UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

Monografía Licenciatura en Trabajo Social.

Mujeres viejas cuidadoras en sus vejeces

Lucía Martins do Serro Acuña

Tutora: Profa. Teresa Dornell

Montevideo, 2026

Agradecimientos

A las mujeres de mi familia, mujeres resilientes que, aun en medio de las adversidades, siempre encontraron la manera de salir adelante.

A mi bisabuela y a mi abuela, por haberme brindado contención, amor y refugio durante mi infancia y por seguir acompañándome hasta el día de hoy. Su presencia fue y sigue siendo un sostén fundamental en mi vida.

A mi madre biológica, porque, aunque muchas veces no contó con las herramientas que necesitaba, forma parte de mi historia y la llevo conmigo en cada paso de este camino en el Trabajo Social.

Y a mi hermana, Belicia, con quien crecimos y atravesamos juntas cada desafío. Gracias por caminar a mi lado, por compartir las dificultades, las alegrías y por ser siempre una compañera incondicional.

A mis amigas, ustedes han sido todo en este camino.

Este logro también les pertenece.

Índice

Introducción..... 3
Justificación.....5
Objetivos:..... 10
Diseño metodológico:..... 10
Antecedentes..... 15
Capítulo 1.- Vejeces, género y cuidados..... 18
1.1.- Vejeces, envejecimiento 18
1.2.- Género.....21
1.3.-Cuidados..... 24
Capítulo 2 .- Las voces de las mujeres viejas en los cuidados desde una mirada de género... 28
2.1. El territorio como escenario de trayectorias y memorias.....28
2.1.1 Distribución de las tareas de cuidado: la naturalización del rol de cuidadora..... 29
2.2 Desafíos personales ante el cuidado: tensiones y desafíos actuales.....32
Conclusiones finales:.....38
Referencias bibliográficas.....43
Anexos:.....47

Introducción

El presente trabajo constituye la Monografía Final de Grado correspondiente a la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República, siendo requisito obligatorio del Plan de estudios 2009.

Esta monografía propone un análisis de cómo las desigualdades de género inciden en las vejeces, poniendo especial atención en la situación de las mujeres viejas. A lo largo de sus trayectorias de vida, las mujeres han asumido mayoritariamente el trabajo no remunerado, en particular las tareas de cuidado, lo que repercute de forma significativa en las condiciones en las que transitan la vejez y en los desafíos que enfrentan en esta etapa.

En este sentido, el documento busca aportar a la construcción de conocimiento en torno a las desigualdades de género y su impacto en las vejeces, considerando a las mujeres como principales responsables del cuidado dentro de la organización social vigente. La persistente feminización del cuidado, sumada a la escasez de respuestas estatales integrales, contribuye a la reproducción de desigualdades estructurales y a la consolidación de un modelo que naturaliza y deposita la responsabilidad de sostener la vida en las mujeres.

A modo de organizar el documento, en primer lugar se presentará la justificación del tema, en la cual se explicita qué se estudiará, por qué resulta pertinente abordarlo y cuáles son los objetivos propuestos. En este apartado se presentará, además, un marco contextual sobre las vejeces, las desigualdades de género y los cuidados en América Latina y Uruguay, destacando la relevancia de profundizar en esta temática. Posteriormente, se expondrán los objetivos de la investigación, tanto el general como los específicos, los cuales orientan el desarrollo del presente trabajo.

A continuación, se detalla el diseño metodológico empleado, así como las herramientas utilizadas para la recolección de datos.

El segundo apartado presenta los antecedentes de estudios previos, los cuales constituyen insumos académicos de gran relevancia para aproximarse a la temática y situar el presente trabajo en el campo de investigación existente.

Seguidamente, el documento se estructura en dos capítulos. El primero aborda las categorías teóricas consideradas pertinentes para el análisis del tema seleccionado: vejeces y envejecimientos, vejeces desde la perspectiva de género y cuidados desde una perspectiva de género en las vejeces.

El segundo capítulo desarrolla el trabajo de campo realizado a lo largo del proceso de investigación. En este se presenta, por un lado, una breve caracterización del espacio territorial y, por otro, las voces de las mujeres viejas en relación con el cuidado, contemplando no solo sus relatos, sino también sus sentires y silencios.

Por último, se exponen las conclusiones finales, en las que se retoman los principales hallazgos de la investigación en relación con los objetivos planteados al inicio de la monografía.

Justificación

El tema seleccionado para el presente trabajo es el cuidado desde una perspectiva de género enfocado en las mujeres viejas. Cabe destacar que en lo que respecta a la terminología "vieja/o" se considera relevante adoptar dicho concepto desde la perspectiva y el posicionamiento teórico de Ludi (2013), quien propone el término "vieja/o" en lugar de "personas mayores". Este concepto alude a una construcción sociocultural que intenta desafiar las connotaciones negativas y estigmatizantes relacionadas al envejecimiento.

En esta monografía se pretende comprender cómo las desigualdades de género impactan en las vejeces y los desafíos que las mismas atraviesan, ya que son las mujeres quienes mayormente se ocupan del trabajo no remunerado, especialmente las tareas de cuidado. La relevancia de este tema interpela al conjunto de la sociedad ya que el envejecimiento poblacional no constituye un hecho aislado, sino una tendencia demográfica irreversible que atraviesa a todo el contexto latinoamericano. De acuerdo con la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2023), la región experimenta una acelerada transición demográfica, un panorama de envejecimiento avanzado dentro del cual Uruguay se ubica históricamente a la vanguardia como uno de los países con las estructuras demográficas más envejecidas del continente. A nivel nacional, este proceso se ha agudizado notablemente en las últimas décadas. Según los resultados definitivos del *Censo de Población 2023* elaborado por el Instituto Nacional de Estadística (INE), la población residente estimada al 31 de mayo de 2023 asciende a 3.499.451 habitantes. Este avance del envejecimiento queda en evidencia al constatar que el grupo de personas de 65 años o más pasó de representar el 13% en 1996 al 16% del total de la población en 2023. En contrapartida, en el mismo período intercensal se registró una disminución significativa del peso relativo de niños, niñas y adolescentes menores de 15 años, quienes descendieron del 25% al 18% del total nacional.

Este aumento demográfico se encuentra estrechamente vinculado a una marcada predominancia de las mujeres en las franjas de edad avanzada, configurando lo que teóricamente se define como la "feminización de la vejez". Conforme a las estadísticas oficiales del INE, la estructura demográfica por sexo en Uruguay presenta un patrón caracterizado por el aumento progresivo del peso relativo de las mujeres a medida que se avanza en la edad, lo cual se explica directamente por las mayores ganancias en la esperanza

de vida de las mujeres frente a los hombres. Si bien la relación de masculinidad —que expresa la cantidad de hombres cada 100 mujeres— favorece tradicionalmente a los varones en las etapas tempranas de la vida debido a que nacen aproximadamente 105 hombres por cada 100 mujeres, esta proporción se invierte de manera drástica en las edades más avanzadas debido a la sobremortalidad masculina. Esta disparidad demográfica y el consecuente proceso de feminización de las vejeces es una realidad que Uruguay comparte con el resto de los países del continente (en mayor o menor medida), tal como analiza la CEPAL (2023), donde las mujeres mayores representan la gran mayoría de la población de edad avanzada en los diversos países de la región. Sin embargo, esta longevidad diferencial no se traduce en mayor bienestar; por el contrario, las mujeres de la región transitan sus vejeces acumulando desigualdades socioeconómicas y una sobrecarga histórica de trabajo de cuidados no remunerado que limita severamente su autonomía.

Este documento se enfoca en aportar a la construcción de conocimiento sobre las desigualdades de género y su incidencia en las vejeces, con especial atención a la situación de las mujeres como principales responsables del cuidado a lo largo de sus vidas. En este sentido, Míguez (2017) afirma que:

Los cuidados en el Uruguay han sido sostenidos en su enorme mayoría por las mujeres de los hogares, más aún en aquellos donde hubieren PsD con dependencia severa (...) por ello, se hace referencia a una feminización y familiarización de los cuidados impactando directamente en quien cuida y quien es cuidado. Esto se toma como una *natural* distribución de roles (p. 15).

Ante este panorama, tanto en la sociedad uruguaya, como en la mayoría de los contextos latinoamericanos, el trabajo de cuidado continúa siendo una tarea altamente feminizada, sostenida mayoritariamente por mujeres en el ámbito doméstico, familiar y comunitario. Esta distribución desigual de las responsabilidades de cuidado genera una sobrecarga física, emocional y económica que se acumula a lo largo de la vida y se profundiza en la vejez.

La sobrecarga en las mujeres cuidadoras no sólo limita sus oportunidades de desarrollo personal y profesional, sino que también condiciona su acceso a derechos fundamentales, como la seguridad social, el descanso y la salud. A su vez, el deseo personal de las mujeres debe entenderse como una dimensión frecuentemente invisibilizada, dado que muchas veces

asumen responsabilidades de cuidado que limitan su autonomía, su tiempo y sus posibilidades de elección.

Esta situación refleja cómo las expectativas sociales en torno al rol femenino centradas en la entrega, la disponibilidad y el servicio a los demás condicionan la construcción de sus proyectos personales y vitales, relegando los propios deseos a un segundo plano. En este sentido, las desigualdades de género no se disuelven con el paso del tiempo, sino que se cristalizan en la vejeces, evidenciando trayectorias marcadas por la inequidad y la invisibilización del trabajo no remunerado.

El Sistema Nacional Integrado de Cuidados (SNIC), creado por ley en el año 2015, define formalmente a los cuidados como la "atención directa a las actividades y necesidades básicas de la vida diaria de las personas que se encuentran en situación de dependencia", contemplando específicamente a la primera infancia, las personas mayores y aquellas con discapacidad. A nivel estructural, este marco normativo e institucional busca ofrecer una alternativa al histórico carácter familiarista de la matriz de protección social uruguaya, promoviendo la corresponsabilidad y una redistribución más equitativa de las tareas de apoyo entre el Estado, el mercado, las familias y la comunidad. Si bien en Uruguay la creación del Sistema Nacional Integrado de Cuidados (2015) representó un avance significativo en el reconocimiento social y político de esta temática, aún persisten brechas y vacíos importantes en la implementación de políticas públicas que contemplen las realidades específicas de las mujeres viejas. La poca respuesta estatal integral frente a la feminización del cuidado perpetúa las desigualdades estructurales y contribuye a la reproducción de un modelo que naturaliza la carga del sostén de la vida en las mujeres. Por tanto, este debate también permite contribuir al avance del conocimiento en el campo de las vejeces y el género, promoviendo la visibilización del cuidado el cual recae mayormente en las mujeres viejas.

El interés por este tema surge desde una motivación personal, soy nacida en el seno de una familia de mujeres viejas, que migraron del campo a la ciudad en busca de mejores oportunidades para garantizar su bienestar y el de los miembros que tenían a su cargo (hijos, nietos y hermanos). Ellas criaron y cuidaron generación tras generación siendo de gran impulso para esta investigación.

A su vez, "La comercial" barrio perteneciente al departamento de Montevideo y al municipio B, fué territorio donde crecí y me crié, siendo también gran motivación, ya que han sido

muchas las vecinas, que siendo madres, tías, abuelas, y hermanas, se hicieron cargo de los cuidados de sus pares. Esta experiencia personal ha llevado a una gran reflexión sobre el valor social del cuidado y la invisibilidad que históricamente ha tenido en nuestra sociedad.

Pensar en las vejeces y cuidados nos obliga a una primera reflexión sobre qué entendemos por cuidados y a quien se le atribuye ese rol. Resulta sustancial citar a la autora Míguez (2017) quien plantea que "El *cuidado* debe traspasar de la órbita de lo privado y familiar para ser una responsabilidad social en su conjunto a través de la promoción de políticas orientadas a su concreción" (p. 16).

En este sentido, La Ley de Creación del Sistema Nacional Integrado de Cuidados (2015) define los cuidados como la "atención directa a las actividades y necesidades básicas de la vida diaria de las personas que se encuentran en situación de dependencia" (primera infancia, personas mayores y personas con discapacidad). Sin embargo, desde una perspectiva feminista, el concepto se amplía incluyendo el conjunto de actividades necesarias para la reproducción biológica y social de la vida, incorporando tanto los cuidados directos como los indirectos incorporando las tareas domésticas, indispensables para sostener el bienestar cotidiano.

Los cuidados se brindan y se reciben, por lo que implican una relación interpersonal y una interdependencia humana, recordándonos que todos, en algún momento del ciclo vital, necesitamos atención y apoyo. En palabras de Aguirre y Ferrari (2014),

Se plantea la necesidad de des-familiarizar o socializar los costos vinculados a las tareas de cuidados, generando servicios públicos o bien estimulando y/o regulando la oferta privada, así como articulando las acciones de diversos actores, de modo tal de avanzar hacia un escenario de corresponsabilidad social (p. 12).

Desde esta mirada, se vuelve fundamental repensar las políticas públicas de protección social en torno a las vejeces y los cuidados, especialmente considerando la sobrecarga que enfrentan las mujeres mayores en este ámbito.

La presente investigación se asienta sobre la premisa de que las vivencias de las mujeres mayores en Uruguay no son hechos aislados, sino el resultado de una serie de fenómenos estructurales que configuran sus trayectorias de vida y sus procesos de envejecimiento.

En primer lugar, es imperativo señalar la feminización de la vejez como una realidad demográfica ineludible en el país. Uruguay presenta uno de los procesos de envejecimiento más avanzados de América Latina, caracterizado por una mayor sobrevivencia de las mujeres, quienes representan más del 20% de la población femenina frente a un 15% en el caso de los varones. Esta predominancia numérica se entrelaza con una división sexual del trabajo persistente que, históricamente, ha asignado las tareas de reproducción y cuidado al ámbito privado de las mujeres, mientras reserva el espacio productivo y remunerado para los varones. Esta estructura no es neutra; por el contrario, naturaliza el rol de cuidadora como una obligación moral e invisible, convirtiéndolo en un pilar del bienestar social que recae desproporcionadamente sobre las mujeres.

Un segundo fenómeno fundamental es la acumulación de desigualdades a lo largo del curso vital. Las trayectorias de las mujeres suelen estar marcadas por la discontinuidad laboral debido a las exigencias del cuidado no remunerado, lo que impacta directamente en su autonomía económica al llegar a la vejez. Como señalan Aguirre y Scavino (2018), estas desigualdades se cristalizan en una brecha de ingresos estructural donde los varones acceden mayoritariamente a jubilaciones por trabajo remunerado, mientras que las mujeres dependen de pensiones menores o de redes familiares.

Asimismo, la persistencia de un régimen familiarista en Uruguay deposita la responsabilidad principal del bienestar en las redes de parentesco, lo que da lugar al fenómeno de las "vejeces cuidadoras". Bajo este modelo, las mujeres viejas no solo transitan su propio envejecimiento, sino que intensifican sus roles de cuidado hacia nietos o familiares dependientes, dedicando jornadas que a menudo superan las 20 horas semanales. Esta situación se ve agravada por los llamados "olvidos" institucionales, donde las políticas públicas tienden a abordar la vejez desde una lógica de riesgo y dependencia, omitiendo la heterogeneidad de las vejeces y la falta de una verdadera corresponsabilidad social.

Bajo la comprensión de estos fenómenos estructurales que perpetúan la inequidad de género en la etapa vital avanzada, se define lo siguiente:

Objetivos:

Para ello se plantea el siguiente objetivo general:

- Conocer las desigualdades en los cuidados de las mujeres viejas desde una perspectiva de género en una zona determinada del barrio “La comercial” ubicado en el municipio B del departamento de Montevideo, en el segundo trimestre del año 2026.

- Del mismo se desprenden los siguientes objetivos específicos:

- Identificar cómo se distribuyen las tareas de cuidado en la cotidianidad de las viejas en la zona de referencia delimitada.

-Indagar los desafíos personales que presentan las mujeres viejas con personas a su cargo.

-Explorar el uso del tiempo libre de estas mujeres viejas en su vida diaria.

Diseño metodológico:

La investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, entendido como una forma de producción de conocimiento orientada a la comprensión profunda de los significados, experiencias y sentidos que las personas atribuyen a su vida cotidiana. Desde esta perspectiva, el interés no reside en la cuantificación de los fenómenos, sino en la interpretación contextualizada de las prácticas sociales, los discursos y las trayectorias vitales de las mujeres viejas cuidadoras en Uruguay, más específicamente del barrio “La comercial" de Montevideo.

Según Verd y Lozares (2016), la investigación cualitativa se caracteriza por ser inductiva, flexible y comprensiva, priorizando la mirada del sujeto y el proceso sobre el resultado. Estos

autores sostienen que el conocimiento social no puede reducirse a variables aisladas, sino que debe captar la complejidad de las relaciones y significados que configuran la realidad social. Por ello, el enfoque cualitativo permite reconstruir las experiencias desde la voz de las propias protagonistas, comprendiendo cómo las desigualdades de género, edad y clase se entrelazan en sus vidas cotidianas.

En este marco, la comprensión de las vejeces particularmente de las mujeres viejas en tareas de cuidado, requiere recuperar los relatos biográficos y las prácticas cotidianas como expresiones de las estructuras sociales más amplias. Así, se concibe el conocimiento no como una descripción objetiva de hechos, sino como una interpretación situada, donde el discurso de las mujeres mayores se reconoce como un saber legítimo que permite comprender los efectos de las desigualdades y las tensiones entre reconocimiento y redistribución.

El diseño metodológico adoptará un estudio cualitativo de carácter exploratorio-descriptivo e interpretativo, orientado a analizar cómo las desigualdades de género inciden en la experiencia cotidiana de las mujeres viejas que realizan tareas de cuidado.

Este tipo de diseño es apropiado, según Verd y Lozares (2016), cuando se busca comprender fenómenos poco visibilizados o escasamente estudiados desde la perspectiva de los propios sujetos. La exploración permite abrir el campo de análisis a nuevas categorías emergentes, mientras que la descripción e interpretación posibilitan vincular las narrativas individuales con las estructuras sociales y simbólicas que las atraviesan.

La estrategia metodológica se inscribe, por tanto, en la tradición comprensiva y reflexiva de las ciencias sociales, considerando que las prácticas sociales son inseparables de los contextos históricos, culturales y normativos en que se producen.

La técnica e instrumento de recolección de información principal será la entrevista semi-estructurada en profundidad, que permitirá acceder a los relatos y significados subjetivos que las mujeres viejas atribuyen a sus experiencias de cuidado. Esta herramienta posibilita un diálogo flexible, donde el guión orienta pero no restringe la conversación, facilitando la emergencia de sentidos, emociones y reflexiones que no podrían captarse mediante instrumentos cerrados.

En esta línea, la entrevista da lugar a obtener respuestas de los entrevistados más completas, debido a la oportunidad de explayarse y percibir aspectos no contemplados previamente, esto

de gran aporte a la investigación. De acuerdo con Verd y Lozares (2016), la entrevista cualitativa es un proceso interactivo de construcción de sentido, donde el investigador no se posiciona como mero observador, sino como un interlocutor que co-construye el conocimiento con la persona entrevistada. Este enfoque permite reconocer la dimensión simbólica y experiencial de la vejez y del trabajo de cuidados, visibilizando aspectos frecuentemente naturalizados o invisibilizados en los discursos sociales.

Las entrevistas se realizaron a mujeres mayores de 60 años. Para la definición de este umbral etario, se utilizó un criterio que se fundamenta, en primera instancia, en lo establecido por la *Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores* (ratificada por Uruguay bajo la Ley N° 19.430 en 2016), la cual define formalmente a las personas mayores a partir de los 60 años bajo una perspectiva de derechos humanos, autonomía, participación y ciudadanía activa. No obstante, para los propósitos analíticos de esta investigación, este marco de derechos se articula y cruza de manera consistente con el marco normativo uruguayo que regula la condición de inactividad laboral y el acceso a las prestaciones de seguridad social, regulado por la Ley N° 16.713 (1995). Dicha norma, al establecer el régimen mixto de jubilaciones y pensiones, fijó históricamente la edad mínima de jubilación en los 60 años, con un mínimo de años de servicios requeridos. Esta disposición consolidó los 60 años como un umbral legal y socialmente reconocido de transición hacia la condición de “pasividad” o inactividad formal en el mercado de trabajo remunerado. Desde la perspectiva del Trabajo Social, este cruce resulta clave para reflexionar respecto a cómo la salida formal del mercado laboral regulado no se traduce necesariamente a un tiempo de descanso, sino en una transición hacia la intensificación de las tareas de cuidado no remuneradas dentro de los hogares, dando origen a lo que conceptualizamos como "vejeces cuidadoras".

En relación con el criterio espacial, la delimitación de la unidad territorial de análisis constituye un aspecto central para la consistencia metodológica del trabajo, en tanto permite situar y delimitar el estudio de campo con claridad y precisión. En este marco, el sector del barrio La Comercial que se encuentra comprendido dentro de la jurisdicción del Municipio B de Montevideo y se define metodológicamente mediante un cuadrante delimitado por las siguientes cuatro arterias viales, correspondientes a cada uno de los puntos cardinales:

- Al Norte: la calle Nueva Palmira.
- Al Sur: la calle La Paz.

- Al Este: el Bulevar Artigas.
- Al Oeste: la calle Arenal Grande.

Este recorte geográfico simplificado y delimitado de manera precisa permite focalizar el análisis de las trayectorias y experiencias de las entrevistadas en un espacio territorial con características comunes, facilitando la comprensión de cómo se estructuran las redes cotidianas de apoyo y las demandas de cuidado que recaen de manera desigual sobre las mujeres mayores en este espacio.

En relación con el criterio temporal de la investigación, se establece que la realización de las entrevistas se llevará a cabo durante los meses de junio y julio del presente año. Esta delimitación responde a una decisión metodológica orientada a situar la producción de los datos en un período específico y acotado, garantizando coherencia en las condiciones contextuales en las que se desarrollará el trabajo de campo.

El guión de entrevista incluirá ejes vinculados a:

- Trayectorias de vida y experiencias laborales y familiares.
- Percepción del envejecimiento y de los cuidados a lo largo del curso vital.
- Distribución del trabajo doméstico y de cuidado.
- Impactos emocionales, sociales y económicos del rol de cuidadora.
- Expectativas y deseos en torno a una vejez reconocida socialmente.

Para la selección de las participantes se utilizará la técnica de muestreo en cadena o bola de nieve, según los planteos de Scribano (2013). Esta técnica es especialmente pertinente cuando se trabaja con grupos específicos o difíciles de identificar a priori, como en este caso las mujeres viejas cuidadoras, cuyas experiencias no siempre están registradas en bases de datos formales ni integran circuitos institucionales visibles.

El procedimiento consiste en identificar un primer conjunto de participantes (nodos iniciales) que cumplan con los criterios definidos —mujeres mayores de 60 años que realicen o hayan

realizado tareas de cuidado de familiares o personas cercanas—, quienes luego recomiendan o contactan a otras mujeres en situaciones similares. Este proceso de encadenamiento sucesivo permite ampliar el acceso al campo desde la confianza y la reciprocidad, generando una red de vínculos que posibilita una aproximación más cercana y ética a las experiencias de vida. A su vez, cabe destacar que la primera persona entrevistada para este diseño metodológico utilizado surge de la propia convivencia barrial, ya que como se mencionó anteriormente quien escribe este trabajo también reside en dicho territorio.

Para Scribano, el muestreo por bola de nieve no solo es una estrategia técnica, sino también una forma de construcción relacional del campo, donde el vínculo interpersonal se convierte en un recurso metodológico central. En investigaciones sensibles, como las que abordan temas de género, envejecimiento y cuidados, esta estrategia favorece el encuentro con sujetos que pueden sentirse marginados o desvalorizados socialmente, promoviendo una relación de confianza y reconocimiento.

Antecedentes

En este apartado se presentarán cinco investigaciones en relación al tema seleccionado para esta monografía de grado. Las mismas han sido una guía fundamental para el proceso de adentramiento e interiorización sobre las mujeres viejas en Uruguay, sirviendo como insumo y contribuyendo a la elaboración del marco teórico que estructura esta investigación.

1- Ramallo, Florencia (2025) "*Personas mayores cuidando vejeces dependientes: repercusiones de la vida cotidiana"*. Monografía final de grado de la Licenciatura en Trabajo Social, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República.

En la monografía presentada se pretende analizar a través de un estudio de caso los diferentes discursos sobre los efectos que posee el cuidado de vejeces en situación de dependencia y cómo estas repercuten en la vida cotidiana. Centra su interés en conocer las consecuencias concretas que tienen en la trayectoria de vida de las personas viejas. La técnica utilizada para la recolección de datos fue la entrevista semi-estructurada dirigida a cinco personas mayores de 65 años y cuidadoras (tres hombres y dos mujeres) que han tenido contacto con el Sistema de Cuidados del CASMU en el año 2024. Si bien, la investigación se realiza en base a discursos de personas cuidadoras tanto hombre como mujer, la misma, tiene gran aporte desde una perspectiva de género, transitando las desigualdades a lo largo de la vida de las personas y sus impactos en las vejeces.

2- Nogueira, Dahiana (2015) *"Feminización del envejecimiento"*. Tesis de grado en la Universidad de la República (Uruguay). Facultad de Ciencias Sociales del Departamento de Trabajo Social. La investigación mencionada coloca foco en la feminización del envejecimiento, destacando que las mujeres viejas predominan en la población envejecida de Uruguay y son las que enfrentan mayores desigualdades en cuestiones de género, pobreza, dependencia y soledad. Se analiza el rol histórico de las mujeres como principales cuidadoras, lo que ha generado una sobrecarga de trabajo no remunerado y perpetuado las propias desigualdades. A su vez, esta tesis visibiliza como Uruguay, siendo el país más envejecido de América Latina, enfrenta el desafío de atender las necesidades de las personas viejas, especialmente mujeres, mediante políticas públicas inclusivas.

3-Techera, Melina (2024) *"Mujeres viejas: explorando los desafíos de los procesos de envejecimiento desde una perspectiva de género"*. Monografía final de grado de la Licenciatura en Trabajo Social, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República.

En dicho documento se abordan los desafíos del envejecimiento de las mujeres desde una perspectiva de género en Uruguay. Este material ha sido de gran aporte para el acumulado teórico previo ya que se analiza cómo el género y el viejismo afectan las diferentes áreas de las mujeres tales como el empleo, la salud, la vivienda y la participación social. Asimismo se destaca mayoritariamente la feminización de la vejez y las desigualdades que enfrentan las mujeres viejas a lo largo de sus vidas. En este trabajo se exploran los estereotipos de género, la violencia estética, la desprotección social y la invisibilización de la sexualidad en la vejez. Además, se examinan las barreras estructurales en educación, vivienda y violencia basada en género, junto con las políticas públicas existentes. También, se ahonda en resaltar la resistencia y acción colectiva de las mujeres viejas, como los colectivos "Mujeres con Historias" y "Madres y Familiares de Uruguayos Detenidos Desaparecidos". En esta línea, se proponen acciones desde el Trabajo Social para promover un envejecimiento digno y equitativo, como políticas que incluyan a las vejeces, sensibilización sobre el tema, la importancia de las redes de apoyo y el empoderamiento de las mujeres viejas.

4-Pérez, Carmen (2025) *"Una mirada al interior: Vejeces en el Municipio de San Bautista, departamento de Canelones. Autoimagen de las mujeres viejas integrantes de la organización "Mujeres Rurales".* Monografía final de grado de la Licenciatura en Trabajo Social, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República.

En esta monografía se analiza cómo las mujeres mayores de 65 años del municipio de San Bautista, Canelones, Uruguay integrantes de la organización "Mujeres Rurales", construyen su autoimagen y los factores que inciden en la misma. A través de las entrevistas, se aborda la vejez como una etapa positiva y heterogénea, influenciada por el contexto rural, los prejuicios sociales y los roles de género. La organización "Mujeres Rurales" se destaca como un espacio transformador que mejora la calidad de vida, fomenta la participación activa y combate los estigmas hacia las mujeres mayores en el medio rural. Este documento nos muestra una realidad de vida diferente en cuanto al espacio demográfico en que habitan estas mujeres viejas en el interior del país, refutando así, la idea de que la vejez no es uniforme y si heterogénea; siendo esta condicionada por diferentes factores tales como la clase social, lo socioeconómico, el género, la etnia y el contexto territorial. Esta investigación se basa en un estudio de caso de carácter cualitativo, siendo uno de los más utilizados por las Ciencias Sociales debido a cómo se centra en la particularidad, analizando

la complejidad de un caso puntual en un contexto particular y definido.

5- Gadea, Sofía (2024) *"La mala fama de la vejez"*. Monografía Final de Grado de la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de la República. El presente documento tiene como objetivo analizar las concepciones sobre la vejez desde la perspectiva del Trabajo Social, con énfasis en el reconocimiento de derechos, la participación y el género, tomando como caso de estudio la Asociación de Jubilados y Pensionistas de Industria y Comercio de Fray Bentos, Uruguay. La investigación utiliza una metodología cualitativa basada en entrevistas semi-estructuradas y análisis documental ya existente. Se exploran las percepciones de las personas mayores sobre la vejez, los prejuicios sociales, las diferencias de género en el envejecimiento y los desafíos en la protección social. También , se destaca la importancia de la participación social y el rol del Trabajo Social en función de la promoción de un envejecimiento saludable y equitativo.

A modo de cierre de este apartado, los antecedentes desarrollados previamente convergen en que el envejecimiento en Uruguay está fuertemente atravesado por la división sexual del trabajo y la acumulación de desigualdades de género. Existe un claro consenso en que las mujeres mayores sostienen la reproducción social mediante el trabajo de cuidado no remunerado, y en que las políticas públicas aún mantienen un sesgo familista. Asimismo, estos trabajos aportan enfoques diversos: mientras algunos priorizan la dimensión macro-institucional de las políticas de cuidado, otros analizan los impactos económicos de las discontinuidades laborales o la sobrecarga en el cuidado de nietos y nietas.

En su conjunto, la revisión de estos antecedentes brindó los cimientos teóricos y empíricos fundamentales para dar inicio a este trabajo. Su análisis permitió delimitar el problema de estudio desde el Trabajo Social y constituyó el punto de partida conceptual para indagar, de manera situada, cómo se manifiestan la distribución de las tareas de cuidado, los desafíos personales y el uso del tiempo libre en la cotidianidad de las mujeres mayores del barrio La Comercial.

Capítulo 1.- Vejeces, género y cuidados

1.1.- Vejeces, envejecimiento

El proceso demográfico de envejecimiento en Uruguay constituye uno de los más avanzados de América Latina, lo que implica tanto un logro social producto de mejores condiciones de vida y de salud, como un desafío para las políticas públicas empleadas en el país. Esto se da respecto a un conjunto de factores culturales, sociales, epidemiológicos y científicos, la duración de la vida de las personas ha aumentado de forma progresiva en los últimos años (Aguirre y Scavino, 2018).

Según Sande (2014), este fenómeno interpela la organización social del país y revela tensiones entre los discursos de derechos y las prácticas institucionales que, en muchos casos, continúan reproduciendo visiones asistencialistas y fragmentadas sobre las vejeces.

Cabe destacar que la autora Dornell (2019) diferencia "envejecimiento" siendo este el proceso de transformación asociado al paso del tiempo de "vejez" como la condición social construida de ser persona mayor, y así, propone el plural "vejeces" para visibilizar la heterogeneidad de las diferentes experiencias, marcadas por el género, las clases sociales y los diversos contextos.

Según Dornell (2017):

"La vejez y el envejecimiento son construcciones socio-culturales; sus representaciones, sus manifestaciones y su institucionalización en la realidad social desde la condición humana en tanto cuidado de la especie expresan momentos socio-históricos determinados, que responde a cada persona en particular desde su singularidad." (p. 5).

"(…) se prefiere el término "vejeces" y no "vejez": la vejez habla de una unidad indivisible, pero no hay una sola vejez. Las condiciones de vida, las clases sociales, el rol que cumplen (…) son diferentes." (Dornell, 2019, como se citó en Facultad de Ciencias Sociales, 2020)

En relación con las formas en que se representa socialmente la vejez, resulta relevante considerar cómo muchas veces esta etapa de la vida es pensada de forma homogénea,

reduciéndose únicamente a la edad cronológica y a los procesos biológicos asociados al envejecimiento. En este sentido, Aguirre y Scavino (2018) sostienen que:

Ser viejo o vieja aparece como un evento homogeneizado por la característica de tener muchos años, por la disminución de la capacidad de funcionamiento (biológico-física) y la cercanía a la muerte. Esta centralidad de la edad cronológica en la representación de la vejez es naturalizada en el sentido común e impide visibilizar las desigualdades, diferencias y especificidades de la producción social de estos grupos" (p. 22).

A partir de esta perspectiva, las autoras advierten que comprender la vejez únicamente desde la edad cronológica invisibiliza las desigualdades sociales y de género que atraviesan las experiencias de las personas viejas, lo que vuelve necesario analizar las vejeces como un fenómeno socialmente construido y atravesado por múltiples dimensiones, entre ellas el género, la clase, las desigualdades acumuladas , las condiciones estructurales de cada contexto y las propias trayectorias de vida.

En este sentido, se advierte que las políticas uruguayas tienden a abordar a las personas mayores desde una lógica de riesgo y dependencia, en lugar de reconocerlas como sujetos activos, portadores de saberes y con capacidad de participación social (Sande, 2014).

Asimismo, Sande (2014) identifica diversos "olvidos" en el diseño e implementación de políticas hacia la vejez. Entre ellos, destaca la escasa consideración de la heterogeneidad de las personas mayores, es decir, sus diferencias de clase, género y entorno social, así como la falta de articulación entre los ámbitos estatal, familiar y comunitario en el campo del cuidado. Estas omisiones dan lugar a la reproducción de desigualdades y dificultan la construcción de un sistema integral que garantice derechos y condiciones dignas para el envejecimiento.

Desde el Trabajo Social, este planteo permite reflexionar sobre la necesidad de superar los enfoques centrados exclusivamente en la asistencia y avanzar hacia políticas que promuevan autonomía, participación y reconocimiento social. En particular, resulta pertinente analizar cómo las desigualdades de género atraviesan las vejeces: las mujeres, históricamente asociadas al rol de cuidadoras, llegan a la etapa de las vejeces con trayectorias laborales más discontinuas, menores ingresos y una sobrecarga de tareas de cuidado no remuneradas.

Es así, que se da lugar a repensar las políticas públicas desde un enfoque de derechos humanos y con perspectiva de género, posibilitando la capacidad de integrar los cuidados

como una responsabilidad social compartida y no como una tarea exclusivamente de las mujeres. En definitiva, envejecer en Uruguay según Sande (2014) implica enfrentar no solo los retos demográficos, sino también los olvidos estructurales que aún limitan la plena ciudadanía de las personas mayores.

En esta misma línea, se considera de gran relevancia los aportes a este debate de Dornell (2020) al señalar que no existe una única vejez, sino múltiples vejeces atravesadas por trayectorias, contextos socioeconómicos, vínculos afectivos, y relaciones sociales diferenciadas. Las vejeces cuidadoras no pueden ser comprendidas sin atender a los factores de género y clase que determinan quiénes cuidan, cómo se organiza ese cuidado y cuáles son sus efectos en la autonomía y en el bienestar de las personas mayores. Esta concepción rompe con las visiones homogéneas que suelen asociar la vejez a la pasividad, la dependencia o la pérdida de capacidades, y reivindica la heterogeneidad de las experiencias de las vejeces.

Por ello, las vejeces deben pensarse como procesos sociales y relacionales, en los que influyen las desigualdades acumuladas a lo largo del ciclo vital. Dornell (2020) enfatiza que el género y la clase son dimensiones estructurales que configuran de manera desigual las oportunidades, los roles y las responsabilidades que las personas asumen en la etapa de la vejez. Las mujeres, por ejemplo, suelen llegar a esta etapa con trayectorias laborales más precarias, menores ingresos y una carga histórica de trabajo doméstico y de cuidado que, lejos de desaparecer, muchas veces se intensifica en la adultez mayor.

En este sentido, la autora introduce el concepto de “vejeces cuidadoras”, para aludir a aquellas mujeres mayores que continúan desempeñando tareas de cuidado, ya sea de sus nietos, personas enfermas o en situación de dependencia que se encuentren en el seno familiar o comunitario.

Este fenómeno expresa la persistencia de la división sexual del trabajo, donde el cuidado sigue siendo entendido como una responsabilidad de la mujer, naturalizada y no remunerada. Dornell (2020) advierte que esta situación limita las posibilidades de autonomía, descanso y desarrollo personal de las mujeres mayores, generando una nueva forma de desigualdad en el envejecimiento.

De este modo, la autora invita a repensar las políticas sociales y los sistemas de cuidado desde una mirada que reconozca la diversidad de las vejeces y que incorpore una perspectiva interseccional, capaz de visibilizar cómo se entrecruzan el género, la clase y la generación en la organización del cuidado. Reconocer las vejeces cuidadoras implica cuestionar la idea de que las mujeres mayores "no hacen nada" o "solo ayudan", y entender que su aporte sostenido al cuidado familiar y social constituye un trabajo esencial, aunque invisibilizado.

En el campo del Trabajo Social, estas reflexiones resultan fundamentales para construir intervenciones más equitativas y sensibles al género, que promuevan la corresponsabilidad del cuidado y que valoren las trayectorias de las mujeres mayores como sujetas activas de derechos. Esto implica asumir que las disciplinas orientadas a la acción social se enfrentan hoy a complejidades que exceden las respuestas puramente técnicas e instrumentales. Al respecto, Dornell (2017) sostiene que:

> Las disciplinas (Trabajo Social) con una impronta interventiva, a partir de estas complejidades interpelantes sustentadas en los dilemas éticos y sus problematizaciones, construyen desafíos sostenidos en la comprensión de los principios éticos básicos. Estos principios ofician de orientadores para la edificación de relaciones sociales dialógicas con el viejo y sus contextos, centrados en valores de respeto y solidaridad, direccionadas hacia la fomentación de la autonomía y reivindicación de derechos. (p. 10)

1.2.- Género

A partir de la categoría analizada previamente, resulta necesario incorporar la categoría de género como una dimensión clave para su análisis. Si bien la vejez suele asociarse a un acontecimiento biológico o cronológico, su significado y las formas en que es experimentada socialmente se encuentran atravesadas por construcciones sociales más amplias. Según Aguirre y Scavino (2018) *"*la construcción de la vejez, que en parte se apoya en un evento biológico-cronológico, está absolutamente involucrada con otra de las categorías más importantes en ciencias sociales y responde a una perspectiva común que permite relacionarlas: el género*"* (p. 25). Asimismo, se considera pertinente construir este marco teórico desde la categoría género, a fin de reflexionar sobre los atributos simbólicos, sociales, políticos y culturales asignados históricamente a las mujeres por razón de su sexo.

Resulta relevante comprender que las identidades y roles asignados a las mujeres no responden únicamente a diferencias biológicas, sino que se construyen social y culturalmente. Siguiendo a Beauvoir (1949) "*no se nace mujer: se llega a serlo*" (p. 371). La autora señala que la condición de mujer es el resultado de un proceso histórico y social donde se le asignan determinadas expectativas, normas de comportamiento y roles. El género se configura como una construcción social que organiza las relaciones de poder entre hombres y mujeres, influyendo en las trayectorias de vida, las oportunidades y las desigualdades que atraviesan a las mujeres a lo largo de su vida.

Resulta necesario destacar el enfoque feminista en este entramado, ya que desde esta perspectiva se propone un cambio de paradigma que plantea una reconceptualización del género y sus roles, con el objetivo de crear un análisis crítico sobre la interpretación de la realidad de las mujeres.

En este sentido, Calce (2015) señala que,

los feminismos enfocan sus discursos y acciones hacia la transformación social a través del reconocimiento y el cuestionamiento de las condiciones existentes [...] las relaciones de poder que se presentan en torno al sexo que van en directo detrimento de las mujeres. La biologización de las diferencias construye un sistema jerárquico y contribuye a reforzar la concepción natural de éstas, que se transforman en desigualdades (p. 11).

En Uruguay, las desigualdades de género continúan siendo una problemática estructural que atraviesa el mundo del trabajo, las relaciones familiares y la organización del bienestar social. Si bien el país ha avanzado en materia de derechos, participación laboral y políticas públicas con enfoque de género, aún persisten profundas brechas vinculadas a la división sexual del trabajo, que asigna a varones y mujeres funciones y responsabilidades diferenciadas según construcciones culturales e históricas.

En esta línea, Calce (2015) plantea que "las desigualdades se apoyan en los estereotipos de género, que se refuerzan en la familia, el Estado, la educación y el derecho, lo que contribuye a consensuar el lugar que ocupan los hombres y las mujeres en la sociedad" (p. 13).

Resulta imprescindible exponer algunas nociones teóricas que permitan describir la estrecha relación entre la esfera pública y privada, el trabajo remunerado y no remunerado, ya que el

trabajo doméstico realizado en los hogares continúa siendo desarrollado mayoritariamente por mujeres.

La división sexual del trabajo, según Genta y Perrotta (2015), refiere a la "distribución que la especie humana ha realizado entre las actividades necesarias para su supervivencia, de tal modo que las de reproducción y cuidado han sido atribuidas a las mujeres, y las de producción de bienes a varones" (p. 141).

Según el Ministerio de Desarrollo Social (MIDES, 2025): "*Las mujeres reportan la mayor concentración en jornadas de trabajo no remunerado de más de 40 horas semanales, mientras que la mayor concentración para el caso de los varones se registra en jornadas de hasta 10 horas semanales."*(p. 20). En este sentido, los varones ocupan principalmente el espacio productivo y remunerado, vinculado al ámbito público, mientras que las mujeres se concentran en el ámbito reproductivo y doméstico, realizando tareas de cuidado y trabajo no remunerado. Estas actividades, que incluyen la crianza de las infancias, el cuidado de personas mayores y con discapacidad, así como el mantenimiento integral del hogar, son indispensables para la sostenibilidad de la vida humana y del propio sistema económico capitalista. Sin embargo, permanecen invisibilizadas y desvalorizadas socialmente.

La reproducción social, indispensable para el funcionamiento del sistema mercantil, se sustenta en el trabajo no remunerado realizado en el ámbito doméstico. En este esquema, las familias —y de manera predominante las mujeres— se constituyen en las principales proveedoras de bienestar social.

La división sexual del trabajo se expresa de manera persistente tanto en el mercado laboral como en la vida cotidiana. Las mujeres continúan concentrándose en sectores feminizados como la educación, la salud, las tareas domésticas y los cuidados. Este acceso diferenciado al mercado laboral repercute directamente en la percepción salarial, dejando a las mujeres con ingresos más bajos. A su vez, el fenómeno de la segregación horizontal implica la concentración de mujeres en determinadas ocupaciones consideradas "naturales" para ellas, lo que genera desventajas en sus ingresos, condiciones laborales y posibilidades de capacitación.

En relación con lo anterior, Genta y Perrotta (2015) sostienen que "al mismo tiempo, la segregación es vertical, observándose una concentración de mujeres en los puestos de menor jerarquía del mercado" (p. 146).

Estas desigualdades impactan no solo en el presente de las mujeres, sino también en su futuro, afectando su autonomía económica en la vejez. Los varones adultos mayores perciben ingresos más altos, generalmente provenientes de sus jubilaciones por trabajo remunerado, mientras que las mujeres mayores reciben ingresos en mayor medida de pensiones no contributivas, las cuales son significativamente más bajas.

Aguirre y Scavino (2018) explican que:

Las mujeres mayores se encuentran en desventaja debido a las trayectorias laborales que han transitado y la permanencia de una clásica división sexual del trabajo, que las ha colocado como las principales cuidadoras y amas de casa. Para ellas, las trayectorias de trabajo no remunerado generan no solo problemas de acceso a la jubilación, sino [...] impacta en los montos de las jubilaciones en el caso de que accedan (p. 112).

Esto evidencia que las desigualdades de género persisten a lo largo de todo el ciclo vital, reflejándose en los roles asignados que sitúan a las mujeres en la esfera privada, afectando no solo su economía, sino también sus proyectos personales, deseos y desarrollo integral.

1.3.-Cuidados

El tema del cuidado en la vejez plantea una cuestión compleja que pone de manifiesto las tensiones entre los cambios demográficos y las continuidades culturales vinculadas a los roles tradicionalmente asignados a las mujeres.

Dornell et al. (2013) plantea que:

“La noción de cuidados, se genera y reproduce en la familia, ya que es la primera organización social que auto-gestiona los cuidados; luego se desplaza de la esfera privada a la pública con el surgimiento del Estado de Bienestar. En nuestro país el cuidado se ha caracterizado por ser históricamente “familiarista” y altamente feminizado, lo cual significa que el mismo se ha resuelto durante el devenir de nuestra sociedad, en el seno de las familias.” (p. 4).

En el contexto latinoamericano, y particularmente en Uruguay, el progresivo envejecimiento de la población implica una mayor esperanza de vida y un incremento sostenido en la proporción de personas mayores dentro de la sociedad. No obstante, este proceso no

necesariamente conlleva una mejora en las condiciones de vida de quienes envejecen. Tal situación se vuelve especialmente visible en el caso de las mujeres, que suelen mantener las responsabilidades de cuidado en el entorno familiar incluso en etapas avanzadas de su vida.

La figura de las mujeres mayores cuidadoras evidencia cómo el género actúa como un principio organizador que atraviesa la experiencia del envejecimiento. A lo largo de su trayectoria vital, las mujeres han estado sujetas a una división sexual del trabajo que las ubica de manera predominante en el espacio doméstico y en las tareas reproductivas.

Como sostiene Jelin (2002), el cuidado dentro del ámbito familiar se presenta más como una obligación moral que como una labor reconocida socialmente. Esta naturalización del cuidado en el espacio doméstico contribuye a que dichas tareas sean asumidas de forma casi natural por las familias, y particularmente por las mujeres. En este sentido, diversos estudios señalan que las transformaciones sociales y laborales han reforzado estas dinámicas. Según mencionan Banchero y Mihoff (2017):

En los últimos años ha habido un incremento del cuidado de los niños/as y adolescentes por parte de las personas mayores abuelos o no, lo cual estaría fuertemente afectado por el multiempleo de los padres, el ingreso de la mujer al mercado laboral, los escasos recursos a nivel público para cuidar a los hijos y las familias monoparentales. Esto se vincula con otro nivel de análisis que tiene que ver con la oferta y demanda de cuidados y las estrategias que asume una sociedad para safistacerla. Dicha oferta-demanda de cuidados es de tipo informal y se centralizan en la familia y fundamentalmente en la población femenina. (p. 10).

Esta lógica se perpetúa durante la vejez, momento en que muchas mujeres vuelven a asumir funciones de cuidado intensivo, ya sea participando activamente en la crianza de nietos, acompañando a parejas con enfermedades crónicas o atendiendo a familiares que enfrentan situaciones de dependencia.

Las tareas de cuidado, tanto en el interior del hogar como hacia otros hogares, continúan siendo realizadas mayoritariamente por mujeres en Uruguay. Sin embargo, su participación disminuye con la edad: entre los 65 y 75 años se observa una participación más activa que a partir de los 76, cuando muchas mujeres transitan de ser cuidadoras a convertirse en personas cuidadas. Este cambio se vincula con la pérdida de autonomía física y con los roles de género arraigados en la sociedad (Batthyány et al., 2015).

Diversos estudios muestran que los varones mayores tienden a involucrarse en los cuidados solo frente a situaciones de dependencia severa, mientras que las mujeres sostienen estas tareas de forma continua y cotidiana. Además, existen diferencias en la percepción subjetiva del tiempo dedicado: las mujeres suelen sub-declarar las horas de cuidado por considerarlas parte natural de su rol, mientras que los varones tienden a sobreestimarlas (Moreno-Colom, 2007).

En los hogares donde las personas mayores conviven con niños o con personas con discapacidad, las mujeres (principalmente las abuelas) asumen un papel central en las estrategias familiares de cuidado. Más del 60% de las mujeres mayores participan en el cuidado infantil, dedicando en promedio 20 horas semanales, y unas 29 horas semanales cuando se trata de personas con discapacidad (Courtoisie et al., 2010; Instituto Nacional de Estadística & Facultad de Ciencias Sociales [INE/FCS], 2013; Tobío, 2002) . En los hogares monoparentales femeninos esta carga es aún más acentuada.

En el caso de los cuidados entre personas mayores, como los que se dan entre cónyuges, se ha observado que las mujeres casadas suelen cuidar a sus maridos cuando estos lo necesitan, especialmente en situaciones de dependencia severa o demencia senil. Si bien el cuidado conyugal puede implicar vínculos de intimidad y reciprocidad, también puede reproducir relaciones de desigualdad y carga emocional desigual (Rogero García, 2010).

Las investigaciones coinciden en que las mujeres cuidadoras sufren más los costos físicos, emocionales y sociales del cuidado, incluso cuando realizan tareas equivalentes a las de los varones. Esto se debe a la internalización de normas de género que asocian el bienestar de los otros con la identidad femenina (Durán, 2004). Así, las vejeces femeninas se caracterizan por una doble condición: ser las principales cuidadoras y, al mismo tiempo, transitar una etapa vital en las que más cuidados requieren.

El trabajo no remunerado de las personas mayores representa un aporte sustancial a la sociedad, con jornadas equivalentes a 6 u 8 horas diarias, aunque sigue siendo invisibilizado por las estadísticas y por las políticas públicas. En el caso de las mujeres mayores, esta contribución se combina con desigualdades socioeconómicas, ya que las mujeres con menos recursos son quienes más trabajo no pago realizan (Aguirre Cuns & Scavino Solari, 2013).

En la tesis de doctorado: *"Desigualdades en los cuidados de las vejeces en situación de dependencia en Montevideo y Área Metropolitana"* de Scavino Solari , S. (2023) se

desarrolla que la mayor participación de las familias en la provisión de cuidados se vincula con la configuración de regímenes familistas, los cuales suponen un enfoque que integra dimensiones materiales y culturales del trabajo de cuidado y del bienestar. En estos regímenes, la responsabilidad principal del cuidado y de la reproducción cotidiana de la vida recae en el ámbito familiar, especialmente en las mujeres dentro de las redes de parentesco. Sin embargo, los análisis contemporáneos han superado la perspectiva dicotómica que oponía familiarismo y desfamiliarización, reconociendo la existencia de distintos grados y combinaciones entre ambos en las sociedades concretas. En este marco, se identifican diversas formas de familismo según el tipo de mediación que establecen las políticas públicas entre familia, Estado y mercado, así como distintas modalidades de desfamiliarización que buscan reducir la dependencia del cuidado familiar mediante transferencias, servicios o la provisión pública directa. De este modo, el familismo no se limita a una mayor carga de trabajo de cuidado no remunerado en el ámbito doméstico, sino que también constituye un sistema cultural que ubica el cuidado dentro del orden moral asociado a los vínculos de parentesco, tendiendo a invisibilizarlo como una responsabilidad social más amplia.

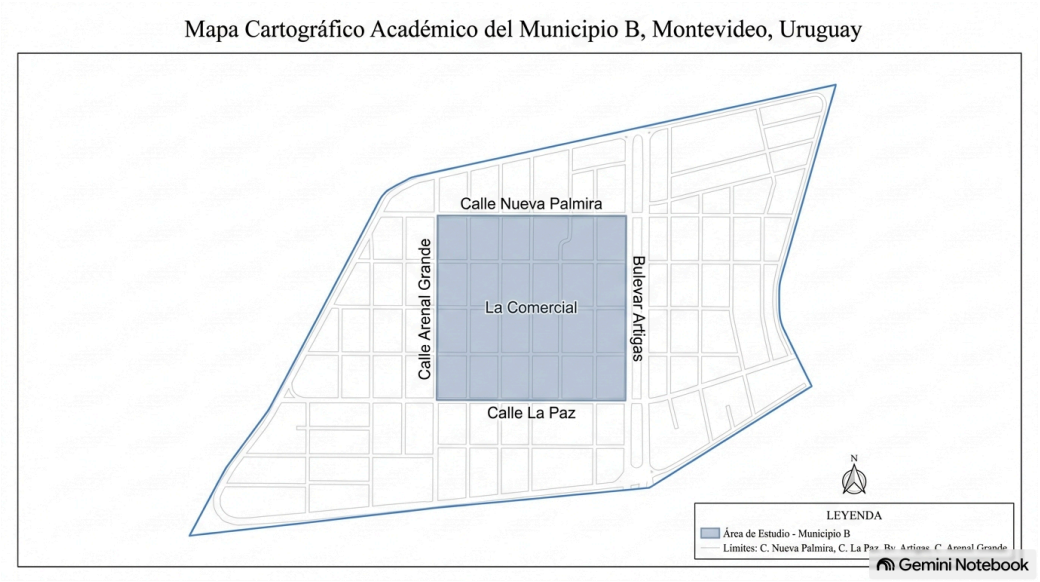
El concepto de familia predominante en Uruguay mantiene la carga del cuidado dentro del ámbito doméstico, lo que reproduce desigualdades de género y limita la autonomía económica, física y de la toma de decisiones de las mujeres. Esta situación evidencia la necesidad de políticas que reconozcan el derecho a elegir cuidar o no cuidar, así como el derecho a recibir cuidados dignos en las vejeces.

Finalmente, el análisis de las vejeces desde la perspectiva del trabajo no remunerado permite desafiar las nociones tradicionales de “inactividad” en la etapa de vejez. Reconocer las tareas de cuidado y su valor social implica repensar la organización del cuidado en el país, promoviendo una redistribución más equitativa entre el Estado, el mercado, la comunidad y las familias. La intersección entre género y vejeces revela un campo poco explorado pero esencial para la comprensión sociológica de las desigualdades en la última etapa de la vida.

Capítulo 2 .- Las voces de las mujeres viejas en los cuidados desde una mirada de género

2.1. El territorio como escenario de trayectorias y memorias

El presente apartado tiene como propósito trascender el análisis meramente teórico para adentrarse en la realidad concreta y cotidiana de las mujeres viejas entrevistadas que habitan el barrio La Comercial, situado en el departamento de Montevideo. Este territorio no es solo un espacio geográfico seleccionado al azar para la realización de un trabajo de campo, sino que constituye el escenario vivo donde se han tejido trayectorias de vida marcadas profundamente por el mandato del cuidado y la invisibilidad histórica del trabajo no remunerado. La elección de este barrio responde a una motivación profunda por visibilizar a aquellas vecinas que, en sus roles de madres, abuelas y hermanas, han sostenido el bienestar de sus pares hasta la actualidad.



A través del enfoque cualitativo e interpretativo seleccionado, se busca recuperar no solo los datos biográficos, sino los relatos, los sentires y, muy especialmente, los silencios de mujeres mayores de 60 años. Para ello se entrevistaron a cuatro mujeres con edades de 60, 66, 70 y 74 años, cuyas historias permiten mapear una geografía del cuidado que atraviesa décadas. El objetivo no es meramente descriptivo, sino establecer un diálogo crítico y fluido entre los testimonios y las categorías teóricas analizadas previamente. Esto permite interpelar las

estructuras de género y edad que configuran la vida cotidiana de las mujeres viejas en el contexto actual.

Desde esta perspectiva, la aproximación al territorio y el encuentro cara a cara con las entrevistadas no se reducen a un procedimiento técnico-instrumental de recolección de información, sino que se configuran como un espacio de reconocimiento intersubjetivo. En la intervención e investigación desde el Trabajo Social, este vínculo resulta primordial, en tanto "la presencia del ser humano junto a los otros implica una relación humanizante y humanizadora, es un encuentro interactivo e integrativo" (Dornell, 2017, p. 3). El diálogo horizontal y la escucha activa permiten que la entrevista actúe como ese espacio integrador donde los sujetos reescriben y significan sus propias trayectorias.

De este modo, las entrevistas en profundidad se convierten en la herramienta principal para comprender las desigualdades de género incluso en la etapa final de la vida de las mujeres, reconociendo sus relatos como un saber legítimo y fundamental para el campo del Trabajo Social.

A modo de organizar este análisis de forma coherente con los propósitos de la investigación, el desarrollo de las voces de las entrevistadas se estructura en función de los tres objetivos específicos propuestos: primero: identificar cómo se distribuyen las tareas de cuidado en la cotidianidad de las viejas en la zona delimitada. Segundo: indagar los desafíos personales que presentan las mujeres viejas con personas a su cargo; tercero: explorar el uso del tiempo libre de estas mujeres viejas en su vida diaria.

2.1.1 Distribución de las tareas de cuidado: la naturalización del rol de cuidadora

Las trayectorias de las mujeres del barrio La Comercial no son fruto de coincidencias azarosas, sino que responden a una estructura social que asigna roles diferenciados entre el hombre y la mujer desde su temprana edad. Al analizar los relatos sobre las trayectorias de vida de las entrevistadas, emerge con claridad lo que Genta y Perrotta (2015) definen como la división sexual del trabajo: una distribución que atribuye la reproducción y el cuidado a la órbita femenina y la producción a lo masculino. En las voces de estos relatos, este fenómeno no se nombra de forma teórica, no obstante, se trasluce a través de las primeras tareas domésticas que les fueron asignadas por el hecho de ser mujeres.

La división sexual del trabajo no es una categoría abstracta, sino una realidad que ha moldeado los cuerpos y los tiempos de estas mujeres desde la niñez. Este proceso de "llegar a ser mujer" a través del mandato del cuidado, como plantearía Simone de Beauvoir (1949), comienza con una socialización temprana en el hogar. Leticia expresa esta realidad al recordar su infancia:

“Cuando tenía 10 años, mi abuela nos enseñó que un día, por ejemplo, éramos tres mujeres, mi hermana, mi prima y yo. Un día le tocaba a una lavar la cocina, a la otra lavar y limpiar los patios y limpiar el piso del comedor y nos rotaba... Y nosotras lo hacíamos sin chistar.” (Leticia, 66 años)

Participar en estas tareas refleja la transmisión generacional de un rol que se asume "sin chistar", evidenciando cómo la estructura social naturaliza la responsabilidad del ámbito doméstico en las mujeres. A su vez, resulta esperable que, al llegar a la adolescencia, esa disposición hacia el ámbito de los cuidados se traslade incluso al ámbito laboral no formal. Leticia menciona cómo a los 14 años ingresó a trabajar en un jardín de infantes:

“Sin haber hecho cursos ni nada. Directo a la práctica. y aprendiendo con las maestras...”. (Leticia, 66 años)

Resulta pertinente observar cómo el cuidado se presenta como una capacidad natural de las mujeres que no requiere formación previa, sino que se trae incorporado. A su vez, este salto de la esfera privada a la pública ilustra lo que la teoría define como la feminización del trabajo y la segregación horizontal: la concentración de mujeres en ocupaciones vinculadas a la educación y los cuidados. Esta lógica es la que termina desvalorizando estas tareas en el mercado laboral, perpetuando las desigualdades que luego se cristalizan en las vejeces.

A medida que avanzan en sus trayectorias, este rol se consolida como un mandato del hogar, término que utiliza una de las entrevistadas para describir su posición en su familia como "capitana de todo", lo cual describe como una herencia directa de su madre. Elena relata una vida cronometrada por las exigencias del hogar:

“Había que hacer todo, todo. Yo invertía en mi casa dos horas y media. Lo tenía hecho por reloj. Eso era la limpieza de mi casa y después las compras...” (Elena,74 años)

Esta organización meticulosa del tiempo responde a lo que Jelin (2002) denomina una obligación moral, donde el bienestar familiar descansa enteramente sobre los hombros de la mujer. Este aporte se vincula con una dimensión aún más compleja: la sobrecarga física y emocional que implica sostener el trabajo remunerado junto a los cuidados intensivos de personas dependientes en el seno familiar.

“Siempre lo hacía todo yo, trabajaba de noche en una empresa de limpieza, llegaba dormía, a la mañana llevaba a mi hija a la escuela, después atendía a mi madre cuando estaba enferma, la bañaba, la lavaba y todo cuando estaba viva, ¿no? Hacía la comida para las dos, después hacía toda la limpieza general...” (Teresa, 70 años)

Muchas veces no existe una conciliación, sino una fragmentación de la propia salud y descanso en favor de la sostenibilidad de la vida de otros. Como advierten Genta y Perrotta (2015), mientras el hombre suele continuar su trayectoria profesional, la mujer es quien debe pausar o sobrecargarse, enfrentando barreras que los varones no encuentran.

“La sociedad es muy machista y generalmente el hombre es el que te ayuda en las tareas. Pero como que el hombre continúa su vida profesional. La mujer es la que tiene que siempre pausarse.. Le cuesta mucho más a la mujer, siempre tiene que estar remando… Como que para el hombre es más fácil.” (Teresa, 70 años)

Estas palabras sintetizan el núcleo del problema; las desigualdades de género no se disuelven con el tiempo, sino que se cristalizan en las vejeces. En este sentido, las desigualdades cristalizadas que se logran interpretar son las pausas laborales de las mujeres por cuidar a otros, y las cuales hoy explican la falta de autonomía económica y los menores ingresos jubilatorios percibidos en comparación con los varones, tal como señalan Aguirre y Scavino (2018). Leticia relata cómo su trayectoria laboral fue interrumpida y precarizada por estas demandas:

“Cuando quedé embarazada, ya me dediqué a mis hijos y por muchos años no trabajé. Digamos… trabajé dentro de mi casa y también trabajaba ayudándolo a mi marido en el taller, porque él a veces me dejaba cuidando el taller cuando tenía que hacer entregas de los trabajos o ir a cobrar y entonces muchas veces iba yo a cobrarle a los clientes. Nunca me pagó un peso. (...) Ahora que me jubilé, lo pude hacer por los testigos, sino tendría que seguir trabajando todavía.”(Leticia, 66 años)

La naturalización de los roles de género no solo se manifiesta en la infancia, sino que se consolida en las vejeces a través de las relaciones de poder dentro del hogar y las expectativas sociales impuestas sobre el deber ser femenino. El ámbito privado suele ser el espacio donde se imponen barreras que limitan la autonomía de las mujeres, vinculando la inactividad laboral con un mandato externo que termina siendo internalizado. Leticia lo describe de la siguiente manera:

“Mi marido, que era italiano y que tenía ese machismo incorporado, quería que yo me quedara en la casa. Y por esa falta de carácter mía que te digo que me faltó a mí, yo perdí muchos años porque yo tendría que haberme impuesto y haberme buscado algo, pero no era fácil” (Leticia, 66 años)

Las desigualdades de género se apoyan en estereotipos que el sistema refuerza para consensuar el lugar de subordinación de las mujeres. En los relatos se logra identificar el machismo incorporado, pero también persiste la carga subjetiva de la estructura social al culpabilizarse por una supuesta falta de carácter, cuando en realidad se trata de una confrontación a una división sexual del trabajo que históricamente ha recluido a las mujeres en el espacio doméstico.

2.2 Desafíos personales ante el cuidado: tensiones y desafíos actuales

El desafío que enfrentan las mujeres viejas en el ámbito del cuidado se encuentra profundamente arraigado en lo que se define como regímenes familistas. Según Míguez (2017) y Scavino Solari (2023), en estos regímenes la responsabilidad principal del bienestar y la reproducción de la vida recae casi exclusivamente en el ámbito doméstico y en las redes de parentesco quienes mayoritariamente son mujeres. Esta estructura no sólo invisibiliza el cuidado como una responsabilidad social, sino que lo sitúa dentro de un orden moral donde el amor y el vínculo afectivo actúan como justificativos para la gratuidad y la disponibilidad absoluta. Un ejemplo de esto se observa en el relato de Teresa sobre el cuidado de su nieta:

“Mía me decía: 'abuela, vos me cuidás. ¿Y mi madre te paga?'. 'No, Mia, yo no le pido plata a tu madre, ¿cómo le voy a pedir?'. Y me dice: 'pero ella te tiene que pagar'... (...) Tenés que estar, no importa si llueve, no llueve, vos te sientas mal, o sea alguien tiene que irla a buscar a la escuela porque sabés que alguien depende de vos.”(Teresa, 70 años)

Para estas mujeres, el cuidado a menudo no se percibe como una carga, sino como una ineludibilidad afectiva. Teresa expresa:

“Para mí no era una carga, viste? Yo lo hacía con gusto…con amor. No, ay, tengo que hacer esto! No, yo lo hacía como una obligación, como que era lo que tenía que hacer.” (Teresa,70 años)

La asociación entre cuidado, amor y afecto, constituye un eje analítico central para comprender la invisibilización del trabajo no remunerado en las vejeces. En el ámbito doméstico, las tareas de crianza, atención a personas dependientes y sostén de la vida cotidiana no se experimentan ni se expresan habitualmente como una relación salarial o de explotación, sino bajo la narrativa del cariño, la devoción filial y el amor familiar. Sin embargo, desde una perspectiva de género y gerontológica crítica, resulta indispensable problematizar cómo este vínculo afectivo opera como un dispositivo cultural que naturaliza la sobrecarga física y emocional de las mujeres.

Como se ha mencionado, el cuidado se manifiesta frecuentemente bajo la narrativa del afecto, lo cual contribuye a invisibilizar la magnitud. Según Jelin (2002), el cuidado dentro del ámbito familiar se presenta fundamentalmente como una obligación moral vinculada a los vínculos de parentesco, desplazando su reconocimiento como una labor social y económica legítima. Esta lógica permite que la responsabilidad recaiga de manera naturalizada sobre las mujeres, quienes asumen jornadas extensas bajo la premisa del amor, ocultando tras esta narrativa una sobrecarga física, emocional y social que se acumula a lo largo de la vida.

Al situar el bienestar de los demás exclusivamente en el orden de lo privado y lo afectivo, se perpetúa un sistema cultural que invisibiliza el cuidado como una responsabilidad social más amplia, expropiando el tiempo y la autonomía de las mujeres viejas en favor de la sostenibilidad de la vida ajena. Elena relata los costos físicos de esta entrega en el cuidado de su esposo enfermo:

“Mi esposo estuvo enfermo... fue una agonía de casi dos años... Yo sé que yo lo cuidé y esa era una oportunidad de demostrarle el cariño que le tenía... Estaría cansada sí, pasé noches sin dormir, sí, me envejecí, sí, tengo ojeras, sí, pero también tengo el agradecimiento por haberlo cuidado hasta el final.” (Elena, 74 años)

El aporte de la entrevistada describe lo que Dornell (2020) identifica como "vejeces cuidadoras": mujeres mayores que, en una etapa donde ellas mismas podrían requerir atención, dedican jornadas intensivas al cuidado de otros. Aunque Elena resignifica su cansancio como un acto de amor, su testimonio es la prueba de los costos invisibles de la enfermedad que recaen mayoritariamente en las mujeres. Como sostiene la teoría, esta entrega condiciona el derecho al descanso y a una vejez tranquila, perpetuando un modelo que naturaliza que la vida de los demás se sostenga a costa del cuerpo de las mujeres viejas.

La construcción de la identidad cuidadora no se agota en una experiencia individual, sino que se manifiesta como un legado transgeneracional que dicta quiénes deben sostener la vida dentro del ámbito privado. Este carácter hereditario del cuidado aparece nítidamente en el testimonio de Elena:

“Siempre he cuidado yo, pero sí, lo que creo es que vengo de una familia de gente que cuidan… de mujeres que cuidan. Venimos de generaciones en que no teníamos otros cuidadores más que las mujeres de la familia. Y eso va de generación en generación.”(Elena, 74 años)

Este relato evidencia la persistencia de un modelo que naturaliza y deposita la responsabilidad de sostener la vida exclusivamente en las mujeres. Como afirma Míguez (2017), esta vivencia se asume como una natural distribución de roles, donde la escasez de respuestas estatales integrales obliga a las familias a resolver las necesidades de apoyo mediante una genealogía de mujeres que cuidan. En esta cadena de cuidados, la poca presencia de otros actores como el Estado refuerza la idea de que el bienestar es una obligación moral que se hereda y se cumple puertas adentro. Esta falta de reconocimiento es confirmada por Teresa al afirmar que:

“Tampoco te lo valoran. Sí, no, es como eso lo tenés que hacer porque sos mujer, es tu obligación.” (Teresa, 70 años)

Finalmente, la postergación de los proyectos personales en favor del sostenimiento de la vida de otros es una de las marcas más profundas en las trayectorias de estas mujeres. Esta dimensión de los deseos invisibilizados cobra una especial relevancia en el relato de Alicia, quien manifiesta:

“Me hubiera gustado trabajar, seguir estudiando… Aprender un oficio. Me hubiera gustado tejer o que me enseñaran a coser.”(Alicia, 60 años)

Sus palabras denuncian los efectos de una estructura social que, como sostiene Dornell (2020), limita sistemáticamente las posibilidades de desarrollo personal y autonomía de las mujeres al priorizar su disponibilidad para otros sobre sus propios deseos. El anhelo de Alicia por aprender un oficio evidencia cómo la división sexual del trabajo produce una renuncia subjetiva que empobrece la experiencia de las vejeces. En este sentido, el envejecer puede ser visto también como una oportunidad para recuperar el tiempo propio, como expresa Elena:

“El envejecer me sirve para poder hacer cosas que yo no pude hacer. Como por ejemplo, estudiar cuestiones filosóficas, y tener ese tiempo para mí.” (Elena,74 años)

Como señalan Aguirre y Scavino (2018), estas desigualdades acumuladas se cristalizan en la vejez, transformando lo que pudieron ser proyectos de realización personal en una deuda social pendiente. En el relato de Alicia se observa que el tiempo que el sistema le expropió para el cuidado, es tiempo que no pudo invertir en su formación o deseos personales, confirmando que la feminización del cuidado condiciona el ejercicio pleno de la ciudadanía. Aún así e incluso en situaciones de mayor restricción, las mujeres buscaban espacios de refugio, como relata Leticia respecto a su vida religiosa:

“Yo sabía que los domingos yo iba a la iglesia. Y a la reunión de damas también que era un sábado al mes. Entonces, esos días que yo tenía en las reuniones eran sagrados. Me respetaban, por lo menos eso…porque después tuvieron muchos abusos conmigo.” (Leticia, 66 años).

2.3.Uso del tiempo libre: entre la expropiación del tiempo propio y los espacios de resistencia y deseo

El análisis del tiempo libre en las vejeces femeninas constituye una dimensión analítica fundamental para comprender la profundidad de las desigualdades de género acumuladas a lo largo del curso vital. En la cotidianidad de las mujeres mayores de La Comercial, el "tiempo libre" no suele configurarse como un espacio de descanso garantizado u ocio creativo, sino

como un territorio residual que históricamente ha sido apropiado por las exigencias del hogar y el cuidado no remunerado de terceros.

Al explorar esta dimensión en los relatos de las participantes, emergen tres grandes núcleos de sentido que dan cuenta de la complejidad con la que las mujeres viejas significan y disputan su tiempo cotidiano:

1. La expropiación del tiempo vital y los deseos postergados

Las trayectorias de las entrevistadas muestran cómo la asunción ininterrumpida del trabajo doméstico y de cuidados desde edades tempranas generó una renuncia sistemática a sus propios proyectos de vida. El uso del tiempo personal no se percibía como un derecho legítimo, sino como una posibilidad supeditada a que todas las demandas del entorno familiar estuvieran cubiertas. Esta expropiación temporal se expresa con profunda elocuencia en el relato de Alicia, quien reflexiona sobre las metas que debió suspender:

"Me hubiera gustado trabajar, seguir estudiando… Aprender un oficio. Me hubiera gustado tejer o que me enseñaran a coser." (Alicia, 60 años)

Sus palabras visibilizan los efectos subjetivos de una estructura social que limita las posibilidades de formación y autonomía femenina, depositando el tiempo de las mujeres en la sostenibilidad de la vida ajena y consolidando una deuda de realización personal que arrastran hasta la vejez

2. Micro-espacios de refugio y resistencia comunitaria

Frente a la colonización del tiempo propio en el ámbito privado, las mujeres viejas construyen y defienden micro-espacios de refugio como verdaderas estrategias de supervivencia y resistencia subjetiva. En contextos domésticos atravesados por el machismo y las asimetrías de poder, el tiempo dedicado a actividades comunitarias o religiosas se convierte en el único reducto donde son reconocidas como sujetos valiosos fuera de su rol de cuidadoras. Así lo relata Leticia al rememorar sus vivencias:

"Yo sabía que los domingos yo iba a la iglesia. Y a la reunión de damas también que era un sábado al mes. Entonces, esos días que yo tenía en las reuniones eran sagrados. Me respetaban, por lo menos eso… porque después tuvieron muchos abusos conmigo." (Leticia, 66 años)

Este testimonio ilustra cómo la apropiación de momentos "sagrados" fuera del hogar permite restituir la dignidad y la identidad personal en entornos fuertemente opresivos.

3. La vejez como oportunidad para la recuperación de la autonomía y el deseo

Por último, los relatos revelan que la vejez también puede significarse como un territorio de disputa para recuperar el tiempo usurpado durante la juventud y la adultez. Al disminuir la intensidad de ciertas cargas familiares o al asumir la propia vejez desde una mirada reflexiva, algunas participantes encuentran en esta etapa la oportunidad de reencontrarse con el desarrollo intelectual y el disfrute personal. Elena lo sintetiza de la siguiente manera:

"El envejecer me sirve para poder hacer cosas que yo no pude hacer. Como por ejemplo, estudiar cuestiones filosóficas, y tener ese tiempo para mí." (Elena, 74 años)

Conclusiones finales:

Mediante este trabajo se ha buscado conocer las desigualdades en los cuidados de las mujeres viejas desde una perspectiva de género, particularmente tomando como población de trabajo a las mujeres viejas cuidadoras del barrio de La Comercial. Para ello, se han articulado los aportes de distintos autores trabajados en este documento como también, lo trabajado a lo largo de todo este camino que significa la Licenciatura en Trabajo Social, todo ese bagaje ha sido imprescindible para comprender ciertas cuestiones sociales y poder a desarrollar los principales constructos teóricos con respecto al tema seleccionado.

La presente investigación ha permitido dar cuenta de la complejidad que reviste el fenómeno del envejecimiento en el contexto uruguayo, un país caracterizado por una estructura demográfica sensiblemente envejecida que impone desafíos urgentes en materia de protección social. Por tanto, es pertinente pensar y reconsiderar la construcción del imaginario social que se tiene sobre las personas viejas y el significado que se le atribuye a dicha etapa de vida.

A través de los relatos, se ha podido constatar que la vejez no es una etapa biológica uniforme, sino una construcción social atravesada por desigualdades de género que se han acumulado y profundizado a lo largo de todo el ciclo vital. Esto supone comprender su clase social, su género, su nivel socioeconómico y sus redes entre otros.

Resulta pertinente ver a la vejez desde su heterogeneidad, asimismo, no se debería esperar que todas los viejos y viejas adopten las mismas conductas en función de un envejecimiento activo o deseos personales, esto supone la comprensión de que no todos realizan las mismas actividades, o poseen que las mismas ganas de disfrutar esta etapa.

La feminización de la vejez en Uruguay no puede entenderse sin considerar la división sexual del trabajo, la cual ha naturalizado el rol de las mujeres como cuidadoras exclusivas, invisibilizando su aporte al sostenimiento de la vida y limitando sus posibilidades de desarrollo personal.

El primer objetivo específico buscó identificar cómo se distribuyen las tareas de cuidado en la cotidianidad de las mujeres mayores en la zona delimitada de La Comercial. Los hallazgos muestran que la asignación de estas tareas no es el resultado de acuerdos libres o equitativos, sino de un mandato cultural y social que comienza desde la infancia.

Desde edades muy tempranas, alrededor de los diez años, a las mujeres se les enseñan las tareas del hogar como un deber propio de su sexo, el cual se asume de forma naturalizada y sin cuestionamientos. Esta socialización previa marca sus trayectorias posteriores: muchas ingresan jóvenes al mercado laboral en empleos vinculados al cuidado o a la limpieza, entendiendo que cuidar es algo "innato" a su condición femenina que no requiere mayor formación.

A lo largo de la vida adulta y conyugal, las demandas domésticas obligan frecuentemente a las mujeres a pausar o abandonar sus empleos remunerados para dedicarse a la crianza de los hijos o al apoyo informal en los emprendimientos de sus parejas sin recibir un pago. Al llegar a la vejez, esta interrupción laboral genera que muchas deban recurrir a testigos para demostrar que trabajaron toda su vida y así acceder a una jubilación básica. Mientras los hombres de sus entornos pudieron continuar con sus carreras y aportes formales, las mujeres acumularon jornadas dobles o triples no pagadas. De este modo, la rutina diaria en el barrio sigue estando estrictamente feminizada: ellas cocinan, limpian, gestionan el hogar y atienden a otros de manera continua y rigurosa.

El segundo objetivo específico se enfocó en indagar los desafíos personales que enfrentan las mujeres mayores que tienen personas a su cargo en la actualidad. En esta dimensión, los relatos de las entrevistadas exponen el enorme desgaste físico, emocional y subjetivo que produce sostener el cuidado de familiares en la vejez.

El principal desafío reside bajo la narrativa del afecto. Cuando el cuidado se explica o se vive únicamente desde el amor y el parentesco familiar , se transforma en una obligación moral e ineludible. Cuidar a un nieto, a un cónyuge enfermo o a un padre mayor se asume con agrado y entrega, pero tras esa respuesta afectiva se oculta una disponibilidad absoluta que no admite descansos, incluso cuando las propias mujeres se sienten mal o agotadas.

Este mandato genera lo que llamamos vejeces cuidadoras: mujeres de setenta años o más que, en lugar de recibir los apoyos y cuidados que sus propios cuerpos empiezan a requerir, asumen jornadas extenuantes teniendo personas a su cargo, cuidando enfermos o

acompañando agonías prolongadas. El costo de esta entrega incondicional se traduce en noches sin dormir, deterioro de la salud, ojeras y un cansancio profundo. Sin embargo, la sociedad y la propia familia suelen valorar muy poco este esfuerzo, asumiendo que "es lo que les corresponde hacer por ser mujeres". El desafío ético radica en visibilizar que detrás del amor existe un trabajo pesado que expropia la salud y el bienestar de las mujeres viejas.

El tercer objetivo específico se orientó a explorar cómo usan su tiempo libre las mujeres mayores en su vida diaria. Los resultados revelan que el tiempo libre no es un espacio de descanso garantizado, sino un territorio escaso que históricamente les fue expropiado o que deben defender con tenacidad.

Debido a la dedicación ininterrumpida al hogar, el tiempo propio aparece atravesado por los deseos postergados. Muchas mujeres expresan el anhelo no cumplido de haber podido estudiar más, trabajar en lo que les gustaba, aprender un oficio o desarrollar actividades creativas que debieron suspender para cuidar a otros. Esta expropiación del tiempo vital representa una pérdida de autonomía que arrastran durante décadas.

A pesar de estas restricciones, las mujeres viejas construyen valiosas estrategias de resistencia. Para algunas, la participación en grupos comunitarios, religiosos o vecinales representa el único espacio sagrado donde son respetadas y reconocidas como personas independientes, fuera del mandato doméstico. Para otras, la vejez se convierte en una oportunidad tardía pero valiosa para recuperar el tiempo perdido: un momento para dedicarse a la lectura, al estudio de temas de su interés o simplemente para disfrutar del tiempo para sí mismas. Estos espacios demuestran que las mujeres mayores no son sujetas pasivas, sino que buscan activamente habitar su tiempo con libertad.

En lo que respecta a las políticas públicas, se concluye la necesidad de avanzar hacia sistemas de cuidados que trasciendan los modelos familistas donde la responsabilidad recae en los hombros de las mujeres. También, se considera pertinente que se abra el abanico de acceso al sistema de cuidados a modo que no esté meramente focalizado. Las políticas actuales deberían ser repensadas para que no solo garantice el cuidado a aquellas personas dependientes que lo requieran, sino que también, a las mujeres viejas que son cuidadoras brindando apoyo y herramientas que logren promover su propia autonomía. Es imperativo que el Estado asuma una corresponsabilidad real que permita des-familiarizar el cuidado, evitando que la sostenibilidad de la vida ajena siga recayendo de forma desproporcionada

sobre el tiempo y el cuerpo de las viejas. El fortalecimiento de servicios públicos de cuidado y el reconocimiento de los deseos personales de las mujeres son pasos fundamentales para que la vejez deje de ser sinónimo de renuncia y postergación.

Desde el Trabajo Social, surge el desafío ético y político de fomentar el reconocimiento de las mujeres viejas como sujetos participativos y con pleno derecho a su propio proyecto de vida incluso en sus vejeces. La intervención profesional debe orientarse a la visibilización de estas desigualdades, promoviendo espacios donde las mujeres puedan recuperar su voz y su capacidad de agencia.

Es fundamental que desde el Trabajo Social se aporte a una construcción social equitativa donde se intente reducir la desigualdad en los cuidados, interpelando la naturalización de los mandatos de género que aún hoy condicionan la ciudadanía de las mujeres.

Resulta necesario considerar la participación en actividades integrativas y comunitarias para favorecer el fortalecimiento de interacciones sociales y desarrollar las potencialidades de estos sujetos. En este sentido, la disciplina del Trabajo Social busca confrontar el individualismo de las sociedades de mercado mediante la solidaridad y la cooperación, promoviendo espacios que aseguren a las personas viejas capacidad de gestión y decisión en su propia vida social (Dornell, 2017).

Al integrar este saber en la práctica profesional, se contribuye a desarticular la idea de la mujer vieja como cuidadora inagotable no remunerada, situándose en cambio como una ciudadana con derechos al descanso, al estudio, al placer y al ocio. Se considera fundamental la promoción del desarrollo integral y pleno de esta población, promoviendo vejeces saludables y dándoles voz para participar como actores de políticas y desarrollo de el goce de sus propios derechos.

Para el campo disciplinar, la clave reside en un cambio de paradigma que valide la experiencia de las protagonistas. Como sostiene Dornell (2020, cap. 2), la labor del profesional debe centrarse en la escucha activa y la legitimación de estas historias: "...reconociendo sus relatos como un saber legítimo.".

En definitiva, la construcción de una sociedad más justa requiere que el cuidado deje de ser una obligación moral vestida de "amor" y se transforme en una responsabilidad social

compartida, garantizando que el envejecer sea una etapa de realización y no el resultado de una expropiación del tiempo propio.

Referencias bibliográficas

Aguirre, R., & Ferrari, F. (2014). *La construcción del sistema de cuidados en el Uruguay: En busca de consensos para una protección social más igualitaria*. Ministerio de Desarrollo Social.

Aguirre, R., & Scavino, S. (2018). *Cuidados, trabajo y políticas en Uruguay: Perspectivas de género en el ciclo de vida*. Montevideo: Universidad de la República, Departamento de Sociología.

Aguirre Cuns, R., & Scavino Solari, S. (2013). *Vejeces de las mujeres*. Montevideo: Universidad de la República, Facultad de Ciencias Sociales.

Batthyány, K., Genta, N., & Perrotta, V. (2015). *Los tiempos del cuidado: el trabajo no remunerado en Uruguay*. Montevideo: OIT / Universidad de la República.

Beauvoir, S. de. (1949). *El segundo sexo*. Buenos Aires: Sudamericana.

Banchero, S. & Mihoff, M. (2017). *Personas mayores cuidadoras: sobrecarga y dimensión afectiva*. Psicología, conocimiento y sociedad. /https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/28527/1/314-2445-1-PB.pdf

Calce, C. (2015). *Desigualdades de género y políticas de igualdad en Uruguay*. Montevideo: Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES).

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

Courtoisie, L., De León, L., & Dodel, M. (2010). *Estrategias de cuidado infantil en Uruguay*. Montevideo: Instituto de Ciencia Política, Universidad de la República.

Dornell, T. (2017). Los vestigios del Cuidado. [Ponencia en congreso]. XVI Jornadas de Investigación de la Facultad de Ciencias Sociales-UdelaR. Montevideo, Uruguay.

chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/10742/1/XVI%20JICS_Teresa-Dornell.pdf

Dornell, T. (2019). *Vejez y envejecimiento*. Uruguay.

Dornell, T. (2020). *Vejeces y cuidados. La invisibilización de los deseos*. Uruguay

Dornell, T., Sande Muletaber, S., Stemphelet, S., y Mauros, R. (2013). El desafío del cuidado humano en Uruguay: Dilemas para el Trabajo Social. En III Jornadas de Trabajo Social en el Campo Gerontológico. https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/82057 La Plata, Argentina.

Durán, M. A. (2004). *Los costes invisibles de la enfermedad*. Madrid: Fundación BBVA.

Genta, N., & Perrotta, V. (2015). *Desigualdades de género en el mercado de trabajo uruguayo*. En R. Aguirre (Ed.), Cuidados, género y trabajo: Desafíos para las políticas públicas (pp. 139–150). Montevideo: Universidad de la República.

Instituto Nacional de Estadística (INE) & Facultad de Ciencias Sociales (FCS). (2013). *Encuesta de Uso del Tiempo, módulo de la Encuesta Continua de Hogares*. Montevideo.

Instituto Nacional de Estadística. (2024). *Censo 2023: Población estimada, crecimiento intercensal y estructura por sexo y edad de Uruguay. Total país y por departamento. Resultados definitivos* /https://www5.ine.gub.uy/documents/CENSO%202023/Poblaci%C3%B3n%20estimada,%20crecimiento%20intercensal%20y%20estructura%20por%20sexo%20y%20edad.pdf

Jelin, E. (2002). *Pan y afectos: La transformación de las familias*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica

Ludi, M. C. (2013). *Viejos, los que tienen muchos años: notas sobre la construcción social de la vejez*. Paraná: EDUNER

Míguez, M. N. (2017). *Los cuidados en el Uruguay: Entre la asistencia y los derechos*. Montevideo: Universidad de la República.

Ministerio de Desarrollo Social. (2012). *Cuidar y ser cuidado: Desafíos para un sistema nacional de cuidados en Uruguay*. Montevideo: MIDES.

Ministerio de Desarrollo Social. (2025). *Informe de resultados Encuesta Uso del Tiempo*. https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/tematica/remunerado-cuidado

Moreno-Colom, S. (2007). "Tiempo, trabajo y género: la distribución social del tiempo en las sociedades contemporáneas". *Revista Internacional de Sociología*, 65(47), 309–317.

Rogero García, J. (2010). *Los tiempos del cuidado: el impacto de cuidar en la vida de las personas cuidadoras*. Madrid: Fundación La Caixa.

Sande Muletaber, S. (2014). *Envejecer en Uruguay: Políticas y olvidos*. Ponencia presentada en las VIII Jornadas de Sociología de la Universidad Nacional de La Plata. Recuperado de: http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/55769

Scavino Solari, S. (2023). *Desigualdades en los cuidados de las vejeces en situación de dependencia en Montevideo y Área Metropolitana*. Tesis de doctorado. Montevideo: Udelar, FCS.

Scribano, A. (2013). *El proceso de investigación social cualitativo. Momentos y herramientas*. Buenos Aires: Prometeo.

Tobío, C. (2002). *Conciliación o contradicción: cómo hacen las mujeres para cuidar y trabajar*. Madrid: Alianza Editorial.

Uruguay. (1995). *Ley N° 16.713. Registro de Historia Laboral y Régimen de Jubilaciones y Pensiones*. IMPO. https://www.impo.com.uy/bases/leyes/16713-1995

Uruguay. (2015). *Ley N° 19.353. Creación del Sistema Nacional Integrado de Cuidados*. IMPO. https://www.gub.uy/sistema-cuidados/

Uruguay. (2016). *Ley N° 19.430. Aprobación de la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores*. IMPO. https://www.impo.com.uy/bases/leyes/19430-2016

Verd, J. M., & Lozares, C. (2016). *Introducción a la investigación cualitativa. Fases, métodos y técnicas*. Madrid: Síntesis.

Anexos:

Posibles preguntas para el guión de entrevista:

1. Trayectorias de vida y experiencias laborales y familiares

¿Podría contarme un poco sobre su historia de vida? ¿Dónde nació y cómo fue su infancia?

¿Cómo fue su trayectoria laboral a lo largo de su vida? ¿Trabajó fuera del hogar, dentro del hogar o en ambos espacios?

¿Qué lugar ocuparon las tareas domésticas y de cuidado en su vida desde joven?

¿Cómo se organizaban las responsabilidades dentro de su familia cuando usted era más joven?

¿Hubo momentos en los que tuvo que dejar o modificar un trabajo por responsabilidades de cuidado? ¿Cómo fue esa experiencia?

Mirando hacia atrás, ¿cómo cree que influyeron las tareas de cuidado en su vida personal o laboral?

2. Percepción del envejecimiento y de los cuidados a lo largo del curso de vida

¿Qué significa para usted envejecer?

¿Cómo vive esta etapa de su vida actualmente?

A lo largo de su vida, ¿qué lugar cree que han tenido los cuidados dentro de su familia?

¿Cree que las mujeres y los hombres viven el envejecimiento de manera diferente? ¿Por qué?

Cuando piensa en su vida, ¿cómo cree que las responsabilidades de cuidado influyeron en su proceso de envejecimiento?

¿En algún momento imaginó que en esta etapa de su vida estaría cuidando a otras personas?

3. Distribución del trabajo doméstico y de cuidado

Actualmente, ¿a quién o a quiénes cuida? ¿Cómo llegó a asumir ese rol?

¿Cómo se distribuyen las tareas de cuidado dentro de su familia?

¿Recibe ayuda de otros familiares o personas cercanas? ¿De quiénes?

¿Siente que el cuidado recae principalmente sobre usted? ¿Por qué cree que sucede eso?

A lo largo de su vida, ¿cree que las tareas de cuidado han recaído mayoritariamente en las mujeres de su familia?

¿Cómo cree que influyen las expectativas sociales sobre las mujeres en la distribución de los cuidados?

4. Impactos emocionales, sociales y económicos del rol de cuidadora

¿Cómo se siente en su rol de cuidadora actualmente?

¿Qué aspectos del cuidado le resultan más difíciles o desafiantes?

¿Qué cosas le generan satisfacción o sentido dentro de esta tarea?

¿Cuidar a otra persona ha afectado su tiempo personal, su salud o sus actividades cotidianas?

¿Cómo impacta el cuidado en su situación económica o en su acceso a recursos?

¿Siente que su trabajo de cuidado es reconocido por su familia o por la sociedad?

5. Expectativas y deseos en torno a una vejez reconocida socialmente

¿Cómo le gustaría vivir esta etapa de su vida?

¿Qué cosas le gustaría poder hacer que hoy no puede debido a las responsabilidades de cuidado?

¿Qué cree que debería cambiar en la sociedad para que las mujeres mayores tengan una vejez más justa o más tranquila?

¿Qué tipo de apoyos considera que necesitan las personas que cuidan?

¿Conoce o ha tenido contacto con políticas o servicios de apoyo al cuidado? ¿Cómo fue esa experiencia?

¿Cómo imagina una vejez en la que el trabajo de cuidado sea más reconocido?

Y para cerrar puede ser ¿Hay algo más que le gustaría contar sobre su experiencia como mujer cuidadora en esta etapa de su vida?