

CHARLEMOS

sobre el

C**U****L****D****A****D****O**

colectiva
MQ

COLABORACIONES

Lessil Cristina Morillo, Kandy Luana Valencia, Catalina Becerra, Ana María Cardona.

EDICIÓN

Maricel Isaza Camargo

DISEÑO

Rocío Cantillo Peñate

En las próximas páginas se encontrarán distintas discusiones que visibilizan el cuidado desde diversas experiencias vividas, anécdotas y reflexiones individuales y en colectivo que permiten comprender cómo el cuidado requiere de un análisis y reconocimiento especial para reivindicar el trabajo y el rol que tenemos las mujeres en la sociedad.

AMALGAMA DEL CUIDADO

POR: KANDY VALENCIA



Hola soy
Kandy

Hola soy
Ana

Hola soy
Cata

Hola soy
Cris

En un grupo de cuatro amigas sobresale la discusión sobre **el cuidado como algo que es transversal en el rol social impuesto sobre las mujeres**. Las dudas alrededor de este tema nos deja tomar postura y mostrar un poco las conclusiones a las cuales llegamos después de pensar y repensar.



Hola mujeres
¿qué hacen?

Nos estábamos
preguntando cómo
iba nuestro día y
terminamos
hablando de música,
colores y comida.



¿Sí? Pues precisamente ando existencial.
Tengo muchas dudas **sobre cómo las mujeres vemos el cuidado**, venía de un parche en el que lo conversamos y quedé enredada...

Yo veo como cuidado todo lo que se hace para **proteger y reproducir la vida**, por ejemplo, estar pendiente de mi amiga...



¿Ustedes cómo entienden el cuidado?

De una pienso en el chocolate caliente que me preparaba mi mamá, y ahora que lo pienso esa noción de cuidado está relacionada con los **afectos**, hace necesario que ampliemos el sentido de cuidado fuera de las cosas que siempre hacemos las mujeres.



Yo comparo el cuidado de niña con el de adulta, en **reconocer el dolor**, en **sanar relaciones familiares**. Cuidarse con la alimentación, ejercitarnos...





Por mis redes, si mis amigas, amigos, amigos. Y ahora es importante que con la coyuntura política exista un **compromiso de pensar en un estado cuidador**. debemos exigir espacios de cuidado porque siempre nos hemos acostumbrado a políticas que no garantizan nuestras necesidades básicas.



Mi pareja y mis amigas, aquí se ha tratado de escuchar, confiar y fortalecer la relación. Creamos espacios de diálogo donde hablamos de temas como asumir o no asumir la maternidad, cómo desde la palabra estamos dispuestas a abrir discusión en espacios seguros y eso es cuidar.

A mí me pasa que esto del cuidado me ha hecho sentir indefensa, lo he relacionado con incapacidad, con daño, con deuda a los otros, con algo que esperan de mí, que **me infantiliza o minimiza**. Es decir como que me siento chiquita.



Ahí pasa que satanizas la vulnerabilidad, ser vulnerable no indica debilidad, indica que hay factores de desventaja que no son tu culpa, sino que socialmente se han impuesto condiciones a las cuales tienes que cumplir y estos son bastante complejos e injustos con nosotras.



Sí, entiendo eso, lo entiendo... ¿ustedes se han sentido descuidadas en algún momento?

Yo siento que **las heridas del descuido**, lo que consideré descuido sobre mí en un momento, fue como abandono, me permitió cuestionar mis relaciones de familia, mi pareja, mis padres y así caí en cuenta de que para mí era necesario contar con los otros en momentos cruciales de mi salud y el no contar con eso me hacía sentir en crisis y no está mal sentirse de ese modo, es bueno reconocerlo y comunicarlo, y a la vez ser empático con las demás personas de quienes esperamos algo.



Si, mira que me sentí abandonada por un ser querido, fue una irresponsabilidad difícil para mí. El cuidado ligado a la autoridad es doloroso. La represión hacia los hombres los pone al borde, de los suicidios por ejemplo, de **los daños complejos en lo psicológico y en lo emocional** que ocasionan esas fuertes exigencias.



¿ustedes qué dicen?
**¿a mayor cuidado
menor autonomía?**



Es algo que en extremo **puede generar relaciones desiguales**, que eso no afecte la autonomía de las personas que son cuidadas, o la nuestra.



El exceso ya parte de manera negativa. No es funcional, es necesario establecer límites, no todo es tratar de meterte en una burbuja para que nada te pase, eso no es cuidar. El cuidado es aproximarse a las realidades y prepararse porque no puedes estar siempre de la mano de ese otro o de esa otra persona.



El cuidado es revolucionario, porque nos invita a reflexionar sobre el bienestar, sobre las formas de vida, sobre el sistema y nuestras relaciones con el resto del mundo.



Esto es cuestión de opinar, desaprender y construir, amigas. el cuidado se debe resignificar. Nosotros estamos cambiando y es importante pensarnos el cuidado entre todas, todos y todes.



TRABAJO Y CUIDADO

DOS TEMAS FUERTEMENTE RELACIONADOS

POR: ANA MARÍA CARDONA-SALDARRIAGA

El trabajo organiza de diversas maneras **nuestro mundo social**, pero hay trabajos que si bien son fundamentales para los seres humanos, no son socialmente bien reconocidos. Ese es el caso del **trabajo de cuidado**.

El cuidar de las **personas dependientes** (menores de edad, personas adultas mayores o personas con alguna discapacidad) y **cuidar de una casa** (realizar labores de limpieza y organización de una vivienda)

Estas labores permiten que la vida se prolongue, pero muchas veces son actividades invisibles y en la mayoría de los casos son realizadas por mujeres de forma casi automática.





Pensando en lo anterior, recordé que todos los días, sin falta, mi mamá se levantaba temprano a hacerme el desayuno. A veces hacía arepas o compraba pan la noche anterior para desayunar al otro día. **Pero mi mamá, sin falta, acudía a la cita con el desayuno de todxs.**

Después, al crecer, me pregunté:

¿Por qué **ELLA** hacía todas estas cosas y nadie veía esto como un problema?

Siempre fue **la** **+ FUERTE** de la casa, la que nunca se cansaba.



Para muchas mujeres, el trabajo de cuidado ha sido una obligación. Mi mamá siempre ha dicho que le gusta hacerlo, pero **¿cuántas cosas ha sacrificado por esto?** **¿Cuántos sueños abandonó y cuánto sacrificio le ha costado?**



En **Colombia** se estima que el trabajo doméstico y los trabajos no remunerados aportan un

20%

al PIB nacional
(DANE, 2020)

y además, se indica que aproximadamente **30 millones** de personas asumen estos trabajos, de las cuales el

78% SON MUJERES
22% SON HOMBRES

(DANE, 2020)

Con todo el **mundo sobre sus hombros**, las mujeres logran negociar todas sus Responsabilidades, aunque muchas veces esto afecte su bienestar físico y emocional:

NO DORMIR BIEN. NO DESCANSAR Y/O NO TENER ESPACIOS DE AUTOCUIDADO.

Hoy, muchas mujeres nos cuestionamos este rol y cada vez más mujeres queremos que esa sobrecarga de trabajo de cuidado sea **reajustada**. También se está discutiendo sobre la necesidad de instaurar el sistema de las **"tres erres del cuidado"**: (DANE, 2020).

RECONOCER
REDUCIR
REDISTRIBUIR

LA AGENDA COLOMBIANA HA AVANZADO EN ESTE TEMA. PERO LOS RETOS AÚN SON GRANDES (DANE, 2020).

¿Qué acciones cotidianas pueden ayudar a equilibrar las cargas de cuidado que aún siguen estando bajo la responsabilidad de las mujeres y los cuerpos feminizados?
Queridx lector(x), ¿qué respuestas a esta pregunta se te vienen a la mente?

DANE y ONU Mujeres. (2020). Cuidado no remunerado en Colombia: brechas de género. DANE.
DANE y ONU Mujeres. (2020). Tiempo de cuidados: las cifras de la desigualdad. Colombia: ONU Mujeres.



MUJERES CREATIVAS: PLANTAS CURATIVAS

POR: CRISTINA MORILLO

Desde tiempos ancestrales las mujeres se han caracterizado por **construir una relación directa con los elementos naturales** y actualmente hemos olvidado de dónde viene esta conexión que tenemos con ellos.



A lo largo de la historia las mujeres hemos realizado diferentes actividades en torno a las plantas, pasando por los alimentos, lo medicinal y lo ritual en los territorios; lo cual garantiza la alimentación de sus familias pero también de sus espíritus.

Desde estos saberes las mujeres se encuentran en espacios para la enseñanza y el intercambio, dando paso a los relatos y conversaciones como sucede en la comunidad de San Francisco Siloé, donde la huerta y conocimientos de doña Rubiela son el nido perfecto para acompañar y seguir aprendiendo.

Entonces, las mujeres pasan de ser recolectoras a ser sembradoras de vida desde el cuidado y la transformación de las plantas.



Siendo ellas las encargadas de mantener las brasas prendidas a lo largo del día en sus cocinas y de tener el agua caliente para compartir “el tecito” de pronto alivio (*Lippia Alba Verbenaceae*) para aliviar males del cuerpo pero también para tranquilizar el alma. Son las mujeres las que realizan mezclas especiales de plantas locales para que dure más el fuego y para agregarle el sabor de sus saberes a la comida.



CUIDAR

RECONOCIENDO, QUE UNA PARTE FUNDAMENTAL DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA SON ESTOS SABERES QUE CONSERVAN LA EXISTENCIA DE MUCHAS SEMILLAS, O QUIENES ELABORAN LAS PREPARACIONES Y COMPARTEN TALLOS CON OTRAS VECINAS. FORTALECIENDO ESPACIOS DE EXPERIMENTACIÓN DONDE SE INTEGRAN NIÑAS Y NIÑOS PARA APRENDER A VER, SENTIR, OLER Y CUIDAR.



El rol de las mujeres de todas las comunidades está cambiando y son ellas las que revitalizan la mirada femenina siendo las custodias de saberes que luchan por mantenerse vivas. Resaltando que **ha sido una historia contra todo pronóstico conservada a partir de resiliencia y tesón, en el que las mujeres han custodiado un camino en unión con las plantas.**

MUJERES Y TERRITORIO

POR: CATALINA BECERRA



Lucy y todas las mujeres del comedor

Las Delicias en Brisas de Haití

La defensa del territorio, del medio ambiente, de los recursos está relacionado directamente con la lucha por los derechos y la soberanía de las mujeres, sobre todo en Latinoamérica, particularmente en Colombia, donde nuestros cuerpos se convierten en territorios de conquista...

**TRABAJAMOS
POR LA LIBERTAD
DE NUESTROS CUERPOS
Y TERRITORIOS**



MUJERES LIDERESAS EN CONTRA DE LAS FUERZAS RACISTAS,
CAPITALISTAS Y PATRIARCALES QUE ATACAN LA INTEGRIDAD DE LOS
TERRITORIOS Y DE SUS POBLACIONES.

**NUESTRO CUERPO ES
NUESTRO PRIMER
TERRITORIO**

En Colombia la guerra y la desigualdad han configurado nuestros cuerpos como territorios conquistables esto se traduce en violencia sexual, en el desarraigo a causa del desplazamiento, en el asesinato y en pobreza y desigualdad. Asimismo, los territorios han sufrido a manos de los mismos victimarios con las destrucciones del medio ambiente y del tejido social que deja a las poblaciones y en particular a las mujeres vulnerables ante un sistema voraz.





Magaly defensora de los derechos de las mujeres y de las infancias en el Oriente de Cali.

En estos contextos la lucha por los territorios es a su vez la lucha por la soberanía de los cuerpos, y esto no se debe entender como un acto individual donde se busca el bienestar solo en nuestro cuerpo.

La lucha por la soberanía es una lucha colectiva que solo se puede entender en la libertad de les otros. Es decidir sobre nuestros cuerpos, es vivir una vida digna donde la vivienda, la comida, la salud y el bienestar sea para todes.



Rubiela Giraldo defensora de los derechos de las mujeres, del territorio y del medio ambiente en Siloé, Cali.



CHARLEMOS

sobre el **E****U****I****D****A****D****O**

 colectivamq

 www.colectivomq.com

 Colectivo Memorias Queer