

Carta al editor

CUIDAR COMO OCUPACIÓN: PERSPECTIVAS DESDE EL EJERCICIO DE LA TERAPIA OCUPACIONAL PARA SU RECONOCIMIENTO Y DESARROLLO

Caring as Occupation: Perspectives from the Practice of Occupational Therapy for Its Recognition and Development

Fecha recepción: 5 de junio de 2025 / fecha aceptación: 27 de junio de 2025

Licencia CC BY 4.0. DOI: <https://doi.org/10.54761/contexto.num15.1>

 Carolina Moraga Paredes, Terapeuta Ocupacional.
Académica Departamento Nacional de Salud Pública.
Facultad de Medicina, Universidad San Sebastián. Chile.
Autora de correspondencia 

Estimado Equipo Editorial de Revista Contexto

Desde mi experiencia personal y profesional, he sido testigo de cómo el cuidado sostiene la vida, aunque en muchos casos se ejerza desde la obligación, la invisibilidad e incluso la precariedad. En un país como Chile, donde casi un 20 % de la población tiene 60 años y más (Instituto Nacional de Estadística, 2025) y cerca de 1,5 millones de personas adultas viven en situación de dependencia (Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2024), avanzar hacia una ley que reconozca el cuidado como un derecho y garantice condiciones dignas para cuidar y ser cuidado constituye un imperativo ético y político que interpela a todos los sectores sociales.

Durante décadas, el cuidado ha sido sostenido principalmente por mujeres, dentro de contextos familiares marcados por la sobrecarga y la falta de reconocimiento. Sin embargo, en los últimos diez años, Chile ha mostrado avances relevantes, destacando el proyecto de ley presentado en 2024 que crea el Sistema Nacional de Apoyos y Cuidados (Gobierno de Chile, 2024). Esta iniciativa reconoce el derecho a cuidar, a ser cuidado y al autocuidado.

Desde la Terapia Ocupacional comprendemos el cuidado como una ocupación significativa a lo largo del curso de vida. Esta no es espontánea ni instintiva; como toda ocupación, requiere de factores personales, habilidades, patrones de desempeño y un entorno que la posibilite (American Journal of Occupational Therapy, 2020). La literatura ha señalado que cuidar implica desarrollar paciencia, conocimiento y valor (Nkongho, 1990; Moraga et al., 2017), entendidas como habilidades esenciales para acompañar a otras personas en procesos relacionales y de desarrollo humano. Ejercer este rol con dignidad no es posible sin condiciones adecuadas. El proceso de convertirse en persona cuidadora permite desarrollar estas habilidades, pero su consolidación está profundamente mediada por el contexto. Quienes cuentan con apoyo formal o reconocimiento externo tienden a fortalecer su rol; por el contrario, la ausencia de estos elementos puede generar percepciones de ineficacia, dificultando el sostenimiento del cuidado (Moraga et al., 2017).

La evidencia nacional muestra que el 43 % de las personas en situación de dependencia no cuenta con una persona cuidadora (Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2023), revelando que el cuidado no está garantizado para todas las personas. Además, la misma encuesta señala que, en la mayoría de los casos donde existen cuidados, esta labor recae en una sola persona dentro del hogar, lo que intensifica la sobrecarga y el aislamiento. Esta carencia condiciona la vida cotidiana y restringe los proyectos personales y profesionales de quienes asumen este rol, muchas veces sin preparación ni respaldo institucional.

Desde la perspectiva de la justicia ocupacional (Townsend y Wilcock, 2004), la invisibilización y privación de las condiciones que permitan el ejercicio pleno del cuidado como derecho configuran una forma estructural de injusticia ocupacional, dada por la existencia de personas que se ven excluidas del acceso a desempeñar esta ocupación de manera segura, voluntaria y significativa. Las condiciones materiales, los apoyos disponibles y el reconocimiento social son variables que generan profundas diferencias en cómo se cuida en los distintos territorios y contextos socioeconómicos. Cuidar no solo es un acto de amor o necesidad, sino una ocupación humana fundamental —cotidiana, diversa, situada— que debe ser protegida, acompañada y valorada desde las políticas públicas y desde los y las profesionales sociosanitarios.

Como terapeuta ocupacional, considero urgente avanzar hacia un enfoque de justicia ocupacional que reconozca que cuidar no es solo una carga, sino también una oportunidad para el crecimiento y la agencia personal, siempre que existan condiciones adecuadas para su desempeño. Las personas cuidadoras deben ser

comprendidas no solo como parte del entorno de quien recibe cuidados, sino como sujetos ocupacionales, con derechos, necesidades y aspiraciones propias.

Si bien nuestra disciplina ha trabajado históricamente con personas en situación de dependencia, muchas veces ha dejado de lado las ocupaciones, deseos y proyectos vitales de quienes cuidan. Modelos clásicos de la disciplina sitúan a las personas cuidadoras como parte del entorno, pero es hora de ampliar esta mirada e integrarlas como clientes con legitimidad propia, cuyas ocupaciones deben ser reconocidas, comprendidas e intervenidas desde la práctica profesional (Demers, 2022).

Desde esta perspectiva, el reconocimiento del cuidado como un derecho humano exige también que su implementación se base en enfoques interdisciplinarios que integren a la Terapia Ocupacional (TO). Como disciplina comprometida con la participación significativa, la equidad y el bienestar ocupacional, la TO tiene un rol ineludible en el diseño, ejecución y evaluación de estrategias que garanticen que quienes cuidan —en todos los territorios y condiciones— puedan ejercer esta ocupación con sentido, autonomía y dignidad. Legislar es un gran paso, que abre el espacio para que nuestra disciplina acompañe la implementación de esta ley desde la práctica profesional, con una perspectiva ética, un enfoque territorial y sensibilidad hacia la diversidad de quienes cuidan.

Referencias bibliográficas

- Demers, L. (2022). Expanding occupational therapy perspectives with family caregivers. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 89(3), 223-237. <https://doi.org/10.1177/00084174221103952>
- Gobierno de Chile. (2024). *Proyecto de ley que reconoce el derecho al cuidado y crea el Sistema Nacional de Apoyos y Cuidados (Boletín N° 16.90531)*. Cámara de Diputadas y Diputados. Comisión de Desarrollo Social, Superación de la Pobreza y Planificación. <https://www.fth.cl/archivos2024/ProyectoLeyChileCuidaBOLETIN16.905-31.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística. (2025). *Presentación nacional: Censo de Población y Vivienda 2024*. Gobierno de Chile.
- Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2023). *Encuesta Nacional de Discapacidad y Dependencia*. ENDIDE 2022.
- Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2024). *Informe de Cuidados*. Observatorio Social.
- Moraga, C., Prieto, S., Álvarez, E., Muñoz, A., Sequeira, D., Jiménez, I., Infante, A. y Márquez, M. (2017). La experiencia de convertirse en cuidadora de personas mayores: Vivencia de la relación familiar. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 17(2), 175-185. <https://doi.org/10.5354/0717-5346.2017.48144>
- Nkongho N. (1990). The Caring Ability Inventory. En O. Strickland O. y C. Waltz (Eds.), *Measurement of nursing outcomes* (pp. 3-16). Springer.
- Occupational therapy practice framework: Domain and process—fourth edition. (2020). *American Journal of Occupational Therapy*, 74(Supplement_2), 7412410010p1. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74s2001>
- Townsend, E. y Wilcock, A. A. (2004). Occupational justice and client-centred practice: A dialogue in progress. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(2), 75-87. <https://doi.org/10.1177/000841740407100203>