

**CUIDADANÍA Y LÍMITES DEL DERECHO AL CUIDADO EN CONTEXTOS
DE ENVEJECIMIENTO. REFLEXIONES DESDE EL CASO DEL ESTADO
DE MÉXICO**

***CUIDADANIA AND THE LIMITS OF THE RIGHT TO CARE IN CONTEXTS
OF POPULATION AGING: REFLECTIONS FROM THE CASE OF THE
STATE OF MEXICO***

Angélica Berenice LEDESMA GARCÍA
Instituto Politécnico Nacional
abledesmag@outlook.com
<https://orcid.org/0000-0003-4572-3766>

Luz María GALINDO VILCHIS
Universidad Nacional Autónoma de México
luzvilchis42@aragon.unam.mx
<https://orcid.org/0000-0002-5731-30691>

Fecha de recepción: 4 de mayo de 2026.

Fecha de aceptación: 17 de junio de 2026.

Resumen:

Uno de los avances más importantes de las agendas contemporáneas de igualdad, derechos humanos y justicia social es el reconocimiento del cuidado como derecho humano. Sin embargo, el envejecimiento poblacional pone de relieve que el reconocimiento normativo no garantiza necesariamente su ejercicio efectivo. A partir de una revisión conceptual del cuidado como necesidad, trabajo y derecho; se analizan en este artículo los alcances y limitaciones del derecho al cuidado en contextos de envejecimiento desde la perspectiva de la Cuidadanía, entendida como una propuesta ética y política basada en la interdependencia, corresponsabilidad y el sostenimiento de la vida. Se plantea que el envejecimiento evidencia tensiones que muchas veces quedan fuera del campo de visión de las relaciones de cuidado: sobrecarga familiar, desigualdades de género, trayectorias de violencia, de abandono o de omisión de cuidados, y limitaciones para decidir quién cuida y en qué condiciones. A partir del análisis del caso del Estado de México se revisan los avances normativos en materia de cuidados y protección a las personas mayores y los retos que persisten para traducir estos reconocimientos en condiciones reales de autonomía, dignidad y capacidad de decisión. Se concluye que el ejercicio efectivo del derecho al cuidado requiere fortalecer la corresponsabilidad social, las capacidades institucionales y las prácticas de Cuidadanía orientadas a democratizar las relaciones de cuidado.

Summary:

One of the most important advances in contemporary agendas on equality, human rights and social justice is the recognition of care as a human right. However, population aging highlights that legal recognition does not necessarily guarantee its effective exercise. Based on a conceptual review of care as a need, a form of work and a right, this article analyzes the scope and limitations of the right to care in aging contexts from the perspective of *CUidadanía*, understood as an ethical and political proposal grounded in interdependence, co-responsibility and the sustainability of life. The article argues that aging makes visible tensions that often remain outside the dominant understanding of care relations, including family overload, gender inequalities, trajectories of violence, abandonment and care omission, as well as limitations regarding the ability to decide who provides care and under what conditions. Through an analysis of the State of Mexico, the paper examines recent legal and institutional advances concerning care and the protection of older persons, while identifying the challenges that persist in translating these formal recognitions into real conditions of autonomy, dignity and decision-making capacity. It concludes that the effective exercise of the right to care requires strengthening social co-responsibility, institutional capacities and practices of *CUidadanía* aimed at democratizing care relationships.

Palabras clave: CUidadanía, derecho al cuidado, envejecimiento, personas mayores, corresponsabilidad.

Keywords: *CUidadanía*, right to care, aging, older persons, co-responsibility.

I. Introducción

En las últimas décadas, el envejecimiento de la población se ha convertido en uno de los principales desafíos sociales, económicos y políticos a nivel mundial. La esperanza de vida se ha elevado de forma sostenida y las tasas de fecundidad se han reducido, transformando así la estructura demográfica de muchos países, entre ellos México, donde cada vez hay más personas mayores. Este proceso ha evidenciado la necesidad de replantear las formas en que las sociedades organizan los cuidados y garantizan el bienestar de quienes atraviesan distintas situaciones de dependencia a lo largo de la vida.

Asimismo, el cuidado ha dejado de ser pensado como una responsabilidad privada ligada al espacio familiar, y se ha instalado como una cuestión central en las agendas de igualdad de género, los derechos humanos y las políticas públicas. La puesta en visibilidad de las desigualdades derivadas de la división sexual del trabajo, el reconocimiento de la contribución económica y social de los cuidados no remunerados y la creciente demanda de sistemas integrales de cuidados, han impulsado un proceso de transformación conceptual

que entiende el cuidado como una necesidad humana universal, un trabajo socialmente necesario e indispensable y un derecho que ha de ser garantizado por el Estado.

Sin embargo, el reconocimiento jurídico del derecho al cuidado no elimina de forma automática las desigualdades que atraviesan las relaciones de cuidado. En situaciones de vejez, se hacen evidentes las tensiones relacionadas con la sobrecarga de las familias, la feminización del cuidado, la escasez de servicios públicos, las relaciones familiares conflictivas y las distintas formas de violencia que afectan tanto a las personas adultas mayores como a quienes asumen la responsabilidad del cuidado. Estos casos ilustran que la garantía formal del derecho al cuidado no siempre se traduce en una posibilidad real de decidir quién cuida, quién recibe cuidados y bajo qué condiciones se desarrollan estas relaciones.

El caso mexicano es relevante por la rapidez que está avanzando el envejecimiento demográfico y por la persistencia de un modelo de organización social del cuidado de tipo familista. Esta combinación ejerce crecientes presiones sobre las familias y pone en evidencia la necesidad de construir arreglos institucionales que sean capaces de garantizar el derecho al cuidado, bajo criterios de corresponsabilidad, igualdad y justicia social. Sin embargo, el envejecimiento poblacional pone de relieve los límites de los marcos jurídicos e institucionales para garantizar el ejercicio efectivo de los derechos cuando éstos dependen de las relaciones cotidianas de cuidado atravesadas por desigualdades, dependencia y vulnerabilidad. Desde una perspectiva garantista, el reconocimiento formal de un derecho resulta insuficiente si no existen condiciones materiales, institucionales y sociales que permitan su ejercicio efectivo. En este sentido, el derecho al cuidado es un caso paradigmático para analizar las tensiones entre reconocimiento jurídico, Cuidadanía sustantiva y Estado de derecho en sociedades cada vez más envejecidas.

Frente a estas limitaciones, la noción de Cuidadanía ofrece una perspectiva analítica útil para comprender el cuidado como una práctica política y relacional basada en la interdependencia, la corresponsabilidad y el sostenimiento colectivo de la vida. Desde esta visión, el ejercicio del derecho al cuidado requiere no sólo marcos normativos adecuados, sino también condiciones materiales, institucionales y comunitarias que permitan construir relaciones de cuidado más democráticas y justas.

Dentro de este contexto, el presente artículo tiene como objetivo analizar los límites del ejercicio efectivo del derecho al cuidado en contextos de envejecimiento desde la

perspectiva de la CUIDADANÍA. Recupera para ello los debates contemporáneos sobre el cuidado como necesidad, trabajo y derecho; examina el reconocimiento jurídico reciente del derecho al cuidado en los ámbitos nacional e internacional; desarrolla la categoría de CUIDADANÍA como marco interpretativo y analiza el caso del Estado de México como ejemplo de los avances y desafíos que enfrenta la construcción de sistemas de cuidado orientados a garantizar la autonomía, dignidad y capacidad de decisión de las personas mayores y quienes participan en sus redes de cuidado.

Este trabajo argumenta que el envejecimiento poblacional pone de relieve una contradicción fundamental: pese a que el derecho al cuidado ha logrado importantes niveles de reconocimiento jurídico, persisten limitaciones para su ejercicio efectivo, derivadas de la organización familista del cuidado, las desigualdades de género, las trayectorias de violencia y la insuficiente corresponsabilidad social. Estas tensiones evidencian que la garantía del derecho al cuidado reclama avanzar hacia formas más democráticas de organización social del cuidado basadas en la interdependencia y la corresponsabilidad.

II. Contexto de las categorías: trabajo de cuidado, la necesidad del cuidado y del derecho al cuidado

Aproximadamente desde el 2016 la agenda de cuidados en nuestro país se posicionó con el impulso de la Sociedad Civil y la Academia. En este contexto, se creó la *Red de Cuidados en México* en 2017. Siendo un espacio integrado por organizaciones, colectivos, activistas feministas, cuidadoras, expertas y ciudadan@s interesadas@s en construir una agenda de igualdad de género y justicia social para lograr una organización social justa del cuidado, así como también realizaba investigación, impulsó la incidencia en políticas públicas y generó contenidos para transformar los imaginarios sociales sobre el cuidado entre géneros y generaciones.

Posteriormente, la Red de Cuidados se unió a la *Coalición por el Cuidado Digno y Tiempo Propio de las Mujeres* que surgió en octubre de 2020. En la Coalición hay más de 30 organizaciones de la Sociedad Civil, académicas, políticas y activistas de todo el país cuyo principal objetivo es la incidencia en las políticas de cuidado, así como la investigación que documente las diversas propuestas que se hacen en los diferentes niveles: nacional, estatal y/o local.

Además, un elemento que fue relevante para visibilizar el cuidado fue la pandemia del COVID-19 que lo retoma como un tema central, ya que se reconoció su relevancia en la agenda pública y gubernamental, en varios países, entre ellos México. Aunque no era un tema nuevo, con la pandemia se recuperaron datos estadísticos significativos, por ejemplo, a nivel nacional, de acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo en 2019, la población de 12 años y más reportó en promedio 9.3 horas dedicadas a cuidados directos. Las mujeres reportaron 12.3 horas de cuidados directos y 28.8 horas con cuidados pasivos. Por otro lado, los hombres tienen un promedio de 5.4 horas de cuidados directos y 12.9 horas incluyendo cuidados pasivos. Sin contar los cuidados pasivos, las mujeres dedican 6.9 horas más a los cuidados de integrantes del hogar que los hombres. Incluyendo cuidados pasivos, las mujeres dedican 15.9 horas más que los hombres. Estas cifras muestran que las mujeres destinan significativamente más tiempo al cuidado que los hombres, evidenciando la persistencia de desigualdades de género en la organización social del cuidado.¹

Cabe mencionar que durante la pandemia se hicieron varios estudios que dan cuenta del incremento de las cargas de cuidado, el impacto diferenciado sobre las mujeres y la necesidad de avanzar hacia sistemas integrales de cuidados que distribuyan estas responsabilidades de manera más equitativa. Demostraron que el confinamiento incrementó las desigualdades que ya existían al trasladar, al mismo tiempo, el trabajo asalariado, las tareas educativas y las obligaciones de cuidado al ámbito de la casa. En este contexto las mujeres asumieron una mayor carga de trabajo total al combinar sus actividades laborales con la atención de personas dependientes, las labores domésticas y el acompañamiento educativo de niñas, niños y adolescentes. Este proceso alargó las jornadas, acortó los tiempos de descanso y agudizó fenómenos de sobrecarga y pobreza de tiempo.²

Investigaciones realizadas en universidades mexicanas evidenciaron que se observó que la pandemia agudizó las desigualdades de género al aumentar al mismo tiempo el trabajo asalariado y el trabajo no remunerado de las mujeres, sin que las instituciones generaran mecanismos suficientes para compensar o redistribuir esas cargas.³

¹ INEGI, Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2019. <https://www.inegi.org.mx/programas/enut/2019/>

² BENAVIDES LARA, Mario Alberto, DE AGÜERO SERVÍN, Mercedes y MARTÍNEZ ÁLVAREZ, Silvia Iveth, “Diferencias entre profesoras y profesores de la Universidad Nacional Autónoma de México en el trabajo docente y de cuidados durante la pandemia” en *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, vol. LI, núm. especial, 2021, p. 92-97.

³ BUSTOS TORRES, Beatriz Adriana y VALERDI GONZÁLEZ, María Áurea, “El trabajo académico ante la pandemia: desigualdades de género” en *La Ventana. Revista de Estudios de Género*, núm. 61, 2025, pp. 355-358.

Además, estudios sobre las experiencias de cuidado en situaciones de enfermedad destacaron que el incremento de las obligaciones de cuidado también afectó la salud física y emocional de los cuidadores, sobre todo de las mujeres, quienes sufrieron agotamiento, trastornos del sueño, síntomas depresivos y dificultad para el autocuidado debido a la continua priorización del bienestar de otras personas.⁴ Estos resultados subrayaron la importancia de reconocer el cuidado como una cuestión pública y colectiva, así como de fomentar políticas que aseguren su provisión bajo condiciones de corresponsabilidad social.

III. El cuidado como necesidad, como trabajo y como derecho

El cuidado es un elemento que está presente a lo largo de la vida de todas las personas. La economía feminista sugiere que son acciones destinadas a satisfacer las necesidades de cuidado propias o de otras personas, ya sean en términos económicos, morales e incluso emocionales. Incluyen la provisión de bienes esenciales para la vida, y la transmisión de conocimientos, valores sociales y prácticas relacionados con la crianza.⁵ Sus objetivos son: proteger, mantener, recuperar y promover las capacidades de las personas.

De acuerdo con Ana Gúezmes, el cuidado puede entenderse como una necesidad, un trabajo y un derecho; perspectiva que ha cobrado relevancia durante las últimas décadas en el debate internacional sobre políticas públicas, igualdad de género y derechos humanos. Esta triple dimensión permite comprender la complejidad del cuidado y su importancia para la sostenibilidad de la vida.⁶ Es relativamente reciente que se ha definido así el cuidado, por lo que, hay mucho que seguir reflexionando. A continuación, se desarrollan brevemente estas tres dimensiones del cuidado.

a) Necesidad de cuidado

Desde el punto de vista del cuidado como necesidad de cuidado, no se reduce a situaciones excepcionales de enfermedad o dependencia, sino que es una condición inherente a la existencia humana. Cada persona necesita cuidados en diferentes etapas de su vida, aunque con diferentes intensidades. La infancia, la discapacidad, la enfermedad y la vejez son

⁴ LÓPEZ PACHECO, Marcela y LÓPEZ SÁNCHEZ, Oliva, “Enfermó y toda la familia enfermamos, todos colapsamos”. Cuidados en la enfermedad y los impactos en la salud de las madres cuidadoras” en *Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género*, México, El Colegio de México, vol. 9, 2023, p. 2-8.

⁵ CEPAL, definición de cuidado.

⁶ GÚEZMES, Ana, Considerar el cuidado como una necesidad, un trabajo y un derecho contribuye a reducir la desigualdad de género, dice la CEPAL. 2022. <https://www.cepal.org/es/notas/considerar-cuidado-como-necesidad-un-trabajo-un-derecho-contribuye-reducir-la-desigualdad>.

momentos o situaciones que hacen más patentes estas necesidades, pero no agotan la universalidad del cuidado.⁷

Al respecto, Abedel Galindo menciona que muchas de las reflexiones contemporáneas sobre el cuidado surgen como una respuesta a la tendencia de las sociedades modernas a organizarse en torno a economías de mercado donde predomina el “motivo de la ganancia” sobre el “motivo de la subsistencia”.⁸ Dicha lógica ha contribuido a invisibilizar las actividades orientadas al sostenimiento de la vida y a la satisfacción de necesidades humanas fundamentales. Desde este punto de vista, el cuidado es una condición indispensable para la reproducción de la vida y para el mismo funcionamiento de la economía.

b) Trabajo de cuidados

En el llamado a reconocer el cuidado como un trabajo digno de reconocimiento y remuneración o valorización monetaria de este trabajo, no se advierte el acuerdo no pactado, con la esencia de una sociedad que centraliza, en las transacciones monetarias, el cuidado de sus necesidades y, por tanto, de la vida humana⁹ (Galindo, 2020)

Estas funciones se materializan a través del trabajo de cuidados: acciones directas, indirectas y de gestión de recursos necesarias para atender necesidades básicas, tanto fisiológicas como psicoemocionales de las personas, las comunidades y la naturaleza.

c) Derecho de cuidado

Pautassi (2007) refirió que el derecho al cuidado se relaciona con el reconocimiento de que las actividades orientadas a la subsistencia de la vida no pueden seguir circunscribiéndose al espacio privado ni recaer exclusivamente en las familias y, específicamente, en las mujeres. Por ello, propone entender el cuidado desde una perspectiva de derechos humanos que reconozca el derecho a recibir cuidados, el derecho a cuidar y el derecho al autocuidado, estableciendo obligaciones específicas del Estado en términos de protección, provisión y garantía de condiciones adecuadas para su ejercicio. Desde este punto de vista, el cuidado ya no es una cuestión de asistencia o beneficencia, sino que se convierte en una cuestión de ciudadanía social y de justicia distributiva.¹⁰

⁷ GÚEZMES GARCÍA y VAEZA, *op. cit.*, p. 7-8.

⁸ GALINDO MENESES, *op. cit.*

⁹ GALINDO MENESES, *op. cit.*

¹⁰ PAUTASSI, Laura C., *El cuidado como cuestión social desde un enfoque de derechos*, Santiago de Chile, CEPAL, Serie Mujer y Desarrollo, núm. 87, 2007.

Desde el punto de vista de los derechos humanos, el derecho al cuidado incluye el derecho a recibir cuidados, el derecho a cuidar y el derecho al autocuidado a lo largo de la vida. Este derecho se sustenta en los principios de igualdad, universalidad, progresividad, no regresividad y corresponsabilidad social y de género, reconociendo que el cuidado es una condición indispensable para la sostenibilidad de la vida humana. Asimismo, implica garantizar tanto los derechos de quienes requieren cuidados como de quienes los brindan, superando su asignación estereotipada como responsabilidad exclusiva de las mujeres.¹¹

IV. El reconocimiento judicial del derecho al cuidado: avances en la Suprema Corte de Justicia de la Nación y la Corte Interamericana de Derechos Humanos

Uno de los pasos más importantes de la evolución reciente de los derechos humanos ha sido el reconocimiento del cuidado como un derecho. Por décadas, el cuidado se pensó como una responsabilidad privada, asociada principalmente a las familias y, dentro de estas, a las mujeres. Sin embargo, el desarrollo de la economía feminista, los estudios sobre bienestar y las agendas internacionales de igualdad de género han impulsado una transformación conceptual que permite comprender el cuidado como una condición indispensable para la sostenibilidad de la vida y para el ejercicio efectivo de otros derechos.¹²

En América Latina, este proceso ha sido impulsado por la Agenda Regional de Género de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), que ha promovido el reconocimiento del cuidado como una responsabilidad compartida entre Estado, mercado, comunidades y familias. Desde este punto de vista, el cuidado no es solamente una necesidad individual ni una actividad económica, sino también un derecho humano que debe ser garantizado a través de las políticas públicas, los marcos normativos y las instituciones capaces de asegurar condiciones dignas tanto para quienes reciben cuidados como para quienes los ofrecen.¹³

¹¹GÜEZMES GARCÍA, Ana y VAEZA, María-Noel, coords., *Avances en materia de normativa del cuidado en América Latina y el Caribe: hacia una sociedad del cuidado con igualdad de género*, Santiago de Chile, CEPAL, ONU Mujeres, 2023, p. 7.

¹² GÜEZMES GARCÍA, Ana, “El derecho al cuidado en el marco de los derechos humanos. El aporte de la Agenda Regional de Género” en *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Ciudad de México, Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2025.

¹³ PAUTASSI, Laura Cecilia, “Bases normativas y fundamentos políticos del derecho humano al cuidado” en *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Ciudad de México, Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2025.

Dentro de la jurisprudencia mexicana uno de los avances más importantes tuvo lugar con la resolución del Amparo Directo 6/2023, emitida por la Primera Sala de la Suprema Corte de Justicia de la Nación. Con este precedente se reconoció expresamente el derecho al cuidado como un derecho humano, y se estableció que comprende tres dimensiones fundamentales: el derecho a cuidar, el derecho a ser cuidado y el derecho al autocuidado. La Corte, asimismo, reconoció que nadie debe verse obligado a asumir responsabilidades de cuidado en condiciones que vulneren sus propios derechos fundamentales.¹⁴

Este reconocimiento es importante porque desplaza la comprensión tradicional del cuidado como una obligación exclusivamente familiar y lo sitúa dentro del ámbito de las responsabilidades públicas. Por lo tanto, el Estado adquiere obligaciones de respeto, protección y garantía que incluyen la generación de servicios, infraestructura, mecanismos de protección social y políticas orientadas a una redistribución más equitativa de las responsabilidades de cuidado.¹⁵

Con la Opinión Consultiva OC-31/25 de la Corte Interamericana de Derechos Humanos, este proceso de reconocimiento jurídico alcanzó una dimensión regional. En esta sentencia, la Corte sostuvo que el cuidado es una necesidad básica, universal e ineludible para la existencia humana y reconoció expresamente la existencia de un derecho humano autónomo al cuidado derivado de una interpretación evolutiva de la Convención Americana sobre Derechos Humanos.¹⁶

La Corte Interamericana ha definido este derecho como la facultad que tiene toda persona de contar con los tiempos, espacios y recursos necesarios para brindar cuidados, recibirlos o procurarse condiciones adecuadas para su propio bienestar y desarrollo. Asimismo, indicó que este derecho implica tres dimensiones básicas: el derecho a ser cuidado, el derecho a cuidar y el derecho al autocuidado.¹⁷

En particular, la Opinión Consultiva ha reconocido que las personas mayores constituyen uno de los grupos que encuentran mayores obstáculos para ejercer efectivamente este

¹⁴ MARTÍNEZ COUTIGNO, Ana Claudia, “El avance hacia el derecho humano al cuidado en los precedentes de la Suprema Corte de Justicia de la Nación” en *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Ciudad de México, Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2025.

¹⁵ SUPREMA CORTE DE JUSTICIA DE LA NACIÓN, *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Ciudad de México, 2025.

¹⁶ CORTE INTERAMERICANA DE DERECHOS HUMANOS, Comunicado de Prensa 55/2025, “La Corte Interamericana reconoce la existencia de un derecho humano autónomo al cuidado”, San José, Costa Rica, 7 de agosto de 2025.

¹⁷ *Ibidem*.

derecho, lo cual resulta especialmente relevante para el presente trabajo. Por ello, señaló que los Estados deben adoptar medidas específicas para garantizar servicios de cuidado de calidad que respeten la autonomía, independencia, seguridad y derecho a una vida libre de violencia de las personas mayores.¹⁸ Esta perspectiva resulta consistente con la evolución reciente de la jurisprudencia interamericana, que ha fortalecido progresivamente la protección de los derechos humanos de las personas mayores mediante la incorporación de la edad como una categoría de especial protección y el reconocimiento de la necesidad de medidas diferenciadas para garantizar la igualdad sustantiva de este grupo poblacional.¹⁹

En su conjunto, estos avances demuestran que el derecho al cuidado ha dejado de ser sólo una demanda política o una bandera programática para convertirse en un derecho humano reconocido por los tribunales nacionales e internacionales. Sin embargo, siguen existiendo grandes desafíos para lograr que este reconocimiento normativo se traduzca en condiciones reales que permitan a las personas decidir libremente quién las cuida, cómo quieren ser cuidadas y bajo qué condiciones quieren o no asumir responsabilidades de cuidado, aspectos particularmente importantes en contextos de envejecimiento poblacional.

Sin embargo, el reconocimiento jurídico del derecho al cuidado abre nuevos desafíos en relación con su justiciabilidad, exigibilidad y efectividad material. El reconocimiento formal de un derecho no elimina por sí solo las desigualdades estructurales que condicionan las relaciones de cuidado, especialmente en contextos de envejecimiento donde se cruzan la dependencia funcional, la fragilidad económica y las trayectorias familiares complejas.

V. CUidadanía

El término de CUidadanía surgió de experiencias feministas y comunitarias vinculadas con la problematización política de los cuidados y de la sostenibilidad de la vida. Se remonta a un error tipográfico cometido en una placa vecinal del centro social El Pumarejo, en Sevilla, en 2004, error que fue redefinido políticamente por colectivos feministas reflexionando acerca de la importancia de los cuidados en la reproducción social de la vida.²⁰ Más adelante, varias autoras y movimientos sociales recuperaron y ampliaron el concepto como crítica a las

¹⁸ Ibidem

¹⁹ FERRER MAC-GREGOR, Eduardo, "Las personas mayores en la jurisprudencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos", *Política y Sociedad*, vol. 60, núm. 2, 2023.

²⁰ PÉREZ OROZCO, Amaia, *Subversión feminista de la economía: aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*, Traficantes de Sueños, Madrid, 2014, p. 211.

concepciones tradicionales de ciudadanía basadas en la autosuficiencia, la productividad y la independencia individual.²¹

Así, la CUIDADANÍA plantea una propuesta ética, política y relacional orientada a la reorganización de las relaciones sociales desde la perspectiva del reconocimiento de la interdependencia, la vulnerabilidad compartida y la corresponsabilidad en el sostenimiento de las vidas. No es una categoría meramente jurídica sino también una práctica política que intenta cuestionar las lógicas individualistas y productivistas que históricamente han invisibilizado los cuidados y subordinado la vida humana a las dinámicas de acumulación económica.²² A diferencia de los modelos liberales de ciudadanía que se basan en los ideales de autosuficiencia, independencia y productividad, la CUIDADANÍA parte del reconocimiento de que todas las personas experimentan condiciones de vulnerabilidad, dependencia e interdependencia a lo largo de la vida. Desde este punto de vista, el cuidado deja de ser una responsabilidad privada y pasa a ser una cuestión clave para la democracia, la justicia social y la sostenibilidad de la vida.

Desde una perspectiva feminista, se ha señalado que la ciudadanía moderna se ha construido sobre la ficción de asumarnos como sujetos autónomos e independientes, invisibilizando las relaciones de dependencia y el trabajo de cuidados que históricamente han realizado las mujeres.²³ En este sentido, la CUIDADANÍA cuestiona las formas tradicionales de participación política basadas en la productividad y la autosuficiencia y propone una ética política basada en la interdependencia, la corresponsabilidad y el sostenimiento colectivo de la vida.²⁴

De este modo, el cuidado deja de ser visto como una actividad secundaria, y se entiende como una condición indispensable para la reproducción social y la continuidad de la vida humana. Todos necesitamos cuidados en distintas etapas de nuestro ciclo vital y participamos, en diferentes niveles, de vínculos de sostén mutuo.²⁵ Sin embargo, las sociedades contemporáneas siguen organizando el cuidado bajo esquemas familistas y

²¹ MARUGÁN, Begoña, “La ciudadanía como eje de un nuevo pacto constituyente” en *Cuadernos Manuel Giménez Abad*, núm. 5, 2017, p. 124.

²² LAGUNA, José, “CUIDADANÍA. Los cuidados que sostienen la vida” en *Padres y Maestros*, núm. 386, 2021, p. 13.

²³ RODRÍGUEZ RUIZ, Blanca, “Hacia un estado post-patriarcal. Feminismo y ciudadanía” en *Revista de Estudios Políticos* (Nueva Época), núm. 149, Madrid, 2010, p. 90.

²⁴ MARUGÁN, *op. cit.*, p. 128

²⁵ LAGUNA, *op. cit.*, p. 15.

desiguales, donde las responsabilidades recaen mayoritariamente en las mujeres y en las redes familiares, sin garantizar condiciones materiales, institucionales y comunitarias suficientes.²⁶

La CUIDadanía abre la puerta para analizar las tensiones que se desprenden de la organización desigual del cuidado. En los contextos de envejecimiento, las relaciones de cuidado evidencian conflictos familiares, desigualdades acumuladas y formas de violencia relacional que limitan el ejercicio efectivo del derecho al cuidado. Esto implica reconocer que el derecho al cuidado no se limita únicamente al acceso a servicios o apoyos institucionales, sino que también incluye la posibilidad de decidir sobre las relaciones de cuidado: decidir cuidar, decidir no cuidar y decidir quién cuida.

En este sentido, la CUIDadanía puede ser entendida como una forma de agencia social y política orientada a democratizar las decisiones relacionadas con el cuidado. No solo reconoce la necesidad de repartir responsabilidades entre distintos actores, sino que busca fortalecer la capacidad de las personas y las comunidades para participar de forma activa en la definición de las condiciones bajo las cuales se organiza el cuidado, quién lo provee y cómo se garantiza el bienestar colectivo.

El envejecimiento pone de relieve, y de una manera especialmente intensa, las limitaciones del modelo familista de cuidados. En muchos casos, las familias asumen responsabilidades de cuidado sin tener suficientes recursos materiales y sin una decisión libre, por la falta de servicios públicos adecuados y de esquemas corresponsables de atención.²⁷ Al mismo tiempo, existen trayectorias relacionales atravesadas por omisión de cuidado, abandono o violencia, que vuelven complejas las obligaciones familiares de cuidado en la vejez.

Lo anterior permite dar cuenta de que el reconocimiento jurídico formal del derecho al cuidado no garantiza necesariamente su ejercicio efectivo. Ya que hay casos donde las personas mayores no pueden decidir quiénes participan en su cuidado o permanecen en relaciones marcadas por violencia económica, patrimonial, psicológica o abandono. Igualmente, muchas personas cuidadoras no eligen libremente asumir las tareas de cuidados,

²⁶ EZQUERRA, Sandra, “Crisis de los cuidados y crisis sistémica: la reproducción como pilar de la economía llamada real” en *Investigaciones Feministas*, vol. 2, 2012, p. 180

²⁷ GARAY VILLEGAS, Sagrario, MONTES DE OCA ZAVALA, Verónica y ARROYO, María Concepción, “Redes de apoyo en los hogares con personas adultas mayores en México” en *Revista Latinoamericana de Población*, vol. 14, núm. 26, 2020, p. 72.

sino que se enfrentan a mandatos familiares, morales y de género que las obligan a sostener cuidados sin apoyo suficiente.²⁸

Desde una perspectiva garantista y de derechos humanos, estas tensiones obligan a reflexionar acerca de los límites del derecho positivo y de las respuestas institucionales frente al envejecimiento. Reconocer la existencia de relaciones de cuidado conflictivas implica dejar de lado visiones romantizadas de la familia y el cuidado para comprender que el cuidado también puede ser un espacio de desigualdad, imposición y violencia.

En este escenario, la CUIDADANÍA se vuelve relevante como una forma de agencia política y relacional orientada a fortalecer las prácticas corresponsables de cuidado y a construir condiciones más democráticas para el ejercicio efectivo del derecho al cuidado. Esto implica avanzar hacia formas de organización social que permitan una distribución más justa de las responsabilidades de cuidado entre las familias, el Estado, las comunidades y el mercado, garantizando al mismo tiempo la autonomía, dignidad y capacidad de decisión de las personas mayores y de quienes participan en sus redes de cuidado.

VI. Derecho al cuidado y ejercicio de la CUIDADANÍA

Una de las contribuciones más significativas en el debate actual sobre derechos humanos, igualdad y justicia social ha sido el reconocimiento jurídico del derecho al cuidado. Pero el envejecimiento poblacional demuestra que no basta con reconocerlos formalmente si las personas no tienen verdaderas condiciones para hacerlo en su vida cotidiana. Desde una perspectiva crítica, el derecho al cuidado no se agota en la posibilidad de recibir apoyos o atenciones. Incluye, además, la capacidad de decidir sobre las relaciones de cuidado que atraviesan la vida humana. Esto abre la posibilidad de decidir quién cuida, cómo se cuida, bajo qué condiciones se dan los cuidados e incluso la posibilidad de rechazar determinadas relaciones de cuidado cuando éstas reproducen dinámicas de violencia, dependencia o vulneración de derechos.²⁹

En este sentido, el envejecimiento poblacional pone de manifiesto no sólo una crisis de cuidados, sino también una crisis de ciudadanía. Cuando las personas mayores o quienes cuidan carecen de capacidad efectiva para decidir sobre las relaciones de cuidado que atraviesan su vida cotidiana, se limita el ejercicio sustantivo de derechos y se debilitan las

²⁸ EZQUERRA, *op. cit.*, p. 185.

²⁹ PÉREZ OROZCO, *op. cit.*, p. 227.

condiciones para una participación democrática plena. La dependencia, la vulnerabilidad y la necesidad de cuidado dejan de ser situaciones excepcionales, y se convierten en dimensiones constitutivas de la experiencia humana que las instituciones democráticas deben reconocer y garantizar.

Los debates sobre el envejecimiento permiten observar claramente las contradicciones de la organización social del cuidado. Las redes familiares y comunitarias son fundamentales en el sostenimiento cotidiano de las personas mayores; pero esas redes no son homogéneas ni necesariamente armónicas.³⁰ Están, por el contrario, atravesadas por desigualdades de género, conflictos familiares acumulados, trayectorias de abandono, relaciones de dependencia económica y diversas formas de violencia.

En este contexto, el envejecimiento pone de relieve escenarios particularmente complejos. Existen personas mayores que en distintos momentos de su vida ejercieron omisión de cuidado, abandono o violencia hacia sus redes familiares y que, posteriormente, al encontrarse en situaciones de dependencia o fragilidad, buscan el cuidado de esas mismas personas con las que tuvieron relaciones conflictivas. De la misma manera, hay personas mayores que son víctimas de violencia económica, patrimonial o psicológica por parte de quienes asumen la figura de su persona cuidadora.³¹

Estos escenarios evidencian que el derecho al cuidado no puede reducirse a la simple provisión material de atenciones, sino que debe incorporar la dimensión relacional, ética y política del mismo. La posibilidad de decidir quién participa en las relaciones de cuidado constituye una condición indispensable para el ejercicio efectivo de este derecho y para la protección de la dignidad y autonomía de las personas mayores.

Por otro lado, también es necesario reconocer las tensiones que enfrentan quienes asumen tareas de cuidado. Las personas cuidadoras, con frecuencia, no eligen libremente cuidar, sino que asumen dichas responsabilidades debido a mandatos familiares, desigualdades de género y a la ausencia de servicios institucionales suficientes. La sobrecarga de cuidados, la precarización del tiempo y las afectaciones emocionales y económicas que conllevan estas tareas, ponen de manifiesto los límites de un modelo basado casi exclusivamente en las familias.³²

³⁰ GUZMÁN, HUENCHUAN y MONTES DE OCA ZAVALA, “Redes de apoyo...”, *op. cit.*, p. 38.

³¹ *Ley de las Personas Adultas Mayores del Estado de México*, artículo 2 Bis.

³² EZQUERRA, *op. cit.*, p. 188.

Desde una perspectiva de CUIDADANÍA, el ejercicio del derecho al cuidado necesita condiciones materiales, institucionales y comunitarias que posibiliten la construcción de relaciones de cuidado corresponsables y democráticas. Esto implica reconocer la interdependencia como una condición propia de la vida humana y avanzar hacia esquemas donde el cuidado deje de ser una responsabilidad privada y feminizada y se convierta en una responsabilidad colectiva.

La CUIDADANÍA permite comprender el cuidado como una práctica política orientada al sostenimiento de la vida y a la construcción de vínculos sociales más justos. En este sentido el derecho al cuidado no sólo debe garantizar prestaciones o servicios, sino también condiciones reales de decisión, autonomía y participación para todas las personas involucradas en las redes de cuidado. Desde este punto de vista, el derecho al cuidado representa una interpelación directa al Estado de derecho, pues obliga a preguntarse hasta qué punto las instituciones públicas son capaces de garantizar condiciones efectivas de autonomía, dignidad y participación para quienes requieren cuidados y para quienes los brindan. El desafío no es sólo el reconocimiento de nuevos derechos, sino la construcción de mecanismos institucionales que permitan ejercerlos de manera sustantiva en contextos marcados por desigualdades estructurales y envejecimiento poblacional.

VII. El caso del Estado de México

En el Estado de México, las discusiones recientes sobre el derecho al cuidado se han situado como una de las preocupaciones de la agenda pública y legislativa, como respuesta a las transformaciones demográficas, el envejecimiento poblacional y la creciente crisis de cuidados. Uno de los esfuerzos más importantes ha sido la creación del Sistema Integral de Cuidados del Estado de México, al reconocer el cuidado como un derecho humano y promover los principios de corresponsabilidad, igualdad, interdependencia y dignidad humana.³³

Este proceso es relevante porque el Estado de México concentra una de las mayores poblaciones de personas adultas mayores del país y presenta desigualdades territoriales en el acceso a servicios de cuidado. Las estrategias que se implementaron en la entidad, constituyen

³³ GOBIERNO DEL ESTADO DE MÉXICO, *Guía para la implementación del Sistema Integral de Cuidados del Estado de México*, Toluca, Estado de México, 2025.

por ello, un laboratorio institucional útil para analizar las posibilidades y los límites de la garantía efectiva del derecho al cuidado.

La Guía para la implementación del Sistema Integral de Cuidados define el derecho al cuidado como el derecho a cuidar, ser cuidado y a realizar el autocuidado, reconociendo que todas las personas requieren apoyos en diferentes momentos de su vida.³⁴ Este planteamiento supone un avance importante respecto de los tradicionales enfoques asistencialistas, ya que incorpora una visión más amplia de los cuidados como condición necesaria para el ejercicio de otros derechos.

La Ley de las Personas Adultas Mayores del Estado de México, por su parte, reconoce principios tales como la autonomía, la autorrealización, la corresponsabilidad y la participación social, así como el derecho que tienen las personas mayores para decidir su destino, formar parte de la vida familiar y comunitaria y vivir libres de violencia.³⁵ Además, incorpora definiciones específicas de abandono, negligencia, violencia económica, violencia psicológica, discriminación y edadismo, reconociendo la existencia de diversas formas de vulneración de derechos en la vejez.³⁶

Sin embargo, sigue habiendo una distancia importante entre el reconocimiento formal de estos derechos y las condiciones reales para su ejercicio. Los adultos mayores siguen dependiendo de redes familiares sobrecargadas o insertas en vínculos conflictivos donde la decisión sobre los cuidados es limitada. Las personas cuidadoras, asimismo, asumen responsabilidades sin suficientes apoyos institucionales y sin efectivas posibilidades de elegir libremente dichas tareas.

Desde una perspectiva de CUIDADANÍA, el caso mexiquense muestra que garantizar el derecho al cuidado demanda más que reformas normativas. Implica construir capacidades colectivas, procesos de formación social del cuidado y mecanismos de corresponsabilidad que permitan fortalecer la autonomía, la participación y la capacidad de decisión de todas las personas que se encuentran involucradas en las relaciones de cuidado. En este sentido, la CUIDADANÍA puede entenderse como una forma de agencia democrática orientada a fortalecer la participación social en la organización del cuidado, promover relaciones más justas entre generaciones y contribuir a que el derecho al cuidado trascienda el ámbito normativo para

³⁴ *Ibidem*.

³⁵ *Ley de las Personas Adultas Mayores del Estado de México*, artículos 4 y 5.

³⁶ *Ibidem*, artículo 2 Bis.

convertirse en una experiencia efectivamente ejercida por las personas mayores y quienes participan en las redes de cuidado.

El caso mexiquense permite observar que la construcción de sistemas integrales de cuidados no sólo implica ampliar servicios o programas públicos, sino generar procesos de formación social del cuidado que fortalezcan la corresponsabilidad entre Estado, familias, comunidades y mercado. Desde la perspectiva de la CUIDADANÍA, la consolidación de estos sistemas requiere ampliar las capacidades de participación y decisión de las personas mayores en torno a las relaciones de cuidado que configuran su vida cotidiana.

VIII. Conclusiones

La consolidación del cuidado como un derecho humano es uno de los logros más importantes de las agendas contemporáneas orientadas a la igualdad, la justicia social y el sostenimiento de la vida. Las normas desarrolladas por organismos internacionales, por la Suprema Corte de Justicia de la Nación y por la Opinión Consultiva 31/25 de la Corte Interamericana de Derechos Humanos han contribuido a consolidar una comprensión más amplia del cuidado como un derecho que incluye el derecho a cuidar, a ser cuidado y al autocuidado.

Sin embargo, los resultados analizados evidencian que el reconocimiento jurídico formal no es suficiente para garantizar el ejercicio efectivo de este derecho. El envejecimiento de la población pone de manifiesto con particular claridad las tensiones existentes en la organización social del cuidado, al poner al descubierto las limitaciones de un modelo basado predominantemente en las familias y sostenido, en gran medida, por el trabajo no remunerado de las mujeres.

Las experiencias de envejecimiento muestran que en las relaciones de cuidado se entrecruzan desigualdades acumuladas, conflictos familiares, situaciones de violencia y trayectorias relacionales complejas, que no pueden comprenderse desde visiones idealizadas de la familia. En este sentido, el derecho al cuidado no puede entenderse sólo como acceso a servicios o apoyos institucionales, sino que debe incorporar la posibilidad de decidir quién cuida, quién recibe cuidados y en qué condiciones se desarrollan esas relaciones.

La perspectiva de la CUIDADANÍA aporta elementos fundamentales para avanzar en esta discusión al reconocer la interdependencia como una condición inherente a la vida humana y al situar el cuidado como una responsabilidad compartida entre el Estado, el

mercado, las comunidades y las familias. Desde esta perspectiva, el ejercicio efectivo del derecho al cuidado exige fortalecer la corresponsabilidad social, ampliar la oferta pública de servicios de cuidado, reconocer y redistribuir el trabajo de cuidados y garantizar condiciones de autonomía y participación para todas las personas que conforman las redes de cuidado.

Los resultados analizados nos permiten asegurar que una de las principales dificultades democráticas de las sociedades envejecidas consiste en garantizar el ejercicio efectivo del derecho al cuidado. El crecimiento de la longevidad obliga a replantear las formas tradicionales de ciudadanía basadas en la independencia y la productividad, reconociendo por el contrario la interdependencia y la vulnerabilidad como condiciones universales de la existencia humana. En este sentido, la CUIDADANÍA aporta una herramienta conceptual y política para repensar la relación entre envejecimiento, democracia, derechos humanos y sostenibilidad de la vida.

El caso de Estado de México muestra avances relevantes en la construcción de un marco normativo orientado al reconocimiento del cuidado y a la protección de los derechos de las personas mayores. Sin embargo, también pone de relieve que aún existen importantes desafíos para trasladar estos avances a experiencias concretas de bienestar, autonomía y libre decisión. Por ello, la consolidación del derecho al cuidado requiere no sólo reformas legales e institucionales, sino también transformaciones culturales y políticas que permitan construir formas más democráticas, corresponsables y justas de organizar el cuidado en sociedades cada vez más envejecidas.

IX. Referencias

- BENAVIDES LARA, Mario Alberto, DE AGÜERO SERVÍN, Mercedes y MARTÍNEZ ÁLVAREZ, Silvia Iveth, “Diferencias entre profesoras y profesores de la Universidad Nacional Autónoma de México en el trabajo docente y de cuidados durante la pandemia” en *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, vol. LI, núm. especial, 2021.
- BUSTOS TORRES, Beatriz Adriana y VALERDI GONZÁLEZ, María Áurea, “El trabajo académico ante la pandemia: desigualdades de género” en *La Ventana. Revista de Estudios de Género*, núm. 61, 2025.
- COMISIÓN ECONÓMICA PARA AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE. (CEPAL). Sobre el cuidado y las políticas de cuidado. (s/f). <https://www.cepal.org/es/cuidado-politicas-cuidado>.

- CORTE INTERAMERICANA DE DERECHOS HUMANOS, “La Corte Interamericana reconoce la existencia de un derecho humano autónomo al cuidado”, Comunicado de Prensa 55/2025, San José, Costa Rica, 7 de agosto de 2025.
- EZQUERRA, Sandra, “Crisis de los cuidados y crisis sistémica: la reproducción como pilar de la economía llamada real” en *Investigaciones Feministas*, vol. 2, 2012.
- FERRER MAC-GREGOR, Eduardo, “Las personas mayores en la jurisprudencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos” en *Política y Sociedad*, vol. 60, núm. 2, 2023.
- GALINDO MENESES, Eduardo Abedel, “El cuidado de la vida: una expresión del sentido relacional y sustantivo de la economía” en *Sobre México. Temas de Economía. Nueva Época*, año 1, núm. especial 1, 2020.
- GARAY VILLEGAS, Sagrario, MONTES DE OCA ZAVALA, Verónica y ARROYO, María Concepción, “Redes de apoyo en los hogares con personas adultas mayores en México” en *Revista Latinoamericana de Población*, vol. 14, núm. 26, 2020.
- GÜEZMES GARCÍA, Ana, “Considerar el cuidado como una necesidad, un trabajo y un derecho contribuye a reducir la desigualdad de género, dice la CEPAL” en CEPAL, 2022, disponible en: <https://www.cepal.org/es/notas/considerar-cuidado-como-necesidad-un-trabajo-un-derecho-contribuye-reducir-la-desigualdad>
- GÜEZMES GARCÍA, Ana y VAEZA, María-Noel, coords., *Avances en materia de normativa del cuidado en América Latina y el Caribe: hacia una sociedad del cuidado con igualdad de género*, Santiago de Chile, CEPAL, ONU Mujeres, 2023.
- GUZMÁN, José Miguel, HUENCHUAN, Sandra y MONTES DE OCA ZAVALA, Verónica, “Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual” en *Notas de Población*, Santiago de Chile, CEPAL, núm. 77, 2003.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA (INEGI), *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2019*, disponible en: <https://www.inegi.org.mx/programas/enut/2019/>
- LAGUNA, José, “CUidadanía. Los cuidados que sostienen la vida” en *Padres y Maestros*, núm. 386, 2021.
- LÓPEZ PACHECO, Marcela y LÓPEZ SÁNCHEZ, Oliva, “‘Enfermó y toda la familia enfermamos, todos colapsamos’. Cuidados en la enfermedad y los impactos en la salud de las madres cuidadoras” en *Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México*, vol. 9, 2023.
- MARUGÁN, Begoña, “La ciudadanía como eje de un nuevo pacto constituyente” en *Cuadernos Manuel Giménez Abad*, núm. 5, 2017.
- MARTÍNEZ COUTIGNO, Ana Claudia, “El avance hacia el derecho humano al cuidado en los precedentes de la Suprema Corte de Justicia de la Nación” en *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Suprema Corte de Justicia de la Nación, Ciudad de México, 2025.

- PAUTASSI, Laura C., *El cuidado como cuestión social desde un enfoque de derechos*, Santiago de Chile, núm. 87, CEPAL, Serie Mujer y Desarrollo, 2007.
- PAUTASSI, Laura Cecilia, “Bases normativas y fundamentos políticos del derecho humano al cuidado” en *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Ciudad de México, Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2025.
- PÉREZ OROZCO, Amaia, *Subversión feminista de la economía: aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*, Madrid, Traficantes de Sueños, 2014.
- RÍOS CÁZARES, Gabriela y LÓPEZ MORENO, Sergio, “Comprendiendo el cuidado y los cuidados: tipología del cuidado desde la salud colectiva” en JARILLO SOTO, Edgar y LÓPEZ ARELLANO, Oliva, coords., *Salud Colectiva en México. Quince años del Doctorado en la UAM*, Ciudad de México, Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco, 2016.
- RODRÍGUEZ RUIZ, Blanca, “Hacia un estado post-patriarcal. Feminismo y ciudadanía” en *Revista de Estudios Políticos (Nueva Época)*, Madrid, núm. 149, 2010.
- SUPREMA CORTE DE JUSTICIA DE LA NACIÓN, *El derecho humano a los cuidados. Una agenda en construcción*, Ciudad de México, Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2025.