



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
MÉXICO  
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS  
ESPECIALIZACIÓN EN ESTUDIOS DE GÉNERO**

**Análisis sobre la intensidad del trabajo de  
cuidados en los flujos de migración calificada  
hacia México desde una perspectiva de género  
e interseccional**

**TESINA**

QUE PARA OBTENER EL:  
TÍTULO DE ESPECIALISTA  
EN:  
ESTUDIOS DE GÉNERO

PRESENTA:  
**DAVID ARTURO SÁNCHEZ GARDUÑO**



TUTORA DE TESIS:  
DRA. TERESA ORDORIKA SACRISTÁN

MIEMBROS DEL COMITÉ TUTOR:  
MTRA. CAROLINA TERÁN HINOJOSA  
DRA. CAMELIA TIGAU  
DRA. SANDRA VILLALOBOS NÁJERA  
DRA. MIRZA AGUILAR PÉREZ

CIUDAD UNIVERSITARIA. CD. MX., 2023.



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**PROPUESTA UNIVERSITARIA DE INTEGRIDAD Y  
HONESTIDAD ACADÉMICA Y PROFESIONAL  
(Graduación con trabajo escrito)**

De conformidad con lo dispuesto en los artículos 87, fracción V, del Estatuto General, 68, primer párrafo, del Reglamento General de Estudios Universitarios y 26, fracción 1, y 35 del Reglamento General de Exámenes, me comprometo en todo tiempo a honrar a la Institución y a cumplir con los principios establecidos en el Código de Ética de la Universidad Nacional Autónoma de México, especialmente con los de integridad y honestidad académica.

De acuerdo con lo anterior, manifiesto que el trabajo escrito titulado *Análisis sobre la intensidad del trabajo de cuidados en los flujos de migración calificada hacia México* que presenté para obtener el grado de *Especialización* es original, de mi autoría y lo realicé con el rigor metodológico exigido por mi programa de posgrado, citando las fuentes de ideas, textos, imágenes, gráficos u otro tipo de obras empleadas para su desarrollo.

En consecuencia, acepto que la falta de cumplimiento de las disposiciones reglamentarias y normativas de la Universidad, en particular las ya referidas en el Código de Ética, llevará a la nulidad de los actos de carácter académico administrativo del proceso de graduación.

**Atentamente**

*David Sánchez G.*

**(Nombre, firma y Número de cuenta de la persona alumna)**

## Índice

Índice.....	1
Índice de tablas y figuras.....	1
Introducción.....	2
Planteamiento del problema.....	5
Justificación.....	8
Método.....	11
Marco conceptual.....	14
Cuidados.....	14
Cuidados a distancia.....	14
Trabajo de parentesco.....	15
Carga mental.....	15
Desarrollo.....	16
Ventajas y limitaciones de los estudios del uso del tiempo.....	16
Los cuidados como actividades trabajo-intensivas.....	18
Análisis de las entrevistas.....	19
Intensidad por superposición de trabajo remunerado y no remunerado.....	19
Intensidad por el componente moral y de responsabilidad familiar.....	20
Intensidad por doble presencia en el espacio físico y virtual.....	21
Intensidad del trabajo de parentesco.....	23
Conclusiones.....	24
Referencias.....	26

## Índice de tablas y figuras

<b>Figura 1.</b> Genogramas.....	12
<b>Figura 2.</b> Pasteles del uso del tiempo.....	13
<b>Tabla 1.</b> Registro de trabajo de campo, mapa de la región y datos sociodemográficos.....	13
<b>Tabla 2.</b> Sedimentación de desigualdades interseccionales en la migración calificada.....	25

## Introducción

Esta investigación analiza el nexo entre desigualdades de género, trabajo de cuidados y migración calificada en Latinoamérica. Desarrollo un trabajo cualitativo-exploratorio sobre la intensidad del trabajo de cuidados en el contexto de flujos migratorios Sur-Sur a partir de las experiencias de mujeres migrantes latinoamericanas residentes en México. Mediante el análisis de entrevistas a profundidad, examino los procesos exhaustivos de extracción de fuerza de trabajo femenina derivados de la sedimentación de *desigualdades interseccionales*; esto es, desigualdades que están histórica, social y culturalmente fundadas en los marcadores de género, lugar de origen, pertenencia étnica y, de interés para este estudio, nivel educativo.

Como parte complementaria de un proyecto de investigación doctoral<sup>1</sup>, la presente propuesta tiene como objetivo general analizar cualitativamente la intensidad del trabajo de cuidados que realizan mujeres migrantes calificadas en México. Si bien los cuidados son base de la sostenibilidad de la vida cotidiana, intergeneracional y transnacionalmente, su injusta organización devela un proceso de explotación genero-específico de la fuerza de trabajo femenina que atraviesa las fronteras entre países. El objetivo específico es aportar evidencias que permitan comprender el carácter trabajo-intensivo de los cuidados no remunerados en los hogares, complementando los estudios cuantitativos del uso del tiempo y sus problemas conceptuales-metodológicos.

Por *intensidad del trabajo de cuidados* me refiero al ritmo de trabajo físico, mental y emocional que implica proveer cuidados a otras personas de forma continua, en simultáneo con otras actividades (remuneradas y no remuneradas), así como a un alto costo en términos de tiempo, lo cual conlleva elevados niveles de agotamiento para las mujeres y limita su autocuidado. La pregunta de investigación es ¿qué ventajas analíticas ofrece la intensidad del trabajo de cuidados para explorar la situación de las mujeres migrantes calificadas en México?

---

<sup>1</sup> Este proyecto se enmarca en la investigación realizada por su autor en el Doctorado en Estudios del Desarrollo: problemas y perspectivas latinoamericanas, en el Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora, generación 2020-2024.

Mi intuición es la siguiente: incluir el análisis de la intensidad de trabajo a los estudios sobre migración y *género*<sup>2</sup> puede ampliar nuestra comprensión sobre el carácter afectivo, moral y generizado de los cuidados, al atender los vacíos metodológicos y conceptuales en los estudios cuantitativos del uso del tiempo, enfocados en cuantificar la carga horaria cronológicamente, sin aproximarse a la dimensión subjetiva del cuidar.

El objeto de estudio que me interesa analizar es la intensidad del trabajo de cuidados en contextos de migración calificada Sur-Sur. Es un objeto de estudio complejo, pues surge del entronque entre el régimen migratorio global, de creciente selectividad y securitización fronteriza, y el *régimen de género*, el cual, como explica Raewyn Connell (2005), refleja la institucionalización de patrones generizados en las prácticas individuales y organizacionales entre hombres y mujeres. Si bien el régimen de género corresponde a un contexto estructural mayor (económico, geopolítico e institucional), se manifiesta de forma heterogénea en lo local (Connell, 2005)<sup>3</sup>.

Por un lado, este objeto de estudio se ubica en los flujos migratorios Sur-Sur, según las coordenadas geopolíticas de los países de origen y destino. Se trata de un flujo intrarregional, pues todas las mujeres entrevistadas provienen de Latinoamérica y el Caribe, tendencia que va en aumento para nuestra región. Tomo el caso de México como país de destino, en donde se despliegan, desde los años ochenta, un conjunto de políticas de atracción y retención de personas migrantes calificadas (Izquierdo, 2018).

Por otro lado, las mujeres migrantes calificadas (en adelante MMC)<sup>4</sup> con quienes he indagado sobre este tema, son residentes (temporales, permanentes) o naturalizadas. Por definición, las personas migrantes son *calificadas* si cuentan con educación terciaria (universitaria) y altamente calificadas si cuentan con posgrados (Ramírez-García &

---

<sup>2</sup> Entiendo por *género* un marcador de diferenciación primario que establece jerarquías y sistemas de opresión entre personas feminizadas y masculinizadas. Como categoría política, encuentro indispensable retomar la crítica que hace este concepto a lecturas esencialistas sobre los cuerpos sexuados y las subjetividades. Como categoría en disputa, resalto la férrea denuncia desde diferentes feminismos a las desigualdades históricas que el sistema de valores androcéntrico reproduce.

<sup>3</sup> Esta puntualización resulta crucial para distinguir las consecuencias sociales por tipo de crisis: de cuidados en el Norte global o de reproducción social en el Sur (Ceballos, 2013; Lee, 2020).

<sup>4</sup> Me refiero a *mujeres* (migrantes calificadas) en congruencia con como ellas mismas se han identificado durante las entrevistas.

Gandini, 2016)<sup>5</sup>. Es importante mencionar que algunas MMC entrevistadas tienen sus propios emprendimientos (no necesariamente relacionados a sus credenciales académicas) y algunas de ellas dejaron de participar en el mercado de trabajo remunerado para atender labores de cuidados de tiempo completo. He priorizado que las MMC sean madres que vivan con sus hijos, independientemente de su estado civil o tipo de unión (de haberla). Por estas razones, el rango de edad de las entrevistadas oscila entre los 33 y 55 años, etapa en el ciclo de vida de mayor dedicación al trabajo productivo y reproductivo (Szasz, 1994)<sup>6</sup>.

En este estudio, la migración no está ligada al trabajo remunerado de cuidados —como sí ocurre con la migración de trabajadoras domésticas o cuidadoras formales en el sector privado y profesionales de la salud—, fenómeno por demás estudiado en los flujos Sur-Norte. Las MMC entrevistadas efectuaron una movilidad internacional para darle continuidad a sus estudios de (pos)grado, insertarse en redes de investigación o en empleos remunerados acordes a su formación profesional; muchas de ellas modificaron en la marcha su proyecto migratorio, por razones familiares o profesionales, y con ello, la temporalidad del mismo; algunas se quedan porque es imposible regresar. Este flujo migratorio es, empero, parte de la *internacionalización de trabajos de cuidados* (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014), pues las mujeres migrantes siguen desempeñando cuidados intensivos en los países de destino. Rhacel Salazar Parreñas (2001) se refirió a este proceso como la *transferencia internacional de privilegios patriarcales*.

La estructura de este trabajo es la siguiente. Primero, hago un planteamiento del problema de investigación, apuntando al entronque del régimen de género con el régimen migratorio. Segundo, justifico la relevancia de esta investigación para los

---

<sup>5</sup> Me enfoco en estudiantes, exestudiantes e investigadoras. No abordo los flujos de empresarias, diplomáticas y trabajadoras de empresas transnacionales que también entran en esta categoría (Mendoza, Staniscia & Ortiz, 2016; Tigau, 2021).

<sup>6</sup> Ivonne Szasz plantea estudiar la migración desde una perspectiva de ciclo de vida. Para esta autora, las relaciones de género funcionan como factores determinantes sobre “la especificidad de la movilidad espacial de las mujeres en cuanto a sus causas, motivaciones, características y consecuencias” (Szasz, 1994:129). Esta especificidad les hace estar más condicionadas por su etapa en el curso de vida, por ejemplo, su rol en el hogar, estado civil, presencia de hijos, pareja, cuidados a personas adultas. Pero también modela la demanda de mano de obra femenina hacia el trabajo reproductivo, doméstico y de cuidados.

estudios de género, así como en la esfera social, laboral, transnacional y metodológica. Tercero, formulo un marco conceptual y reviso las discusiones más relevantes para cada concepto, siguiendo una ruta de análisis sobre la pertinencia de la intensidad del trabajo para el estudio de los cuidados. Concluyo con el análisis de entrevistas a profundidad realizadas a MMC residentes en México.

### Planteamiento del problema

Esta investigación se enfoca en analizar interseccionalmente<sup>7</sup> cómo el género, el lugar de origen y el nivel educativo se imbrican en el caso de las MMC, configurando arreglos desiguales en la distribución de los trabajos de cuidados en la coyuntura del trabajo remunerado y no remunerado. La injusta asignación de las responsabilidades del cuidado extrae su tiempo, energía y fuerza de trabajo, afectando su salud física y mental. Es importante partir de que la injusta *organización social de los cuidados*<sup>8</sup> afecta específicamente a las MMC porque:

- ✓ No se modifica con mayores niveles educativos o socioeconómicos: sigue siendo asignada predominantemente a las mujeres sin importar su clase o grados académicos (Scuro & Vaca-Trigo, 2017).
- ✓ Permanece con independencia de su participación en empleos remunerados (Ceballos, 2016; Pacheco, 2020), por lo que las jornadas laborales se traslapan y multiplican (Hochschild, 2008).
- ✓ Sigue vigente aún después de procesos migratorios, perpetuando patrones patriarcales en uno y en otro país (Salazar Parreñas, 2001).

---

<sup>7</sup> Como señalan López, Guizardi y González (2022), las migraciones femeninas son un fenómeno dialéctico donde confluyen indisolublemente procesos de superación y reproducción de desigualdades interseccionales. Considero indispensable este abordaje dadas las diferentes adscripciones de las MMC (mujeres, latinoamericanas, calificadas, migrantes, madres, hijas, proveedoras, cuidadoras...), mismas que traen aparejadas efectos materiales y multiescalares en sus vidas.

<sup>8</sup> La *organización social de los cuidados* es "la manera en que cada sociedad establece una correlación entre sus necesidades de cuidados (específicas para cada sociedad) y la manera en que les da respuesta, es decir, el modo en que hogares, Estado, mercado y comunidad pueden tener un papel en la provisión de cuidados, se combinan para esta provisión y el protagonismo que asume cada uno de ellos" (Pérez Orozco & García Domínguez, 2014: 34). De este concepto, resalto la forma en que se organiza social y estructuralmente la satisfacción de los cuidados por el género.



También se han documentado desigualdades específicas de mujeres migrantes con mayores niveles educativos, como la pérdida de trayectoria profesional, dificultades en la revalidación de sus credenciales académicas, precarización laboral, esquemas extractivistas de sus saberes, conocimientos y producciones intelectuales, problemas de adaptación intercultural, discriminación por el lugar de origen y cargas burocráticas exacerbadas (Alfaro & Chávez, 2018; Pedone & Alfaro, 2018; Mendoza, 2018; Pedone & Gómez Marín, 2021). Así, la propuesta que presento rebasa la constatación de estos sistemas extractivistas y busca delinear un parámetro que refleje de mejor manera el carácter trabajo-intensivo de los cuidados que realizan las MMC.

Es importante subrayar que, como todo trabajo, cuidar implica un desgaste de la mano de obra. Las actividades laborales y las demandas cognitivas, afectivas y comportamentales que implica su desempeño, tienen una relación directa con la calidad de vida y la salud mental de las personas. Se ha documentado que proveer *cuidados informales* (realizados en el ámbito doméstico, de forma intensiva, cotidiana y sin remuneración) genera cansancio, estrés y desgaste en la salud de las personas cuidadoras (Cannuscio, et al., 2004; De Los Santos & Carmona, 2012; Schiffrin, et al., 2012; OECD, 2018). Sin embargo, es necesario encontrar el punto en que este trabajo excede las demandas de «todo trabajo» y se torna insostenible.

En *El Capital*, Marx menciona que “el límite último o límite mínimo del valor de la fuerza de trabajo es el valor de los medios de subsistencia físicamente indispensables. Si cae por debajo de ese límite, sólo puede mantenerse y desarrollarse de forma *atrofiada*” ([1867] 1999: 210). Es necesario subrayar que, para Marx, la violación de los límites normales de explotación de la fuerza de trabajo tiene un vínculo directo con la *degradación física* (atrofia de cuerpos) y *moral* de los trabajadores. Aumentar el ritmo y el nivel de degradación reproductiva del trabajador por vía de la prolongación e intensificación de la jornada, implican la imposibilidad de pagar el valor real de la fuerza de trabajo y su reposición física y moral, constituyendo un robo al valor de la fuerza de trabajo en *tiempo de vida*.

El esfuerzo y el tiempo necesario para recuperar la energía invertida es determinante para nuestro bienestar psicológico y físico. Existe una relación inversamente

proporcional entre el tiempo/calidad de vida y la intensidad del trabajo. Por ello, una aproximación desde los factores que intensifican el cuidar, por ejemplo, la *carga mental*<sup>9</sup> o la simultaneidad de actividades, visibilizaría el desgaste derivado del trabajo de cuidados. En primer lugar, porque se trata de un trabajo no remunerado<sup>10</sup> que acontece de forma masiva al interior de las familias y, por ende, permanece en la *caja negra* del reparto intrahogar de responsabilidades domésticas, subjetivamente apreciadas.

En segundo lugar, porque la intensidad del trabajo de cuidados permanece fuera del espectro de medición y monetización (siguiendo la analogía del salario, tiempo-dinero) al no corresponder con justeza a una noción lineal de la temporalidad que subyace en los estudios cuantitativos del uso del tiempo. Algunas actividades de cuidados esquivas a su cuantificación temporal son: mantener una disponibilidad continua para cuidar (también referida como *cuidados pasivos*), la vigilia cuidadora, la simultaneidad espacio-temporal de actividades (remuneradas, no remuneradas y de cuidados), el componente de responsabilidad moral y afectiva, así como el trabajo invisible de *gestión mental* (organizar, priorizar y gestionar la ejecución de los cuidados).

Por último, el caso de las MMC puede ser paradigmático de los procesos de extracción de trabajo no remunerado de cuidados. El régimen migratorio multiplica las contradicciones del régimen de género a escala transnacional. Las MMC realizan trabajos de cuidados multilocales en sus hogares de origen y destino, manifiestos en el flujo de remesas (*sociales* y económicas)<sup>11</sup> y de cuidados (gestionados a distancia mediante tecnologías de comunicación). De hecho, cuidar en contextos transnacionales

---

<sup>9</sup> Por *carga mental* me refiero a la relación entre las exigencias de alguna tarea dada, las circunstancias en las que debe ser desempeñada y los recursos cognitivos y afectivos que tienen las personas para realizarlas (de Arquer, 1999).

<sup>10</sup> Colette Guillaumine [1978] (2005: 39-41) explica que, más allá de no ser remunerado, el trabajo reproductivo resulta *impagable* al colocarse por fuera del universo del contrato y de la posibilidad real de vender la fuerza de trabajo.

<sup>11</sup> *Remesas sociales* (Levitt, 1998) es una expansión del significado de las remesas económicas. Se refiere a las normas, valores, prácticas e ideas que se transfieren por canales transnacionales entre países de origen y destino. También es importante resaltar que las remesas económicas revisten alto valor afectivo para quienes las envía y las recibe; la cantidad y frecuencia de su envío está ligada a la vinculación emocional.

desafía el concepto mismo de los cuidados<sup>12</sup> para incluir prácticas de sostenibilidad de la vida entre personas que mantienen un vínculo transfronterizo, conformando una nueva organización social de los cuidados, dada la *ausencia física* y la *presencia virtual*.

### Justificación

Las categorías analíticas *migración y cuidados* conforman un campo estratégico para comprender las transformaciones actuales en la movilidad humana internacional, la globalización de capital humano y la ordenación generizada de los sistemas de bienestar. La pertinencia de este mirador consiste en su potencial para avanzar en la comprensión del *nexo desigualdad y cuidados* (Pérez Orozco & Mar Domínguez, 2014) en el cruce de la división sexual, social e internacional del trabajo. Así, este proyecto pretende dar claves para entender mejor el peso del género, el lugar de origen y el nivel de calificación en la asignación de trabajos de cuidado.

Considero que estudiar esta intersección implica una ampliación de la lucha por *desfeminizar y desfamiliarizar* los cuidados, ofreciendo una aportación original a los estudios de género. En primer lugar, porque el trabajo de cuidados realizado por las MMC es un nicho invisibilizado de extracción de fuerza de trabajo. Por un lado, las mediciones del uso del tiempo (en México) no permiten desagregar el aporte de las mujeres migrantes, ya que no recogen información sobre el lugar de procedencia. Por otro lado, Lucía Pérez Frago (2017), en su estudio sobre los servicios de cuidado en la Ciudad de México, señala la carencia de indicadores para valorizar el *esfuerzo mental* que implica cuidar. Estas limitaciones impiden dimensionar la subvención que hace el colectivo de MMC al sostenimiento de la vida, de la cual los varones somos los principales usufructuarios.

---

<sup>12</sup> Según Rosario Aguirre, et al., (2014: 49), el cuidado “se realiza cara a cara entre dos personas y genera lazos de proximidad, en una situación de dependencia, pues una de las personas es tributaria de la otra para su bienestar y mantenimiento”. Se trata de una noción que encuentro limitada desde el punto de vista transnacional, aunque necesaria para posicionar los cuidados en la agenda pública y exigir la corresponsabilidad del Estado.

En segundo lugar, sabemos que la *crisis de cuidados*<sup>13</sup> en el Norte global ha impulsado flujos migratorios feminizados del Sur global en nuevos esquemas de explotación del trabajo doméstico y de cuidados (Mallimaci, et al., 2022). Existen numerosos trabajos sobre las condiciones de desigualdad e impedimentos de acceso a la justicia que viven las mujeres migrantes (ver Ángeles Cruz, & Rojas Wiesner, 2000; ONU Mujeres, 2015; Heatley Tejada, 2019), enfocados mayormente en los flujos migratorios irregulares de mujeres no calificadas, en circuitos Sur-Norte. Sin embargo, toda migración causada por las contradicciones del capitalismo es una migración forzada (Delgado Wise, et al, 2009), en tanto acarrear decisiones vitales (o mortales). En ese sentido, empujan la migración masiva de personas (calificadas o no) tanto al *centro* como a la *periferia*.

En ese sentido, la crisis de cuidados es sólo elocuente en clave política. Por un lado, señala el conflicto inherente entre la acumulación del capital y la reproducción de la vida; determina “la imposibilidad de acceder a justicia social y tener condiciones de vida digna dentro del capitalismo” (Ceballos, 2013: 162). Por otro lado, la *crisis de cuidados* es más propia del Norte global, mientras que, en el Sur, se trata de una *crisis de reproducción social*, dada la situación imperante de desempleo, violencia, pobreza y exclusión (Ceballos, 2013; Lee, 2020). El régimen de género local es crucial para entender el contexto geopolítico en el que acontece la internacionalización de los cuidados y si esta consiste en un déficit de cuidados —también estudiado como *fuga-circulación de cuidados*— o una crisis más profunda que implica una lucha por la vida, o como le llamó Saskia Sassen (2003), la *feminización de la supervivencia*.

Evidentemente, el régimen de género es patriarcal tanto en el país de origen como en el de destino, con posibles matices, pero es más preciso analizar cómo este régimen opera transnacionalmente. Es por estos motivos que esta investigación se enfoca en las migraciones intrarregionales de mujeres migrantes Latinoamericanas hacia México, en lo que se denominan flujos Sur-Sur. La agenda de investigación que presento propone un enfoque innovador sobre los procesos de transferencia de cuidados entre países del

---

<sup>13</sup> La *crisis de cuidados* se refiere al fracaso del régimen de bienestar actual, basado en el modelo *breadwinner-caretaker*, planteando un enorme desafío para el sostenimiento de la vida (Fraser, 2020). Esta crisis incluye transformaciones demográficas, políticas y sociales, pero también, como apuntan acertadamente Montaña y Calderón (2010), es un síntoma de la emancipación de las mujeres.

Sur global, que exhiben los mismos problemas de extractivismo de mano de obra y tiempo Sur-Norte, pero se ubican en contextos de economías periféricas y dependientes de nuestra región. México como país expulsor y atractor de flujos migratorios es ejemplo de ello.

En tercer lugar, este trabajo plantea un aporte metodológico, pues busca complementar los estudios del uso del tiempo al abordar la naturaleza relacional, superpuesta y fluida de los cuidados cotidianos. Diversas autoras han propuesto una aproximación mixta o un enfoque híbrido para atender los vacíos sobre aspectos intangibles del uso del tiempo. (Carrasco, 2016; Pacheco, 2020; Charmes, 2021). También se ha señalado que las encuestas de uso de tiempo (método empleado para visibilizar la feminización de los cuidados) no pueden distinguir si el uso de medios de comunicación (llamar por teléfono, buscar en internet o mandar un correo electrónico) corresponde a actividades relacionadas con el trabajo remunerado o con la gestión de los cuidados de otras personas (verbigracia, agendar citas, coordinar tiempos y traslados, supervisar el trabajo de cuidadoras remuneradas) (Rodríguez Enríquez, 2015; Folbre, 2021). Se trata de limitaciones de gran importancia para entender el impacto de la sobrecarga de cuidados de las MMC, ya que la transferencia internacional de cuidados acontece, en gran medida, gracias a las nuevas tecnologías de comunicación (González, 2013; González & Speroni 2022; Yeates, 2012).

En conclusión, la dificultad para hacer una apreciación de los trabajos de cuidados podría abordarse a través del estudio de su intensidad como trabajo. Planteo esta investigación con el convencimiento de que problematizar los aspectos subjetivos del trabajo de cuidados desde el parámetro de su intensidad puede contribuir a:

- ✓ Dimensionar el desgaste de la fuerza de trabajo femenina no remunerada en los hogares migrantes.
- ✓ Aportar elementos objetivos a las reivindicaciones de igualdad de género y a la transformación de la organización social del cuidado.

Estudiar la intensidad del trabajo de cuidados lleva una intención: profundizar en los pliegues del uso del tiempo y visibilizar la expropiación (digital) del tiempo y del trabajo de las MMC. Procedo a explicar.

## Método

Durante los meses de octubre, 2022 a mayo, 2023, realicé una investigación de corte cualitativo-exploratorio en diferentes etapas:

- I. Revisión de la literatura. Las fuentes bibliográficas son un total de 66, en español e inglés, obtenidas en físico y en línea por medio de los buscadores Google Scholar, Academia.edu., ResearchGate y Scielo, usando las categorías: migración calificada, (trabajos de) cuidados, carga/salud mental.
- II. Entrevistas a profundidad. Realizadas a 20 mujeres migrantes calificadas, contactadas mediante la técnica de bola de nieve. Su edad es entre los 33 y los 55 años, con un promedio de 42, y su tiempo de residencia en México está entre los 3 y 22 años, con un promedio de 13. Las entrevistas recuperan la experiencia en primera voz de las MMC como fuente primaria. Cada entrevista tiene una duración aproximada de tres a cuatro horas, divididas en dos sesiones. La entrevista discurre, a su vez, en tres fases:
  1. *Formulario en línea* con datos demográficos generales y estimación de uso del tiempo (a través de un formulario generado en línea).
  2. *Primera entrevista - genograma familiar*.

Lisa Platt y Elizabeth Showron (2013: 35) describen el genograma como un “diagrama pictórico de una familia, utilizando los datos recogidos durante una entrevista semiestructurada, para evaluar diversos elementos del funcionamiento familiar, como el conflicto, la separación, la integración y otros patrones de relación familiar”. La duración aproximada de cada entrevista fue de 90 a 120 min, por lo que se trata de una entrevista completa y a profundidad (McGoldrick & Gerson, 1985).

El proceso consiste en: a) elaborar la estructura del genograma (de al menos tres generaciones), b) recopilar la información de cada miembro, c) indagar, por medio de una entrevista a profundidad, sobre las relaciones entre miembros.

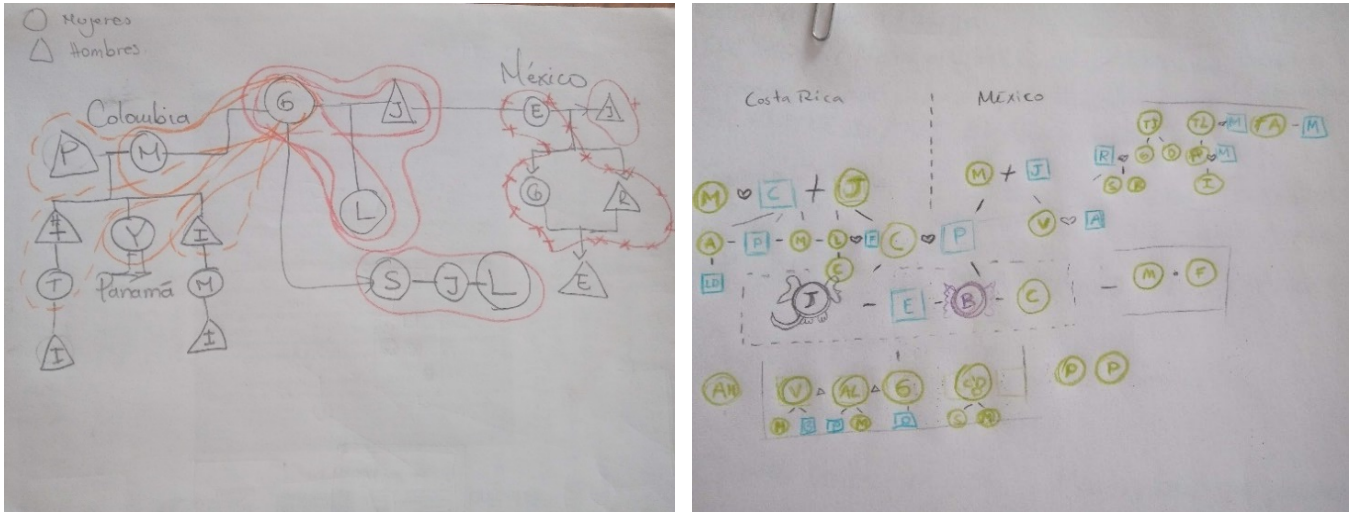


Figura 1. Genogramas. Elaborados por las MMC durante las entrevistas.

En la entrevista del genograma familiar abordé aspectos relacionados al proyecto migratorio y los sentimientos de bienestar o malestar en cada vínculo, y les pedí graficarlo, como sugiere la literatura (McGoldrick & Gerson, 1985; Espronceda-Amor, 2011). También seguí las sugerencias de Carrasco (2016) (ver página 17 de este trabajo) para incorporar la dimensión subjetiva y el grado de satisfacción, frustración e intensidad que experimentan al realizar trabajos de cuidados.

### 3. Segunda entrevista - pasteles del uso del tiempo.

Método exploratorio diseñado *ex profeso* para este estudio, con la finalidad de captar la *doble presencia*<sup>14</sup> de las MMC desde un parámetro del tiempo ya no determinado por el reloj, sino por las necesidades y relaciones con otras personas, sus interdependencias y lazos intergeneracionales. A partir de graficar las actividades (*primarias*) de un día hábil, se desprende una entrevista a profundidad en la que se van indicando las actividades que se traslapan (*secundarias*) y generan la doble presencia.

<sup>14</sup> La construcción simbólica del tiempo de las mujeres convive con la gestión de los tiempos familiares y en ese sentido, tienen una *doble presencia*: por el tiempo del reloj y por la dimensión asignada de responsabilidades en los tiempos familiares y de cuidados (Leccardi, 2002; Adam, 1992, 2002).

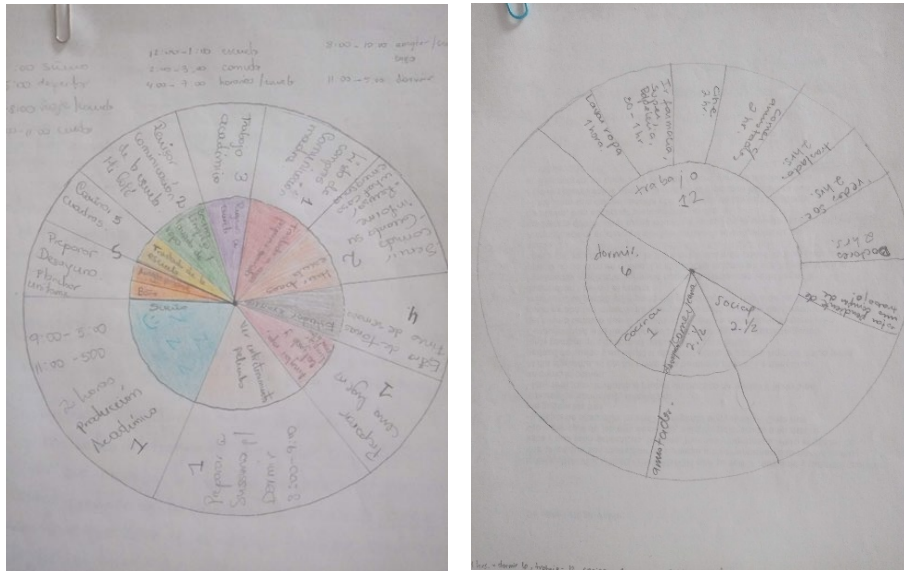


Figura 2. *Pasteles del uso del tiempo*. En el círculo interior se escriben las actividades primarias; en el círculo exterior, las actividades secundarias. Elaborados por las MMC durante las entrevistas.

	País	Formulario	Entrevista I	Entrevista II
1	Argentina	1	1	1
2	Bolivia	1	1	1
3	Brasil	1	1	1
4	Chile	2	2	2
5	Colombia	7	6	5
6	Costa Rica	1	1	1
7	Cuba	5	4	4
8	El Salvador	1	1	1
9	Guatemala	1	1	1
10	Nicaragua	1	1	1
11	Uruguay	1	1	1
12	Venezuela	1	1	1
	TOTAL	23	21	20

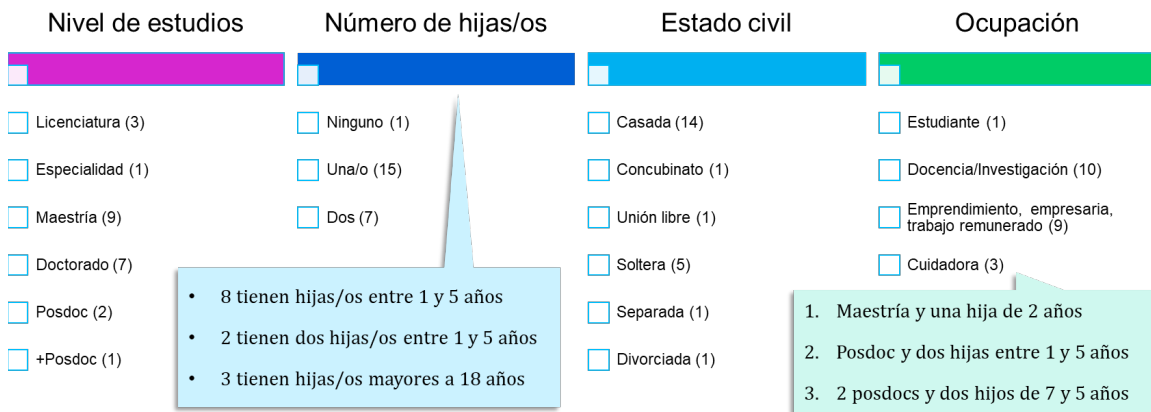


Tabla 1. *Registro de trabajo de campo* (superior izquierda), *mapa de la región con frecuencias por entrevistadas* (superior derecha) y *datos sociodemográficos* (inferior).



- III. Análisis de las entrevistas.** Tomé como guía las dimensiones de la Escala Subjetiva de Carga Mental de Trabajo (ESCAM)<sup>15</sup> (Rolo, et al, 2009): *organización temporal* (tiempo requerido, tiempo disponible, pausas y ritmo de trabajo), *demandas cognitivas* (de atención, concentración y memorización), *características de las tareas* (número de tareas simultáneas, complejidad, interrupciones, demoras y consecuencias de los errores), *cantidad y complejidad de la información* y, por último, *consecuencias para la salud*.

## Marco conceptual

### *Cuidados*

Los *cuidados* son un eje esencial del bienestar social. Berenice Fisher y Joan Tronto (1990: 40) refieren al conjunto de actividades que permiten el sostenimiento de la vida a partir de mantener, continuar y reparar la compleja red de interdependencias con la que construimos la habitabilidad del mundo. Se trata de una relación íntima con nuestros cuerpos y nuestro ser, que se extrapola al medio ambiente y a nuestro entorno.

### *Cuidados a distancia*

Se refiere a las actividades de escuchar, hablar y aconsejar, la entrega de cariño, seguridad emocional, expresiones de preocupación, valores y disciplina, a través de llamadas, mensajería instantánea y videollamadas facilitadas por las nuevas tecnologías (Yeates, 2012; González, 2013). Es un término aún polémico, pues tensa la conceptualización de los cuidados como una práctica cara a cara entre una persona cuidador y otra dependiente. También resalta el componente afectivo de los recursos materiales (remesas económicas, regalos y otras entregas en especie) empleados para cubrir necesidades alimentarias, educativas, vestimenta, salud, ocio, entre otras.

---

<sup>15</sup> Esta escala ha sido implementada y validada para evaluar las cargas mentales en personal del sector salud e industrial en México (Bustamante-Saenz, et al, 2015; Ceballos-Vasques, et al, 2015).

### *Trabajo de parentesco*

Los vínculos tienen un alto valor, sobre todo para las mujeres migrantes, quienes muchas veces pierden o ven disminuidas sus redes sociales durante sus procesos migratorios. En contextos migratorios, es particularmente relevante que el parentesco no dependa necesariamente de lazos consanguíneos. Herminia González (2016) explica que fomentar estos vínculos y conexiones sociales constituye una forma de cuidado del capital social y las redes, denominada *trabajo de parentesco*.

### *Carga mental*

Carga mental se refiere a la acumulación de tareas repetitivas, con altas demandas de atención y concentración, poco control sobre su ejecución y alta expectativa de potenciales consecuencias negativas (Rolo González, et al, 2009; Ceballos-Vásquez, et al, 2016). Parte del principio de que cada persona tiene una limitada capacidad para percibir su entorno, procesar la información que recibe y poner en acción habilidades, comportamientos y conocimientos previos para atender los requerimientos de realizar un trabajo. Así, estos procesos inducen cierto estado de tensión, fatiga, frustración, sentimientos de monotonía, hipovigilancia, así como cambios fisiológicos mensurables (de Arquer, 1999). Carlos Díaz Canepa (2010) hace una revisión crítica y un estado del arte a subrayar. Nos alerta sobre las dificultades teóricas del concepto, señalando que la distinción entre carga mental y carga física resulta didáctica, pues no articula suficientemente el entramado social y contextual en el que acontece toda situación de trabajo. En este sentido, las exigencias externas no describen un trasfondo pasivo, sino de un horizonte de coparticipación y articulación de la actividad humana con recursos materiales y cognitivos, entre los que también destacan los significados compartidos, prácticas e historias de los colectivos sociales. Asimismo, detecta una tendencia hacia un *facilismo instrumental*, “el interés de contar con indicadores rápidos y simples que avalen intervenciones prácticas” (Díaz Canepa, 2010: 290). Pienso que estas problemáticas pueden abrazarse a partir de ubicar la medición de la carga mental en una posición teórica que ilustre las observaciones de las entrevistas a profundidad y a partir de darle un tratamiento cualitativo a los hallazgos.

## Desarrollo

### *Ventajas y limitaciones de los estudios del uso del tiempo*

Las cargas y responsabilidades de trabajo de cuidado no remunerado en los hogares impactan diferencialmente a hombres y mujeres. La metodología por excelencia para visibilizar este impacto es el análisis del uso del tiempo. Gracias a la economía feminista, contamos con una perspectiva de género para entender el uso del tiempo. Se trata de un punto de inflexión que arroja luz sobre actividades que habían permanecido «ocultas» y que permite avanzar en el estudio de las desigualdades de género (Carrasco, 2009, 2016).

Mediante encuestas de uso del tiempo (EUT), ya sean en forma de cuestionarios estilizados o de diarios, se puede cuantificar cómo los miembros del hogar distribuyen sus actividades personales, el trabajo remunerado y el no remunerado, a lo largo del día. Analizar el uso del tiempo también permite medir el impacto de la inversión pública en infraestructuras que mejoran la calidad de vida de las personas (suministro de luz y de agua, cercanía de escuelas y hospitales, entre otras) (Folbre, 2021). Junto con Uruguay, México tiene uno de los sistemas de medición del uso del tiempo más consolidados en la región. Las encuestas del uso del tiempo son una herramienta fundamental para hacer justicia epistemológica y recomponer conceptos como *trabajo*, *pobreza* y *riqueza*. Algunos datos consistentes a nivel regional y global, corroborados por diversas autoras (Pérez & García, 2014; Scuro & Vaca-Trigo, 2017), son:

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

Sin embargo, la naturaleza afectiva y emocional de los trabajos de cuidados, así como su componente de responsabilidad continua y limitante, resultan esquivas para las aproximaciones cuantitativas que caracterizan a las encuestas de uso del tiempo. Por un lado, los aspectos subjetivos sólo pueden ser valorados por la persona entrevistada (Carrasco, 2015: 6377). Nancy Folbre considera factible la medición de actividades, pero no la medición de la responsabilidad y sus implicaciones. Esta autora señala que “la experiencia subjetiva de las personas sobre el estrés temporal no siempre se determina simplemente por la cantidad de tiempo dedicado a actividades específicas, sino también por la calidad de éste” (Folbre, 2021: 11-12).

Por otro lado, planteamientos alternos no desechan el valor de la medición de los cuidados, sino que cuestionan su capacidad para *realmente medirlos*. En las encuestas de uso de tiempo se han detectado problemas metodológicos sobre la redacción de las preguntas, el vaciado de la información, problemas de sobreestimación y subestimación del tiempo relacionados a la recordación de actividades. Además, se han detectado problemas conceptuales sobre la noción del tiempo, del trabajo de cuidados y problemas de clasificación en la simultaneidad de actividades, por la ambigüedad de caracterizar cuáles son primarias y cuáles secundarias (Parker & Gandini, 2011; Domínguez Amorós, 2020; Charmes, 2021; Folbre, 2021). Jaques Charmes incluso sugiere “diseñar cuestionarios sobre el uso del tiempo especialmente para la recogida de actividades simultáneas dedicadas exclusivamente al cuidado (pasivo) de los niños y las niñas o al cuidado de personas adultas” (Charmes, 2021: 51).

Para Carrasco (2016), son inseparables la dimensión cuantitativa de la cualitativa. Ya que la medición de la dimensión objetiva del tiempo invisibiliza su dimensión subjetiva, esta autora propone un abordaje metodológico enfocado en: 1) detectar el posible *bien-estar* o *mal-estar* en el uso del tiempo (falta de tiempo, agobio, intensificación en su uso, posibilidades reales de gestión del mismo); 2) preguntar por los deseos relacionados con el trabajo y la forma de vida (horarios, remuneración, tiempo propio, satisfacción y alternativas); 3) captar las dificultades para compatibilizar y combinar actividades; 4) averiguar apoyos emocionales que se brinden a terceras personas; 5) indagar sobre situaciones de “estar atenta” y demás cuidados de supervisión; 6) conocer cómo es el

tipo de relación entre personas cuidadora y persona cuidada (tensiones, fatiga, obligación, satisfacción) y el tipo de arreglo (público, privado, remunerado, intergeneracional); 7) destacar los efectos o consecuencias sobre quienes realizan cuidados (en su salud, vida profesional, ocio, vida familiar); 8) su *nivel de felicidad y satisfacción* (Carrasco, 2016: 379-380, *itálicas mías*).

#### *Los cuidados como actividades trabajo-intensivas*

El trabajo-intensivo de cuidados deviene de su carácter afectivo, de la simultaneidad, del grado de conocimiento y habilidades que implica dar cuidados de calidad, de las múltiples interrupciones y discontinuidades en su realización, el grado de (in)satisfacción e (in)felicidad que genera, las posibles consecuencias positivas o negativas de no realizarlos, del tipo de vínculo que exista entre quien provee y quien recibe los cuidados e incluso, la dimensión corporal y sexual del trabajo de cuidados, derivada del uso del cuerpo como herramienta laboral (Borgeaud-Garciandía, 2018). Cuidar involucra un estado mental de preocupación por otras personas indefinido (*intensivo*), como ejemplifican la *vigilia cuidadora* y la disponibilidad continua para proveer cuidados (Carrasco, 2016, 2009).

En el mundo del mercado laboral remunerado, la *intensidad* de un trabajo se refleja en “el ritmo de trabajo físico y mental de las tareas realizadas durante la jornada laboral” (Green, 2001, en Burke, et al., 2010: 56). Algunos factores que intensifican el trabajo son: la complejidad de las tareas, la simultaneidad, las consecuencias de realizar (o no) cierta actividad, el número de interrupciones, las condiciones laborales, los salarios, los horarios, el nivel de satisfacción con el trabajo, así como el grado de conocimiento y habilidades para realizarlo (Burchell, et al, 2014; Burchell & Fagan, 2002). Esta pormenorización de la intensidad en el mundo laboral empata con las críticas que hizo María Ángeles Durán (2002) a las EUT y sus dificultades para captar: la simultaneidad de actividades en los cuidados, los tiempos de gestión y tiempos de transporte, la priorización de actividades y sus posibles consecuencias, el número de pausas, así como la transgresión del tiempo de ocio, tiempo de vacaciones y los días «de asueto» por actividades no remuneradas de cuidados; sobrecarga mental, entre otros.

## Análisis de las entrevistas

A continuación, presento un análisis de las entrevistas realizadas a 20 MMC residentes en CDMX. He clasificado estos resultados en cuatro categorías: intensidad por superposición de trabajo remunerado y no remunerado, intensidad por el componente moral y de responsabilidad familiar, intensidad por doble presencia en el espacio físico y virtual, intensidad del trabajo de parentesco. Haré algunas anotaciones que dialogan con la literatura de migración y cuidados, mientras mantengo el foco en las experiencias de las MMC entrevistadas.

### *Intensidad por superposición de trabajo remunerado y no remunerado*

La estructura del régimen de género dificulta la conciliación vida-trabajo. Esto se hace palpable cuando las familias de las MMC experimentan contingencias que implican intensificar el trabajo de cuidados, ya que la responsabilidad material y emocional recae sobre ellas. Por ejemplo, la enfermedad de algún miembro de la familia (ya sea en el país de origen o en el de destino), empuja a que las MMC sean quienes más flexibilizan sus tiempos y tengan más ausencias en su trabajo. Las contingencias familiares disminuyen la capacidad de las MMC de gestionar su propio tiempo.

Esto se explica, por un lado, debido a la falta de un sistema integral de cuidados en México. Conuerdo con Corina Rodríguez cuando advierte que “no tener políticas de cuidado implica una subutilización de la fuerza de trabajo de las mujeres, argumento que se hace más sólido cuanto mayor es el nivel de educación de las mujeres” (Rodríguez Enríquez, 2020: 134). Por otro lado, las condiciones androcéntricas del mercado laboral, donde los hombres suelen tener empleos mejor remunerados y trayectorias mejor valoradas empujan a las MMC a flexibilizar su tiempo. Así, parece una decisión familiar «lógica y racional», pero incluso en igualdad de ingresos, igualdad del nivel educativo o ante mayor ingreso, educación, responsabilidad profesional de las MMC, ellas siguen siendo las principales encargadas de los cuidados a otros miembros del hogar. Asimismo, esto se presenta en situaciones menos apremiantes que una enfermedad, como acompañar a la suegra a la estética o a comprar ropa, hacerse cargo

de pagar los servicios del hogar, hacer una lista de lo que falta en casa, comprar la despensa o atender a las mascotas.

En cuanto a su participación en el mercado laboral, para muchas MMC, la superposición del rol reproductivo y el rol productivo supone una expectativa de género diferencial que se traduce en desventajas competitivas respecto a sus colegas varones. Por ejemplo, para las MMC que se dedican a la investigación, docencia o actividades en el ámbito académico, pausar la consecución de logros en su carrera por atender las responsabilidades de cuidados puede llegar a detenerla por completo, ya que es muy difícil compensar el tiempo que no se invirtió en publicaciones, direcciones de tesis, colaboraciones en proyectos de investigación y otros requisitos que funcionan como un filtro.

Además, muchas MMC deben conciliar cargas de trabajo de cuidados en sus hogares con su compromiso contractual (laboral o de estudios) puertas afuera para mantener su estancia regular en México. Debido a la estructura del régimen migratorio mexicano, contar con un contrato laboral vigente (o una afiliación a un programa de estudio) es requisito para acreditar una estancia legal en el país. La residencia temporal con la que arriban muchas MMC requiere renovarse cada año, así que mientras no se cuente con una residencia permanente o la naturalización, los cuidados migratorios pueden empujar a las MMC a aceptar esquemas precarios de contratación. La precarización laboral resulta una alternativa preferible frente a quedarse irregularmente en condiciones de clandestinidad, pagar multas, salir y entrar del país o contraer matrimonios arreglados.

#### *Intensidad por el componente moral y de responsabilidad familiar*

Muchas prácticas patriarcales trascienden las fronteras en forma de normas intergeneracionales de gratitud y el deber ser de una buena hija. Las MMC son más propensas que sus hermanos varones y otros hombres en la familia a recibir las responsabilidades de sostener material y emocionalmente a sus padres. Muchas de ellas son el principal sostén económico de su hogar en México y del hogar donde crecieron en su país de origen. Una entrevistada refirió que sus padres abiertamente

manifiestan que su hija MMC “es su ahorro para el retiro”. Parte de los ingresos que reciben las MMC se destina a remesas económicas y sociales para cubrir gastos fijos de sus familiares, compra de medicamentos, regalos de cumpleaños, servicios de paquetería, fondo de ahorro para emergencias e imprevistos.

En algunos casos, la exigencia a las mujeres migrantes de enviar muestras de gratitud y dispendios se amplía a miembros de la familia extensa y de la comunidad. En los estudios sobre remesas, se ha documentado que estos envíos extraordinarios de dinero se utilizan para la adquisición de bienes suntuarios (difícilmente costeables) y para sostener un nivel de vida aparente que no corresponde con el nivel de ingresos de las mujeres migrantes (Suksomboom, 2008).

En este estudio, he encontrado que muchas MMC viven una preocupación constante no sólo por los miembros de la familia en su país de residencia, sino por la familia extensa que se quedó en el país de origen, cuestión que hace de las exigencias económicas y morales una carga tan difícil de llevar como de soltar. La movilidad internacional, empero, no libra a las MMC de sus deudas con la familia, sean estas simbólicas o materiales. Como bien reportó Anne Ancelin-Schützenberger:

“Una huida frente a las obligaciones familiares puede impregnar todas las relaciones humanas del individuo, petrificado por una culpabilidad insoportable, difusa y sin objeto [que] puede paralizar” (Ancelin-Schützenberger, 2018: 50).

Algunas veces, estas circunstancias lleven a cortar lazos y «quemar las naves», creando distancia física, virtual y emocional con personas en el país de origen. Sin embargo, como muestran los genogramas, la ausencia física no difumina la presencia social, incluso de personas que han fallecido. A este respecto, la presencia social gana terreno en la era digital y mediante nuevas tecnologías de comunicación.

#### *Intensidad por doble presencia en el espacio físico y virtual*

La compresión del espacio-tiempo, habilitada por las nuevas tecnologías de comunicación y transporte, genera traslapes y simultaneidad entre actividades que



antes se describían como «puertas afuera» y «puertas adentro». Como muestran los pasteles del uso del tiempo, la presencia de las MMC en el espacio transnacional es facilitada por las tecnologías de mensajería inmediata y videollamadas, que fungen como medios para la multiplicación de la presencia femenina y habilitan el flujo de *cuidados a distancia*. Algunas prácticas comunes son: estar al pendiente y lista para ayudar a la familia en cualquier momento —esto es, estar «pegada» al teléfono o tener un timbre especialmente reconocible para esos mensajes cruciales que «sí o sí» deben atenderse—, escuchar y consolar vía remota a familiares y amistades, hacer envíos extraordinarios de dinero o medicamentos...

El efecto de las nuevas tecnologías de comunicación es ambivalente. Permiten dar y también recibir cuidados, fortalecer su sentido de pertenencia a una comunidad distante, desconectarse momentáneamente del esfuerzo por traducir culturalmente sus experiencias con miembros de la cultura local y hablar en su «propio idioma», buscar apoyo emocional con sus seres queridos, saberse escuchadas, así como recibir consejos para la toma de decisiones profesionales, de pareja y sobre maternidad. Son prácticas que parecen romper el distanciamiento geográfico a punta de afectos.

Pero también pueden reproducir sistemas de distribución injusta de los trabajos de cuidados, vulnerando su derecho a gestionar su propio tiempo. Algunas MMC dedican espacios de una hora o dos al contacto diario con su familia en el país de origen, muchas veces combinando el uso de medios de comunicación con actividades de cuidados indirectos (supervisar niñas/os, cocinar, limpiar la casa), traslados a sus lugares de trabajo o al colegio de sus hijas/os, etc. Es importante señalar que, los cuidados pasivos y uso de medios de comunicación, las dos actividades identificadas en las EUT como las que más se hacen en simultaneidad (Parker & Gandini, 2011: 62). En este estudio he podido constatar que hay claros momentos en que se trate no de dos actividades, sino de una sola: proveer cuidados a distancia.

Las nuevas tecnologías disparan tanto la presencia como la ausencia de las MMC en sus hogares de origen y destino, produciendo ambivalentemente tanto distancia como cercanía. Esta multiplicación de la presencia/ausencia de las mujeres es una dimensión

poco estudiada de traslapes y simultaneidad entre trabajos remunerados, cuidados directos e indirectos, cuidados a distancia y trabajo de parentesco.

*Intensidad del trabajo de parentesco*

Como he mencionado, las redes y el factor de proximidad (con vecinas, amigas y otras mujeres) tienen un alto valor para las mujeres migrantes, quienes ven degradada la consistencia de sus redes y vínculos sociales. No es de extrañar que los patrones de dedicación al fortalecimiento de vínculos estén generizados. Las mujeres dedican más tiempo al contacto telefónico, a la comunicación por internet y a la convivencia vecinal que los varones; también procuran formar círculos sociales más cercanos (Flores Dávila, 2020).

Las MMC tienen redes de cuidados que les permiten facilitar su movilidad (local e internacional), descargar o delegar trabajos de cuidados, intercambiar conocimientos, buenas prácticas y, por ende, tener más tiempo. Se trata de una inversión importante a su bienestar personal y familiar, que no se limita a los intercambios en un sentido utilitario, sino de un entramado social que les sostiene afectivamente. Es frecuente que personas que forman parte de estas redes sean otros connacionales o personas sensibles a temas migratorios (personas que vienen de otros estados o que tuvieron una experiencia migratoria), ya que esto hace menos laborioso el proceso de construir capital social y establecer vínculos de reciprocidad.

Muchas veces, construir cohesión comunitaria incrementa la autonomía y movilidad de las hijas/os a partir de conexiones con vecinas, amigas y personas dispuestas a cuidar de ellas/os (Shliselberg & Givon, 2018). La autonomía de las hijas/os está directamente relacionada con la intensidad de los cuidados que las madres MMC deben brindarles, por lo que se refleja en un incremento de su tiempo libre y de su propia movilidad. Son valiosas las experiencias probadas de seguridad en sitios conocidos, cuyos riesgos ya fueron sopesados y sean amigables para sus hijas/os, así como los espacios cohabitados por personas de la red de cuidados.

Mediante estas redes también se fraguan proyectos colectivos de solidaridad transnacional y el involucramiento en proyectos comunes, como cooperar con las

cargas económicas y emocionales de los cuidados a distancia, planear (re)encuentros de infinito valor emocional y compartir transiciones memorables del curso de vida. Sin embargo, el trabajo de parentesco —la invisible e importante labor de tejer, reparar y mantener el capital social— no se computa dentro del tiempo dedicado a los cuidados. Junto con los cuidados a distancia, es otra dimensión opacada, no sólo por los sesgos androcéntricos, sino por una comprensión del tiempo como una magnitud cronometrable y neutra al género.

## Conclusiones

En esta investigación, he podido corroborar los hallazgos de la literatura de migración y cuidados en cuanto a la degradación de las redes familiares, la importancia de sostener la comunidad en espacios transnacionales y la circulación de prácticas de cuidados entre países de origen y destino. También he verificado la presencia de algunas de las actividades más elusivas a los estudios del uso del tiempo, como lo son “estar al pendiente”, la vigilia cuidadora, la gestión mental y la carga mental, factores asociados a la intensidad del trabajo de cuidados. Sin lugar a dudas, la carga de trabajo de cuidados opera de modo diferencial entre hombres y mujeres a lo largo del curso de vida y a través diversos marcadores sociales (género, lugar de origen y nivel educativo).

Más allá de verificar estos resultados, a partir de los genogramas y los pasteles del uso del tiempo he encontrado algunas otras actividades que intensifican el trabajo de cuidados y que se hallaban subrepresentadas en la literatura. En primer lugar, la presencia digital de las MMC en el espacio virtual y los cuidados a distancia conforman un eje que debe cobrar fuerza en ambos campos, en los estudios sobre migración y en el paradigma de los cuidados. En segundo lugar, el trabajo de parentesco es una dimensión invisibilizada en los trabajos de cuidados, pero que repercute en la disponibilidad de tiempo y movilidad espacial para las MMC, influye en sus proyectos migratorios (temporalidad de los mismos, retorno o remigración, participación en el mercado laboral), así como en su bienestar personal y autocuidado.

A partir de los cuidados a distancia y el trabajo de parentesco, es viable la coparticipación y sostenimiento de redes en espacios transnacionales, además de habilitar intercambios afectivos que rompen las fronteras entre países. Como dijo una de las MMC, “contarle a mi hija sobre su familia [del país de origen] es parte de tejer la memoria colectiva y el sentido de pertenencia”. Sin embargo, romper las fronteras nacionales no implica romper las fronteras invisibles del género, el lugar de origen y el nivel educativo. La multiplicación de desigualdades interseccionales sigue presente y más que complejizar su ejercicio, es más preciso indicar que intensifican el trabajo de cuidados, como resumo en la siguiente tabla.

**Tabla 2. Sedimentación de desigualdades interseccionales en la migración calificada**

Género	Lugar de origen	Nivel de calificación
Cuidados permanecen feminizados	Reducción de las redes de apoyo sociales y familiares	Triples jornadas (trabajo remunerado, trabajo doméstico y trabajo de cuidados)
Falta de <i>corresponsabilidad de género</i> (hombres)	Aumento del trabajo de parentesco	Descualificación, subempleo, desempleo
Falta de <i>corresponsabilidad social</i> (Estado, comunidad, mercado)	Cargas burocráticas ligadas al estatus migratorio	Cargas burocráticas con los sistemas de atracción y retención de talentos (por ejemplo, trámites del Conahcyt)
Aumento del trabajo de cuidados a la familia extensa (origen y destino)	Aumento del cuidado a distancia	Supervisión de trabajo doméstico remunerado, cuando es el caso
	Responsabilidad moral con familia de origen	

Sabemos que el componente emocional y de responsabilidad moral resultan elusivos a las mediciones del uso del tiempo debido a la noción cronométrica y cuantitativa que subyace al parámetro del tiempo. En ese sentido, encuentro que la intensidad del trabajo de cuidados ofrece ventajas analíticas y heurísticas para dimensionar la situación de las mujeres migrantes calificadas en México, la organización intrahogar del trabajo de cuidados no remunerados y la expropiación (digital) de su tiempo. Es mi recomendación atender la dimensión subjetiva, emocional y moral en paralelo a otros parámetros fijos (cronometrables) con la intención de complementar la medición del uso del tiempo, expandir la comprensión y valorar el trabajo de las MMC.

## Referencias

- Adam, B. (1992). Modern times: The technology connection and its implications for social theory. *Time & Society*, 1(2), 175-191.
- Adam, B. (2002). The gendered time politics of globalization: Of shadowlands and elusive justice. *Feminist Review*, 70(1), 3-29.
- Aguirre, R., Batthyány, K., Genta, N., & Perrotta, V. (2014). Los cuidados en la agenda de investigación y en las políticas públicas en Uruguay. *Íconos: Revista de Ciencias Sociales*, (50), 43-60.
- Alfaro, Y. & Chávez, M. (2018). Inmigrantes calificadas/os en México: Aproximación teórica y empírica a la precarización laboral. *PERIPLoS, GT CLACSO, Migración Sur-Sur*, 2(1) 103-102
- Ancelin-Schutzenberger, A. (2018). *¡Ay, mis ancestros!*. Ed. Taurus, Buenos Aires.
- Ángeles Cruz, H., & Rojas Wiesner, M. L. (2000). Migración femenina internacional en la frontera sur de México. *Papeles de población*, 6(23), 127-151.
- Borgeaud-Garciandía, N. (2018). *El trabajo de cuidado*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Fundación Medifé Edita.
- Burchell, B., & Fagan, C. (2002). *Gender, Jobs and Working Conditions in the European Union*. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions
- Burchell, B., Sehnbruch, K., Piasna, A., & Agloni, N. (2014). The quality of employment and decent work: definitions, methodologies, and ongoing debates. *Cambridge journal of economics*, 38(2), 459-477.
- Burke, R. J., Singh, P., & Fiksenbaum, L. (2010). Work intensity: potential antecedents and consequences. *Personnel Review*.
- Bustamante-Sáenz, M. P., Macías, A. A., Alcaraz, J. L., Arellano, J. L., Morales, V., & Quintana, N. L. (2016). Evaluación de carga mental de trabajo en profesionales de enfermería del turno vespertino de un hospital público de Ciudad Juárez, Chihuahua. *Cultura Científica y Tecnológica*, (56).
- Cannuscio, Carolyn C., Graham A. Colditz, Eric B. Rimm, Lisa F. Berkman, Camara P. Jones, and Ichiro Kawachi. "Employment status, social ties, and caregivers' mental health." *Social science & medicine* 58, no. 7 (2004): 1247-1256.
- Carrasco, C. (2009). Tiempos y trabajos desde la experiencia femenina. *Papeles de relaciones ecosociales y cambio global*, 108, 45-54.
- Carrasco, C. (2016). El tiempo más allá del reloj: las encuestas de uso del tiempo revisitadas. *Cuadernos de relaciones laborales*, 34(2), 357.

- Ceballos, G. (2013). La intensidad de los trabajos de cuidados no remunerados de las mujeres en los hogares urbanos de México. Análisis con datos de la ELCOS 2012. En E. Pacheco (Coord.): *Los cuidados y el trabajo en México. Un análisis de la Encuesta Laboral y de Corresponsabilidad Social ELCOS 2012*, Cuadernos de Trabajo (pp. 125- 188). Ciudad de México: Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres).
- Ceballos Vásquez, P., Rolo González, G., Hernández Fernaud, E., Díaz Cabrera, D., Paravic Klijn, T., Burgos Moreno, M., & Barriga, O. (2016). Validación de la Escala Subjetiva de Carga mental de trabajo (ESCAM) en profesionales de la salud de Chile. *Universitas psychologica*, 15(1), 261-270.
- Charmes, J. (2021). *Medición del uso del tiempo: Una evaluación de los problemas y desafíos en la elaboración de encuestas sobre uso del tiempo, con especial énfasis en los países en desarrollo. Inconsistencias metodológicas, estrategias de armonización y diseños revisados*. Centro Global de Excelencia en Estadísticas de Género (CEEG). ONU Mujeres: México.
- Connell, R. (2005). Advancing gender reform in large-scale organisations: A new approach for practitioners and researchers. *Policy and society*, 24(4), 5-24.
- de Arquer, M. I. (1999). NTP 534: Carga mental de trabajo: factores. Madrid. Instituto Nacional de seguridad e Higiene en el Trabajo.
- Delgado Wise, R., Márquez Covarrubias, H., & Rodríguez Ramírez, H. (2009). Seis tesis para desmitificar el nexo entre migración y desarrollo. *Migración y desarrollo*, (12), 27-52.
- De Los Santos, P. V., & Carmona Valdés, S. E. (2012). Cuidado informal: una mirada desde la perspectiva de género. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 4, 138-146.
- Díaz Canepa, C. (2010). Actividad Laboral y Carga Mental de Trabajo. *Ciencia & Trabajo*, 12(36).
- Domínguez Amorós, M. (2020). Lecciones aprendidas en la medición de los tiempos de cuidados. In *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp. 471-503). Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales, CLACSO.
- Durán, M. Á. (2002). Si Aristóteles levantara la cabeza. Sevilla: Junta de Andalucía, Consejería de Educación, 2002.
- Durán, M. Á. (2018). Las cuentas del cuidado. *Revista Española de control externo*, 20(58), 57-89.
- Espronceda-Amor, M. E. (2011). Métodos para el estudio de la familia: Pertinencias y alcances del familiograma y sus usos. *Santiago*, (125), 72-92.
- Fisher, B., & Tronto, J. (1990). Toward a feminist theory of caring. *Circles of care: Work and identity in women's lives*, 35-62.
- Flores Dávila, J. I. (2020). Mujeres y usos de los espacios públicos en México. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 65(240), 293-326.

- Folbre, N. (2021) *Cuantificación del cuidado: problemas de diseño y armonización en las encuestas sobre uso de tiempo*. Centro Global de Excelencia en Estadísticas de Género (CEEG). ONU Mujeres: México.
- Fraser, N. (2020). Las contradicciones del capital y de los cuidados. En Fraser, N. (2020) *Los talleres ocultos del capital: Un mapa para la izquierda*. Traficantes de sueños. Madrid.
- González, H. (2013). Los cuidados en el centro de la migración. La organización social de los cuidados transnacionales desde un enfoque de género. *Migraciones*. Publicación del Instituto Universitario de Estudios sobre Migraciones, (33), 127-153.
- González, H. (2016). Encuentros y desencuentros en el campo de las familias transnacionales a propósito del análisis de las desigualdades. *Desacatos*, (52), 86-91.
- González, H., & Speroni, T. (2022). La Protección Social Transnacional: desafíos analíticos desde la mirada de los cuidados. *Périplos: Revista de Estudos sobre Migrações*, 6(2).
- Guillaumine, C. [1978] (2005). Práctica del poder e idea de naturaleza. En Curiel Pichardo, R. Y. O., & Falquet, J. *El patriarcado al desnudo: Tres feministas materialistas: Colette Guillaumin, Paola Tabet, Nicole Claude Mathieu*. Teoría y pensamiento feminista. 19-56.
- Heatley Tejada, A. (2019). *Trabajadoras del hogar en México: análisis y propuesta de mejoras al programa piloto de incorporación a la seguridad social*. Recuperado el 19 de mayo del 2021 de:  
[https://www.researchgate.net/publication/351334971\\_Trabajadoras\\_del\\_hogar\\_en\\_Mexico\\_analisis\\_y\\_propuesta\\_de\\_mejoras\\_al\\_programa\\_piloto\\_de\\_incorporacion\\_a\\_la\\_seguridad\\_social/link/6091c86c299bf1ad8d78a34d/download](https://www.researchgate.net/publication/351334971_Trabajadoras_del_hogar_en_Mexico_analisis_y_propuesta_de_mejoras_al_programa_piloto_de_incorporacion_a_la_seguridad_social/link/6091c86c299bf1ad8d78a34d/download)
- Hochschild, A. R. (2008). *La mercantilización de la vida íntima: Apuntes de la casa y el trabajo* (Vol. 3045). Katz editores.
- Izquierdo, I. (2018). Proceso migratorio, identidad y trabajo académico de un grupo de científicos de la ex URSS en México. En Pedone, C. & Alfaro, Y. (Coords.) (2018). *La migración calificada en América Latina: una revisión de los abordajes teóricos metodológicos y sus desafíos*. PERIPLoS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur
- Leccardi, C. (2002). Tiempo y construcción biográfica en la "sociedad de la incertidumbre"; reflexiones sobre las mujeres jóvenes. *Nómadas*, (16), 42-50.
- Levitt, P. (1998). Social remittances: Migration driven local-level forms of cultural diffusion. *International migration review*, 32(4), 926-948.
- López, E., Guizardi, M., González, H., Magalhães, L., & Araya, I. (2022). Cuidados y migración: una guía de lecturas. *Périplos: Revista de Estudos sobre Migrações*, 6(2).
- Mallimaci, A. I., Borgeaud-Garciandía, N., Rosas, C., & Magliano, M. J. (2022). Migraciones y cuidados en y desde América Latina. *Périplos: Revista de Estudos sobre Migrações*, 6(2).
- Marx, K. (1999) *El capital: crítica de la economía política*. 1ª edición [1867]. México: Siglo XXI, t. 1, v. 1

- McGoldrick M. & Gerson, R. (1985). *Genograms in Family Assessment*. New York, W W Norton.
- Mendoza, C. (2018). Presentación del Tema Central Migración Calificada. *Revista de ciencias sociales y humanidades*, 39(84). UAM Iztapalapa.
- Mendoza, C., Staniscia, B., & Ortiz, A. (2016). Migración y movilidad de las personas calificadas: nuevos enfoques teóricos, territorios y actores. *Biblio3W Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales*.
- Montaño, S., & Calderón, C. (2010). *El cuidado en acción: entre el derecho y el trabajo*. CEPAL.
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD) (2018). *Care Needed: Improving the Lives of People with Dementia*. OECD Health Policy Studies, OECD Publishing, Paris. <http://dx.doi.org/10.1787/9789264085107-en>
- Organización de las Naciones Unidas Mujeres (ONU Mujeres) (2015). *Las trabajadoras migrantes en la frontera sur de México. Hacia una agenda de investigación*. México.
- Pacheco, E. (2020). El trabajo de cuidados directo e indirecto, retos y posibilidades para su medición. In *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (pp. 411-470). Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales, CLACSO.
- Parker, S., & Gandini, L. (2011). Cuantificación de sesgos en la contabilización del uso del tiempo a partir de metodologías de diarios y cuestionarios. *Cuadernos de trabajo*, (30).
- Pedone, C. & Alfaro, Y. (Coords.) (2018). *La migración calificada en América Latina: una revisión de los abordajes teóricos metodológicos y sus desafíos*. PERIPLoS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur.
- Pedone, C. & Gómez Martín, C. (Coords.) (2021). *Los rostros de la migración calificada: estudios interseccionales en América Latina*. PERIPLoS. Grupos de Trabajo CLACSO-Migración Sur-Sur.
- Pérez Fragoso, L. (2017). ¿Quién cuida en la Ciudad de México?. En *¿Quién Cuida en la Ciudad?*. United Nations, 2017: 151-189.
- Pérez Orozco, A. & García Domínguez, M. (2014). *Por qué nos preocupamos por los cuidados*. Centro de Capacitación de ONU Mujeres. ONU Mujeres
- Platt, L. F., & Skowron, E. A. (2013). The family genogram interview: Reliability and validity of a new interview protocol. *The Family Journal*, 21(1), 35-45.
- Ramírez-García, T., & Gandini, L. (2016). Trabajadoras calificadas: las mujeres mexicanas en el mercado de trabajo estadounidense en perspectiva comparada. *Revista Latinoamericana de Población*, 10(19), 33-56.
- Rodríguez Enríquez, C. (2015). Economía feminista y economía del cuidado. *Nueva Sociedad*, (256).



- Rodríguez Enríquez, C. (2020). Elementos para una agenda feminista de los cuidados. En Batthyány, K. (coord.) *Miradas latinoamericanas a los cuidados* (127-136). CLACSO-Siglo XXI.
- Rolo González, G., Díaz Cabrera, D., & Hernández Fernaud, E. (2009). Desarrollo de una escala subjetiva de carga mental de trabajo (ESCAM). *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 25(1), 29-37.
- Salazar Parreñas, R. (2001) *Servants of Globalization*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Sassen, S. (2003). *Contra geografías de la globalización Género y ciudadanía en los circuitos transfronterizos*. Madrid: Traficantes de sueños.
- Schiffrin, H. H., Rizzo, K. M., & Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 614-620.
- Scuro, L., & Vaca-Trigo, I. (2017). La distribución del tiempo en el análisis de las desigualdades en las ciudades de América Latina. En *¿Quién Cuida en la Ciudad?* (pp. 117-148). United Nations.
- Shliselberg, R., & Givoni, M. (2018). Motility as a policy objective. *Transport reviews*, 38(3), 279-297.
- Suksomboon, P. (2008). Remittances and 'social remittances': their impact on livelihoods of Thai women in the Netherlands and non-migrants in Thailand. *Gender, Technology and Development*, 12(3), 461-482.
- Szasz, I. (1994). Migración y relaciones sociales de género aportes de la perspectiva antropológica. *Estudios demográficos y urbanos*, 129-150.
- Tigau, C. (2021). *Discriminación y privilegios en la migración calificada: Profesionistas mexicanos en Texas*. UNAM, Centro de Investigaciones Sobre América del Norte.
- Yeates, N. (2012). Global care chains: a state-of-the-art review and future directions in care transnationalization research. *Global Networks*, 12(2), 135-154.