimiento del trabajo doméstico y de cuidados, y la exclusión de las mujeres en la toma de decisiones políticas y económicas. Esta desigualdad se profundiza en el ámbito comunitario, donde el trabajo de cuidado comunitario, tanto remunerado como no remunerado, recae de manera desproporcionada sobre las mujeres.

Entre los años 2020 y 2022, las mujeres que integran la Red de Tultitlán desarrollaron diversas estrategias de autocuidado y cuidado colectivo como respuesta a la violencia estructural y al abandono institucional que enfrentan en sus comunidades. Estas acciones emergen en un contexto en el que, a pesar de los avances legislativos, el Estado de México no ha implementado un Sistema Estatal de Cuidados que garantice condiciones dignas para quienes realizan trabajo comunitario. De acuerdo con el diagnóstico realizado por ONU Mujeres (2021), la falta de políticas públicas integrales de cuidados agrava las desigualdades de género y expone a las mujeres activistas a situaciones de sobrecarga, desgaste emocional y riesgo físico. Además, el estudio de la Encuesta Nacional para el sistema de Cuidados (ENASIC, 2022) elaborada por el Instituto Nacional de estadística y geografía (INEGI), revela que el 75% de las personas cuidadoras en México son mujeres, lo cual refuerza la urgencia de políticas que reconozcan y redistribuyan este trabajo. Analizar esta problemática permite visibilizar las estrategias que han construido las mujeres de la Red de Tultitlán y

reflexionar sobre su potencial para incidir en una agenda estatal y nacional de cuidados con enfoque feminista y comunitario.

Tengamos en cuenta algunos datos que son propios de las estrategias de cuidados, si bien no existen datos a nivel comunitario, tendemos a pensar, como lo ilustran los datos y la literatura, que las mujeres también tienden a ejercer el rol de cuidados a nivel comunitario. En este sentido podemos retomar la información brindada por la Encuesta Nacional para el sistema de Cuidados (ENASIC) 2022 del Instituto Nacional de Estadística y Geografía INEGI, el 77.8% de los hogares en México tienen al menos una persona integrante que requiere cuidados, incluyendo a personas con discapacidad, infancias de 0 a 5 años, de 6 a 17 y personas adultas mayores, del cual el 75% de las personas que brindan cuidados son mujeres, lo que refleja una distribución desigual de las tareas.

Este dato relevante, ha contribuido a comprender la necesidad que tiene el país de crear el Sistema Nacional de Cuidados que debería promover la corresponsabilidad en las tareas de cuidado, reconociendo la importancia del trabajo de las mujeres en el impacto económico que implica y la desigualdad provocada en sus vidas. Esta inexistencia también se ve reflejada en los cuidados a nivel comunitario. A pesar de la relevancia de su labor, el Estado de México no ha implementado un Sistema Estatal de Cuidados que garantice condiciones dignas para quienes realizan trabajo comunitario en la prevención de la violencia de género. En consecuencia, las activistas enfrentan desgaste emocional, riesgos de seguridad y la falta de apoyo institucional, lo que limita su capacidad de acción. El análisis de esta problemática es clave para visibilizar las estrategias que han desarrollado las mujeres de la Red de Tultitlán y cómo estas pueden integrarse en políticas públicas que fortalezcan la corresponsabilidad social y estatal en el trabajo de cuidados.

Por tanto, como el Estado de México no cuenta con una política pública ni un programa específico de cuidados, tampoco existen mecanismos institucionales vinculados al cuidado colectivo de mujeres activistas. Esta ausencia se traduce en la falta de apoyo, acompañamiento y seguimiento a quienes enfrentan riesgos derivados de su labor comunitaria. De acuerdo con ONU Mujeres (2021), la institucionalización del sistema de cuidados en México sigue siendo una deuda pendiente, especialmente en el nivel estatal y

municipal. Sin embargo, a partir de 2022, el Gobierno del Estado de México comenzó a impulsar la creación de foros ciudadanos para explorar las necesidades de cuidado en la entidad, como paso previo para diseñar un sistema estatal que permita visibilizar y atender las condiciones que enfrentan las mujeres cuidadoras.

En este contexto, el 25 y 26 de agosto de 2022, la Secretaría de las Mujeres del Estado de México organizó el Segundo Congreso Latinoamericano en Feminismo, Género y Derechos Humanos de las Mujeres: Los cuidados al centro de las políticas públicas, realizado en el municipio de San Felipe del Progreso. Este evento reunió a actores clave del ámbito feminista, académico, institucional y social para discutir la necesidad de un Sistema Estatal de Cuidados y la importancia de su incorporación en las políticas públicas. Durante el congreso, se abordaron múltiples dimensiones del trabajo de cuidados, destacando su desigual distribución de género y el impacto que tiene en la vida de las mujeres. Se discutieron temas como la movilidad de las mujeres, el derecho al cuidado, el acceso equitativo a servicios de salud y la creación de espacios públicos con perspectiva de género. En este marco, la autora de esta investigación participó en el Panel II: Cuidados y movilidad, compartiendo reflexiones sobre el derecho al cuidado desde una visión feminista territorial. Diversas colectivas feministas presentaron su trabajo en la construcción de redes comunitarias de cuidado y demandaron la creación de un Sistema Estatal de Cuidados que garantice:

- El reconocimiento del trabajo de cuidados como una actividad esencial para el bienestar social.
- La redistribución de responsabilidades entre Estado, mercado, comunidad y familias.
- La remuneración de las labores de cuidado, especialmente en sectores históricamente precarizados.

(Secretaría de las Mujeres del Estado de México, 2023).

Sin embargo, a pesar de la relevancia de estas discusiones, los compromisos asumidos en el congreso no se tradujeron en acciones concretas o políticas públicas con financiamiento y mecanismos operativos. Hasta la fecha, el Estado de México carece de un Sistema Estatal de

Cuidados efectivo que responda a las necesidades de las mujeres, quienes siguen asumiendo Paralelamente, las redes comunitarias de mujeres surgieron como una acción derivada del mecanismo de la Declaratoria de Alerta de Violencia de Género por Femicidio (AVG) en el Estado de México, emitida en julio de 2015. Este mecanismo fue impulsado por organizaciones de la sociedad civil y activistas, y tiene como objetivo exigir a las autoridades la implementación de medidas urgentes para prevenir, sancionar y erradicar la violencia feminicida en municipios con altos índices de agresiones contra mujeres. Si bien once municipios recibieron esta declaratoria, no todos iniciaron procesos efectivos de formación. En los primeros años, el único documento con el que contaban los Consejos Municipales de la Mujer y Bienestar Social era una guía básica para la creación de redes comunitarias, publicada en 2015. No fue sino hasta 2016 cuando se comenzó a diseñar un modelo de redes homologado para los once municipios, bajo la coordinación del Observatorio Ciudadano Nacional del Femicidio en el Estado de México (OCNF) y el Observatorio contra Femicidios del Estado de México (MEXFEM, 2016).

En el municipio de Tultitlán, la red comunitaria de mujeres, en colaboración con la sociedad civil y el gobierno municipal, desarrolló un modelo de formación y capacitación distinto al planteado por el Consejo Estatal. A medida que las integrantes adquirían conocimientos en materia de derechos humanos y género, comenzaron a cuestionar el proceso de atención y canalización de mujeres y niñas en situación de violencia, identificando vacíos institucionales y la necesidad de fortalecer su autonomía como red de apoyo.

Durante esta etapa, el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública implementó el programa Fortalecimiento a la Seguridad (FORTASEG, 2018), que incluyó recursos federales para la capacitación de redes comunitarias en distintos municipios del país. En Tultitlán, este financiamiento permitió el uso de una guía metodológica accesible para las mujeres integrantes de la red. Esta información forma parte de mi experiencia directa como acompañante en el proceso de formación y fortalecimiento de redes comunitarias de mujeres en el municipio. No obstante, la ejecución del programa enfrentó limitaciones estructurales debido a la imposición de una consultora externa, asignada por el Secretariado, lo que generó conflictos en la distribución de recursos y falta de claridad en los acuerdos entre el gobierno

municipal y la empresa contratada. Esto provocó que el desarrollo del proyecto no avanzara como se había proyectado, afectando el impacto esperado en la red comunitaria de mujeres.

A pesar de estas dificultades, las mujeres que ya contaban con formación en género y derechos humanos transformaron estos aprendizajes en acciones de activismo comunitario. Dejaron de ser únicamente participantes en procesos formativos y comenzaron a desempeñar un papel activo en la escucha, el acompañamiento y la canalización de casos reales de violencia dentro de sus comunidades. Esta información se basa en mi experiencia directa como formadora, acompañante y observadora participante en el fortalecimiento de la Red de Mujeres de Tultitlán entre 2016 y 2023, en el marco de mi labor en el Observatorio de la Gobernanza para el Desarrollo Comunitario. Fui testigo del crecimiento organizativo de la red, así como del reconocimiento público a su labor, como la entrega de la “Presea Tultitlense” en 2017 por parte del gobierno municipal. Sin embargo, este trabajo no estuvo exento de desafíos: lo que inició como una labor de activismo social pronto se convirtió en una experiencia emocionalmente demandante, con situaciones de estrés, intimidación e incluso amenazas por parte de familiares de las mujeres a quienes brindaban apoyo. Esta realidad evidenció la urgencia de abordar el cuidado colectivo como estrategia de sostenibilidad del activismo feminista comunitario. En respuesta a esta problemática, se diseñó la “Guía para activistas que orientan y acompañan a mujeres afectadas por la violencia de género en el ámbito familiar”, un documento que incluyó estrategias para fortalecer el autocuidado y el cuidado colectivo. A través de esta herramienta, se brindó a las integrantes de la red un marco para gestionar los impactos emocionales del activismo y establecer mecanismos de apoyo mutuo, a fin de minimizar los efectos adversos de la violencia ejercida contra ellas por parte de agresores de las mujeres a quienes ayudaban.

1.2 Impacto del COVID-19 y su legado en la violencia de género y los cuidados

La pandemia por COVID-19 profundizó las desigualdades estructurales y generó un incremento alarmante en la violencia contra las mujeres. Según ONU Mujeres (2023), en todo el mundo más de 51,100 mujeres y niñas fueron asesinadas por miembros de su propia familia, lo que equivale a un promedio de 140 víctimas por día. Esta cifra refleja no solo la

persistencia de la violencia feminicida, sino también la precariedad de los sistemas de protección y respuesta en contextos de emergencia.

En el caso de México, durante el periodo 2020–2023 se mantuvo un promedio de 10 mujeres asesinadas diariamente por razones de género. A pesar de los compromisos institucionales, las medidas implementadas durante y después de la pandemia fueron insuficientes para atender la violencia estructural, la sobrecarga de cuidados y el abandono institucional que enfrentan millones de mujeres, especialmente quienes realizan trabajo comunitario. De acuerdo con la ENASIC (INEGI, 2022), el 77.8% de los hogares en México tiene al menos una persona que requiere cuidados, y el 75% de quienes realizan esta labor son mujeres, lo cual refuerza la carga desproporcionada que enfrentan.

Aunque la etapa más crítica de la emergencia sanitaria ha terminado, su legado sigue impactando de forma directa a las mujeres activistas y cuidadoras. El desgaste emocional, la sobrecarga de tareas y la falta de reconocimiento institucional siguen presentes en 2023. Esto evidencia la necesidad de políticas públicas sostenidas, con enfoque feminista y comunitario, que reconozcan las prácticas de autocuidado y cuidado colectivo como estrategias clave para sostener el activismo y la vida digna de las mujeres en contextos de violencia estructural.

Sistema Nacional de Cuidados: Avances y desafíos: En noviembre de 2020, la Cámara de Diputados aprobó la creación del Sistema Nacional de Cuidados en México, con el objetivo de reconocer el derecho al cuidado, redistribuir su carga entre el Estado, la comunidad, el mercado y las familias, y garantizar condiciones dignas para quienes lo brindan y lo requieren. No obstante, su implementación ha enfrentado múltiples obstáculos. Hasta el cierre de 2023, el sistema aún no cuenta con un marco legal plenamente consolidado ni con presupuesto específico asignado, lo cual ha impedido su operatividad real. La iniciativa permanece detenida en el Senado, lo que refleja la baja prioridad política otorgada al trabajo de cuidados y su redistribución estructural.

La crisis sanitaria derivada del COVID-19 evidenció las fallas del modelo económico y social vigente, así como la centralidad del trabajo de cuidados para la sostenibilidad de la vida. Sin embargo, una vez superada la fase más crítica de la pandemia, los recursos públicos fueron reorientados a sectores económicos, dejando nuevamente en segundo plano las problemáticas

de género. Según el INEGI (2022), el 77.8% de los hogares en México tiene al menos una persona que requiere cuidados —infancias, personas adultas mayores o personas con discapacidad—, y el 75% de quienes asumen esa labor son mujeres. Además, el 33% de los hogares del país son encabezados por mujeres, lo que equivale a más de 11 millones de hogares en los que las mujeres sostienen tanto el ingreso económico como las tareas de cuidado (ENASIC, 2022).

Estos datos refuerzan la urgencia de contar con un Sistema Nacional de Cuidados efectivo, que permita a las mujeres incorporarse al trabajo remunerado, acceder a tiempo propio y ejercer su autonomía sin que la carga de cuidados recaiga exclusivamente sobre ellas. Mientras esta política pública no avance, son las redes de mujeres organizadas —como la de Tultitlán— las que sostienen, desde lo comunitario y autogestivo, respuestas frente al abandono institucional, visibilizando que sin cuidados no hay activismo, y sin redistribución, no hay justicia de género.

1.3 Problema de esta investigación

El acompañamiento a mujeres en situación de violencia basada en género, realizado por las integrantes de la Red de Mujeres de Tultitlán entre 2020 y 2022, ha evidenciado la importancia de comprender las prácticas y estrategias de autocuidado y cuidado colectivo en el activismo feminista.

La falta de un análisis profundo sobre estas experiencias limita su potencial e incidencia en el diseño de políticas públicas centradas en el cuidado durante los procesos políticos y participativos tendientes a la erradicación de la violencia de género. Esta ausencia se expresa como reflejo de la ausencia de políticas de cuidados a nivel nacional, al escaso o nulo reconocimiento de las mujeres como actoras fundamentales en los procesos de cuidado al interior de los hogares y en las comunidades. Este vacío no solo invisibiliza el trabajo de cuidadoras y activistas, sino que también obstaculiza la construcción de propuestas integrales para enfrentar la violencia de género en el Estado de México específicamente en el Municipio de referencia durante el período de estudio.

A partir de esta problematización surgen preguntas clave:

- ¿Qué métodos utilizan las mujeres activistas en el cuidado colectivo?
- ¿Por qué consideran fundamental el autocuidado y el cuidado colectivo dentro de su labor?

Responder estas cuestiones es crucial para comprender los mecanismos de cuidado y autocuidado y sostenibilidad del activismo feminista, especialmente en contextos de alta violencia. Además, el análisis de estas estrategias permitirá enriquecer los debates vinculados con el Sistema Nacional y los sistemas estatales de cuidados, actualmente en discusión legislativa y técnica en diversas entidades del país, reconociendo el papel fundamental de las redes comunitarias en la redistribución del trabajo de cuidados y la construcción de modelos solidarios de apoyo entre mujeres¹. Las mujeres de la Red de Tultitlán han demostrado que, sin cuidados, no hay activismo, convirtiendo el cuidado colectivo en un eje central de su resistencia y lucha contra la violencia de género.

A partir de este problema de investigación se plantean las siguientes preguntas: ¿Cómo se desarrollan y qué impacto tienen las prácticas de autocuidado y cuidado colectivo implementadas por las mujeres que integran las redes del municipio de Tultitlán, Estado de México, entre 2020 y 2023, en el acompañamiento a mujeres que enfrentan violencia de género? Y ¿Cuáles han sido las principales limitantes para fortalecer el cuidado colectivo dentro del activismo feminista comunitario?

1.4 Objetivo General

Analizar, desde un enfoque cualitativo y feminista, las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo desarrolladas por las mujeres de la Red de Tultitlán en el Estado de México entre 2020 y 2023, con el propósito de comprender cómo se configuran, qué significados adquieren y qué condiciones las fortalecen o limitan en el contexto del acompañamiento a mujeres en situación de violencia de género.

¹ Por ejemplo, en el Estado de México, el Congreso local y el Instituto de las Mujeres han iniciado mesas de trabajo para la creación de un Sistema Estatal de Cuidados, reconociendo la urgencia de institucionalizar la corresponsabilidad en el trabajo no remunerado (Milenio, 2023).

1.5 Objetivos específicos

1. Identificar las estrategias de autocuidado que las mujeres de la Red han construido en sus trayectorias personales y colectivas.
2. Reconocer las estrategias de cuidado colectivo que ejercen de manera cotidiana en contextos de violencia estructural.
3. Analizar cómo dichas estrategias se articulan con saberes, experiencias y vínculos comunitarios para sostener el acompañamiento entre mujeres.
4. Proponer recomendaciones basadas en los hallazgos de la investigación para incorporar el autocuidado y el cuidado colectivo como ejes estratégicos en políticas públicas locales orientadas a la prevención de la violencia de género y al fortalecimiento del activismo de las mujeres.

1.6 Justificación

El trabajo doméstico y de cuidados ha sido históricamente invisibilizado, naturalizado y atribuido a las mujeres, lo que ha contribuido a la consolidación de un sistema patriarcal que limita su autonomía y participación plena en los ámbitos social, económico y político. Esta carga desigual no es solo una consecuencia cultural, sino una expresión estructural de la división sexual del trabajo y de los sistemas de poder que sostienen la desigualdad de género. En América Latina, esta situación se agudiza en contextos marcados por la pobreza, la violencia y la ausencia de políticas públicas integrales.

En México, los datos de la Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC, 2022) muestran que el 77.8% de los hogares tiene al menos una persona que requiere cuidados, y el 75% de quienes asumen esas tareas son mujeres. A esto se suma el hecho de que un tercio de los hogares están encabezados por mujeres, lo que evidencia la sobrecarga estructural que enfrentan. Estas condiciones generan lo que la teoría feminista ha conceptualizado como el triple rol de las mujeres (Moser, 1987): el trabajo reproductivo (cuidados y tareas del hogar), el productivo (trabajo remunerado) y el comunitario (participación política y social), que muchas veces se desarrollan de manera simultánea y sin reconocimiento ni retribución.

Desde una perspectiva feminista crítica, el autocuidado y el cuidado colectivo se entienden no solo como prácticas personales, sino como estrategias políticas de resistencia ante la precarización de la vida, el desgaste emocional, y la violencia que enfrentan las mujeres, particularmente aquellas que desarrollan activismo en sus comunidades. Estas estrategias desafían la lógica individualista y neoliberal del cuidado como responsabilidad privada, y lo colocan en el centro de la sostenibilidad de la vida, de las redes de apoyo y del propio activismo feminista. Como señala Celiberti (2009), pensar el cuidado desde una mirada colectiva permite subvertir la carga impuesta a las mujeres e imaginar otros mundos posibles, donde el sostén de la vida se comparta y se politice.

Sin embargo, estas prácticas han sido poco documentadas, desvalorizadas e invisibilizadas en los marcos institucionales y académicos. Su ausencia en el diseño de políticas públicas refleja la falta de interés por reconocer y fortalecer las formas de cuidado surgidas desde los territorios, a partir del saber experiencial y del acompañamiento a mujeres en situación de violencia. Frente a esta omisión institucional, han sido las redes comunitarias —como la Red de Mujeres de Tultitlán— quienes han sostenido el trabajo de cuidados desde la autonomía, la empatía y la solidaridad feminista.

Este proyecto parte de reconocer la relevancia de esas prácticas como parte del entramado que hace posible el activismo de base, en un contexto atravesado por la violencia, la impunidad y la ausencia del Estado. A partir de la experiencia directa de la autora como formadora y acompañante del proceso organizativo de la Red, se busca visibilizar, sistematizar y analizar las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo que las mujeres han desarrollado para sostener su activismo, cuidar de otras mujeres y cuidarse entre sí.

Además, esta investigación se inserta en el debate nacional sobre la necesidad de construir un Sistema Nacional y Estatales de Cuidados, reconociendo que, sin una redistribución real del cuidado, no es posible garantizar la participación plena de las mujeres en la vida pública. A pesar de que en 2020 la Cámara de Diputados aprobó la creación del Sistema Nacional de Cuidados, la falta de voluntad política y de asignación presupuestaria en el Senado ha

impedido su implementación. Mientras tanto, son las mujeres organizadas quienes siguen cargando con el peso del cuidado, la violencia y la contención.

Desde el plano académico, este estudio contribuye a los campos de la economía feminista, la epistemología situada y los estudios de género, al analizar el cuidado no como un acto privado o moral, sino como una práctica política que sostiene la vida y el tejido comunitario. En un contexto donde el activismo feminista enfrenta riesgos físicos, emocionales y políticos, comprender cómo se organizan, resisten y se cuidan las mujeres permite aportar a la sostenibilidad de los movimientos sociales, al fortalecimiento de las redes comunitarias y a la construcción de políticas públicas sensibles a las experiencias de quienes habitan, resisten y transforman los territorios desde abajo.

La presente investigación se inscribe en un enfoque cualitativo con perspectiva feminista, cuya finalidad es comprender, desde una mirada situada, las experiencias, prácticas y significados que las mujeres de la Red de Mujeres de Tultitlán han construido en torno al autocuidado y al cuidado colectivo. Este enfoque permite no solo explorar lo que las mujeres hacen, sino también cómo lo piensan, lo sienten y lo transforman desde sus propios contextos de vida.

Desde esta perspectiva, el conocimiento no se concibe como neutral ni objetivo, sino como una construcción social, situada históricamente, atravesada por relaciones de poder y profundamente ligada a las experiencias de quienes lo producen. En este sentido, se retoma el marco metodológico propuesto por Norma Blázquez Graf (2007), quien ha cuestionado las estructuras epistemológicas tradicionales por su tendencia a excluir o minimizar las voces de las mujeres. Blázquez Graf plantea una metodología participativa y dialógica, en la que las mujeres dejan de ser objetos de estudio para asumirse como sujetas epistémicas activas, capaces de nombrar, resignificar y construir colectivamente conocimiento desde sus propios saberes.

Este enfoque metodológico reconoce, por tanto, el valor político y epistémico de las experiencias de las mujeres en situación de violencia, y de las estrategias que ellas mismas

han generado para resistir, cuidarse, acompañarse y sostener la vida en contextos adversos. Así, la investigación se posiciona éticamente desde el activismo feminista comunitario y la justicia social, al tiempo que busca visibilizar prácticas colectivas de cuidado como formas de resistencia cotidiana.

Esta investigación adopta un diseño exploratorio-descriptivo, que permite abordar fenómenos poco estudiados desde una mirada abierta y flexible, orientada a comprender los significados que las mujeres otorgan a sus prácticas de autocuidado y cuidado colectivo en contextos de violencia. El diseño se fundamenta en la reconstrucción de experiencias, desde una perspectiva de investigación feminista comunitaria, situada y participativa.

El estudio se estructura en torno a tres ejes principales:

- Estrategias de autocuidado implementadas por las integrantes de la red.
- Formas de cuidado colectivo que se han sostenido dentro del acompañamiento a otras mujeres.
- Desafíos que enfrentan las mujeres en el sostenimiento cotidiano de estas prácticas, especialmente frente a la ausencia de políticas públicas de respaldo.

1.7 Técnicas de recolección de datos

Para la obtención de la información se utilizaron técnicas cualitativas acordes con el enfoque feminista y participativo del estudio. Estas permitieron recuperar las voces de las mujeres desde sus propias experiencias, reconociéndolas como sujetas activas en la producción de conocimiento.

1.8 Entrevistas a profundidad

Se realizaron entrevistas semiestructuradas de carácter individual a tres mujeres integrantes de la Red de Mujeres de Tultitlán, quienes han desarrollado estrategias de autocuidado y cuidado colectivo desde el activismo feminista. Las entrevistas se llevaron a cabo en espacios seguros y en horarios definidos por las propias participantes, priorizando su disponibilidad, comodidad y autonomía.

Las entrevistas se centraron en los tres ejes temáticos definidos en el diseño del estudio: estrategias de autocuidado, prácticas de cuidado colectivo y desafíos cotidianos frente a la violencia y a la ausencia de políticas públicas. Cada conversación fue concebida como un espacio de diálogo y escucha horizontal, en el que las mujeres no solo compartieron sus experiencias, sino que también reflexionaron sobre sus aprendizajes, trayectorias y formas de sostenerse en red. Esta metodología se basa en la propuesta de Blázquez Graf (2010), quien resalta la importancia de una investigación situada, respetuosa y co-construida con las participantes.

1.9 Criterios de selección de participantes

Se utilizó un muestreo intencionado, considerando los siguientes criterios de inclusión:

- Ser parte activa de la Red de Mujeres de Tultitlán entre 2020 y 2023.
- Tener experiencia en la implementación de prácticas de autocuidado y cuidado colectivo.
- Haber acompañado a otras mujeres en situaciones de violencia de género.
- Estar dispuestas a compartir sus experiencias y participar en la investigación de manera voluntaria y ética.

1.10 Estrategia de análisis de la información

La información fue procesada mediante una lectura detallada de las entrevistas y la lectura abierta. Se realizó la identificación de temas emergentes y la agrupación de unidades de sentido vinculadas con los ejes del estudio. Algunas categorías emergentes incluyeron: redes de apoyo, barreras institucionales, acompañamiento emocional, sostenimiento colectivo y resignificación del cuidado.

El análisis se llevó a cabo de forma inductiva y reflexiva, considerando tanto el contenido como el contexto relacional y político de las participantes. Se priorizó una interpretación situada, en coherencia con el marco metodológico feminista, evitando posturas extractivistas o neutralizantes.

Capítulo 2. Antecedentes

Este capítulo se construyó con base en una revisión de fuentes empíricas, teóricas y territoriales que permiten contextualizar las prácticas de autocuidado y cuidado colectivo desarrolladas por mujeres organizadas en redes. La decisión de incluir estos antecedentes responde a la necesidad de reconocer que las estrategias analizadas en este estudio no emergen de forma aislada, sino que forman parte de procesos históricos de organización feminista y comunitaria. Se buscó, por tanto, recuperar experiencias previas de redes de mujeres en América Latina y México, así como aportes del pensamiento feminista que han resignificado el cuidado como una práctica política, ética y situada. La selección de antecedentes se centró en su relación directa con los objetivos del estudio, privilegiando aquellas experiencias que aportan elementos para comprender el contexto, el sentido político del acompañamiento y las resistencias que sostienen a las mujeres en escenarios de violencia.

La organización social de las mujeres ha sido parte fundamental para el desarrollo de acciones y estrategias para la prevención de la violencia en el espacio comunitario, trabajar para la construcción de paz y un entorno seguro para todas las personas que transitan en el espacio público, ha sido un logro del feminismo y la acción colectiva de las mujeres, a pesar de las dificultades estructurales que les impide gozar de una vida libre de violencia, un desarrollo pleno en el ámbito económico, político y social, la colectividad de las mujeres ha logrado incidir en la agenda pública de los gobiernos locales para la incorporación de programas y proyectos que visibilicen las demandas sociales, el impacto en México de la organización social de las mujeres ha dado como resultado políticas públicas para la conformación y capacitación de redes, sin embargo esto comenzó debido a los altos índices de violencia y Feminicidios, pues tan solo en el año 2015 se registraron ocho homicidios por cada 1000 mujeres, esto con datos que corresponden al Secretariado Ejecutivo Nacional de Seguridad Pública (SESNSP), datos que registró el Observatorio Ciudadano Nacional del Feminicidio (OCNF) registraron tan solo en la entidad mexiquense 840 asesinatos violentos hacia mujeres, el 31 de agosto de 2015 el actual gobernador del estado de México Dr. Eruviel Ávila Camacho emite públicamente la declaratoria a once municipios del estado de México, pero no fue hasta el 03 de noviembre del año 2015 que se publica en el Periódico Oficial del

Gobierno del estado de México el nombre de los once municipios con Alerta. Estos son: Chalco, Chimalhuacán, Cuautitlán Izcalli, Ecatepec de Morelos, Ixtapaluca, Naucalpan de Juárez, Nezahualcóyotl, Tlalnepantla de Baz, Toluca, Tultitlán y Valle de Chalco Solidaridad, solicitando elaboran todas las acciones necesarias y estipuladas en el mecanismo para la erradicación de la violencia.

En este contexto, las colectivas de mujeres comenzaron a cuestionarse sobre el significado de la Alerta de violencia de género, así como la integración del mecanismo en los territorios determinados, en este caso once municipios ya mencionados, los gobiernos comenzaron a crear programas y acciones que explicaran a la ciudadanía sobre el mecanismo de alerta, así como su estructura, la cual está conformada de la forma que se describe a continuación.

Acciones en materia de prevención, seguridad y Justicia. Entre los temas de prevención, se emite la creación de “Redes Comunitarias” en los once municipios con el mecanismo, por lo que se solicita organizar, capacitar y fortalecer el liderazgo de mujeres de las comunidades de los once municipios.

Para el año 2016 el Consejo Estatal de la Mujer, quién fue el área encargada de vigilar y acompañar el proceso de creación, capacitación y seguimiento a las redes comunitarias, lanza en el año 2016 su programa piloto denominado “Tejiendo Redes; Estrategia de trabajo comunitario para la detección, apoyo y referencia de casos de violencia de género contra las mujeres”. Dirigido para tres municipios con alerta de violencia de género; Ecatepec, Valle de Chalco y Tultitlán. Este programa capacito a 20 mujeres de los tres municipios seleccionados en temas de: género, derechos humanos y acompañamiento ante el ministerio público.

El primer año capacitó a 60 mujeres de los tres municipios, de las cuales fue tanto el esfuerzo, apoyo y solidaridad de las mujeres, el cual el programa piloto en el año 2017 se convirtió en una política para los once municipios del estado de México(CEMYBS:2016).

Otra forma en la cual la colectividad de las mujeres logró incidir, fue la consolidación a nivel Federal del programa denominado “Subsidio para la Seguridad en los Municipios” (SUBSEMUN), y que, a partir del ejercicio fiscal 2017 se convierte en el Subsidio para el Fortalecimiento del desempeño en materia de Seguridad Pública (FORTASEG). El FORTASEG fue un subsidio que se otorgó a los municipios y, en su caso a los estados para

ejercer la función de seguridad pública municipal y estatal de manera coordinada y acorde a los requerimientos de cada municipio, respetando su particularidad y territorio. Otra forma de brindar fortalecimiento de los temas de Seguridad que el gobierno del estado de México implementó para brindar acciones de seguridad y justicia para las mujeres mexiquenses. (SEGOB: 2017). El FORTASEG buscó el desarrollo de las personas. Fortalecimiento tecnológico, de equipo e infraestructura de las instituciones de seguridad pública, a la prevención social de la violencia y la delincuencia, así como a la capacitación, entre otras, en materia de derechos humanos e igualdad de género. Este programa a nivel Federal estuvo presente en los 32 Estado de la República y sus municipios. El subsidio que estaba financiado completamente por la Secretaría de Gobernación y la Tesorería de la Federación y en diversos municipios del País se implementó el programa “creación de redes de mujeres”, que contaba de capacitación y talleres para su empoderamiento económico a mujeres de diversas comunidades, para la conformación de redes de prevención de la violencia. (FORTASEG,2016).

Para el año 2019 el secretario ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP) y el Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES) crean la estrategia “Redes Constructoras de Paz (MUCPAZ) cuya finalidad es crear las redes con mujeres de las comunidades de los municipios con altos índices de violencia de género y capacitarles para brindan atención contra la violencia a conocidas, familiares y amigas. Esta estrategia tuvo como resultado en el primer año una inversión total de \$123 millones 590 mil 899 pesos, lo equivalente en dólares a 6 millones 504 mil, 785 USD, con esa inversión se atendió a 3, 510 mujeres en 107 municipios de 27 entidades federativas del País, a través de las MUCPAZ las Instituciones involucradas buscan crear reconocimiento y fortaleza de saberes en las mujeres mexicanas, el objetivo es que las mujeres participen en procesos de la construcción de paz aportando elementos que les permitan tener experiencia política, capacidad de organización y erradicación de la violencia (MUCPAZ:2019).

Para el año 2021 las MUCPAZ crecieron significativamente en el territorio mexicano, por lo que el Instituto Nacional de las Mujeres INMUJERES, decidió crear la “Guía de alertamiento temprano y apropiación del espacio”, el cual se encuentra alineada a las directrices de la Resolución 1325 y específicamente al Plan Nacional de Acción para el seguimiento de la

Resolución 1325 (2000) del Consejo de Seguridad sobre “Mujeres, Paz y Seguridad” de las Naciones Unidas. (MUCPAZ: 2021). Con esta política se han creado redes de mujeres en todo el territorio mexicano, sin embargo, son pocos municipios los que le han dado seguimiento a las mujeres que integran las redes, en cuanto acompañamiento y trabajo de reforzamiento de los conocimientos teóricos aprendidos durante las sesiones presenciales por parte del programa, en materia de género y derechos humanos, la mayoría de las redes después del cambio de administración en el estado de México que es cada 3 años quedan olvidadas, sin mencionar que no existe una normativa nacional que las proteja como redes o como activistas, son vistas únicamente como parte de una política nacional que sigue viendo a las mujeres en un estado de vulnerabilidad y no como potencializado para alcanzar su empoderamiento comunitario, económico, personal y político.

Al no contar con un sistema Nacional de Cuidados, el estado de México no puede ofrecer a las mujeres que integran las redes, el reconocimiento a su trabajo de cuidados, tampoco se apoya en la distribución de este trabajo no remunerado para las mujeres, la mayoría de ellas trabajan dobles y triples jornadas. El activismo comunitario que realizan algunas mujeres de manera individual y otras colectivas debe ser reconocido, pero al mismo tiempo redistribuido, pues la carga en las tareas del hogar, el trabajo y su activismo ha mermado la salud de muchas mujeres, así como el desgaste emocional por los casos que han atendido de mujeres que enfrentan violencias. Es por ello que, las redes de mujeres se han consolidado en diversos municipios, estados y países, con la finalidad de acompañar procesos familiares, laborales y de activismo, el cual les permita disminuir la carga del trabajo de cuidados, la carga emocional, y las violencias que enfrentan.

En América Latina, diversas investigaciones han abordado la organización social de las mujeres y sus aportes en el ámbito comunitario, destacando la relevancia de su activismo y su capacidad para incidir en la vida pública y política. Un ejemplo significativo es la investigación titulada “Los significados de los nuevos procesos de integración en el continente americano: integración y comercio en las redes de mujeres latinoamericanas”, dirigida por el Dr. Heriberto Cairo Carou desde la Facultad de Ciencias Políticas y Sociología de la Universidad Complutense de Madrid. Este estudio destaca la importancia de la integración de mujeres en el ámbito regional, abordando dimensiones políticas, sociales, culturales y simbólicas, así como su capacidad de acción e incidencia en sus comunidades.

En este contexto, la investigadora Almudena Cabezas —profesora de Geografía Política y Políticas de Igualdad en la misma universidad— realizó en 2002 el estudio “Redes de mujeres e integración: nuevos espacios regionales latinoamericanos”, en el que analizó la acción de las redes de mujeres como un movimiento social integrador con impactos en lo económico, político y social, así como en la inserción laboral de las mujeres. Su investigación, desarrollada en dos fases (la primera en 2002 y la segunda entre octubre y noviembre de 2003), incluyó entrevistas en profundidad a integrantes de redes como REMTE y la Red Género y Comercio, así como observaciones y participación en reuniones con colectivos como REPEM, UNIFEM y la Asamblea Nacional de la RECALCA, en países como Colombia, Uruguay y Argentina.

Las entrevistas también se realizaron con integrantes de la Articulación Feminista Marcosur, la Red Internacional Género y Comercio y el Programa Mujeres y Democracia en Mercosur. El estudio propuso un marco de análisis integral para comprender las múltiples dimensiones —geopolítica, económica, cultural y social— en las que se desarrollan estas redes. Aunque la investigación de Cabezas se enmarca en un enfoque clásico, apoyado en datos de organismos internacionales y centrado en generalidades regionales, permitió identificar patrones y desafíos comunes que enfrentan las mujeres en distintos países. No obstante, este enfoque contrasta con las investigaciones más recientes en México, que priorizan metodologías participativas y centradas en los procesos individuales y colectivos de las mujeres desde una perspectiva feminista situada.

Antecedentes de Investigación Nacional

Dentro de las investigaciones a nivel nacional, por parte de la Universidad Autónoma del estado de México (UAEMEX) la activista, feminista y subdirectora de prevención de la Secretaría de Mujeres del estado de México se graduó de la maestría en Género, Sociedad y Políticas Públicas en el año 2021, donde explica la creación de las redes de mujeres en el Municipio de Tultitlán y las violencias que enfrentaron de manera individual y colectiva.

Por su parte, Gómez Madrid (2022) comenzó a investigar sobre las Redes en Tultitlán y como proyecto de Tesis realizó la “Guía para activistas que orientan y acompañan a mujeres afectadas por la violencia de género en el ámbito familiar durante los primeros auxilios jurídicos ante el ministerio público y otras instituciones de gobierno en el municipio de Tultitlán” entrevistando a las mujeres de las redes del Municipio de Tultitlán y conociendo la forma en como enfrentan estas desigualdades estructurales, como se organizan y la forma en que acompañan a otras mujeres que enfrentan violencia, logró tener datos cualitativos y cuantitativos sobre las mujeres, a través de estos mecanismos de investigación, pudo conocer la forma en cómo se organizan para dar atención, como ha funcionado la Guía de acompañamiento y las capacitaciones que se ha brindado a esta red para la mejora de sus conocimientos. Gómez Madrid fue parte fundamental para la creación de la Red de Mujeres en el Municipio de Tultitlán, pues fue parte del Observatorio de Femicidios en el estado de México desde el 2013, y fue por parte de su organización que en 2016 el consejo estatal de la mujer en el estado de México (actualmente Secretaría de las Mujeres) le brindó el proyecto estatal piloto para la creación de redes en: Ecatepec, Tultitlán y Valle de Chalco, por lo fue parte de la capacitación a la primera generación de redes de mujeres y acompañando el proceso con el Instituto de la Mujer del Municipio de Tultitlán. En su metodología Gómez Madrid realiza las siguientes etapas:

Fase documental- Revisando la literatura con la búsqueda de fuentes bibliográficas para construir el marco teórico-conceptual, revisión del marco normativo internacional, nacional y estatal para prevenir, atender, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres. También se analizaron fuentes primarias de información estadística: Censo de Población y Vivienda 2010, Encuesta Intercensal 2015 y Encuesta Nacional sobre la Página | 54 Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016 del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), así como la revisión de los siguientes documentos oficiales: Informe de Desarrollo Humano 2014 del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), Cuaderno Estadístico del estado de México 2015 del Consejo Estatal de Población (Coespo) y el Plan de Desarrollo Municipal 2016-2018, con el objetivo de analizar las brechas de desigualdad entre mujeres y hombres y obtener el análisis poblacional o diagnóstico sociodemográfico del municipio de Tultitlán, estado de México.

Análisis Cualitativo- Comenzó con reuniones y mesas de trabajo con las personas servidoras públicas que fueron pactadas con antelación, en todo momento se informó el objetivo de la misma, se garantizó mantener su identidad en anonimato y se pidió autorización para la toma de imágenes de las instalaciones y grabar audios que fueron transcritos, a partir de los cuales se elaboraron los informes de cada institución, así como La entrevista fue aplicada a once mujeres de entre 15 y 57 años, a quienes se informó el objetivo de la entrevista, la protección de su identidad, para lo cual se nombraron de manera distinta y se pidió autorización para la grabación de audios, a partir de los cuales se elaboró el diagnóstico de experiencias. Las mujeres entrevistadas son habitantes de tres colonias georreferenciadas con mayor incidencia de violencia familiar y de pareja: Tultitlán centro, Fuentes del Valle y San Pablo de las Salinas de acuerdo con los registros de la Unidad de Atención a Víctimas de Violencia Familiar y Género, adscrita a la Comisaria de Seguridad Pública, Vialidad y Protección Civil, Tultitlán 2016-2018.

Esta investigación logró conocer las dinámicas individuales y familiares de parte de las mujeres que integran la red, así como el proceso individual y colectivo de cada una de ellas para que siguieran su proceso de capacitación y posterior a ello crearan estrategias de cuidado colectivo contra las violencias, y el seguimiento al trabajo de las redes por el Municipio de Tultitlán.

Otra tesis interesante sobre el activismo y trabajo doméstico y de cuidados que realizan las mujeres en el estado de México es de la Activista Adriana Sánchez Huitrón con el título “Creación de la especialidad técnica en el oficio de trabajo de cuidados de personas en condición de dependencia en las escuelas de artes y oficios del ICATI, en Toluca y Metepec”.

Con su investigación fomenta las condiciones para crear en los centros de artes y oficios una especialidad técnica sobre el trabajo de cuidados, mostrando la importancia de la colectividad de las mujeres para enfrentar esta problemática que no era considerada dentro de la agenda de la política pública en el año 2021, esta tesis es también por parte de la Universidad Autónoma del estado de México y describe las condiciones en que las mujeres deben realizar el trabajo doméstico y de cuidados en los Municipios de Metepec y Toluca, así como la

importancia de crear en todos los Institutos de Capacitación y adiestramiento para el trabajo Industrial (ICATI) que se encuentran en 45 municipios y estos a su vez tienen Escuelas de Artes y Oficios (EDAYO) que son las que capacitan y certifican a personas en los municipios en los diferentes oficios y artes que enseñan, por lo que la Tesis de Huitrón va enfocada en crear una especialidad en la que las mujeres puedan certificarse sobre el trabajo de cuidados y así poder trabajar remuneradamente en lo que se han dedicado por años, ya sea al cuidado de infancias, personas adultas mayores o con alguna discapacidad.

Uno de los aportes más relevantes de esta investigación en el ámbito nacional fue visibilizar el trabajo de cuidados realizado por las mujeres que integran las redes, logrando que, en algunos municipios del Estado de México, este tema fuera incluido en la oferta formativa de los Espacios de Desarrollo de Artes y Oficios (EDAYO). A través de un programa piloto, se buscó capacitar a las integrantes de las redes para que pudieran obtener un ingreso económico a partir de las labores de acompañamiento y cuidado que históricamente han realizado, tanto en el marco del activismo como en el ámbito comunitario. No obstante, para el año 2021, el tema de cuidados aún no se encontraba en la agenda estatal, por lo que el proyecto fue descartado.

En ese mismo año, y en alianza con la Embajada de Estados Unidos en México, el colectivo participó en el programa TechCamp México 2021: Conectando mujeres para crear periodismo audiovisual. El objetivo fue promover el desarrollo profesional de mujeres creadoras mediante capacitaciones en herramientas tecnológicas orientadas a la producción de historias audiovisuales de impacto. A través de esta iniciativa, se abrió una convocatoria nacional para narrar historias de mujeres poderosas y resilientes durante la pandemia por COVID-19. La Red de Mujeres de Tultitlán, integrada por Lupita, Flor e Ivonne —con el acompañamiento del Observatorio de la Gobernanza para el Desarrollo Comunitario y Ciudadanía de las Mujeres, organización que ha sido pieza clave en su proceso de formación desde 2018—, postuló con el proyecto Mujeres que acompañan a otras mujeres, que fue seleccionado para recibir financiamiento y producir un cortometraje documental de cinco minutos con enfoque periodístico.

Este proyecto dio cuenta de cómo, en el contexto de la pandemia, las mujeres organizadas del municipio de Tultitlán lograron brindar acompañamiento, contención y canalización a

otras mujeres que enfrentaban situaciones de violencia en sus hogares. A través de procesos de capacitación y formación en derechos humanos, lograron consolidar una red de apoyo comunitario que actuó como primer contacto frente a la violencia, en un municipio que forma parte de la Declaratoria de Alerta por Violencia de Género por feminicidio en el Estado de México.

Mujeres que acompañan a otras mujeres se constituyó como una experiencia de feminismo comunitario que, desde la sororidad y la acción colectiva, lanzó un mensaje contundente: “No están solas”. En reconocimiento a su labor, en el año 2023 el proyecto fue nuevamente seleccionado por la Embajada de Estados Unidos en México, ahora con el tema Yo cuido... pero ¿quién me cuida?, centrado en el trabajo de cuidados. Este segundo documental será desollado en el año 2024, y representará un reconocimiento al activismo territorial y a las tareas de cuidado que las mujeres de la red han asumido sin remuneración, pero con una profunda responsabilidad política, ética y comunitaria.

2.1 Antecedentes de Investigación Internacional

En el año 2020, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), en coordinación con ONU Mujeres y diversas instituciones de gobernanza local, diseñó un manual metodológico para fortalecer redes comunitarias de mujeres en la Ciudad de México. Esta herramienta se basó en procesos de diagnóstico territorial y formación participativa, con el objetivo de guiar al personal de las Unidades Territoriales de Atención (Lunas) en la conformación de redes que incorporaran la sororidad, el sentido de comunidad y el empoderamiento como pilares clave para prevenir y atender violencias contra mujeres y niñas. La experiencia, aunque relevante, enfrentó desafíos estructurales que limitan la sostenibilidad de estas redes. Si bien se registraron avances significativos durante el periodo de implementación, las redes no se consolidaron a largo plazo ni continuaron activas una vez terminada la fase de intervención. Esta situación pone en evidencia la falta de seguimiento de muchas iniciativas promovidas por organismos internacionales cuando no se articulan con procesos comunitarios reales ni se garantiza la corresponsabilidad gubernamental más allá de los ciclos políticos.

El cual tiene como objetivo orientar al personal de las Unidades Territoriales de Atención (las Lunas) en la conformación y operación de redes comunitarias de mujeres, resaltando el sentido de comunidad y sororidad como herramientas de apoyo para la detección y prevención de las violencias que sufren mujeres y niñas en las alcaldías que conforman la Ciudad de México.

La investigación se realizó con recursos Internacionales, y el cual fue en diferentes fases, las cuales comenzó con un diagnóstico en la ciudad de México, así como capacitación de mujeres sobre prevención y violencia, lo que logró identificar las necesidades para la creación del manual, estas experiencias están ligadas con diversos países en Latinoamérica en donde la Organización de las Naciones Unidas realiza actividades académicas, de investigación y de activación para el fortalecimiento de las mujeres y niñas. Y aunque realizaron avances significativos y creación de data en las alcaldías de la ciudad de México por parte de personal de ONU Mujeres, la realidad es que las redes conformadas en ese periodo no se encuentran ya operando como colectiva, es decir, después de la investigación no se encontró datos de las mujeres u organizaciones de las Alcaldías mencionadas, por lo que parte de la problemática en la creación de documentos por organismos Internacionales es el nulo seguimiento a la política, programa o proyecto, ya que es de manera corresponsable con el gobierno en turno a nivel Federal, Estatal o Municipal, por ello es importante incorporar a la sociedad civil para dar seguimiento en el ámbito comunitario a las redes y colectivas de mujeres que continúan aún y después de los cambios de gobierno.

Una experiencia destacada en América Latina es la desarrollada en Ecuador en 2020 por el Instituto de Estudios Ecuatorianos en colaboración con SWISSAID. Este proyecto, titulado “Las Redes de Cuidado como Estrategia Organizativa para juntarnos entre Mujeres”, se centró en el diagnóstico comunitario, el mapeo de actores clave y la implementación de procesos formativos en cinco cantones del país: Pujilí, Pelileo, Patate, Guaranda y Achupallas. La iniciativa fortaleció redes de mujeres rurales y urbanas mediante talleres de formación política, cuidado comunitario y prácticas de medicina ancestral, posicionando el cuidado como una estrategia organizativa y política, no solo como una necesidad individual.

Esta experiencia aportó reflexiones colectivas sobre la construcción de redes de cuidado desde el territorio, visibilizando los saberes comunitarios de las mujeres y la necesidad de corresponsabilidad estatal. Su comparación con el caso mexicano permite analizar la relevancia de las redes comunitarias sostenidas por mujeres más allá de los marcos institucionales, como formas de resistencia, cuidado mutuo y defensa de la vida en contextos de precarización y abandono institucional.

Esta investigación que es por parte de SWISSAID y el gobierno de Ecuador, a pesar que es de iniciativa privada le da otro enfoque a la creación de redes, en México hace falta que se haga visible la importancia de contar con un sistema estatal de cuidados y sistemas municipales que permitan que las mujeres que participan en el activismo tengan herramientas y apoyo en el cuidado de sus hijas e hijos, debido a que, ayudan de manera incondicional a mujeres de todos los municipios en México, pero nadie habla sobre ¿quién las cuidan mientras enferman? O programas les brindan atención a las activistas, no fue hasta que ellas de manera autogestiva crearon sus métodos de cuidado individual y colectivo, así como el apoyo al cuidado de sus hijas e hijos cuando deben dar atención de primer contacto a otras mujeres que lo requieran o acompañan a las mujeres al centro de justicia o ministerio público por violencias.

En síntesis, los antecedentes internacionales, nacionales y locales permiten comprender el carácter multiescalar del trabajo político que realizan las redes de mujeres frente a las violencias estructurales y la omisión institucional. A nivel internacional, investigaciones como las de Almudena Cabezas y Heriberto Cairo Carou han demostrado cómo las redes se configuran como actores geopolíticos con capacidad de incidir en procesos de integración regional, disputando sentidos y proponiendo agendas desde una perspectiva feminista transnacional. En el ámbito nacional, si bien existen estrategias como MUCPAZ, el FORTASEG o la Alerta de Violencia de Género, persiste una desconexión con las prácticas comunitarias, que continúan siendo invisibilizadas o subordinadas a modelos asistenciales. En el plano local, la experiencia de la Red de Mujeres de Tultitlán constituye una forma situada de resistencia, donde el cuidado colectivo se posiciona como praxis política, sostenida por vínculos afectivos, saberes acumulados y compromiso territorial. Esta articulación entre escalas permite no solo identificar las tensiones entre institucionalidad y acción comunitaria,

sino también abrir el debate sobre la urgencia de reconocer el valor político del cuidado en las políticas públicas.

En síntesis, los antecedentes internacionales, nacionales y locales permiten comprender la importancia que han tenido las redes de mujeres como formas de organización colectiva para enfrentar las violencias, fortalecer el activismo comunitario y visibilizar el trabajo de cuidados. A nivel internacional, investigaciones como las de Almudena Cabezas y Heriberto Cairo Carou han analizado el papel de las redes desde un enfoque geopolítico, social y económico, evidenciando cómo las mujeres han incidido en procesos de integración regional y en la configuración de agendas públicas. En el ámbito nacional, diversas políticas públicas y programas federales —como el FORTASEG, la estrategia MUCPAZ o la Alerta de Violencia de Género— han generado condiciones institucionales para el reconocimiento del trabajo de las redes de mujeres, aunque muchas veces de forma limitada o intermitente. Finalmente, el caso del municipio de Tultitlán evidencia una experiencia local de activismo feminista comunitario que ha logrado incidir en espacios formativos, participar en iniciativas internacionales como TechCamp, y construir redes de acompañamiento y cuidados desde abajo, con mujeres que, a pesar de las limitaciones estructurales, sostienen y transforman sus comunidades a través de la acción colectiva.

Capítulo 3. Marco Teórico conceptual

El presente capítulo tiene como objetivo desarrollar el marco teórico-conceptual que sustenta esta investigación, centrada en las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo de las mujeres que integran redes en Tultitlán, Estado de México. Para ello, se abordarán los conceptos clave que permiten comprender estas prácticas desde una perspectiva feminista, tales como género, feminismo, división sexual del trabajo, ética del cuidado, activismo y feminismo comunitario.

A lo largo de la historia, el movimiento feminista ha visibilizado y cuestionado las estructuras patriarcales que han relegado a las mujeres a roles de cuidado no remunerado, naturalizando su responsabilidad sobre el bienestar de otros mientras se invisibilizan sus propias necesidades. Desde esta mirada crítica, el autocuidado y el cuidado colectivo emergen como prácticas políticas y estrategias de resistencia que permiten a las mujeres reconstruir su autonomía, fortalecer redes de apoyo y desafiar la desigual distribución del trabajo de cuidados.

Como señala Marcela Lagarde (1997), el cuidado entre mujeres no solo es un acto de solidaridad, sino una estrategia política que permite la sostenibilidad del movimiento feminista y la construcción de autonomía. En este sentido, el autocuidado feminista trasciende la esfera individual, ya que su dimensión colectiva lo convierte en un acto de reivindicación de derechos y una forma de resistencia ante las condiciones estructurales que oprimen a las mujeres.

Para comprender la relevancia de estas prácticas dentro de las redes de mujeres en Tultitlán, es fundamental analizar primero los conceptos que estructuran el marco teórico de esta investigación. En este capítulo, se explorará en primer lugar el concepto de género y su construcción social, analizando cómo opera en la vida de las mujeres y en la distribución del trabajo de cuidados. Posteriormente, se abordará el feminismo y sus aportes teóricos a la lucha por la igualdad, con énfasis en el activismo y las redes de mujeres como espacios de resistencia. Más adelante, se profundizará en la división sexual del trabajo y la economía feminista, con el fin de comprender cómo el cuidado ha sido históricamente una labor feminizada y desvalorizada dentro del sistema económico. Finalmente, se presentará la ética

del cuidado y el feminismo comunitario como perspectivas que permiten visibilizar y fortalecer las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo en las redes de mujeres. Esta base teórica permitirá comprender el contexto en el que las mujeres de Tultitlán han desarrollado sus propias formas de cuidado y resistencia, reconociendo su papel en la construcción de alternativas frente a la violencia y la exclusión.

Dentro del sistema patriarcal tradicional, el determinismo biológico ha servido como argumento para asignar atributos a hombres y mujeres con base en una construcción social, familiar, tradicional y cultural. Desde esta concepción, se ha establecido un deber ser diferenciado para ambos sexos, resaltando ciertas virtudes y habilidades que perfilan a hombres y mujeres en actividades y espacios laborales distintos.

Bajo esta construcción social basada en estereotipos de género, se organiza la división del trabajo entre el espacio público y el privado, estableciendo una diferenciación que ha perpetuado desigualdades estructurales. Para comprender cómo estas construcciones impactan la vida de las mujeres, es clave analizar primero la diferencia entre sexo y género.

3.1 Concepto de género y su construcción social

Debemos de conocer primero la importancia de diferenciar entre sexo y género, pues durante siglos solo existía el conocimiento de que al nacer fuera niña o niño, en una dicotomía en donde estas dos opciones serían las únicas válidas para la sociedad en general, sin embargo las mujeres encarnaban algo que desde la niñez se asociaba con el “deber ser” y es que esa constante dicotomía sexual, una biología universal que lleva a mandatos culturales sobre lo que acorde de mujeres y lo que es acorde de hombres, la importancia de la incorporación de las mujeres a la academia radica justo en darle nombre a todo lo que era invisible a ojos del hombre, por lo que, la primera separación fue la sexo/género y dar cuenta que el género dice Marta Lamas (1996), Académica mexicana esa lógica cultural con consecuencias psíquicas que existen en todas las sociedades, es decir todas aquellas construcciones sociales que nos diferencian de acuerdo a esa separación biológica y que está asociada a tradiciones, normas, reglas y estructuras que dictan como debe comportarse una mujer y como debe comportarse un hombre en cada cultura, haciendo una diferencia entre mujeres y hombres.

La división entre los géneros “masculino” y “femenino”, derivó en la contraposición de los sexos desde otras ópticas que, presuntamente, los vuelven diferentes, pero también dispares y asimétricos. Las diferencias de sexo han sido el elemento para marcar evidentes desigualdades de ser hombre y ser mujer, en este sentido:

“La crítica feminista ha enfatizado el hecho de que la capacidad de dar sentido, asignar valor, ubicar y determinar, pertenece al “poder” que se ejerce en el ámbito público masculino, espacio valorado y reconocido por sus funciones, protagonistas y restricciones. El espacio privado es por lo tanto, asumido como desjerarquizado, sin significación o influencia en los procesos que se escenifican en lo público. A lo anterior se agrega que la valoración que de lo público y lo privado se hace, y la supremacía que se establece de un espacio en detrimento del otro, se extiende a los individuos y las individuosas que “naturalmente” ocupan cada uno de ellos” (Valdivieso:2007)

Desde la perspectiva de Marcela Lagarde y de los Ríos, antropóloga y teórica feminista mexicana, el género no es un rasgo natural vinculado al sexo biológico, sino una construcción cultural y social que define las características, comportamientos y funciones que históricamente se han atribuido a mujeres y hombres. Estas asignaciones se sostienen en discursos religiosos, filosóficos y políticos que legitiman la idea de que las diferencias de género son naturales. Esta noción genera jerarquías y desigualdades desde el nacimiento, al otorgar a las personas atributos y roles específicos que se consideran inherentes a su sexo, reforzando así una estructura de poder y subordinación.

El conjunto de atributos, atribuciones, de características asignadas al sexo. Este conjunto de características que tradicionalmente pensábamos como de origen sexual, en realidad son históricas, por eso decimos que las características son “atribuidas”. El hecho “atributivo” es un hecho histórico, esta es la hipótesis. Podemos repetir el mito que es parte de sentido común, de la ideología dominante, de las religiones, de las filosofías más difundidas en esta tierra y en los sitios aledaños a esta tierra—, según el cual todo lo que somos las mujeres y los hombres es “natural” y tiene un origen “sexual”. Este mito tiene un contexto social (Lagarde Marcela, 1990).

Desde el nacimiento o previo al conocimiento del sexo de los sujetos se le atribuyen o dotan de características biológicas, físicas, económicas, eróticas, jurídicas, psicológicas y las que sean necesarias, mismas que definirán su masculinidad y feminidad, los cuerpos sexuados de hombres y mujeres una vez que interiorizaron esos deberes y prohibiciones obedecen al *orden de poder* como la sexualidad que en conjunto con el género definen:

- Los grupos genéricos.
- Los sujetos particulares: las mujeres y los hombres.
- Las relaciones sociales definidas en torno al sexo por edades; es decir, las relaciones de género concebidas también de propiedad de bienes y recursos y de la riqueza.
- Las instituciones privadas y públicas, económicas y sociales, jurídicas y políticas.
- La cultura: los símbolos y las representaciones, el imaginario y la fantasías, las concepciones del mundo y de la vida, de cada acontecer; las maneras de pensar y los pensamientos, así como la afectividad; los lenguajes corporales, verbales, escritos y sus correspondientes sustratos, la gestualidad, la palabra y la voz, la escritura, el arte y todas las creaciones efímeras de la vida cotidiana, así como las creaciones materiales más perdurables; valores circunscritos en una eticidad y, desde luego, dimensiones variadas del sentido de la vida. Las identidades personales y grupales, así como las mentalidades individuales y colectivas.
- La vida de principio a fin de cada persona (Lagarde Marcela:1996)

Esto significa que el orden de género instaurado en la sexualidad está en todas las dimensiones sociales e institucionales en las que nos relacionamos en un contexto social e histórico determinado. Foucault en su analítica del poder, sin vincular el género, plantea cómo la *sexualidad* es un dispositivo que controla los cuerpos de los sujetos en especial el cuerpo femenino –muy presente en los discursos biologicistas, médicos, de las religiones, las humanidades, la cultura, la política, los medios de comunicación–, que de acuerdo a planteamientos de Lagarde, se analiza el sistema sexo- género en torno a los cuerpos sexuados y relaciones sociales que permiten establecer un orden social, racista y discriminatorio, dado que la sexualidad desplaza a sujetos específicos múltiples aparatos correctivos, pedagógicos y, de dominio para garantizar el desarrollo y poderío en el caso de los hombres o reprimir el deseo femenino en el caso de las mujeres.

Para las mujeres que no cumplen con sus deberes de género está la exclusión, el rechazo, la desvalorización, el daño y el castigo institucional y personal. Por eso, las transgresiones de las mujeres se expresan en el cuerpo, en sus funciones y en las relaciones, en su sexualidad y, desde luego, en el poder (Lagarde Marcela, 1996).

Una vez que las mujeres comenzaron a conceptualizar lo jamás nombrado a través del tiempo, también comenzó a visibilizarse la historia del feminismo, ese movimiento político y social que logró que las mujeres comenzaran a cuestionarse todo lo socialmente impuesto, pero como comenzó este movimiento (Sau Victoria, 2001), en el volumen I de su “Diccionario Ideológico Feminista” lo define de la siguiente manera: “El feminismo, es un movimiento social y político que se inicia formalmente a finales del siglo XVIII –aunque sin adoptar todavía esta denominación y que supone la toma de conciencia de las mujeres como grupo o colectivo humano, de la opresión, dominación, y explotación de que ha sido y son objeto por parte del colectivo de los varones en el seno del patriarcado bajo sus distintas fases históricas de modelo de producción, lo cual las mueve a la acción para la liberación de su sexo con todas las transformaciones de la sociedad que aquélla requiera.” Lo que nos permite entender la importancia de este movimiento para la emancipación de ese sistema de opresión que había estado Institucionalizado siglos atrás y que después se estudiará no solo un feminismo, sino toda una variedad de feminismos que permite encontrar esa similitud a la vivencia y arrojarse en él, el feminismo ha logrado la emancipación de mujeres, la construcción de políticas públicas, gobiernos que incorporan una agenda feminista que trabaja a favor de todas, sí, el feminismo es un movimiento que sigue creciendo en este siglo XXI.

Es importante mencionar sobre el significado de la Perspectiva de género y su importancia en diversos ámbitos, tal como: la academia, las instituciones y la vida cotidiana.

La irrupción del feminismo en la academia significó una transformación profunda en las formas tradicionales de producción del conocimiento. A través de la teoría de género, las mujeres académicas y activistas comenzaron a cuestionar los marcos androcéntricos que habían dominado históricamente la ciencia, el arte y las humanidades. Esta crítica permitió el desarrollo de una mirada epistemológica y metodológica que reconoce la parcialidad del

conocimiento, la centralidad de la experiencia situada y la necesidad de incorporar los saberes de las mujeres como categoría válida para la comprensión del mundo.

De acuerdo con Estela Serret, la *perspectiva de género* en cualquier campo de conocimiento produce una propuesta epistemológica y visión crítica, que pone en evidencia la existencia de diversos problemas asumiendo un compromiso ético y político. En el ámbito social este enfoque ha servido para impulsar la progresividad de derechos, proyectos y demandas en favor de la igualdad, en el ámbito institucional de los organismos internacionales e instituciones de gobierno se fue incorporando en su lenguaje, proyectos y políticas relacionadas con la agenda feminista, también ha sido utilizada de manera indiscriminada – apunta Serret– en el ámbito político para poder despojarla de todo tinte feminista, que ha llevado a identificarla con políticas dirigidas a las mujeres, sin tomar en cuenta que no cualquier política de esta índole se aplica con perspectiva de género. De ahí que este enfoque o perspectiva sea burocratizado por quienes impulsan acciones e inciden en la reorganización social, económica y política y la aculturación de las mujeres (Lagarde Marcela, 1996).

3.2 Perspectiva de género

Una visión científica, crítica, analítica, explicativa alternativa y política que permite analizar y comprender las características que definen a las mujeres y a los hombres de manera específica en su circunstancia histórica, así como sus semejanzas y diferencias, analiza las relaciones sociales entre personas de género diferentes y del mismo género. Esta perspectiva de género analiza las posibilidades vitales de las mujeres y los hombres; el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros, así como los conflictos institucionales y cotidianos que deben enfrentar a las maneras en que lo hacen. Contabilizar los recursos y la capacidad de acción con que cuentan mujeres y hombres para enfrentar las dificultades de la vida y la realización de los propósitos, es uno de los objetivos de este examen (Lagarde Marcela:1996)

Es por ello por lo que, la *perspectiva de género feminista* busca que cada mujer sea vista, nombrada y tratada en su totalidad de manera diferente a la tradicional, con acciones integrales, complejas, permanentes y de largo plazo, que permitan cambios realmente

estructurales: culturales, económicos, políticos, institucionales sociales y de redistribución del poder para mejorar la calidad de vida de las mujeres y hombres.

De esta manera la perspectiva de género es una construcción de articulaciones teóricas, categoriales, hipotéticas e interpretativas que ensambladas permiten dar cuenta de la complejidad de las determinaciones de los sujetos sociales, mujeres y hombres, así como de todas las dimensiones de la organización social y de las esferas en que cada una se reproduce (Lagarde Marcela: 1996)

Dentro de la perspectiva de género se incorpora el Autocuidado como una forma en que las mujeres dedicamos tiempo, esfuerzo y acciones de manera individual o colectiva para las mujeres.

Marta Lamas explica que la perspectiva de género permite analizar las relaciones de poder en distintos ámbitos de la sociedad, incluyendo el trabajo de cuidados. Marta argumenta que el género opera como un sistema de significados que establece jerarquías entre hombres y mujeres, legitimando desigualdades estructurales, mostrando como el poder no es solo una cuestión económica o política, sino que se expresa en las relaciones cotidianas, como el acceso a los recursos, la distribución del tiempo y la autonomía de las mujeres, así como la construcción y reforzamiento de la división sexual del trabajo, donde las mujeres quedan relegadas al espacio privado y los hombres al público, invisibilizando el aporte económico del cuidado y limitando el desarrollo de las mujeres (Lamas 1996)

3.3 División Sexual del trabajo

Otra categoría que Marta incorpora es la División sexual del trabajo, que como ya se mencionó es una estructura social que asigna roles diferenciados a hombres y mujeres en función del género, determinando qué tareas se consideran apropiadas para cada uno dentro del ámbito público y privado. Este concepto ha sido ampliamente analizado en el feminismo, destacando cómo la asignación del cuidado y las labores domésticas a las mujeres ha perpetuado desigualdades de género y limitaciones en su desarrollo personal, profesional y político (Lamas, 1996). Lamas argumenta que la solución a esta desigualdad radica en la redistribución del cuidado, involucrando al Estado, la sociedad y los hombres en la

corresponsabilidad del trabajo doméstico y de cuidados, para ello menciona que las políticas públicas de los gobiernos son fundamentales, ya que estas deben estar enfocadas en la provisión de servicios, pero deben tener énfasis en el cambio cultural, que elimine la idea de que el cuidado es exclusivo de las mujeres.

Otra categoría que Marta Lamas incorpora es la división sexual del trabajo, entendida como una estructura social que asigna roles diferenciados a hombres y mujeres en función del género, determinando qué tareas son apropiadas para cada uno dentro del ámbito público y privado. Este concepto ha sido ampliamente analizado en el feminismo, ya que evidencia cómo la asignación del cuidado y las labores domésticas a las mujeres ha perpetuado desigualdades de género y limitado el desarrollo de las mujeres en el ámbito político, económico y social (Lamas, 1996).

Desde una perspectiva feminista, la división sexual del trabajo no solo distribuye las tareas, sino que las jerarquiza. El trabajo productivo, históricamente asociado a lo masculino, ha sido más valorado social y económicamente que el trabajo reproductivo, asignado a las mujeres. Las actividades vinculadas al cuidado, la atención emocional, la crianza, la alimentación y la limpieza, entre otras, han sido invisibilizadas y no reconocidas como trabajo en términos económicos ni simbólicos. Esta situación ha contribuido a sostener un sistema patriarcal que relega a las mujeres a la esfera privada, limitando sus oportunidades de autonomía, desarrollo y participación política.

Las feministas marxistas y materialistas, como Silvia Federici o Danièle Kergoat, han señalado que esta división no es natural ni biológica, sino una construcción histórica y política que responde a los intereses del sistema capitalista y patriarcal, el cual se ha beneficiado del trabajo gratuito o mal remunerado de las mujeres en el hogar. Kergoat (2001) habla de una “relación social de sexo” que estructura toda la organización del trabajo y reproduce la subordinación de las mujeres mediante esta división.

Frente a esta desigualdad estructural, Lamas sostiene que la solución radica en la redistribución del cuidado, involucrando al Estado, la sociedad y a los hombres en la corresponsabilidad del trabajo doméstico y de cuidados. Esta redistribución no puede pensarse de forma neutral, sino desde una ética feminista del cuidado que reconozca la

interdependencia humana y la necesidad de garantizar condiciones de equidad para todas las personas, especialmente las mujeres que históricamente han sostenido la vida desde los márgenes.

3.4 Autocuidado

Otro concepto importante que debe entenderse es el Autocuidado y cuidado colectivo, pero desde una visión feminista, pero; ¿Qué es el autocuidado?

Para Marcela Lagarde y de los Ríos, antropóloga mexicana, feminista y gran referente para las mujeres de Latinoamérica, explica:

«Las causas feministas son colectivas y no pueden lograrse individualmente. Si una mujer cambia, cambia ella, pero si cambiamos todas, cambia el género»

Esto lo menciona en cada plática, en cada discurso que permiten conocer como las relaciones individuales permite también relacionarnos, entender que no hay ninguna competencia entre mujeres, sino que, socialmente se ha atribuido a las mujeres una guerra ficticia que a lo largo del tiempo impide que las mujeres se relacionen en forma solidaria exista una práctica de respeto y cuidados. Sin embargo, hablar de autonomía feminista significa ubicar a las mujeres en el horizonte cultural, recordad a Olimpia de Gouges cuando fue decapitada por hablar de los Derechos de las Mujeres como un proceso revolucionario, o como la filósofa Hannah Arendt, cuya importancia dentro del feminismo contemporáneo plantea que la autonomía no puede ser definida en abstracto sino que debe ser pensada viendo a las mujeres como sujetas sociales, esta autonomía debe ser analizada por cada proceso social que enfrenta cada mujer y que, esta autonomía también es vista como un hecho simbólico, que tiene que verse desde dos visiones, la de comenzar ese proceso de autonomía comprendiendo los procesos internos que sanamos y una independencia que le permite socializar desde un enfoque más reflexivo y participativo (Lagarde Marcela, 1997, pág:7)

La socialización entre mujeres como un proceso colectivo, busca conocer y reconocer las diferencias que existen entre mujeres, pero entender que no se trata de quién tiene la “verdad” y quién no, se trata de validar, consensar y entender que los procesos individuales forman de

manera personal una forma de entender lo que pasa a nuestro alrededor, pero que es necesario comenzar a entablar discusiones sobre el cuidado colectivo, esa forma en que el feminismo está revolucionando las relaciones entre mujeres y la importancia del cuidado no solo físico, emocional, psicosocial, sino también de forma colaborativa dentro del activismo. Si los gobiernos no invierten en el cuidado, que mejor forma de mostrar una revolución que cuidarse entre mujeres.

3.5 Feminismo: concepto y evolución histórica

Pero cuando hablamos de Feminismo, ¿De que hablamos?

Mujeres que se rebelaron contra una sociedad que las discriminaba, siempre hubo pero no representaban una colectividad, ya que desde lo individual buscaban cambiar la forma en que eran vistas, sin embargo a través de la historia y los siglos, las mujeres comenzaron a organizarse para exigir un mundo mejor para todas, tal es el caso en la época medieval, cuando en la escala social las mujeres formaban parte del último eslabón, ya que, eran vistas como débiles y sin ningún derecho, fue entonces cuando María de Gournay, una filósofa, escritora y poeta comenzó a organizarse con mujeres y hombres para lograr ser consideradas y considerados personas con derechos, lo que llevo a la denominada “primera exclusión” en la que solo los hombres pudieron acceder a distintas oportunidades, mientras las mujeres no. Es por ello que la organización de las mujeres comenzó a ser visto como peligroso, ya que cada día intervenían lugares públicos para ser escuchadas, de allí comenzó a surgir la colectividad de las mujeres que buscaba mejorar sus condiciones políticas y sociales.

En palabras de Nuria Varela en el libro “Feminismo para principiantes”

“El feminismo es un discurso político que se basa en la justicia. El feminismo es una teoría y práctica política articulada por mujeres que tras analizar la realidad en la que viven toman conciencia de las discriminaciones que sufren por la única razón de ser mujeres y deciden organizarse para acabar con ellas, para cambiar la sociedad. Partiendo de esa realidad, el feminismo se articula como filosofía política y, al mismo tiempo, como movimiento social. Con tres siglos de historia a sus espaldas, ha habido

épocas en las que ha sido más teoría política y otras, como el sufragismo, donde el énfasis estuvo puesto en el movimiento social”. (Varela, 202, p:10)

A partir de los acontecimientos en el siglo XVIII y XIX, con la exigencia del sufragio de las mujeres y la incorporación de las mujeres en distintos ámbitos académicos, fue entonces cuando comenzó la colectividad de las mujeres y el movimiento feminista se esparció por todo Europa, estados Unidos y Latinoamérica. En México durante el año de 1937 en el periodo de gobierno de Lázaro Cárdenas, se dio la primera iniciativa de reforma al artículo 34 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en la cual se solicita el derecho de las mujeres a poder votar y participar en cargos de elección popular, esta iniciativa no se hizo declaratoria en la constitución debido a las ideas conservadoras sobre las mujeres, así que la reforma quedo en el limbo de las reformas no consideradas importantes. El 6 de abril de 1952 existió una manifestación de mujeres en el parque 18 de marzo de la ciudad de México, exigiendo al actual gobierno plasmar en la constitución el derecho de las mujeres a votar y permitir participar en los cargos de elección popular, por lo que, el 17 de octubre de 1953 se publica en el Diario Oficial de la Federación (DOF) el decreto que anunciaba por primera vez en las reformas constitucionales el derecho de las mujeres a votar. Sin embargo, fue hasta el 4 de julio de 1954 que Aurora Jiménez Palacios participo en la contienda electoral como candidata a Diputada Federal, estos avances permitieron que las mujeres mexicanas participaran activamente en diversos ámbitos públicos que lograron un avance significativo en el desarrollo político y social de las mujeres, por lo que, el activismo de las mujeres comenzó a proyectarse de una manera diferente.

3.6 Economía feminista y su relación con la división sexual del trabajo

Diversa es la literatura producida en las últimas décadas en torno al cuidado y su conceptualización que todavía se está lejos de llegar a una noción de consenso (Batthyány, 2021), sin embargo, desde la economía feminista se ha vuelto un concepto clave para el análisis y la investigación con perspectiva de género para comprender el papel que juegan las relaciones de desigualdad entre mujeres y hombres en la economía y cómo las sociedades resuelven la producción y reproducción cotidiana de esta desigualdad por la organización social del cuidado . La economía feminista ha contribuido conceptual y metodológicamente

a visibilizar que el cuidado es un trabajo remunerado o no, y una necesidad, ya que todas las personas en algún momento de la vida necesitamos, necesitaremos o proveeremos de cuidados, actividad asumida y sostenida al interior de los hogares principalmente por las mujeres. Además, cumple una función esencial en las economías capitalistas: la reproducción de la fuerza de trabajo, esto quiere decir que sin este trabajo el capital no podría disponer todos los días de trabajadores y trabajadoras en condiciones de emplearse, el sistema simplemente no podría reproducirse (Rodríguez, 2012). Desde esta perspectiva, el trabajo doméstico y de cuidados sobrevive para la producción de la vida, para la satisfacción de las necesidades humanas, lo que es esencial para la acumulación del capital y la existencia de trabajo asalariado.

Años después diversos fueron los estudios centrados en analizar el trabajo “dentro y fuera” del hogar, por lo que empieza a separarse analíticamente del trabajo doméstico y surge otro enfoque de análisis en torno a las emociones y los sentimientos en los cuidados que Carol Gilligan denominó ética del cuidado. En este sentido, el cuidado está relacionado con el trabajo doméstico, pero se distingue por su componente relacional, afectivo y emocional (Carrasco et al., 2013).

Al incorporarse el feminismo en la academia, la teoría de género traspasó fronteras en varias ramas científicas, las artes y, humanidades al producir una perspectiva crítica epistemológica y metodológica al sesgo ideológico androcéntrico que permeó durante siglos el conocimiento científico y excluyó a las mujeres.

3.7 Activismo y su vínculo con la ética del cuidado

Pero ¿Qué es el activismo?

Años posteriores al sufragismo y la participación en diversos ámbitos sociales y políticos, las mujeres mexicanas comenzaron a darse cuenta que existían dificultades estructurales para acceder a un trato igualitario entre mujeres y hombres, durante los años sesenta comenzó un fenómeno estudiantil liderado por hombres que buscaba la libertad de expresión y mejores condiciones educativas para las juventudes, sin embargo el gobierno de Gustavo Díaz Ordaz al frente de la presidencia de México fue considerado como un desacato a las normas

estudiantiles y de buena conducta en las juventudes del País, la organización entre estudiantes para lograr un fin en común y que, beneficiará a todo el cuerpo estudiantil en México fueron los primeros pasos que sembraron las bases para el activismo y la libertad de conciencia entre las y los estudiantes en México, por tal motivo el Senado de la República mexicana considera que desde los años sesenta se consideró el activismo indispensable para la vida estudiantil y social del País. (Senado de la república:2018).

Considerando como antecedente el movimiento estudiantil de 1968 y la represión vivida en México por el gobierno que dejó miles de estudiantes asesinados el 2 de octubre como una represión al movimiento de estudiantes de las diversas instituciones educativas, las mujeres comenzaron a separarse del movimiento estudiantil para comenzar otra forma de activismo, un activismo que incluyera nuevas formas de participación de las mujeres, la visibilización de los problemas que se enfrentan dentro y fuera del campus estudiantil, eso aunado a las políticas de gobierno que comenzaron a incorporar la perspectiva de género en la política mexicana que logró que el movimiento feminista comenzará a entender el activismo de mujeres como una forma de protesta que gira en torno al rechazo del trato desigual entre mujeres y hombres, a la violencia que las mujeres experimentan en el ámbito público y privado, así como a la participación de las mujeres en la toma de decisiones, es decir, en la incorporación de las mujeres en los lugares donde históricamente los hombres han participado activamente dejando relegado el trabajo de las mujeres, el activismo de las mujeres es una forma de mostrar las acciones que pueden realizar en conjunto, teniendo como finalidad romper las brechas de desigualdad y la exigencia a las políticas con perspectiva de género, así como protocolos de actuación en contra de la violencia hacia mujeres. (L Cerna: 2020)

Cuando las mujeres se encuentran unidas colectivamente, el autocuidado es una práctica que les permite no solo tener el control de su salud, vida o entorno, sino también de reconocer sus derechos humanos, así como el proceso que puede llevarlas al empoderamiento de las mujeres, las reflexiones que el movimiento feminista ha llevado durante décadas ha permitido investigaciones, estudios y prácticas sustentadas no solo en lo académico, sino también a través de la diversidad de experiencias que las mujeres pueden mostrar, por ello que, cuando se habla de autocuidado feminista se busca potencializar la sostenibilidad de participación de

las mujeres y lograr que cada una pueda desarrollar habilidades que les permita ser parte del mundo que las rodea, dentro del autocuidado debe considerarse la economía feminista, ya que el debate en relación al trabajo doméstico y de cuidados para las mujeres ha llevado varios años y varios estudios, que identifican como el trabajo no remunerado para las mujeres impide su incorporación al ámbito económicamente activo, mermando así su participación en lugares donde históricamente ha estado masculinizado y que impide el desarrollo pleno de las mujeres (Pérez: 2004)

3.8 Ética del Cuidado en el activismo feminista

La Ética del Cuidado es un enfoque ético desarrollado desde el feminismo que desafía los paradigmas tradicionales de la moral, los cuales priorizan la autonomía, la imparcialidad y los principios universales de justicia. En contraste, la ética del cuidado enfatiza la racionalidad, la empatía y la interdependencia, reconociendo que todas las personas dependen unas de otras en distintos momentos de la vida (Gilligan, 1993). Desde el feminismo, este enfoque ha sido fundamental para analizar el trabajo de cuidados y su impacto en la vida de las mujeres. En este sentido, la ética del cuidado no solo se limita al ámbito privado, sino que también se ha convertido en una herramienta política para la organización y la resistencia feminista que han avanzado en el cuidado como una forma de resistencia.

El concepto de ética del cuidado surge en la década de 1980 con la psicóloga Carol Gilligan, quien en su obra *In a Different Voice* (1982) criticó las teorías del desarrollo moral propuestas por Lawrence Kohlberg. Gilligan argumentó que los modelos tradicionales, construidos desde una visión masculina, privilegiaban el razonamiento basado en normas abstractas de justicia y derechos, mientras que las mujeres tendían a basar su moral en el cuidado, la empatía y la responsabilidad hacia los demás.

A través de sus investigaciones, Gilligan argumentó que el enfoque tradicional sobre el desarrollo moral, basado en la obra de Lawrence Kohlberg, no reflejaba la realidad de las mujeres. Kohlberg estableció una escala de desarrollo moral que se centraba en la imparcialidad y la aplicación universal de normas, considerando que el nivel más alto de madurez moral se alcanzaba cuando los individuos actuaban de acuerdo con principios abstractos de justicia. Sin embargo, en sus estudios, Gilligan observó que las mujeres no se

ajustaban a una escala donde las mujeres eran observadas como moralmente "inferiores" a los hombres, sino que ella insistió en evidenciar que hombres y mujeres tienen un desarrollo ético diferente.

3.9 Empoderamiento de las mujeres

El empoderamiento se fortaleció gracias a las reflexiones de organizaciones de base, y en los noventa, se diseminó por diferentes disciplinas (Bentancor María: 2011). Al ser empleado por el discurso oficial, el empoderamiento de las mujeres se vio como una contribución al logro de las metas globales del desarrollo (Murguialday:2006), a través del enfoque MED, y más tarde con GED (Pérez María: 2008). En este ámbito político, el empoderamiento es considerado como una manera alternativa de percibir al desarrollo, el cual viene de abajo hacia arriba, con pretensiones de modificar las relaciones patriarcales de poder que las subordina a procesos más amplios de dominación (Cid Beatriz y Hinrichs Javiera, 2015). El concepto de empoderamiento se ha incorporado a los discursos y pretensiones gubernamentales que reclaman empoderar a las mujeres bajo una visión de transferencia,⁸ y aunque en ocasiones los agentes externos pueden ayudar a sostener los procesos de cambio, ya iniciados por las mujeres, es sabido que el empoderamiento no puede ser visto como una cesión limitada de poder que un grupo otorga a otro (León:1997). Por su parte, la clasificación de cuatro tipos de poder que han ayudado a los estudios feministas a entender los procesos de emancipación de las mujeres más allá del institucionalismo oficial, permitiendo superar el carácter opresivo del poder para entenderlo como un causal positivo y transformativo. De esta manera, el empoderamiento aborda:

- El poder-sobre, capacidad de afectar los resultados aún en contra de los intereses de los demás;
- El poder-para, cambios por medio de una persona o grupo;
- El poder-con, propuestas de soluciones colectivas a sus problemas y;
- El poder desde dentro, habilidad para resistir al poder de otros, surge del mismo ser (León: 1997).

El empoderamiento de las mujeres es un proceso de adquisición de poderes vitales que permiten independencia y autonomía material, social, subjetiva (sexual, intelectual, afectiva) y ética (Marcela Lagarde), lo que implica el cuidado propio, la defensa, el desarrollo personal, la consolidación social, la autoconfianza, la voluntad de superación y el acceso a recursos materiales, simbólicos y cognitivos, los que, al expandirse hacia una dimensión colectiva en la que las mujeres construyen estructuras organizativas suficientemente fuertes, se logran cambios sociales y políticos esperados por el colectivo (Murguialday: 2006). De cierto modo, la reflexión colectiva sobre sus condiciones de vida les permite una mejor comprensión de las estructuras que afectan su cotidianidad y las motiva a actuar en el ámbito público local.

3.10 Feminismo comunitario

El feminismo comunitario fue creado por mujeres aymaras bolivianas de “Mujeres Creando Comunidad” y mujeres xinkas de la “Asociación de Mujeres indígenas de Sta. María en la montaña de Xalapán”, Guatemala. Tiene el objetivo de decolonizar el feminismo, cuestionando la representación del sujeto feminista dentro de las teorías y praxis feministas, como la mujer blanca, de clase media y heterosexual. Ellas identifican al patriarcado como “el sistema de todas las opresiones, todas las explotaciones, todas las violencias, y discriminaciones que vive toda la humanidad (mujeres, hombres y personas intersexuales) y la naturaleza, como un sistema históricamente construido sobre el cuerpo sexuado de las mujeres” (Cabnal Lorena: 2010). Como una propuesta contestataria al patriarcado, acudieron al paradigma ancestral de los pueblos indígenas a los que pertenecen, lo cual les permitió retomar algunos elementos que se convirtieron en demandas políticas, por ejemplo: convivir, respeto a la tierra, auto sostenimiento económico y reciprocidad. Sin embargo, reconocieron como parte intrínseca de los paradigmas prehispánicos la existencia de un patriarcado originario ancestral, que sería un sistema milenario estructural de opresión contra las mujeres indígenas. Este patriarcado originario ancestral constituiría una imposición ancestral de la norma heterosexual obligatoria en la vida de las mujeres y hombres indígenas. Sobre todo, han identificado un “entronque patriarcal” en donde el patriarcado originario ancestral y el occidental, impuesto por la conquista, entran en sinergia y se asientan sobre el cuerpo de las mujeres indígenas (Paredes, 2014).

Desde el feminismo comunitario, el poder podría tener cuatro dimensiones de desarrollo: 1. El social (poder-para y poder con), que toma en cuenta la creación y fortalecimiento de amistades y redes sociales, así como el reconocimiento de los deseos y actividades de las mujeres por parte de su familia y comunidad;

1. El corporal (poder desde adentro), que se refiere a asumir la corporalidad individual como territorio propio e irrepetible, permite ir fortaleciendo el sentido de afirmación de su existencia de ser y estar en el mundo. Por lo tanto, emerge la autoconciencia, que va dando cuenta de cómo ha vivido ese cuerpo las diferentes opresiones (Cabnal, 2010);
2. El material (poder sobre) se relaciona con el acceso y control de recursos naturales económicos, incorpora la lucha histórica por la recuperación y defensa del territorio tierra
3. El poder cognitivo es la dimensión que, hasta hoy, ha quedado pendiente en el análisis del empoderamiento femenino, y el que, sin duda, nos ayudará a abrir nuevas pistas en la lucha del reconocimiento de las aportaciones de mujeres indígenas campesinas en defensa del maíz nativo. Se refiere a la suma de todos los empoderamientos y los transforma en una fuente de cognición constante mediante el aprendizaje, la adquisición de conocimientos y saberes, y la capacidad de relacionarlos. Tiene que ver con la formación de una masa crítica mediante la dinámica de un aprendizaje transformador y liberador de las estructuras que limitan su participación social, intelectual y política (FREIRE:1986).

Capítulo 4. Abordaje metodológico

Este capítulo retoma como categoría central de análisis las estrategias desarrolladas por las mujeres de la Red de Tultitlán, entendidas como acciones organizadas y sostenidas que les permiten acompañar, resistir y cuidar colectivamente. Estas estrategias se configuran a partir de sus prácticas cotidianas y experiencias de vida, por lo que se reconoce su carácter situado, relacional y político. Desde esta perspectiva, se analizan las formas en que dichas estrategias emergen en contextos de violencia estructural y precariedad institucional, dando lugar a procesos de cuidado colectivo con dimensión transformadora.

4.1 Metodología de la Investigación

Enfoque metodológico

La presente investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, cuya finalidad es conocer, explorar y comprender las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo desarrolladas por las mujeres de la Red de Mujeres de Tultitlán. Estas estrategias se entienden como formas de acción organizadas y sostenidas, construidas a partir de sus prácticas cotidianas y experiencias de vida. El estudio busca visibilizar los saberes situados que se han construido colectivamente para acompañar a otras mujeres en situación de violencia, reconociendo la importancia del conocimiento encarnado (Blázquez Graf, 2007). Desde una perspectiva feminista, se adopta el marco metodológico de Norma Blázquez Graf, quien ha cuestionado las estructuras tradicionales de la investigación científica al señalar que estas suelen excluir o minimizar las experiencias de las mujeres. La autora propone una metodología participativa y dialógica, en la cual las mujeres no son solo objeto de estudio, sino sujetas epistémicas activas en la construcción del conocimiento.

Esta investigación se sitúa en un enfoque cualitativo con perspectiva feminista, desde el cual se reconocen y valoran las experiencias de las mujeres como fuente legítima de conocimiento situado. El objetivo no es representar a las mujeres como objeto de estudio, sino construir conocimiento con ellas, recuperando sus trayectorias, emociones, estrategias y prácticas en el contexto del activismo comunitario, los cuidados y las violencias estructurales.

Este enfoque parte de una crítica a las metodologías tradicionales que invisibilizan las subjetividades y jerarquizan los saberes. En cambio, se recupera la propuesta metodológica de Norma Blázquez Graf (2010), quien plantea una investigación feminista, ética, dialógica y comprometida, donde el conocimiento se produce desde la implicación, la escucha activa y el respeto mutuo. El enfoque cualitativo-feminista utilizado en esta investigación permite comprender cómo las mujeres de la Red de Tultitlán han construido prácticas de autocuidado y cuidado colectivo no como respuestas individuales, sino como procesos comunitarios, éticos y políticos. Las voces de las participantes son consideradas fundamentales para interpretar no solo los hechos, sino los sentidos, emociones y saberes que sostienen su trabajo cotidiano.

4.2 Diseño de la investigación

El diseño de esta investigación es exploratorio-descriptivo, centrado en la reconstrucción de experiencias significativas vividas por mujeres que integran la Red de Mujeres de Tultitlán entre 2020 y 2023. Además de las entrevistas en profundidad, las mujeres de las redes han creado documentos, tales como cartillas formativas, comunicados, materiales de difusión y registros de acompañamiento. Estos documentos fueron analizados como fuentes complementarias que aportaron elementos clave para comprender las estrategias colectivas, los procesos formativos y las dinámicas organizativas que las mujeres han construido en respuesta a contextos de violencia y exclusión institucional.

La investigación se articula en torno a tres ejes:

1. Las estrategias y prácticas de autocuidado sostenidas por las mujeres.
2. Las formas de cuidado colectivo que han construido en red.
3. Los desafíos que enfrentan frente a la sobrecarga, la falta de reconocimiento y la ausencia institucional.

Este diseño se sostiene en una lógica cualitativa interpretativa que permite el análisis profundo de las trayectorias y experiencias de vida de las participantes. Se parte de la convicción de que los saberes de las mujeres organizadas en redes tienen un valor epistémico y político, y por ello deben ser documentados, visibilizados y reconocidos.

4.3 Técnicas de recolección de datos

- Técnicas de recolección de información

Este trabajo se desarrolló desde un enfoque feminista situado, lo cual implicó el reconocimiento de las participantes como sujetas epistémicas, portadoras de saberes, experiencias y resistencias. Se priorizó la construcción de un vínculo horizontal, respetuoso y ético durante todo el proceso de investigación. En todos los casos, las entrevistas fueron realizadas con consentimiento informado, garantizando la confidencialidad de las participantes mediante el uso de seudónimos. Se procuró que los espacios para las entrevistas fueran seguros y cómodos, definidos de común acuerdo con cada mujer.

Se sostuvo una postura ética basada en el cuidado, tanto de las entrevistadas como de la investigadora, en coherencia con el eje del estudio. Además, se mantuvo un diálogo constante sobre los fines del proyecto, el uso de la información y el respeto por los relatos compartidos.

El análisis se desarrolló con plena conciencia de las implicaciones políticas y emocionales del trabajo de campo, cuidando no revictimizar, no extraer información sin reciprocidad, y reconociendo que el conocimiento se produce colectivamente en el encuentro con otras.

- Entrevistas a profundidad- Entrevistas en profundidad. Se realizaron entrevistas en profundidad a tres mujeres integrantes de la Red de Mujeres de Tultitlán. Las entrevistas se centraron en recuperar sus trayectorias, experiencias, emociones y, especialmente, las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo desarrolladas en su práctica cotidiana. Se eligieron por su participación activa en el acompañamiento a otras mujeres, su trabajo comunitario y su experiencia como cuidadoras en un contexto de violencia estructural.
- Observación participante- Se llevó a cabo observación en reuniones, espacios de formación y actividades comunitarias organizadas por la red. Esta técnica permitió documentar interacciones, prácticas cotidianas y formas de cuidado colectivo que no siempre son verbalizadas en las entrevistas, pero que forman parte central del quehacer de las mujeres.

- Análisis documental- Se revisaron materiales producidos por la red y por el Observatorio de la Gobernanza para el Desarrollo Comunitario y Ciudadanía de las Mujeres. Destaca el corto documental “Mujeres que acompañan a mujeres” (TechCamp México, 2021), donde se narra cómo, durante la pandemia, la red brindó contención, acompañamiento y atención de primer contacto a mujeres en situación de violencia. Este material, junto con el nuevo proyecto de 2024 titulado “Yo cuido... pero ¿quién me cuida?”, representan fuentes de análisis que complementan las entrevistas y la observación, y visibilizan el trabajo comunitario de las mujeres desde su propia narrativa y resistencia.

4.4 Criterios de selección de participantes

La selección de las participantes fue intencionada, considerando los siguientes criterios:

- Participación activa en la Red de Mujeres de Tultitlán entre 2020 y 2023.
- Experiencia en acompañamiento a mujeres en situación de violencia.
- Participación en prácticas de autocuidado y cuidado colectivo.
- Disposición ética y emocional para compartir sus experiencias.

El número reducido de entrevistas se justifica por el enfoque cualitativo de la investigación, el carácter sensible del tema, la densidad del análisis y el compromiso con los principios de cuidado, confidencialidad y no revictimización.

4.5 consideraciones éticas

Dado que esta investigación trabaja con mujeres que han enfrentado violencia y que sostienen procesos de acompañamiento comunitario, se tomaron medidas éticas rigurosas:

- Se solicitó consentimiento informado verbal, explicando los fines de la investigación.
- Se garantizó la confidencialidad de sus relatos y la protección de su identidad.
- Se priorizó el respeto a los ritmos, emociones y límites de las participantes.
- No se recolectaron datos institucionales sensibles, ni se utilizaron elementos que pudieran ponerlas en riesgo.
- Se reconoció su agencia política, evitando cualquier enfoque asistencialista o extractivista.

El presente capítulo desarrolla el abordaje metodológico de la investigación, fundamentado en el enfoque cualitativo y la perspectiva feminista de Norma Blázquez Graf (2010). La metodología utilizada busca visibilizar el conocimiento situado de las mujeres activistas que integran la Red de Mujeres de Tultitlán, a fin de comprender cómo han desarrollado e implementado estrategias de autocuidado y cuidado colectivo en el acompañamiento a mujeres en situación de violencia de género.

Desde esta perspectiva, se han empleado tres técnicas de recolección de datos:

1. Entrevistas a profundidad, para explorar las experiencias individuales de las participantes.
2. Relatos de vida, que permiten reconstruir la trayectoria y evolución de sus prácticas de cuidado.
3. Análisis documental, con el propósito de identificar registros comunitarios y su relación con las estrategias de acompañamiento.

Dado que esta investigación se basa en un enfoque cualitativo, se prioriza la profundidad y riqueza de los testimonios sobre la generalización estadística. En este sentido, el diseño metodológico responde a la pregunta de investigación:

¿Cómo se desarrollan y qué impacto tienen las prácticas de autocuidado y cuidado colectivo implementadas por las mujeres que integran las redes de Tultitlán en el acompañamiento a víctimas de violencia de género?

Para garantizar la coherencia entre la pregunta de investigación y la metodología empleada, se establecieron criterios específicos para la selección de participantes:

- Mujeres que integraron la Red de Mujeres de Tultitlán entre 2020 y 2023.
- Mujeres que han desarrollado prácticas de autocuidado y cuidado colectivo dentro de su activismo.
- Mujeres con experiencia en el acompañamiento a víctimas de violencia de género.

Además, se han adoptado medidas éticas para proteger la identidad y bienestar de las participantes, asegurando el consentimiento informado, la confidencialidad de la información y la contención emocional en el proceso de recolección de datos. El análisis de la información se realizó mediante una triangulación metodológica entre las entrevistas, los relatos de vida y los documentos comunitarios, lo que permitió identificar patrones y desafíos estructurales en la organización de la Red de Mujeres de Tultitlán. No obstante, esta investigación presenta ciertas limitaciones, como el número reducido de participantes y el acceso restringido a documentos internos de la red. A pesar de ello, siguiendo el enfoque de Blázquez Graf, se enfatiza la construcción de conocimiento basado en la experiencia y la subjetividad de las mujeres, lo que permite un análisis profundo de sus estrategias de cuidado.

A lo largo de este capítulo, se detallará la aplicación de cada técnica metodológica y su relación con los objetivos de la investigación, destacando cómo el autocuidado y el cuidado colectivo se han convertido en estrategias clave para la sostenibilidad del activismo feminista en contextos de violencia estructural.

Capítulo 5. Análisis y resultados

En este capítulo se presenta un análisis integral sobre las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo que han sido desarrolladas por las mujeres que integran la Red de Mujeres de Tultitlán, Estado de México, entre 2020 y 2023. Desde un enfoque cualitativo feminista y situado, y con base en el marco teórico centrado en el conocimiento situado (Blázquez, 2007, 2010), se analiza la resignificación del cuidado como acción política, así como la organización colectiva frente a contextos de violencia y abandono institucional.

El análisis se construyó a partir de entrevistas en profundidad, observación participante y revisión de documentos elaborados por la propia red. Estas estrategias son entendidas como respuestas éticas, políticas y colectivas, que permiten resistir, sostenerse y cuidar a otras en condiciones estructurales adversas. Se retoman los testimonios de tres mujeres —Lupita, Ivonne y Flor—, quienes han participado activamente en el acompañamiento a mujeres en situación de violencia, y cuyas trayectorias permiten comprender cómo se configuran estas estrategias en la práctica.

Este análisis se guía por el principio de que las mujeres no son solo objeto de estudio, sino sujetas epistémicas capaces de transformar su entorno. Como señala Blázquez (2007), “el conocimiento situado es indispensable para comprender las realidades específicas de las mujeres, pues cada experiencia está mediada por factores sociales, culturales y políticos”.

5.1 Eje de análisis

El capítulo se estructura en torno a tres ejes de análisis coherentes con los objetivos del estudio:

1. Estrategias de autocuidado, que las mujeres implementan para resistir el desgaste físico y emocional derivado de las violencias vividas y de su labor de acompañamiento.
2. Estrategias de cuidado colectivo, que reflejan el fortalecimiento de vínculos solidarios y redes comunitarias frente a contextos hostiles y a la ausencia de respuestas estatales.

3. Estrategias de decisión en el acompañamiento, que evidencian los procesos éticos y políticos que las mujeres atraviesan para sostener su activismo en un entorno adverso.

Esta estructura permitió identificar patrones de resistencia, formas de organización cotidiana y resignificación del cuidado, entendidas como respuestas políticas que desafían las estructuras de desigualdad.

5.2 Estrategias personales de autocuidado (Análisis del testimonio de Lupita)

Este testimonio fue recabado a través de una entrevista en profundidad con una mujer integrante de la Red de Mujeres de Tultitlán. Se preserva su identidad bajo el seudónimo de Lupita. Su historia refleja cómo el autocuidado no era parte de su vida hasta que vivió experiencias límite: violencia psicológica, enfermedad y acompañamiento a otras mujeres. A través de su voz, es posible comprender el proceso de resignificación del autocuidado como una estrategia política, emocional y vital.

Desde una perspectiva feminista situada, el autocuidado practicado por las mujeres de la Red de Tultitlán trasciende lo individual para convertirse en una estrategia política, ética y colectiva. En contextos donde el Estado está ausente y el acompañamiento a otras implica una carga emocional constante, el autocuidado se configura como una forma de resistencia cotidiana frente a las violencias estructurales.

En este eje se analizan las estrategias que las mujeres desarrollaron entre 2020 y 2023 para sostener su salud emocional, física y mental ante el desgaste generado por el activismo, el acompañamiento a víctimas y la precariedad institucional. Estas estrategias no surgen de manera espontánea, sino que se van construyendo a partir de experiencias acumuladas, aprendizajes compartidos y decisiones conscientes que las mujeres toman para evitar el colapso o el abandono de sus procesos políticos.

Como señala Marcela Lagarde (2006), el autocuidado permite a las mujeres recuperar su autonomía y dignidad, al tiempo que se reconocen como sujetas políticas. En esta dimensión, el cuidado hacia una misma no es un acto egoísta, sino una afirmación de vida. Esta lectura se vincula también con la propuesta de Carol Gilligan (1985), quien plantea que el cuidado

tiene una dimensión relacional y ética: cuidar(se) fortalece a las personas y a las comunidades.

En el caso de Lupita, el autocuidado se manifiesta como un proceso de sanación emocional y física, derivado de sus vivencias de violencia psicológica y su lucha contra el cáncer de mama. Su testimonio revela que el autocuidado no es únicamente una estrategia de supervivencia, sino también una herramienta para transformar el dolor en acción política y colectiva. Como ella afirma:

“Me encerré una semana completa, no hablé con nadie. Necesitaba estar conmigo. Entendí que no podía acompañar si yo estaba rota. No es egoísmo, es resistencia.” (Entrevista a profundidad, Lupita, 2023)

Otras mujeres, como Flor e Ivonne, también narran estrategias como tomar pausas prolongadas, refugiarse en actividades artísticas, bordar con otras compañeras, organizar círculos de contención o simplemente decidir no tomar un caso cuando se sienten saturadas emocionalmente. Estas decisiones no se entienden como debilidad, sino como formas legítimas de protección y sostenimiento de la vida.

El autocuidado, entonces, se posiciona como una estrategia feminista que desafía el mandato de sacrificio que históricamente ha recaído sobre las mujeres. En lugar de reproducir la entrega total, las mujeres de la red reinventan el cuidado desde una ética que pone en el centro la integridad emocional de quienes cuidan.

El siguiente testimonio fue recabado a través de una entrevista a profundidad con Lupita, se le ha cambiado el nombre para proteger su identidad, Lupita es una mujer integrante de la Red de Mujeres de Tultitlán, realizada en el marco de esta investigación. El relato permite observar cómo el autocuidado, lejos de ser una experiencia individual, se resignifica como una herramienta política y de transformación colectiva en contextos de violencia, enfermedad y ausencia de políticas públicas de apoyo. Por razones éticas y de confidencialidad, el nombre real de la participante ha sido anonimizado.

Yo soy una mujer que comenzó sobre este activismo, el feminismo y los derechos de las mujeres. Fui parte de un proyecto en 2016 llamado Mujeres que acompañan mujeres. Nunca me imaginé lo que eso iba a provocar en mi vida.

Soy sobreviviente de cáncer, durante mis quimioterapias jamás pensé en mí. Nunca supe qué era el autocuidado. Me explotó la cabeza cuando escuché esa palabra por primera vez en una capacitación. (Hace una pausa) Me di cuenta de que nunca me había importado, ni mi cuerpo, ni mi salud.

Me dijeron que tenía que amarme primero a mí, para después amar a los demás. Y yo lo veía al revés. Nadie me lo había dicho así.

Las redes me enseñaron que nadie tiene derecho a tratarme mal. Que no es mi culpa si otros toman decisiones violentas. Que soy sobreviviente, no solo de un cáncer, sino de una relación que me estaba matando por dentro.

(Llora) Si yo no hubiera conocido las redes, no estaría aquí. Aprendí que mi felicidad no depende de nadie sino de mí misma. Me prioricé por primera vez.

Ahora les enseño a otras mujeres que deben priorizarse. Que nada es más importante que ellas, ni sus parejas, ni sus hijos. Yo antes no lo sabía.

Si los gobiernos invirtieran más en las comunidades, si las lideresas tuvieran recursos, ya tendríamos un batallón. Yo sin dinero, con miedo, acompañé a muchas. Y lo seguiré haciendo.

Gracias May, porque aprendí mucho y eso me ha enseñado a quererme y a ser yo, (abraza a May, finaliza entrevista)

Lupita refleja dos aspectos clave del autocuidado. Primero, el reconocimiento de la violencia psicológica ejercida por su pareja y la normalización de la culpa como resultado de un sistema patriarcal que perpetúa las desigualdades de género. Segundo, su proceso de sanación emocional y física tras el diagnóstico de cáncer de mama, que le permitió resignificar el autocuidado como un acto integral que abarca el cuerpo, la mente y las emociones.

Lo que explica Lupita puede ser interpretado desde las aportaciones de Marcela Lagarde (1996), quien señala que “el autocuidado es un acto político que desafía las relaciones de poder al priorizar la vida y la autonomía de las mujeres frente a las violencias normalizadas.”

Al identificar su situación como violencia psicológica, Lupita no solo logró salir del ciclo de

violencia, sino que también transformó esta experiencia en una herramienta de resistencia que le ayudó con otras mujeres que le pedían ayuda por su labor al frente de la red.

Por otro lado, la ética del cuidado de Carol Gilligan permite comprender cómo Lupita, al aprender de las historias de otras mujeres en la red, adoptó un enfoque relacional del autocuidado. Este enfoque, basado en el acuerpamiento y la sororidad, le permitió conectar su experiencia personal con las de otras mujeres, construyendo un espacio de aprendizaje colectivo. El proceso de sanación de Lupita también puede vincularse con la noción de autonomía feminista planteada por Lagarde, entendida como la capacidad de las mujeres para recuperar el control de sus vidas, incluso en contextos de violencia estructural y abandono institucional.

Otro aporte desde la perspectiva de Lagarde resalta cómo las mujeres interiorizan las normas patriarcales que las educan para priorizar a otros, relegando sus propias necesidades y deseos. Lagarde (1996) describe este proceso como un “despojo de subjetividad,” donde las mujeres son socializadas para convertirse en objeto de cuidado, pero no en sujetas de su propia existencia. Esto de acuerdo con lo mencionado por Lupita en su testimonio y que considera que desde pequeña fue educada para servirle a otros y no a ella misma, en este sentido se habla del autocuidado como una dimensión política, para ella, el autocuidado no es un acto individualista, sino una respuesta colectiva que desafía las normas patriarcales que imponen el sacrificio como mandato femenino. En este sentido, Lupita resignifica el autocuidado como una forma de resistir las estructuras que intentaron despojarla de su valor personal.

Lagarde también señala que el autocuidado está íntimamente ligado a la noción de “sororidad,” definida como una alianza entre mujeres basada en la confianza, el respeto y el acompañamiento mutuo. En las redes de mujeres, Lupita encontró un espacio donde el cuidado dejó de ser una carga para convertirse en una práctica compartida, fortalecida por el acuerpamiento y el aprendizaje colectivo.

La historia de Lupita permite identificar cómo las prácticas de autocuidado, cuando son comprendidas desde una perspectiva feminista, se convierten en herramientas esenciales para la transformación personal y colectiva. Lo que ella relata sobre su desconocimiento previo del concepto de autocuidado, a ser parte de algo o al tener derecho a estar dentro de algo,

refleja una realidad compartida por muchas mujeres, quienes son educadas bajo sistemas patriarcales que les enseñan a priorizar a otros antes que a ellas mismas. Este despojo simbólico de la autonomía, como lo menciona Marcela Lagarde (1996), es una de las estrategias del patriarcado para mantener a las mujeres en roles subordinados.

El proceso de descubrimiento y resignificación del autocuidado que Lupita vivió en la red de mujeres valida los planteamientos de Lagarde, quien afirma que el autocuidado es una práctica política que permite a las mujeres recuperar el control de sus vidas. Lupita señala que el término “autocuidado” le hizo replantear toda su vida, llevándola a comprender que priorizarse no solo es legítimo, sino necesario. Esta reflexión no solo es transformadora, sino que también resuena con la ética del cuidado de Carol Gilligan, quien enfatiza que el cuidado debe incluirse como una práctica ética hacia una misma, no solo hacia los demás.

En este sentido, Lupita ejemplifica cómo las mujeres, al acceder a conocimientos feministas, pueden desafiar los mandatos patriarcales que las obligan a cargar con culpas y responsabilidades ajenas. La afirmación de Lupita de que “el autocuidado te dice que debes amarte tú, para después amar lo demás” se alinea con lo que Lagarde denomina “autonomía feminista,” un proceso que exige romper con la dependencia emocional, económica y simbólica que las mujeres tienen hacia sus parejas o familiares.

Lupita menciona que el autocuidado le permitió resignificar su cuerpo y su relación con él tras el cáncer de mama. Este punto es especialmente significativo, ya que el cuerpo femenino, como lo plantea Lagarde, es un espacio que ha sido históricamente controlado por el patriarcado. Recuperar el control de su cuerpo mediante el autocuidado representa un acto de resistencia frente a estas estructuras opresivas. Además, Lupita subraya que el conocimiento adquirido en la red no solo cambió su vida, sino que la impulsó a apoyar a otras mujeres. Este tránsito del autocuidado individual al cuidado colectivo valida la importancia de la sororidad como una práctica transformadora, planteada tanto por Lagarde como por la filosofía del cuidado. En palabras de Gilligan, el cuidado es una práctica relacional que no solo mejora la vida individual, sino que fortalece a las comunidades al fomentar alianzas y solidaridad.

Desde esta perspectiva, la experiencia de Lupita no solo ejemplifica la importancia del autocuidado en la vida de las mujeres, sino que también destaca cómo el acceso a espacios

de aprendizaje feminista puede transformar realidades individuales y colectivas. En este caso, Lupita no solo utilizó el autocuidado para sanar, sino que lo convirtió en una herramienta para empoderar a otras mujeres. Este enfoque refuerza la idea de que el cuidado, tanto individual como colectivo, es un acto político que desafía las jerarquías patriarcales y promueve relaciones más igualitarias.

5.3 Estrategias personales de autocuidado (Análisis del testimonio de Ivonne)

Ivonne relata

(entrevista a profundidad realizada en Tultitlán, 2023)

Hola May... pues yo soy Ivonne, vivo en la colonia Lechería... y estoy en la Red de Tultitlán desde que comenzó, en 2015. Mi historia... pues no es muy diferente a la de otras chicas. Yo vivo con una discapacidad auditiva. La tengo desde que nací. Y lo digo porque... porque siempre ha sido motivo de burla, de discriminación, incluso en mi casa.

Antes de la Red, yo ya andaba metida en un grupo vecinal, los Vecinos Unidos de Lechería... siempre me ha gustado ayudar a los demás, ¿sabes? Pero un día... me invitaron a una reunión de la Red. La verdad, pensé que era algo político, como de partidos o así, y dije “bueno, voy a ver qué es”. Y desde la primera sesión... me atrapó.

Yo tenía vecinas que me buscaban, que venían a contarme cosas... que les pasaban cosas feas, de violencia, y me pedían ayuda... pero yo no sabía qué hacer, ni a dónde mandarlas. Y en eso... estando en la Red... me cayó el veinte: yo también vivía violencia. No de golpes ni gritos... pero sí. Muy sutil. Y ahí entendí que también era violencia.

Me acuerdo que decía: “es que yo no sufro violencia”, pero... me educaron a mis hijos para que no estén donde no se sientan bien, y yo seguía ahí. La violencia económica... esa no se ve, pero pesa. Me daba lo que necesitaba, sí, pero... ¿a qué costo? Yo no decidía nada. Y luego en los talleres, nos decían cosas como: “¿cuándo fue la última vez que pensaste en ti?”. Y ahí fue cuando me di cuenta de que... nunca me priorizaba. Incluso para ir a la primera sesión... fui pensando en ayudar a otras. No en mí. Y allá estábamos, bien formales, todas

con libreta... pero yo regresaba a mi casa llorando, porque decía: “¿cómo no me di cuenta antes?”

Y luego conocí a las demás, unas que ya conocía, otras nuevas... y nos pusimos a hablar de nosotras, de lo que vivimos, del autocuidado... Y yo pensaba que autocuidado era peinarte, ponerte una mascarilla o vestirse bonito... pero ahí entendí que también era político, era social. Era decir que no. Y aprendí... a decir que no. Me costó, ¿eh? Mucho. Porque antes, si alguien me pedía algo, yo corría. No importaba si me sentía mal o si tenía otra cosa. Corría. Pero en la Red... aprendí a parar. A decir: “esta vez no”. Lo hice hasta con mi esposo. Le dije que no. Que no más. Que ya no quería eso. Que ya no quería que me hiciera sentir chiquita. Que ya no quería que él decidiera todo. Y aprendí también... a ayudar desde otro lugar. A pensar en mí. A cuidarme primero. Me salvó la Red. Me salvó de mí misma. De vivir para todos menos para mí. De dar y dar y dar... y nunca darme.

Cuando nos dieron nuestra constancia de lideresas comunitarias... ay, no. Lloré. Me dijeron “activista”... y yo pensé: “¿yo? ¿yo activista?”. Pero sí. Una ama de casa, con discapacidad, sin estudios... activista. Imagínate. Y desde entonces... pues no he parado. En mi casa doy talleres. Invito a las vecinas. A las que veo tristes, las jalo con el pretexto de un cafecito. A veces hacemos manicure, faciales, o vemos si podemos meter un curso en el EDAYO. El chiste es que lleguen, que se escuchen, que se vean.

Mi hija, la más grande, me ayuda. Y entre las dos, hablamos de feminismo... cosas que antes me daban miedo, que no entendía. Pero ahora sé. Ahora sí me siento fuerte. Y... lo más difícil ha sido enseñarles a las otras a priorizarse. Porque todas damos, damos, damos... hasta que ya no tenemos nada. Ni dignidad, ni ganas, ni cuerpo.

Yo siempre les digo: primero ustedes. Primero tú. Luego lo demás. Y así vamos... ahí seguimos con los cafecitos. Nos reunimos, nos reímos, lloramos, nos escuchamos... y entre todas, nos ayudamos.

Fin de entrevista con Ivonne.

Después de la entrevista a profundidad, Ivonne ejemplifica uno de los conceptos clave de Lagarde: la importancia de nombrar y visibilizar la violencia para iniciar un proceso de autonomía. En su relato, Ivonne comparte que no reconocía la violencia económica y psicológica que vivía dentro de su matrimonio, debido a su sutileza y normalización social. Según Lagarde, las mujeres a menudo interiorizan las opresiones estructurales, convirtiéndolas en parte de su cotidianidad. Fue gracias a las sesiones de la red que Ivonne pudo identificar y resignificar estas experiencias como actos de violencia, un primer paso hacia su autonomía. El reconocimiento que Ivonne hace conecta directamente con lo que Lagarde denomina autonomía de conciencia, el primer nivel de la autonomía feminista, en el que la mujer toma conciencia de su situación y comienza a cuestionar las estructuras que la subordinan. La priorización personal como acto político, cuando Ivonne describe su transición hacia la priorización personal como un proceso difícil, marcado por la resistencia a aprender a decir “no”. Este acto, aparentemente simple, es en realidad una ruptura con los mandatos de género que relegan a las mujeres al rol de cuidadoras incansables, de madres abnegadas, de mujeres que dejan de ser mujeres para convertirse en seres cuidadoras de alguien, menos de ellas. Lagarde enfatiza que la autonomía feminista incluye no solo la capacidad de tomar decisiones, sino también de establecer límites y exigir respeto. La capacidad de Ivonne de priorizarse y rechazar situaciones que comprometan su bienestar representa un paso clave hacia la autonomía relacional, otro de los niveles fundamentales propuestos por Lagarde.

Para otras autoras como lo es Norma Blázquez, señala que la economía feminista busca visibilizar cómo las dinámicas económicas impactan de manera diferenciada a las mujeres, especialmente en términos de violencia económica y trabajo no remunerado, Ivonne describe claramente esta experiencia cuando menciona que ella enfrentaba violencia económica de manera tan sutil, ya que consideraba que el que no le faltara nada en casa de manera económica, no significaba que no la viviera, pues estas manifestaciones se pueden dar de múltiples formas, haciendo creer a la víctima que debe conformarse con lo que recibe, inclusive si son gritos, humillaciones u otros. La autora también explica que las mujeres a menudo no reconocen la violencia económica porque está normalizada dentro de los roles de género tradicionales, donde el proveedor económico (generalmente masculino) ejerce control

sobre los recursos. El proceso de Ivonne al identificar esta violencia refleja un paso clave hacia la autonomía económica y personal.

Cuando Ivonne menciona cómo vivía “a prisa”, siempre respondiendo a las necesidades de los demás sin importar lo que tuviera que sacrificar. Esto ilustra lo que Blázquez define como la “doble carga” que enfrentan las mujeres: la responsabilidad de sostener emocional, social y económicamente a sus familias y comunidades, a menudo sin reconocimiento ni remuneración.

La doble carga en la economía feminista señala que este trabajo de cuidado no remunerado es esencial para la sostenibilidad de la vida, pero al mismo tiempo perpetúa desigualdades económicas y de género. El cambio de Ivonne al priorizarse y aprender a decir “no” representa una ruptura con esta lógica, donde el autocuidado se convierte en una forma de resistencia frente a la explotación emocional y económica.

El contexto de Ivonne es el de una mujer trabajadora doméstica y de cuidados sin remuneración, que ha enfrentado desde pequeña discriminación por su discapacidad auditiva, orillándola a normalizar los actos de violencia con los que ha crecido, el relato de Ivonne y las teorías de Marcela Lagarde y Norma Blázquez muestra cómo el autocuidado y la autonomía feminista se entrelazan con el reconocimiento del trabajo de cuidado y la economía feminista. Ivonne no solo logra transformar su propia vida, sino que se convierte en un ejemplo vivo de cómo estas teorías pueden aplicarse en contextos reales, desafiando las estructuras que limitan a las mujeres y fortaleciendo a su comunidad a través de la sororidad y el cuidado colectivo. Ivonne muestra que las actividades que ella comenzó haciendo de manera autodidacta con sus vecinas es un acto político y de resistencia, pues el crear condiciones y espacios seguros para mujeres en un municipio son alerta de violencia de género por feminicidio como lo es Tultitlán, es un avance significativo para las mujeres, durante el tiempo que ella estuvo asistiendo a las sesiones de capacitación para formar parte de la Red de tultitlán, ella se enfrentó a diversas formas de violencia en su hogar al igual que sus vecinas, estructuralmente para servir al sistema patriarcal, que nos dicta como debemos comportarnos y que rol asumir, un aspecto central del relato de Ivonne es su capacidad para transformar su experiencia personal en una acción colectiva, su trabajo con vecinas, desde

invitar a un café hasta impartir talleres sobre feminismo y autocuidado, ella resalta la importancia de reunirse como estrategias para enfrentar la violencia y construir comunidades más equitativas. Esto conecta directamente con la economía feminista, que Blázquez defiende como una perspectiva que no solo cuestiona las dinámicas de explotación económica, sino que también propone modelos alternativos basados en la cooperación, el apoyo mutuo y el valor del cuidado.

Ivonne refleja el compromiso que adquieren las mujeres que han tomado conciencia, ayudar a otras mujeres, mejorado su entorno, creando espacios seguros y condiciones para que cada una viva su proceso de empoderamiento de manera individual y colectivamente.

5.4 Estrategias personales de autocuidado (Análisis del testimonio de Flor)

Flor relata

“Mi nombre es Flor, soy de zona centro de Tultitlán. Yo llegue a la red muy tarde, vivía en una vecindad en el centro y tenía una vecina que siempre gritaba muy fuerte, lloraba y pedía auxilio en la noche, yo vivo sola con mi hijo, soy madre soltera, así que pensé mucho en pedir ayuda para mi vecina, un día hice una llamada anónima para la policía municipal, pero me di cuenta que cuando llegaron a la casa, saludaron al agresor de la mano, como si nada, allí supe que no podía confiar en las autoridades del municipio, yo entraba a las páginas de feminismo porque me daba curiosidad, allí empecé a leer y conocer, un día por la noche mi vecina pidió apoyo a gritos, su hijo como de 7 años lloraba horrible, y su bebe también, ella decía que la iba a matar, yo lloré mucho por la impotencia, mis vecinos actuaban como si nada, ¿Cómo puedes ser ajeno a un problema así? Decidí entrar a un chat de feminismo de Guerrero y empecé a preguntar si alguien conocía una colectiva del Estado de México, que me urgía ayuda, me canalizaron con la red de Tultitlán, me contacte con ellas por medio de Facebook y les expuse el caso, rápidamente me pidieron que tomara algunas sesiones con ellas, acudí, me presente y me capacitaron, me dijeron que antes de ayudar a otras necesitaba contención emocional, algo que jamás había escuchado, Ivonne me ayudo a priorizarme y me explico que ayudaríamos a mi vecina pero primero debía entender que ser activista implica mucho riesgo y que antes de meterme al cien, tenía que ver con claridad el problema, fueron varias sesiones en lo que ellas planeaban que hacer, yo a principio pensé que

exageraban, pero poco a poco me di cuenta que fue lo mejor, si hubiera hecho lo que yo pensaba, se me hace que hasta muerta hubiera estado, ese tipo era muy peligroso y una por querer ayudar no sabe cómo hacerle.

Mi paso con la red de Tultitlán comenzó de esa manera, a principio me parecía exagerado, hasta que ellas me enseñaron a cuidarme, a ver sobre mí, eso del AUTOCUIDADO una va por la vida pensando que eso tiene que ver con la estética de una, pero no, es muy profundo y el que mujeres como yo me capacitaran fue algo muy satisfactorio, yo vivió al día, nunca tenía tiempo, de mi casa al trabajo, del trabajo a mi casa, mi hijo y luego mi hijo y así. Cuando salía me sentía culpable, varias veces salía con amigas y me regresaba porque pensaba que mala madre soy, divirtiéndome, no salía con nadie porque mi hijo es lo mas importante, no me compraba nada, hasta eso me daba culpa, de verdad como eso de la mala madre nos lo hacen sentir hasta los huesos, como el papel de la mujer es complicado, el papa de mi hijo nos abandono y el esta feliz, pero las madres no podemos hacer algo para nosotras por que sentimos culpa de todo.

Las sesiones que tuve con Lupita, con Ivonne fueron muy graciosas, porque ellas son así me enseñaron a priorizarme, a quererme, de una manera divertida, siempre le dije a Ivonne que su casa es muy acogedora, y cuando empecé a ir solo veía mi reloj, aunque llevará a mi hijo a estuviera jugando con su hija, yo tenía ansiedad, me sentía culpable, la culpa es algo que he aprendido a quitarme de encima, ahora que lo recuerdo me da pena mencionarlo, pero ¿Qué tan mal estamos educadas que nos hacen sentir culpa hasta por el descanso?. La red me ayudó mucho, me identifiqué con todas, lupita es una guerrera, Ivonne es la mas apasionada y juntas comenzamos a planear como ayudar a mi vecina y a otras mujeres que tenían ellas en su grupo, que ayudaban, cada que salía del trabajo me llevaba a mi hijo, comíamos con ellas y empecé a hacer algo que jamás había hecho, tribu, hermandad. La verdad es que me gusto esa experiencia y aunque yo soy mas chica que ellas, siempre han estado como mis tías, ayudándome en todo.

La amistad entre amigas es poderosa, sana, se trabaja y logra hacer cosas increíbles, creo que fue lo mejor que pudo pasarme.

5.5 Prácticas de cuidado colectivo

El cuidado colectivo, desde una perspectiva feminista, trasciende el ámbito individual para convertirse en un acto político y transformador que desafía las estructuras patriarcales y las desigualdades sociales. Según Marcela Lagarde (1996), el cuidado colectivo se fundamenta en la sororidad, definida como la alianza entre mujeres basada en la confianza, el respeto y la solidaridad. Este tipo de cuidado, que implica el acuerpamiento y el apoyo mutuo, permite a las mujeres no solo enfrentar las violencias estructurales, sino también construir espacios de resistencia y transformación comunitaria.

Desde la ética del cuidado de Carol Gilligan (1982), el cuidado colectivo adquiere una dimensión relacional y ética, en la que las personas, al cuidar y ser cuidadas, fortalecen sus vínculos y promueven relaciones más equitativas. Este enfoque resalta la importancia de las redes de apoyo, que actúan como espacios donde las mujeres pueden resignificar sus experiencias y encontrar herramientas para sanar y resistir. En el contexto de esta investigación, las prácticas de cuidado colectivo de Lupita, Ivonne y Flor reflejan cómo estas mujeres, a partir de sus experiencias personales, han logrado convertirse en agentes de cambio en sus comunidades. Ya sea mediante el acompañamiento a mujeres en procesos legales, la organización de talleres y actividades de autocuidado, o el apoyo en situaciones de crisis, estas prácticas demuestran el poder transformador del acuerpamiento y la sororidad entre mujeres. El análisis de estas prácticas se sustenta en las aportaciones teóricas de Lagarde, Gilligan, Martha Lamas y Norma Blázquez, quienes coinciden en que el cuidado colectivo no solo es una respuesta a la falta de políticas públicas, sino también una herramienta para construir autonomía colectiva y fortalecer las redes de mujeres como espacios de resistencia política.

Este apartado se organiza en torno a los testimonios y acciones de Lupita, Ivonne y Flor, vinculándolos con los conceptos teóricos mencionados para evidenciar cómo las prácticas de cuidado colectivo se resignifican en un contexto de desigualdades estructurales.

5.6 Relato de Lupita y el proceso de medidas para el cuidado colectivo

“He pensado mucho sobre como fue que la red comenzó a trabajar en apoyar a las mujeres del municipio, y recuerdo siempre que comenzamos así, no más.... ayudando a nuestras vecinas o conocidas. Después de terminar las capacitaciones y entrar a otros procesos de aprendizaje estábamos listas. El problema empezó cuando nos dimos cuenta lo peligroso que era para nosotras brindar ayuda sin tener respaldo de nadie, lo que hicimos fue sentarnos a platicar que podíamos hacer: Dinero no teníamos, apoyo tampoco, pero no podíamos quedarnos brazos cruzados, así que yo pues.....Atendía mi puesto de jugos en la mañana y si me llamaba alguna de las muchachas que tenía un acompañamiento, pues lo hacía. Hasta que un día decidimos hacer algo por todas, protegernos, cuidarnos y atendernos, no es lo mismo ir corriendo a un apoyo cuando tienes hijos como Ivonne o flor, o las demás chicas. Así que decidimos que lo primerio que teníamos que hacer como colectivo fue crear una hoja de atención, esta hoja que hicimos es una entrevista para las usuarias que comenzamos a canalizar, tiene sus datos específicos y sirve para no revictimizarla, y para que nosotras no nos desgastemos en preguntarle mil veces lo mismo, teníamos que empezar así, después hicimos junto con Yen una Guía de atención y denuncia ante el Ministerio público, ya que a veces llegábamos al MP o Centro de Justicia para Mujeres y no querían darnos la atención, pero esa guía a parte de crear un directorio, tenía los artículos de la constitución, leyes generales y estatales específicas que necesitábamos, así como el apoyo de las coordinadoras de los centros, eso nos sirvió para protegernos como activistas, porque una tiene que buscar alternativas y el cuidado colectivo también es desde lo institucional, desde lo que nos ayudan las instituciones y las medidas que usamos mmm, por ejemplo recién comenzaba me pedían un apoyo y corría al centro de justicia a llevar a la usuaria, de allí ya que no pedían mil cosas y no teníamos ni idea, era perder tiempo, dinero, esfuerzo y energía. Ahora por ejemplo imprimo mi hoja, la lleno con la usuaria o vecina y pues le digo am.... Que haremos, el alcance de mi asesoría y atención y en el grupo de whats les envié mi ubicación, nos vamos al centro de justicia, ya con la hoja, llevo nuestra guía y se hacia a donde y con quién dirigirme, ya me conocen.

- No siempre nos va como esperamos, pero al menos esto que parece poco nos ha ayudado a que nuestro tiempo sea mejor, y que además todas tengan el conocimiento de la chica que llevo por si me sugieren algo más por hacer.

En cuanto llego a casa, archivo el documento, hago un expediente y se los mando al grupo por fotos, les explico como me fue y así cuando nos toque acompañarla y yo no puedo, cualquiera de las chicas puede hacerlo sin revictimizarla, nuestro tiempo es valioso, eso lo he aprendido. Administrar el tiempo, crear documentos grupales, y crear una hoja de ruta son cosas que como Red nos ha servido para saber hacia donde vamos, ayudarnos, protegernos y sobre todo optimizar el tiempo de apoyo.

Es una tarea larga, pero una sin dinero y recursos tiene que ver como le hace y ayudar a las vecinas y usuarias que confían en una, en la red y que además eso nos ha llevado a ganar la Presea tultitlense.

Lupita menciona cómo dentro de la Red de mujeres en Tultitlán desarrollaron estrategias colectivas para enfrentar las violencias estructurales y las limitaciones institucionales. A partir de su experiencia en el acompañamiento a mujeres, Lupita y las integrantes de la red identificaron la necesidad de optimizar los recursos y protegerse entre ellas para brindar un apoyo efectivo. Estas acciones están profundamente vinculadas con el concepto de cuidado colectivo, que Marcela Lagarde (1996) define como una práctica de sororidad que fortalece a las mujeres mediante alianzas solidarias y estratégicas. La creación de herramientas como hojas de atención, guías legales y sistemas de comunicación interna en la red no solo permitió mejorar el acompañamiento a las usuarias, sino también establecer medidas de protección para las activistas. Esto resalta la importancia del cuidado colectivo como una práctica política que combina el acuerpamiento relacional con estrategias concretas de acción.

Siguiendo lo que Lupita menciona, se observa la resistencia de las mujeres frente a la indiferencia institucional. Según Norma Blázquez (2007), las redes de mujeres son espacios de conocimiento situado que permiten a las activistas identificar y superar las limitaciones del sistema. La guía de denuncia creada por la red no solo proporciona información práctica, sino que también actúa como una herramienta de empoderamiento colectivo, al permitirles negociar desde una posición informada con las instituciones.

Además, desde la perspectiva de la economía feminista, el trabajo de las mujeres en la red puede entenderse como un aporte no remunerado al sistema de justicia. Como señala Carrasco (2013), “el cuidado colectivo incluye el trabajo emocional, organizativo y logístico necesario para sostener la vida en contextos de precariedad institucional.”

Otro aporte a lo que Lupita menciona con la ética del cuidado propuesta por Carol Gilligan (1982), resalta la importancia de las relaciones y la reciprocidad en las prácticas de cuidado. La creación de expedientes y sistemas de comunicación interna en la red muestra cómo el cuidado colectivo no solo se basa en la empatía, sino también en la estrategia y la organización.

Al establecer protocolos claros, Lupita y las mujeres de la red garantizan que el acompañamiento sea eficiente y respetuoso con las necesidades de las usuarias. Esta práctica resalta la importancia del acuerpamiento relacional, donde las mujeres no solo cuidan de las usuarias, sino también entre ellas mismas, fortaleciendo el tejido comunitario. La experiencia de Lupita también muestra cómo el cuidado colectivo puede trascender el ámbito personal para convertirse en un acto político. La red no solo logró optimizar sus recursos, sino que también ganó reconocimiento público al recibir la Presea Tultitlense, lo que evidencia el impacto transformador de estas prácticas en la comunidad.

Tal como señala Marcela Lagarde, “las prácticas de cuidado colectivo permiten a las mujeres construir autonomía colectiva y desafiar las jerarquías institucionales que perpetúan las desigualdades.” En este caso, las acciones de Lupita y su red no solo responden a las necesidades inmediatas de las usuarias, sino que también cuestionan la falta de políticas públicas efectivas, demostrando que el cuidado colectivo es una herramienta de resistencia y transformación social.

LA historia de Lupita resalta la importancia del cuidado colectivo como una práctica estratégica y política. Desde la creación de herramientas organizativas hasta el fortalecimiento de las relaciones dentro de la red, estas acciones demuestran que el cuidado colectivo no solo protege y empodera a las mujeres, sino que también desafía las estructuras que perpetúan la violencia y el abandono institucional. Lupita al igual que las demás mujeres que integran la red, consideraron que como una práctica de cuidado colectivo fue proteger a

la usuaria, pero al mismo tiempo a todas las chicas, la mayoría de las mujeres se dedican al hogar, son emprendedoras independientes y no cuentan con aportes extras o apoyos institucionales, por lo que, la forma en que consideraron el cuidado desde lo organizativo les permitió avanzar significativamente en la atención a las mujeres de sus comunidades, el municipio de tultitlán es uno de los once que tienen alerta de violencia de género por feminicidio, se considera que este municipio debe tener acciones gubernamentales para minimizar la violencia, sin embargo no es así. El caso de Lupita refleja como las mujeres integran a su cotidianidad acciones de ayuda y de atención a otras mujeres. Este caso valida las aportaciones teóricas de Lagarde, Gilligan y Blázquez, mostrando cómo el cuidado colectivo puede convertirse en un modelo para transformar comunidades desde la solidaridad y la resistencia.

Es importante resaltar que las autoras mencionadas hablan sobre el cuidado colectivo desde una forma académica, sin embargo, plasmado a la realidad el caso de la Red de tultitlán permite ver como la organización de mujeres permite crear dinámicas de cuidado colectivo que refuercen sus conocimientos, su tiempo, pues Lupita menciona en su historia que algo que ellas han aprendido a valorar.

5.7 Relato de Ivonne y el proceso de medidas para el cuidado colectivo

“Las chicas y yo nos tratamos de reunirnos cada mes, mi casa siempre es su casa y tiene que ver con que aquí el espacio es grande, fue por eso que he albergado a mujeres y sus hijos, peligrosamente debo decir, pero aprendimos a crear acciones para cuidarnos todas, por ejemplo; si la chica es de zona oriente, la traen a mi casa, si es una de aquí la llevamos con Lupita o con Flor, así vamos escondiendo el lugar, le pedimos a las chicas que solo sea una noche en lo que buscamos su red de apoyo, eso lo aprendimos a la mala, porque ya varias veces nos había tocado que venían a gritarnos afuera de la casa, así que nos reunimos y platicamos que podíamos hacer para que todas nos cuidáramos y decidimos cambiar a las chicas de zona, entre todas nos cooperamos para los taxis, y aunque a veces me preguntas ¡Por que haces eso!, pues fácil, lo hago porque me gusta ayudar, porque las mujeres siempre hemos estado alejadas, siempre nos hacen ver como enemigas, porque las mujeres a veces solo necesitamos una pequeña luz para brillar. Salvarnos es algo que necesitamos entre todas,

cuando nos reunimos platicamos lo que nos pasa, lo que nos duele, nos consentimos y sabemos que nuestra labor no es fácil, no es simple, ni siquiera es bonita (eso dice mi hija)... comienza a reírse...mmm.. pero siempre le digo: Ya hay muchas personas sufriendo y si nos piden ayuda no podemos negarnos. Sabes, cuando nos toca reunirnos para ver los casos que llevamos, pues tenemos muy claro que entre las mujeres de la Red tenemos que apoyarnos, a veces no tengo con quién dejar a mi hija y la encargo con Lupita, a veces ella viene o la mando con ella con esa seguridad que estará bien, una hace cosas de casa, de activista y de madre, no es algo que me case o duela, pero en la noche antes de dormir y a agradecer a dios, le digo: gracias por permitirme ayudar a otras, nunca había sentido que mi vida tuviera el sentido que ahora tiene, sabes una esta educada para ser madre mmm... bueno al menos eso me inculcaron, que ahora que soy activista, me siento como heroína como alguien admirada y crear que todas vivamos seguras es algo aun mejor.

Ivonne menciona una dimensión crucial del cuidado colectivo: la capacidad de las mujeres para construir estrategias comunitarias que garanticen su seguridad y bienestar. Estas acciones, basadas en la sororidad y *affidamento*, permiten a las integrantes de la red no solo protegerse mutuamente, sino también generar redes de apoyo para las mujeres que buscan ayuda. Desde las perspectivas de Marcela Lagarde, Marta Lamas, y Carol Gilligan, estas prácticas demuestran cómo el cuidado colectivo puede convertirse en una herramienta transformadora que trasciende lo individual y enfrenta las violencias estructurales.

Según Marcela Lagarde (1996), la sororidad es un principio que guía las alianzas entre mujeres, permitiendo construir espacios de confianza y apoyo mutuo. Las acciones descritas por Ivonne, como trasladar a las mujeres a diferentes zonas y coordinarse para los traslados, son ejemplos concretos de cómo la sororidad puede traducirse en medidas prácticas para garantizar la seguridad colectiva. Además, el hecho de que estas acciones surgieran a partir de experiencias previas (“lo aprendimos a la mala”) resalta la capacidad de las mujeres para adaptarse y responder a contextos de riesgo, fortaleciendo su autonomía colectiva. Lagarde destaca que la sororidad no solo une a las mujeres frente a las violencias patriarcales, sino que también promueve el reconocimiento mutuo como sujetas capaces de transformar sus realidades.

Otro aporte del testimonio de Ivonne, refleja un proceso de resignificación personal, donde Ivonne pasa de asumir los roles tradicionales asociados al género (“estar educada para ser madre”) a reconocerse como una activista y agente de cambio. Según Marta Lamas (2000), el género configura las expectativas sociales que limitan las posibilidades de las mujeres, asignándoles roles de cuidado que perpetúan su subordinación. Sin embargo, Ivonne demuestra cómo el activismo le permite cuestionar y transformar estas imposiciones, reconociendo que su labor como activista es igualmente valiosa y significativa.

Además, el hecho de que Ivonne pueda compartir las responsabilidades del cuidado de su hija con otras integrantes de la red (como Lupita y Flor) evidencia cómo el cuidado colectivo desafía las nociones tradicionales del cuidado como una carga exclusiva de las mujeres. Desde esta perspectiva, el cuidado se convierte en una práctica compartida que promueve tanto la autonomía individual como la solidaridad comunitaria.

Ivonne resalta la dimensión relacionada del cuidado colectivo, que Carol Gilligan (1982) describe como una práctica ética basada en la reciprocidad y el reconocimiento mutuo. En las reuniones de la red, las mujeres no solo comparten estrategias para atender los casos, sino que también se cuidan emocionalmente entre ellas, creando un espacio donde pueden expresar sus preocupaciones y sanar colectivamente.

Gilligan plantea que el cuidado relacional fortalece los vínculos entre las personas, promoviendo relaciones más equitativas y solidarias. En este caso, las reuniones de la red actúan como un espacio de acuerpamiento donde las mujeres pueden compartir sus cargas emocionales y fortalecer su capacidad para continuar con su labor activista.

Ivonne también evidencia cómo las prácticas de cuidado colectivo trascienden el ámbito individual para convertirse en una respuesta comunitaria frente a las violencias estructurales. Al establecer medidas concretas para proteger a las mujeres en riesgo, la red no solo garantiza la seguridad de sus integrantes, sino que también genera confianza y sororidad en la comunidad.

Estas acciones reflejan lo que Lagarde describe como la autonomía colectiva, donde las mujeres, al reconocerse como sujetas de derechos, construyen estrategias para enfrentar las

barreras institucionales y las desigualdades de género. Asimismo, desde la perspectiva de Lamas, el activismo de Ivonne y su red pone en evidencia las limitaciones de las políticas públicas para atender la violencia de género, resaltando la importancia del cuidado colectivo como una herramienta política y transformadora.

Ivonne demuestra cómo las prácticas de cuidado colectivo combinan la sororidad, la ética del cuidado y la resignificación de los roles de género para generar estrategias efectivas de apoyo y protección. Desde las perspectivas de Lagarde, Lamas, y Gilligan, estas acciones no solo fortalecen a las mujeres individualmente, sino que también transforman sus comunidades, promoviendo relaciones más equitativas y solidarias.

La capacidad de la red para crear medidas prácticas de seguridad, compartir responsabilidades y construir espacios de apoyo emocional evidencia el poder del cuidado colectivo como una herramienta de resistencia frente a las violencias estructurales y una alternativa a las fallas institucionales por parte del gobierno municipal de Tultitlán.

Las autoras señalan la importancia de la colectividad como parte fundamental de la participación de las mujeres que acompañan a otras mujeres.

5.8 desafíos en el entorno Institucional

El contexto institucional en el que operan las redes de mujeres en Tultitlán, Estado de México, está marcado por la ausencia de políticas públicas efectivas para prevenir y atender la violencia de género, así como por un sistema de justicia que frecuentemente revictimiza y desampara a las mujeres. Este panorama genera múltiples desafíos para quienes integran estas redes, quienes, a pesar de enfrentar barreras económicas, sociales e institucionales, han logrado crear estrategias de autogestión para acompañar y proteger a las mujeres que buscan su apoyo.

Desde la perspectiva de la economía feminista, estas redes asumen un trabajo de cuidado y protección que debería ser responsabilidad del Estado, lo que evidencia un vacío estructural en la garantía de derechos humanos para las mujeres. Asimismo, desde el enfoque de Marcela Lagarde (1996), este abandono institucional refuerza las condiciones de subordinación de las

mujeres, obligándolas a encontrar soluciones en la colectividad para enfrentar un sistema que no responde a sus necesidades. Por otro lado, Marta Lamas resalta que estas estrategias no solo visibilizan las desigualdades estructurales, sino que también cuestionan el papel del Estado y promueven formas alternativas de resistencia y organización.

En este apartado, se analizan los principales desafíos enfrentados por Lupita, Ivonne y Flor en su labor dentro de la red, destacando cómo cada una de ellas ha desarrollado estrategias para superar las barreras institucionales. Este análisis también busca vincular sus experiencias con el marco teórico, evidenciando cómo las redes de mujeres actúan como espacios de resistencia política frente a un entorno institucional desfavorable.

5.9 Relato de Lupita en el contexto Institucional

Mi experiencia con las autoridades municipales no ha sido muy positiva, durante la pandemia por COVID19, cerraron las oficinas de gobierno, incluyendo el instituto de la mujer de aquí del municipio, durante ese tiempo y con el confinamiento pues los casos se hicieron más, había veces que tenía llamada de vecinas, conocidas u mujeres que se habían acercado a mi puesto de jugos y habían escuchado sobre la ayuda que dábamos. Durante ese tiempo albergue a varias mujeres en mi casa, algunas las atendimos en el centro de justicia para mujeres, pues una ventaja que hemos desarrollado como red es el teléfono directo con la encargada de los centros del estado, ella nos ha ayudado y cuando le llamamos, pues nos pide datos de las mujeres y les da seguimiento. Me llegaban mujeres que las golpeaban y sacaban en la noche, las autoridades municipales ni sus luces y me daba coraje porque ellas tienen todo el equipo para atender, tienen un sueldo, tienen a la policía de género y nosotras manita, pues nos tenemos en la red es toda la verdad, aun así, no nos achicamos, atendíamos varios casos que le mandábamos a la licenciada en los centros de justicia para su canalización, otras las albergábamos en lo que nos daban espacio en las casas pernocta o refugios. El caso mas complicado que tuve fue el de una niña de 15 años que había escapado de un grupo de tratantes, la encondí en mi casa, vinieron a patearla, dijeron que me matarían, la verdad tuve miedo, pero veía a la niña llorando y me dije; ¡Pues que nos lleven juntas!, mi dios....no puedes permitir que esta niña regrese, fue una noche muy larga, pedí apoyo al municipio y nada, incluso cuando me patearon la puerta nadie vino, sino fuera por Ivonne no se que

hubiera pasado, en el chat les puse que tenía miedo, pero no entregaría a la niña. Ivonne le marco a un contacto que tiene en la fiscalía estatal y llegaron, me sacaron a mí y a la niña, nos llevaron a un refugio un par de días en lo que se calmaba todo, encontraron a la mamá de la niña, eran de Chiapas, se la llevaron y llorando me agradeció. Nunca voy a olvidar sus palabras, porque se que si ese día se la hubieran llevado, jamás la habrían encontrado. No me da miedo lo que pueda pasar, me da miedo saber que hay miles de niñas que pasan por eso, el municipio ni sus luces, hemos ido a ver a la presidenta municipal para pedirle apoyo, no de dinero de seguridad, que atienda nuestros llamados, durante la pandemia yo solita atendí a mas de 30 mujeres, no puede ser eso, y ni así les interesamos. Algunas veces pienso que solo hablan de la violencia desde la comodidad de su sillón, desde su casa tranquilas y las de a pie como nosotras somos las que nos fletamos al frente, las que acuerpamos a otras.

Las redes salvan vidas, porque muchas de las mujeres que ayude durante la pandemia han regresado y con el paso del tiempo me han agradecido, me han dicho que la pasaron feo pero ya salieron, nosotras como lideresas tenemos un compromiso con nosotras mismas, con las mujeres del municipio, pero siempre estamos a la vista, nos conocen, ahora sé que la policía no me cuida, mis amigas si, esa frase me la dijo una chamaquita y me hizo pensar que es real, durante la pandemia nadie nos cuidó, me cuidaron mis amigas: Ivonne, Flor, Elvira y todas las demás.

No, no es posible que las autoridades no apoyen a las lideresas, no es posible que nos dejen solas con la carga de chamba que tendrían que hacer, necesitamos contar con herramientas, con apoyo, necesitamos capacitar a más mujeres que sepan que hacer, y no que se hagan las valientes, mujeres que sepan a donde mandar, canalizar, que griten que ayuden, pero para los gobiernos es más importante los eventos masivos, las entregas de despensa, que nosotras.

El programa de las redes estaba muy bien, nos capacitaba, nos apoyaba, estaban al tanto de lo que hacíamos, pero ahora, desde que el gobierno cambio el programa de las redes es pura demagogia, es pura farsa y simulación, me gustaría que vinieran a ver como la pasamos con los casos de mujeres, como nos las ingeniamos, eso si es una política, un programa. Invertir en la capacitación de las mujeres de las comunidades no solo fortalece el tejido social, sino

el liderazgo de las mujeres, necesitamos que miren a todas y nos den la oportunidad de avanzar.

Lupita hace evidencia de las múltiples barreras institucionales que enfrentan las redes de mujeres en su labor de acompañamiento y protección. Durante la pandemia por COVID-19, estas barreras se intensificaron debido al cierre de oficinas gubernamentales y la inacción de las autoridades locales, dejando a activistas comunitarias como Lupita al frente de situaciones críticas que deberían haber sido atendidas por el sistema institucional. Este relato destaca cómo las redes de mujeres han tenido que asumir roles que corresponden al Estado, enfrentando riesgos personales y desafíos organizativos para garantizar la seguridad de las mujeres y niñas en situaciones de violencia extrema.

“Las autoridades municipales ni sus luces y me daba coraje porque ellas tienen todo el equipo para atender, tienen un sueldo, tienen a la policía de género y nosotras, manita, pues nos tenemos en la red.”

Este fragmento refleja la ausencia de respuestas institucionales ante la violencia de género y cómo las redes de mujeres han tenido que llenar este vacío. Desde la perspectiva de la economía feminista, el trabajo de Lupita y su red puede entenderse como un aporte no remunerado que sostiene el tejido social y garantiza derechos básicos en ausencia del Estado. Como señala Carrasco (2013), el cuidado colectivo y la protección comunitaria son actividades esenciales para la reproducción social, pero a menudo son invisibilizadas y relegadas a las mujeres sin recibir el reconocimiento o los recursos necesarios.

En este caso, Lupita y sus compañeras no solo brindan apoyo emocional y logístico a las mujeres en situación de violencia, sino que también asumen riesgos físicos, como se evidencia en el caso de la niña que escapó de un grupo de tratantes. Esta situación pone de manifiesto cómo las instituciones públicas fallan en su responsabilidad de garantizar la seguridad y la justicia, dejando esta labor en manos de activistas comunitarias.

Lupita subraya la importancia de la sororidad, como la define Marcela Lagarde (1996), para construir espacios de protección mutua entre mujeres. Frente al abandono institucional, las

redes de mujeres actúan como espacios de acuerpamiento, donde la solidaridad y la confianza permiten enfrentar juntas los riesgos y desafíos.

La frase “las redes salvan vidas” encapsula esta dimensión de resistencia colectiva. Para Lagarde, las redes de mujeres no solo son herramientas de apoyo, sino también espacios donde se construye autonomía colectiva, desafiando las jerarquías patriarcales que perpetúan las desigualdades y las violencias. En el caso de Lupita, esta autonomía se manifiesta en su capacidad para coordinar acciones de emergencia, como el traslado de mujeres a refugios, a pesar de las amenazas y los riesgos personales que enfrentó.

Lupita y su red han resignificado los roles de género tradicionalmente impuestos. Según Marta Lamas (2000), el género configura las expectativas sociales que limitan a las mujeres a roles pasivos y subordinados. Sin embargo, las acciones de Lupita como lideresa comunitaria desafían estas expectativas, mostrando que las mujeres pueden ser agentes de cambio y protección en sus comunidades.

Además, su énfasis en la importancia de la capacitación y el fortalecimiento del liderazgo comunitario resuena con los planteamientos de Lamas sobre la necesidad de empoderar a las mujeres para transformar sus realidades. La capacitación que recibieron en el programa de redes no solo les proporcionó herramientas prácticas, sino que también les permitió reconocerse como sujetas capaces de incidir en su entorno, convirtiéndose en referentes de liderazgo y resistencia.

Lupita menciona:

“Cuando me patearon la puerta, nadie vino. [...] En el chat les puse que tenía miedo, pero no entregaría a la niña.”

Este acto de proteger a la niña a pesar de las amenazas refleja la dimensión ética del cuidado que Carol Gilligan (1982) describe como una práctica relacional basada en el compromiso y la empatía. Lupita, al priorizar la seguridad de la niña por encima de sus propios riesgos, encarna esta ética del cuidado que no solo fortalece las relaciones humanas, sino que también actúa como una forma de resistencia frente a las violencias estructurales.

Las redes de mujeres, al ofrecer protección y acuerpamiento en situaciones de crisis, se convierten en espacios de resiliencia comunitaria. Estas prácticas relacionales no solo garantizan la seguridad de las mujeres y niñas, sino que también construyen vínculos de confianza y solidaridad que fortalecen el tejido social.

El testimonio de Lupita evidencia cómo las redes de mujeres actúan como espacios de resistencia política frente a un entorno institucional que desampara a las mujeres en situación de violencia. Desde las perspectivas de Marcela Lagarde, Marta Lamas, y Carol Gilligan, estas redes no solo llenan el vacío dejado por el Estado, sino que también desafían las desigualdades estructurales y promueven una nueva ética del cuidado basada en la solidaridad y el acuerpamiento.

A pesar de las amenazas y la falta de recursos, Lupita y su red han demostrado que las prácticas de cuidado colectivo pueden salvar vidas y transformar comunidades, evidenciando la urgencia de que las instituciones públicas reconozcan y apoyen el trabajo de las lideresas comunitarias. Como lo menciona Lupita, invertir en la capacitación y el fortalecimiento de las mujeres en las comunidades no solo es una estrategia efectiva para enfrentar las violencias, sino también una herramienta fundamental para construir sociedades más equitativas y solidarias.

5.10 Relato de Ivonne en el contexto Institucional

Mi paso con las autoridades May...(ríe)... ha sido complicado, desde que llegue a Lechería me conocen, desde que inicie este camino de trabajo con la red, hemos tenido mucho trabajo y no del que pagan, del que no pagan y terminas poniendo dinero de tu bolsa. He dado alojamiento en mi casa, hemos dado de comer a los hijos de las mujeres que vienen en la madrugada, hemos acompañado a mujeres sin un peso en la bolsa, pero sabes, nos tienen confianza a nosotras y eso no podemos defraudarlo. He acompañado a mujeres migrantes que se bajan de la bestia con golpes, violadas, lastimadas y me da tanta rabia como las autoridades no hacen nada, tuvimos el caso de una mujer como de 30 años que venía sola, se bajó de la bestia porque tenía dolores estomacales, se veía muy mal, las vecinas me llamaron y dijeron: Ivonne hay una chava tirada en las vías, fui a verla y era esta chica que venía del Salvador, bien golpeada, la habían violado entre varios, la llevamos al médico y nadie quería atenderle, pero

una ya se la sabe, sabe con quién y hay médicos que nos ayudan, saben de nuestra labor y existe el apoyo, nos conto lo que esta chica estaba viviendo. Después de llorar de coraje, pedimos ayuda para trasladarla al hospital, se la llevaron afortunadamente, pero no supe mas de ella, deseo que este bien.

Varias veces he ido a pedir apoyo al instituto de la mujer del municipio, pero la directora es una mujer déspota, grosera, y con cero perspectiva feminista, no puede ayudar a nadie porque cree que le van a pedir dinero, a veces lo único que necesitan las víctimas es ser escuchadas, nosotras no tenemos estudios y sabemos dar los primeros auxilios psicológicos, sabemos dar atención de primer contacto, sabemos atender a niñas y niños, no puede ser que una persona que recibe un salario por eso, no haga su trabajo.

Lo que siempre pido cuando voy a las reuniones con la presidenta es: seguridad para mí y mis amigas de la red, apoyo para dejar a nuestras hijas e hijos en las guarderías o en los centros en lo que damos atención, siempre les pido que respondan los teléfonos y nos brinden tiempo a los casos que tenemos, pero parece que estamos en pelea, o que les quisiéramos quitar la chamba, porque no nos hacen caso, nos ignoran, han de creer que lo que hacemos es fácil, pero si supieran que les quitamos peso y trabajo, lo agradecerían.

Las únicas que nos ayudan es la policía de género, y la encargada de los centros de justicia para mujeres de la región, ella si nos atiende. Los gobiernos deben apostar en las mujeres de las comunidades, en el fortalecimiento de todas, en el empoderamiento, no solo en discursos, en la red hemos hablado ¿Qué pasaría si le invirtieran a lo que pedimos?, pues tendrían mujeres capacitadas, sin miedo, libres, apoyando a otras mujeres. En cambio tienen mujeres que no saben sobre violencia, así como nosotras antes de entrar a la primer sesión que tuvimos de la red.

El testimonio de Ivonne evidencia los obstáculos que enfrentan las redes de mujeres al interactuar con autoridades locales, particularmente en un contexto de indiferencia institucional y falta de recursos. A pesar de su compromiso con las mujeres que buscan ayuda, Ivonne y sus compañeras deben lidiar con la negligencia de funcionarios que no comprenden ni priorizan la gravedad de las violencias que afectan a sus comunidades. Este relato no solo

pone en relieve las fallas estructurales del sistema, sino también la capacidad de las redes para suplir estas carencias mediante estrategias de sororidad y resiliencia.

Desde la perspectiva de la economía feminista, este relato resalta cómo las redes de mujeres asumen tareas que deberían ser responsabilidad del Estado. Como señala Carrasco et al. (2013), el cuidado colectivo y las acciones de protección que realizan estas redes son fundamentales para sostener el tejido social, pero a menudo son invisibilizadas y no reconocidas como trabajo. Ivonne y sus compañeras no solo brindan apoyo emocional y logístico, sino que también destinan recursos propios para atender necesidades básicas, como alimentación y transporte, evidenciando las desigualdades estructurales que perpetúan estas dinámicas.

Además, este esfuerzo destaca el impacto transformador de la confianza que las mujeres depositan en las redes, un elemento central en la labor de Ivonne y su grupo. Esta confianza, que las instituciones locales no han logrado generar, valida la importancia del cuidado colectivo como una respuesta efectiva frente al abandono institucional. La capacidad de Ivonne para brindar apoyo a mujeres migrantes, quienes enfrentan formas extremas de violencia y vulnerabilidad, evidencia cómo las redes de mujeres actúan como espacios de acuerpamiento y solidaridad en contextos adversos.

Además, su capacidad para movilizar recursos comunitarios, como la ayuda de médicos locales, refleja lo que Lagarde describe como “autonomía colectiva”: la capacidad de las mujeres para construir estrategias de resistencia que desafían las jerarquías patriarcales y las negligencias institucionales. En este caso, la sororidad no solo es un principio ético, sino también una práctica organizativa que permite responder a las violencias de manera efectiva y solidaria.

Ivonne menciona:

“No puede ser que una persona que recibe un salario por esto no haga su trabajo. [...] Nosotras no tenemos estudios y sabemos dar primeros auxilios psicológicos.”

Este fragmento evidencia cómo Ivonne y su red han resignificado sus roles de liderazgo, cuestionando las construcciones de género que históricamente han limitado su participación en el ámbito público. Según Marta Lamas (2000), las mujeres son socializadas para asumir roles pasivos y de cuidado dentro del ámbito privado, mientras que el ámbito público y político se reserva para los hombres o figuras institucionales.

Ivonne, al criticar la falta de perspectiva feminista en las autoridades locales, no solo denuncia las fallas estructurales del sistema, sino que también demuestra que el liderazgo comunitario no requiere títulos ni privilegios institucionales, sino compromiso, experiencia y conocimiento práctico. Esta resignificación del liderazgo desde las redes pone de manifiesto la importancia de invertir en la capacitación y el fortalecimiento de las mujeres en las comunidades, una apuesta que Ivonne identifica como clave para transformar las dinámicas de violencia y desigualdad.

Ivonne ferleja cómo la ética del cuidado, en el marco de las redes de mujeres, trasciende el ámbito personal para convertirse en una práctica política. Según Carol Gilligan (1982), el cuidado es una práctica ética basada en la reciprocidad y el compromiso, que fortalece tanto a quienes lo brindan como a quienes lo reciben.

Ivonne no solo cuida de las mujeres que buscan ayuda, sino también de sus compañeras de la red, al demandar condiciones que permitan su bienestar y seguridad. Este cuidado relacional es esencial para la sostenibilidad de las redes, ya que reconoce que la labor de acuerpamiento requiere un equilibrio entre las responsabilidades personales, familiares y comunitarias.

El testimonio de Ivonne evidencia cómo las redes de mujeres actúan como espacios de resistencia política frente a la negligencia institucional. A pesar de las limitaciones económicas y estructurales, estas redes han desarrollado estrategias que no solo garantizan la atención a mujeres en situación de violencia, sino que también fortalecen el tejido comunitario mediante la creación de alianzas solidarias y el liderazgo colectivo.

Desde la perspectiva de Marcela Lagarde, estas acciones reflejan cómo las redes de mujeres transforman las relaciones de poder al construir autonomía colectiva y desafiar las jerarquías

patriarcales. Por su parte, Marta Lamas resalta que estas prácticas también cuestionan las dinámicas de exclusión que perpetúan las desigualdades de género, mientras que Carol Gilligan aporta una dimensión ética al destacar cómo el cuidado relacional fortalece las conexiones humanas y promueve relaciones entre mujeres.

El relato de Ivonne también evidencia la urgencia de que las instituciones públicas reconozcan y apoyen el trabajo de las redes, invirtiendo en la capacitación y el fortalecimiento de las lideresas comunitarias como una estrategia clave para enfrentar las violencias de género y promover el desarrollo social.

5.11 Relato de Flor en el contexto Institucional

Pues.....a mí me paso que cuando conocí a la red fue para solicitar el apoyo con mi vecina, su esposo era policía municipal, se escuchaban gritos horribles y después de las capacitaciones que tome, comenzamos a planear como ayudar a mi vecina y sus hijos, antes de saber cómo actuar, habría ido a decirle que se fuera, que no se dejara (eso desde mi desconocimiento), pero las chicas em enseñaron que debo cuidarme también, así que lo único que hice fue acercarme y saludarla, decirle ¡Aquí estoy! Fue todo, creo que eso fue el detonante, este tipo no la dejaba ni salir, su hijo de 7 años es el que iba a la tienda, el que hacia todo, como era la pandemia pues todo estaba cerrado, así que ella no podía gritar ni pedir ayuda, además su esposo era policía. Todos los días se escuchaban gritos e intentos de que ese hombre las quería matar. Un día tocaron a mi puerta, y vi debajo de la maceta que tengo una notita, escrita con la letra chiquita que decía ¡ayúdanos, nos quiso matar!, yo me deshice, entre a mi casa a llorar, la red me dio atención y apoyo y planemos como poder sacarla, le escribía notitas y las dejaba debajo de mi maceta, su hijo pasaba por ellas y las leía, luego las rompía. (Trato de imaginar como ese bebé tuvo que madurar para ayudar a su mamá) todo lo que tuvo que hacer para que la apoyáramos, así fueron varias semanas, seguíamos escuchando gritos, las chicas de la red me dijeron calma no podemos sacarla así, porque su esposo va a frustrar la salida, teníamos que esperar a que el no estuviera, pero como... era pandemia.

Un día ya teníamos todo planeado, el saldría y allí la caríamos con ayuda de la policía estatal, una redada sin avisarle a la municipal y su esposo no se enterará, nos estuvimos alineando

con la policía estatal y recibiendo indicaciones, teníamos mucho miedo, su esposo es un hombre violento, borracho y con un arma, yo vivía arriba de su departamento, tenía miedo de que ella me delatará, pero confiaba en dios. El día que haríamos todo, su hijo subió y me dejó una nota que decía: Hoy no saldrá le cambiaron su cita. Tuve que llamar para que se cancelará todo ese día, esperamos, pero en la noche el golpeo muy feo, se escucharon gritos horribles, pensé ¡Ya la mato!, afortunadamente el infeliz se fue temprano y su hijo subió para avisarnos, las chicas de la red llamaron a su contacto y llegaron (suspira) llegaron varias patrullas de la policía estatal y la policía de género para sacar a la chica y su bebé, su niño llorando salió abrazando a su mamá, todos los vecinos salieron, yo no quería pero salí y ella me sonrió, iba llorando pero vi cómo me sonrió, la policía se la llevo, su esposo llego de inmediato y lo detuvieron unas horas, porque regreso en la noche diciendo que iba a matar a quien lo acuso, tuve que cambiarme de casa, lo que nos dijo la policía de género fue que se la llevo a un refugio y de allí la llevarían a Oaxaca con su familia.

Flor refleja los desafíos extremos que enfrentan las redes de mujeres al intervenir en casos de violencia de género en un contexto de abandono institucional y alto riesgo. Su experiencia ilustra cómo, frente a un sistema incapaz de garantizar la seguridad de las mujeres, las redes desarrollan estrategias detalladas, basadas en la sororidad y el cuidado colectivo, para proteger a las víctimas. Además, evidencia la valentía y el compromiso que implica actuar en situaciones donde el agresor tiene vínculos con las autoridades, resaltando la doble amenaza que enfrentan las activistas comunitarias: la violencia directa y la complicidad institucional. cómo las redes de mujeres aplican la sororidad como un principio estratégico y práctico. Según Marcela Lagarde (1996), la sororidad no solo se basa en la solidaridad emocional, sino también en la construcción de alianzas que permitan enfrentar las violencias de manera conjunta y efectiva. En este caso, la red de Flor se organizó para diseñar un plan que garantizara la seguridad de la víctima, su hijo y las propias activistas, evidenciando la importancia de la planificación colectiva como una forma de resistencia frente a la violencia patriarcal. Además, el trabajo en equipo de la red refleja lo que Lagarde denomina “autonomía colectiva,” un proceso en el que las mujeres, al unir fuerzas, no solo se protegen mutuamente, sino que también desafían las jerarquías patriarcales que perpetúan las violencias.

Flor menciona cómo las redes de mujeres actúan como espacios de conocimiento situado, tal como lo describe Norma Blázquez (2007). Flor y su red comprendieron las particularidades del caso y adaptaron sus estrategias para garantizar la seguridad de la víctima y su hijo, respetando su proceso y las limitaciones del contexto.

Además, la capacidad de la red para colaborar con la policía estatal y la policía de género refleja cómo las alianzas institucionales, aunque limitadas, pueden ser aprovechadas para fortalecer las acciones de las redes comunitarias. Según Blázquez, este conocimiento situado no solo se basa en la experiencia vivida de las mujeres, sino también en su capacidad para integrar recursos externos y convertirlos en herramientas de protección.

Flor menciona:

“Cuando la vi salir llorando, me sonrió. [...] Iba llorando, pero vi cómo me sonrió.”

Este fragmento ilustra cómo la ética del cuidado propuesta por Carol Gilligan (1982) se manifiesta en el trabajo de las redes de mujeres. Para Gilligan, el cuidado relacional es una práctica ética que fortalece tanto a quienes cuidan como a quienes son cuidadas, promoviendo vínculos de confianza y apoyo mutuo. En este caso, la sonrisa de la víctima hacia Flor simboliza el impacto transformador del cuidado colectivo, no solo para la mujer y su hijo, sino también para las integrantes de la red.

El cuidado relacional de la red se refleja también en su disposición para asumir riesgos personales, como lo hizo Flor al permanecer cerca de su vecina a pesar del peligro que representaba el agresor. Este acto de cuidado no solo desafía las dinámicas de poder del agresor, sino que también evidencia cómo las redes de mujeres convierten el cuidado en un acto político que confronta las violencias estructurales.

Cuando Flor menciona como el esposo era policía y era un hombre violento, refleja las fallas estructurales de las instituciones locales, particularmente cuando los agresores tienen vínculos con las autoridades. Según Marta Lamas (2000), estas dinámicas reflejan cómo el patriarcado opera en múltiples niveles, desde lo personal hasta lo institucional, perpetuando las violencias y desprotegiendo a las víctimas.

La incapacidad de las autoridades municipales para intervenir en este caso resalta la importancia de las redes de mujeres como actores clave en la protección y el cuidado colectivo. Sin embargo, también pone de manifiesto la necesidad de que las instituciones reconozcan y apoyen su labor, invirtiendo en la capacitación y el fortalecimiento de las lideresas comunitarias como una estrategia para enfrentar las violencias de género de manera más efectiva.

La experiencia de Flor pone de manifiesto la importancia de las redes de mujeres como espacios de protección, acuerpamiento y resistencia política. A pesar de los riesgos personales y las barreras institucionales, su capacidad para organizarse, planificar y actuar de manera estratégica demuestra que el cuidado colectivo puede salvar vidas y transformar comunidades. El testimonio también evidencia la necesidad urgente de que las instituciones públicas reconozcan y fortalezcan el trabajo de las redes, invirtiendo en programas que capaciten a las mujeres en las comunidades y les brinden las herramientas necesarias para enfrentar las violencias de género. Como lo demuestra Flor, el cuidado colectivo no es solo una respuesta ante el abandono institucional, sino también una práctica política que desafía las estructuras patriarcales y promueve la construcción de sociedades más justas y solidarias.

Capítulo 6. Conclusiones y recomendaciones

El presente capítulo reúne las principales conclusiones de esta investigación sobre las estrategias de autocuidado y cuidado colectivo desarrolladas por las mujeres de la Red de Tultitlán. A través del análisis de sus experiencias y testimonios, se evidencia que estas prácticas han sido fundamentales no solo para su bienestar individual, sino también para la sostenibilidad de su activismo y la consolidación de redes de apoyo. El estudio ha permitido visibilizar la carga emocional y física que enfrentan las mujeres que acompañan a otras mujeres en situación de violencia. Este desgaste se agudiza en contextos de precarización y falta de reconocimiento institucional del trabajo de cuidados en el territorio mexiquense.

Como se ha señalado en la presente investigación, el autocuidado dentro del feminismo no es un acto egoísta ni superficial, sino una estrategia política que permite a las mujeres reconstruir su autonomía y sostener su labor activista a largo plazo (Lagarde, 1997). Sin embargo, en México y otros países de América Latina, el autocuidado sigue sin ser reconocido como una necesidad dentro del activismo, lo que genera un desgaste que pone en riesgo la continuidad de la lucha feminista. El Estado de México sugiere que el activismo de las mujeres siga sin reconocerse, a la par que el sistema estatal de cuidados sigue siendo una promesa de campaña y no una realidad que pueda cambiar la vida de las mujeres.

Las experiencias de Lupita, Flor e Ivonne han sido esenciales para comprender cómo el autocuidado y el cuidado colectivo pueden transformar el activismo comunitario. Sus testimonios reflejan distintos procesos de adaptación y resistencia, a un estado que no ha priorizado el activismo de las mujeres.

Lupita; al enfrentar violencia psicológica y una enfermedad como el cáncer, encontró en el autocuidado una forma de reconstrucción personal. Su proceso demuestra cómo el autocuidado es una acción política que permite a las mujeres recuperar su autonomía y bienestar.

Ivonne; al vivir con una discapacidad auditiva, ha visibilizado cómo el acceso a redes de apoyo y el reconocimiento del autocuidado han sido clave para su permanencia en el activismo y su bienestar emocional.

Flor, al integrarse a la Red de Tultitlán, no solo conoció el feminismo, sino que también encontró un espacio seguro que la cobijó a ella y a su hijo en un momento crítico. Durante el proceso de acompañamiento a su vecina en situación de violencia extrema, comprendió que el autocuidado no solo era necesario para su bienestar, sino que también le permitía sostener su activismo sin poner en riesgo su estabilidad emocional y la de su hijo. Su historia refleja cómo el cuidado, tanto individual como colectivo, se convierte en un mecanismo de resistencia frente a las adversidades. Desde su experiencia, Flor reconoce que cuidar de sí misma le ha permitido seguir apoyando a otras mujeres, consolidando la red como un espacio de transformación y solidaridad.

6.1 autocuidado de las mujeres que integran las redes de Tultitlán

El análisis del autocuidado en la Red de Mujeres de Tultitlán permite concluir que esta práctica ha sido fundamental para sostener su activismo y la resistencia de las mujeres frente a la violencia estructural y las condiciones de precariedad que enfrentan. A lo largo de la investigación se identificó que el autocuidado no puede entenderse únicamente como una práctica individualista o de bienestar personal, sino como una estrategia política que desafía la sobrecarga de trabajo, la fatiga emocional y la falta de reconocimiento institucional del trabajo de las activistas comunitarias.

Las mujeres de la red han desarrollado diversas estrategias de autocuidado que les han permitido continuar con su labor sin que el desgaste emocional y físico ponga en riesgo su permanencia en el activismo. Entre estas estrategias destacan: la creación de espacios de reflexión y contención emocional que se han brindado entre ellas, donde pueden compartir sus experiencias sin temor a ser juzgadas, el fortalecimiento de redes de apoyo entre ellas mismas y la implementación de prácticas individuales tales como el acompañamiento mutuo en situaciones de crisis. A partir de estas acciones, se ha construido una concepción del autocuidado no solo como una necesidad individual, sino como un proceso colectivo que busca garantizar el bienestar de todas.

El autocuidado en este contexto también ha sido una forma de resistencia ante el sistema patriarcal, que históricamente ha colocado a las mujeres en una posición de sobrecarga en el trabajo doméstico y de cuidados, invisibilizando su labor en la comunidad.

La redistribución de estas tareas dentro de la red ha sido clave para evitar que sus integrantes enfrenten un desgaste extremo, permitiéndoles continuar con su labor de acompañamiento sin poner en riesgo su salud mental y física. A pesar de estos avances, la investigación evidencia que aún existen múltiples desafíos para consolidar estas prácticas de manera estructural. Uno de los principales obstáculos es la falta de reconocimiento institucional del trabajo de la red y la ausencia de políticas públicas que garanticen recursos y condiciones dignas para las mujeres que realizan activismo en contextos de violencia.

Otro aspecto que se identificó es la dificultad de sostener estas estrategias de autocuidado en un contexto marcado por la precariedad, la violencia y la falta de respaldo estatal. Muchas de las integrantes de la red enfrentan una doble o incluso triple carga de trabajo, ya que además de su labor comunitaria, tienen responsabilidades familiares y empleos remunerados que limitan su acceso a espacios de descanso y recuperación. Esto demuestra que el autocuidado, si bien es una estrategia clave para la resistencia y la sostenibilidad del activismo, no puede ser una responsabilidad exclusiva de las mujeres, sino que debe ser reconocido como una necesidad colectiva que requiere de mecanismos de apoyo desde el Estado y la sociedad en su conjunto.

Finalmente, la experiencia de la Red de Mujeres de Tultitlán evidencia que el autocuidado y la construcción de redes de apoyo están profundamente interconectados. El fortalecimiento de vínculos solidarios entre las integrantes de la red ha sido fundamental para que puedan sostenerse unas a otras en los momentos de mayor desgaste y presión. Sin esta dimensión colectiva del autocuidado, el activismo feminista enfrentaría un desgaste aún mayor y la permanencia de las activistas en la lucha sería mucho más difícil. Por ello, es indispensable que el autocuidado sea comprendido no solo como una práctica individual, sino como un eje central en la construcción de estrategias políticas que permitan la continuidad del activismo feminista en el tiempo.

6.2 Cuidado colectivo: Estrategias de cuidado para todas

El cuidado colectivo dentro de la Red de Mujeres de Tultitlán ha sido una estrategia fundamental para sostener el trabajo de acompañamiento a mujeres en situación de violencia. A diferencia del autocuidado, que se enfoca en las acciones individuales para la preservación

del bienestar, el cuidado colectivo implica una serie de prácticas compartidas que buscan garantizar la seguridad, el apoyo emocional y la continuidad del activismo feminista en la comunidad. Estas estrategias han surgido como una respuesta a la ausencia del Estado en la protección de las mujeres, lo que ha llevado a la red a asumir roles que, en teoría, deberían ser cubiertos por las instituciones gubernamentales.

Desde una perspectiva feminista, Marcela Lagarde (1996) conceptualiza la sororidad como un principio organizador del cuidado colectivo. En la Red de Mujeres de Tultitlán, este principio se traduce en acciones concretas que van desde el acompañamiento a las víctimas hasta la protección entre las mismas integrantes de la red. Tal como lo menciona Ivonne en su testimonio, “aprendimos a organizarnos y a cuidarnos mutuamente porque sabíamos que, a veces nos hacen ver como enemigas, pero no lo somos”.

Entre las principales estrategias de cuidado colectivo implementadas por la red se encuentran:

Redes de protección y movilidad segura: Una de las medidas más importantes ha sido la creación de protocolos de seguridad para trasladar a mujeres en riesgo fuera de sus hogares o incluso a otras ciudades. Este tipo de acciones han sido diseñadas estratégicamente para evitar que los agresores las localicen. En el testimonio de Flor se resalta que en una ocasión, para salvaguardar a una mujer y su hijo, la red tuvo que coordinarse con la policía estatal sin informar a la municipal, debido a la posible colusión con el agresor.

Acompañamiento emocional y contención: En sus reuniones, la red ha generado espacios de contención emocional donde las integrantes pueden compartir sus experiencias, descargar el estrés acumulado y fortalecer su capacidad de resistencia. Carol Gilligan (1982) plantea que el cuidado colectivo fortalece los lazos entre las mujeres y permite una redistribución más equitativa del trabajo emocional. En este sentido, las integrantes de la red no solo ofrecen apoyo a las mujeres que buscan ayuda, sino que también se acuerpan entre sí para evitar el desgaste emocional.

Redistribución del trabajo de cuidados: Un aspecto clave del cuidado colectivo en la red ha sido la resignificación del trabajo de cuidados. Ivonne menciona que en varias ocasiones “las compañeras han cuidado a mi hija cuando yo no podía hacerlo, y yo he hecho lo mismo por

ellas. No es una carga individual, es una responsabilidad compartida”. Este tipo de acuerdos desafían la visión tradicional del cuidado como una tarea exclusiva de las mujeres dentro del ámbito familiar, convirtiéndolo en una práctica comunitaria y solidaria.

Creación de herramientas organizativas: La red ha desarrollado documentos y guías que permiten optimizar el trabajo de acompañamiento. Esto incluye el uso de expedientes comunitarios y sistemas de comunicación interna que garantizan que, si una integrante no puede asistir a una usuaria, otra pueda hacerlo sin revictimizarla ni repetir información innecesaria. Estas estrategias han permitido que el apoyo se brinde de manera más eficiente, sin sobrecargar a una sola persona.

Enfrentar la ausencia institucional: Un problema recurrente identificado en la investigación es la falta de apoyo por parte de las instituciones gubernamentales, lo que obliga a la red a suplir estas carencias. Lupita menciona que durante la pandemia por COVID-19, la red tuvo que asumir roles que correspondían a las autoridades, organizando rescates y trasladando a mujeres en riesgo sin ningún respaldo estatal. Este tipo de acciones demuestran cómo el cuidado colectivo se ha convertido en un mecanismo de resistencia ante la negligencia institucional.

El cuidado colectivo en la Red de Mujeres de Tultitlán ha trascendido la idea tradicional del apoyo entre mujeres, convirtiéndose en una estrategia política de resistencia. Desde la sororidad hasta la generación de redes de apoyo emocional y prácticas concretas de protección, estas acciones han permitido que la red se sostenga en el tiempo a pesar de la violencia y la precariedad. Sin embargo, la investigación también evidencia la necesidad urgente de que el Estado reconozca y respalde este tipo de trabajo, garantizando condiciones dignas para las mujeres que sostienen estas redes. Como menciona una de las integrantes de la red: “Sin cuidado, no hay activismo”.

6.3 Recomendaciones

El análisis del autocuidado y el cuidado colectivo dentro de la Red de Mujeres de Tultitlán ha permitido identificar estrategias clave para la sostenibilidad del activismo feminista en contextos de violencia y precariedad. Sin embargo, los hallazgos también evidencian la

persistencia de barreras estructurales que limitan el acceso de las activistas a recursos, protección institucional y mecanismos de apoyo para fortalecer su bienestar. A partir de estos resultados, se plantean una serie de recomendaciones dirigidas tanto a las instituciones gubernamentales como a la sociedad civil y las propias redes de mujeres, con el objetivo de consolidar prácticas de cuidado que contribuyan a la permanencia y fortalecimiento del trabajo comunitario en la defensa de los derechos de las mujeres.

Las recomendaciones propuestas abordan tres ejes fundamentales:

Primero, la necesidad de que el Estado reconozca y respalde el trabajo de las redes comunitarias mediante políticas públicas y presupuestos adecuados;

Segundo, la importancia de fomentar estrategias de autocuidado y cuidado colectivo dentro del activismo, evitando el desgaste físico y emocional de las mujeres que realizan acompañamiento; y

Tercero, el fortalecimiento de la organización interna de las redes, garantizando su sostenibilidad y autonomía frente a los cambios políticos y administrativos en los gobiernos locales.

Desde esta perspectiva, las recomendaciones buscan no solo visibilizar el trabajo de las mujeres que integran la red, sino también incidir en la construcción de alternativas institucionales y comunitarias que permitan la redistribución del trabajo de cuidados y la generación de espacios seguros para las activistas que sostienen estas acciones de resistencia. La implementación de un Sistema Nacional y Estatal de Cuidados resulta fundamental para asegurar que el cuidado deje de ser una carga exclusiva de las mujeres y se convierta en una responsabilidad compartida, promoviendo así condiciones más equitativas para quienes realizan esta labor tanto en el ámbito privado como en el comunitario.

Referencias Bibliográficas

- Celiberti, L. (2009). El cuidado colectivo como resistencia feminista. Montevideo: Editorial Feminista.
- Fe, M. (2014). Historia de las mujeres y el conocimiento del cuidado: de la brujería a la resistencia feminista. Buenos Aires: Editorial Mujeres en Resistencia.
- ONU Mujeres. (2021). La pandemia en la sombra: violencia contra las mujeres durante el COVID-19 y respuestas urgentes. <https://www.unwomen.org>
- INEGI. (2022). Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. <https://www.inegi.org.mx>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2022). Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022. INEGI. <https://www.inegi.org.mx/programas/enasic/2022/>
- ONU Mujeres. (2021). Hacia un sistema nacional de cuidados en México: diagnóstico y propuesta. Recuperado de: <https://mexico.unwomen.org>
- MEXFEM. (2016). Guía para la creación de redes comunitarias contra la violencia de género en el Estado de México. Observatorio contra Femicidios en el Estado de México.
- Secretaría de las Mujeres del Estado de México. (2023). Memoria digital del Segundo Congreso Latinoamericano en Feminismo, Género y Derechos Humanos de las Mujeres. <https://semujeres.edomex.gob.mx>
- Oliviera, C. (2022). Cuidado activista: tejiendo redes para la resistencia feminista. Madrid: Ediciones Feministas.
- ONU Mujeres. (2021). El impacto del COVID-19 en la violencia de género y el trabajo de cuidados. Naciones Unidas. <https://www.unwomen.org>
- Secretaría de las Mujeres del Estado de México. (2022). Memorias del Segundo Congreso Latinoamericano en Feminismo, Género y Derechos Humanos de las Mujeres: Los cuidados al centro de las Políticas Públicas. Gobierno del Estado de México.
- Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP). (2018). Programa Fortalecimiento a la Seguridad (FORTASEG). Gobierno de

México:[https://secretariadoejecutivo.gob.mx//fondossubsidios/Lineamientos_Generales de Evaluacion FORTASEG 2018.pdf](https://secretariadoejecutivo.gob.mx//fondossubsidios/Lineamientos_Generales_de_Evaluacion_FORTASEG_2018.pdf)

- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2020, 18 de noviembre). La Cámara de Diputados aprueba reforma constitucional en materia de Sistema Nacional de Cuidados. <https://www5.diputados.gob.mx/index.php/es/Comunicacion/Boletines/2020/Noviembre/18/4462-La-Camara-de-Diputados-aprueba-reforma-constitucional-en-materia-de-Sistema-Nacional-de-Cuidados>
- Celiberti, L. (2009). El cuidado colectivo como resistencia feminista. Montevideo: Editorial Feminista.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2022). Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022. INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASIC/ENASIC_23.pdf
- ONU Mujeres. (2021). El impacto del COVID-19 en la violencia de género y el trabajo de cuidados. Naciones Unidas. <https://www.unwomen.org/es/digital-library/publications/2020/06/policy-brief-covid-19-and-the-care-economy>
- Oliviera, C. (2022). Cuidado activista: tejiendo redes para la resistencia feminista. Madrid: Ediciones Feministas.
- Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP). (2018). Programa Fortalecimiento a la Seguridad (FORTASEG). Gobierno de México. <https://www.gob.mx/sesnsp>
- INEGI. (2022). Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. <https://www.inegi.org.mx/programas/enasic/2022/>
- ONU Mujeres. (2023). Datos y cifras: Violencia contra las mujeres. <https://www.unwomen.org/es/articulos/datos-y-cifras/datos-y-cifras-violencia-contra-las-mujeres>
- Secretaría de las Mujeres del Estado de México. (2022). Memorias del Segundo Congreso Latinoamericano en Feminismo, Género y Derechos Humanos de las

Mujeres: Los cuidados al centro de las Políticas Públicas. Gobierno del Estado de México.

- ONU Mujeres. (2023). Datos y cifras: Violencia contra las mujeres. Disponible en: unwomen.org
- INEGI. (2022). Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC).
- Blázquez Graf, N. (2010). Epistemología feminista y producción de conocimiento. UNAM.
- Milenio. (2023, 6 de marzo). Impulsan Sistema Estatal de Cuidados para mujeres en Edomex. Recuperado de <https://www.milenio.com/politica/impulsan-sistema-estatal-cuidados-mujeres-edomex>
- Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social (CEMYBS). (2016). Tejiendo Redes; Estrategia de trabajo comunitario para la detección, apoyo y referencia de casos de violencia de género contra las mujeres.
- Secretaría de Gobernación (SEGOB). (2017). Subsidio para el Fortalecimiento del Desempeño en Materia de Seguridad Pública (FORTASEG).
- Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES). (2019). Redes Constructoras de Paz (MUCPAZ).
- Celiberti, L. (2009). El cuidado como cuestión política: Una mirada feminista sobre el trabajo de cuidados. *Cotidiano Mujer*.
- INEGI. (2022). Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados (ENASIC) 2022. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. <https://www.inegi.org.mx/programas/enasic/2022/>
- Moser, C. O. N. (1987). Gender planning in the Third World: Meeting practical and strategic gender needs. *World Development*, 17(11), 1799–1825.
- ONU Mujeres. (2021). Datos y cifras: Violencia contra las mujeres. <https://www.unwomen.org/es/articulos/datos-y-cifras/datos-y-cifras-violencia-contra-las-mujeres>
- Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES). (2021). Guía de alertamiento temprano y apropiación del espacio.

- Cairo Carou, H. (2002). Los significados de los nuevos procesos de integración en el continente americano: integración y comercio en las redes de mujeres latinoamericanas. Universidad Complutense de Madrid.
- Cabezas, A. (2002). Redes de mujeres e integración: Nuevos espacios regionales latinoamericanos. Universidad Complutense de Madrid.
- Gómez Madrid, L. (2021). Guía para activistas que orientan y acompañan a mujeres afectadas por la violencia de género en el ámbito familiar durante los primeros auxilios jurídicos. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Sánchez Huitrón, A. (2021). Creación de la especialidad técnica en el oficio de trabajo de cuidados de personas en condición de dependencia. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2020). Manual para la creación de redes comunitarias de mujeres.
- SWISSAID & Instituto de Estudios Ecuatorianos. (2020). Las Redes de cuidado como Estrategia Organizativa para juntarnos entre Mujeres.
- Gilligan, C. (1993). La moral y la teoría: Psicología del desarrollo femenino. Fondo de Cultura Económica.
- Lagarde y de los Ríos, M. (1997). Claves feministas para la autoestima de las mujeres, Horas y horas.
- Kergoat, D. (2001). División sexual del trabajo y relaciones sociales de sexo. En J. Hirata, D. Kergoat, A. Le Feuvre, F. Sow y M. Maruani (Eds.), Sexo y género: Cómo dialogan en la sociología (pp. 43–62). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Lamas, M. (1996). El género: La construcción cultural de la diferencia sexual. En M. Lamas (Comp.), El género: La construcción cultural de la diferencia sexual (pp. 13–43). PUEG/UNAM.
- Batthyány, K. (2021). El cuidado en América Latina: Estrategias para la igualdad. CLACSO.
- Cabnal, L. (2010). Feminismos diversos: El feminismo comunitario. En C. Falquet, S. L. Hirata, H. Kergoat, & D. Senotier (Eds.), Hacia una nueva política feminista (pp. 215-235). Ediciones Akal.

- Carrasco, C., Borderías, C., & Torns, T. (2013). El trabajo de cuidados: Historia, teoría y políticas. Los Libros de la Catarata.
- Cid, B., & Hinrichs, J. (2015). Empoderamiento y feminismo: Una mirada desde América Latina. Centro de Estudios de la Mujer.
- Freire, P. (1986). Pedagogía del oprimido. Siglo XXI.
- Gilligan, C. (1993). In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development. Harvard University Press.
- Lagarde, M. (1990). Los cautiverios de las mujeres: Madresposas, monjas, putas, presas y locas. UNAM.
- Lagarde, M. (1996). Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres. Instituto de la Mujer.
- Lagarde, M. (1997). Identidad genérica y feminismo: Fundamentos teóricos y políticos. UNAM.
- Lamas, M. (1996). Cuerpo, diferencia sexual y género. PUEG-UNAM.
- León, M. (1997). Poder y empoderamiento de las mujeres. FLACSO.
- Murguialday, C. (2006). Empoderamiento y género: Un análisis crítico. Editorial Icaria.
- Paredes, J. (2014). Hilando fino desde el feminismo comunitario. Editorial de la Campaña 28 de septiembre.
- Pérez, M. (2004). Economía feminista y trabajo de cuidados: Una mirada crítica. Editorial Gedisa.
- Rodríguez, C. (2012). Trabajo de cuidados y desigualdad de género en América Latina. CEPAL.
- Sau, V. (2001). Diccionario ideológico feminista, Vol. I. Icaria Editorial.
- Senado de la República (2018). Historia del activismo en México. Disponible en: <https://www.senado.gob.mx>
- Varela, N. (2020). Feminismo para principiantes. Ediciones B.
- Blázquez Graf, N. (2010). Epistemología feminista y producción de conocimiento. UNAM. "La investigación feminista cuestiona las metodologías tradicionales que pretenden una objetividad y neutralidad absoluta, proponiendo en su lugar enfoques

que reconozcan la subjetividad y la influencia de las relaciones de poder en la construcción de conocimiento

- Blázquez Graf, N. (2010). “Para garantizar la coherencia entre la pregunta de investigación y la metodología empleada, se establecieron criterios específicos para la selección de participantes
- Blázquez Graf, N. (2010). “Las entrevistas a profundidad son una herramienta importante para la investigación cualitativa específicamente en el enfoque feminista, ya que permiten conocer las experiencias de las mujeres en un sentido amplio y participativo”