Sistematización de experiencias

LOS CUIDADOS EN MI VIDA: APROXIMACIONES AL FENÓMENO DE LA DOBLE PRESENCIA EN MUJERES QUE CUIDAN

Care in my life: Approaches to the phenomenon of the double burden in women caregivers

fecha recepción: 7 de septiembre de 2023 / fecha aceptación: 24 de noviembre de 2023

Licencia CC BY 4.0. DOI: https://doi.org/10.54761/contexto.num11.65

Natalia Lichtemberg Jurfest
Terapeuta Ocupacional, Magíster en Psicología, mención Psicología Comunitaria Universidad de Chile.
Centro de estimulación, desarrollo y terapias de rehabilitación. CEDET Maipú, Chile.
Autor de correspondencia: nlichtemberg@gmail.com
https://orcid.org/0009-0002-5071-8259

Resumen

Durante las últimas décadas, el tema del cuidado ha tomado mayor protagonismo en las agendas políticas y académicas, evidenciando el escenario de crisis global que atraviesa el sostenimiento de la vida. La doble presencia, como reedición que el feminismo hace de la "doble jornada laboral", un fenómeno que toma forma en esta crisis. A través de esta investigación se buscó conocer la forma de expresión del fenómeno de la doble presencia en la vida cotidiana de mujeres que trabajan en la educación inicial pública en contextos vulnerables en Santiago de Chile y que brindan cuidados dentro del hogar. En la búsqueda de cuestionar la forma tradicional de construir conocimiento, se opta por las Producciones Narrativas, como propuesta de investigación feminista, para posibilitar el surgimiento de textualizaciones coproducidas con las mujeres que fueron parte de este proceso, buscando el surgimiento de nuevos significados hilados entre sí. Los relatos muestran la manera en que la doble presencia impacta en diferentes dimensiones del cotidiano, configurando un escenario en el que el fenómeno se reproduce y agudiza continuamente, condicionando las trayectorias de vida y perpetuando la generización de sujetos/as y ocupaciones.

Palabras clave

Cuidados; ocupaciones; mujeres

Abstract

Over the last few decades, the issue of caregiving has gained prominence on political and academic agendas, highlighting the global crisis affecting the sustenance of life. The double burden, as a feminist reinterpretation of the "double workday," is a phenomenon that takes shape within this crisis. This research sought to understand how the double burden manifests in the daily lives of women working in public early childhood education in vulnerable communities in Santiago, Chile, who also provide care within their homes. Seeking to challenge traditional knowledge construction methods, this study employs Narrative Productions as a feminist research approach. This approach facilitates the creation of texts co-produced with the women who participated in this process, aiming to generate new, interconnected meanings. The stories show how the double presence impacts different dimensions of daily life, configuring a scenario in which the phenomenon is continually reproduced and intensified, conditioning life trajectories and perpetuating the gendering of subjects and occupations.

Keywords

Care; occupations; women

Introducción

La vida transcurre en un escenario de crisis global que se proyecta en diversas estructuras sociales y económicas, tales como crisis alimentaria, medioambiental, energética y de cuidados (Pérez Orozco, 2009, en Arriagada, 2010; Valenzuela et al., 2020). La crisis de los cuidados evidencia el vacío existente en la provisión de cuidados, lo que devela, de manera crítica, la injusta Organización Social del Cuidado (OSC) en la sociedad actual. La tensión surge pues, lejos de modificarse esta distribución desigual, se continúa manteniendo y reproduciendo la división sexual del trabajo (Moreno et al., 2010; Gonzálvez, 2018), en donde las mujeres se encargan en mayor medida de la provisión de cuidados, entendiéndose estos como todas aquellas actividades indispensables para satisfacer las necesidades básicas y la reproducción de las personas, incorporando las dimensiones físicas y simbólico afectivas (Rodríguez y Marzonetto, 2015), lo que desde las economías feministas se ha denominado la "sostenibilidad de la vida" (Rodríguez, 2015).

El ordenamiento social que permite que sean las mujeres quienes continúan asumiendo el trabajo reproductivo, es el género, operando como un elemento cohesionador con la economía capitalista dominante (Grandón, 2018). De esta manera, surge una *arquitectura institucional generizada* que se basa en la injusta Organización Social del Cuidado (Dolors, 2017, en Gonzálvez, 2018) en la cual las mujeres *se ocupan* de la provisión de cuidados, subsanando la falta de actuación de otros actores sociales. En el entendido de *ocupación* como relación social producida históricamente (Grandón, 2021), o bien "praxis social, actividad humana como proceso transformativo, en los contextos y los lugares donde se sucede" (Simó et al., 2016, p. 526), la arquitectura generizada deviene en que los sujetos orienten su campo de acción en el mundo hacia actividades, roles, oficios, hábitos que están transversalizados por el género, produciendo sujetos generizados (Grandón, 2018).

La vida cotidiana, entendida como la encarnación y el escenario para la reproducción de estructuras y relaciones sociales (Grandón, 2021), o bien como un espacio y tiempo

que implica toma de decisiones, despliegue de mecanismos de resistencia y la puesta en marcha de nuevos modos de ser, estar, vivir y hacer (Galheigo, 2020), se piensa alejada del "mito de lo natural" como decían Pampliega y Racedo (2007), con el afán de desnaturalizar las prácticas sociales que parecieran dadas o silenciadas (Palacios, 2016). Las ocupaciones o, como diría Guajardo (2016) *los sujetos siendo en la ocupación*, al estar produciendo el mundo que a su vez los produce, evidencian el inherente rol transformador o reproductor que estas poseen (Palacios, 2016; Grandón, 2018; Grandón 2021).

Es en este escenario cotidiano donde se cristaliza la *doble presencia*. Este concepto surge como una reedición que el feminismo hace del concepto "doble jornada laboral" (Carrasquer, 2009). Su particularidad es constatar que las mujeres están expuestas a tiempos de trabajo sincrónicos y solapados (Cubillos y Monreal, 2019). Es decir, en el mismo momento que están en su lugar de trabajo productivo, están pensando y gestionando eventualidades propias del trabajo reproductivo, y viceversa. Esta sincronía es tan aguda y difractaria en sus efectos, que es considerada la nueva forma que adquiere la división sexual del trabajo en la sociedad actual (Carrasquer, 2009).

La provisión de un continuo y solapado trabajo, por parte de estas mujeres, va a adquirir distintas formas según cuál sea la posición específica que ellas ocupen en la estructura social. Según Carrasquer (2009), las condiciones del hogar y del empleo son cruciales para incidir en las formas que adquiera. Se considera interesante analizar la expresión del fenómeno de la doble presencia en mujeres que cuidan a otras personas de su núcleo familiar, a la vez que trabajan en educación inicial, tanto por las particularidades de sus condiciones laborales, como por ejemplo, el elevado nivel de feminización, las bajas remuneraciones, el elevado porcentaje de niños y niñas por docente, junto con una valoración social inferior de esta labor (Subsecretaría de Educación Superior, 2021), como también por la presencia del *cuidado* como elemento protagónico dentro de su cotidianidad.

Metodología

El estudio fue de tipo cualitativo, adoptando un enfoque narrativo, el que, según Bernasconi "suele ser fructífero a la hora de comenzar la investigación de un fenómeno del que se tiene poca información" (2011, p.23), cuestión pertinente respecto al fenómeno de la doble presencia. Para la selección de las participantes se utilizó el muestreo por conveniencia, a partir de la "accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador" (Otzen y Manterola, 2017). Debido al entorno laboral de la investigadora, se contó con un contacto directo hacia JUNJI (Junta Nacional de Jardines Infantiles), institución desde donde provienen las participantes.

El primer acercamiento se realizó con una profesional de Gestión y Experiencias Académicas de JUNJI, a quien se le hizo llegar el consentimiento informado, en donde se detallaron los acuerdos de confidencialidad, voluntariedad y objetivos. Posteriormente, esta profesional pone en contacto, vía correo electrónico, a la investigadora con las directoras de los seis jardines infantiles seleccionados, y les solicita que puedan disponer para este proceso de una educadora y una técnica que cumplan con los criterios de

inclusión. De esta manera, se envía el consentimiento a cada una de las profesionales que aceptaron participar, y se generaron las sesiones de entrevista.

Primero, se realizó una entrevista online grabada de una hora con cada una de ellas, durante la cual, paralelamente, se registraba en un cuaderno de notas las sensaciones y matices que tomaba la sesión. Posteriormente, desde lo grabado y anotado, se elaboró una textualización inicial, que luego fue enviada a las entrevistadas para ser revisada y modificada tanto como fuera necesario. Al hacerles llegar por segunda vez la textualización, esta fue aprobada definitivamente y se contó con el producto finalizado.

A continuación, como resultados, se presentarán fragmentos de cinco narrativas, correspondientes a Sandra, Angélica, Antonia, Clara, y Rocío[1] para, cómo diría Guarderas (2014), hacerlos dialogar posteriormente con mi propia narrativa.

Las narrativas

Sandra, educadora, vive en Cerro Navia con su esposo y tres hijos de 11, 17 y 26 años. Tiene fibromialgia. Su padre tiene Alzheimer.

Mi marido me dice que menos mal que él y mi padre se llevan mal, ya que de lo contrario él ya estaría viviendo acá con nosotros. La verdad es que apenas se presenta un fin de semana largo o vacaciones, yo traigo a mi papá con nosotros, o nos vamos a la playa con él. Y así soy en todo ámbito de mi vida, me siento responsable por quienes me rodean y trato de entregar todo lo que tengo para ayudar en el bienestar de los demás. El jardín queda a cinco minutos de mi casa, y hay ocasiones en las que me traigo canastas de alimentos para entregárselas en mi casa a algunos papás, o recibo a apoderados acá para atenderlos brevemente. Ahora que me encuentro con licencia médica, también sigo pendiente de las labores del jardín, contestando llamados y respondiendo correos.

La verdad es que me cuesta parar un poco el ritmo, y muchos me lo hacen notar. Creo que es parte del miedo que me provoca detenerme y observar qué sucede dentro mío, qué siento y de donde proviene mi angustia. No sé qué es lo que me pasa, qué me falta o qué quiero para mí. Sé y valoro a quienes tengo a mi alrededor, y me provoca felicidad ver todo lo que he logrado, ver a mi familia bien constituida y verme a mi como profesional. Pero al intentar mirar en mi interior, no logro conectarme con esa parte de mí que me tiene así. De esta manera estar sobre la máquina, siempre haciendo algo, ya sea del jardín o de la casa, ayuda a no hacerme cargo de todo eso que siento dentro. Y claro que me pasa la cuenta. Hace unos días, por ejemplo, viví un momento de crisis que me tumbó, me tuvieron que llevar al hospital y allí me quedé hospitalizada con suero y medicación. Por ese episodio, y el posterior ajuste de medicación que me hizo mi doctor, es que me encuentro actualmente con licencia médica.

1 Se optó por nombres ficticios, a petición de las entrevistadas, para resguardar su identidad.

Antonia, técnico, vive en San Pedro de Melipilla junto con su esposo y sus dos hijos, de 1 y 4 años.

Mi familia y yo somos del sur y hace 15 años que nos vinimos a vivir a la Región Metropolitana. El resto de nuestra familia se quedó en el sur, por lo que no tengo más redes de apoyo que mis padres y hermana. Mi madre nos apoya ocasionalmente pues se encuentra trabajando y además fue operada. Mi hermana también se encuentra viviendo una situación compleja en la actualidad, pues tiene un hijo que está en proceso diagnóstico por Autismo. Sin embargo, será ella quien cuidará de mi hijo menor cuando se me termine la licencia de postnatal. Respecto a la familia de mi pareja, no tenemos mucho vínculo con su madre, mientras que sus hermanos, como son hombres, no los veo como una opción para el cuidado de nuestros hijos.

Este año sé que debo aguantar así, en esta situación en la que estamos, pero el próximo año no sé qué va a pasar porque mi hijo mayor entra al colegio, y yo no sé qué haré de arriba para abajo con los cuadernos, tareas, llevándolo a clases y luego yéndome a trabajar. Estoy pensando en dejar mi trabajo el próximo año. Hay momentos en la vida en los que hay que priorizar, y yo creo que priorizaré a mis hijos.

Mi pareja trabaja fuera de casa y yo trabajo dentro de la casa. Ambos trabajamos, pero él al trabajar fuera se arriesga por nosotros manejando de aquí para allá, y llega cansado después de estar tantas horas trabajando y le gustaría sentarse un minuto al llegar. Porque una trabajando acá en la casa igual puede descansar en algunos ratitos, pero él no. Yo intento tenerle a los niños listos para cuando él llegue, pero de todas maneras él sabe que me tiene que ayudar un poquito.

La pandemia me ha gustado porque he estado en la casa, no he estado viajando de aquí para allá. Así que ha sido rico en ese sentido, no me he sentido agobiada estando acá. Sin embargo, a veces me gustaría tener algún espacio de descanso, donde poder levantarme tarde, o dormir una siesta. Por ahora, hay que dedicarse a los niños no más y darlo todo por ellos.

Rocío, técnico, vive en Estación Central junto con su pareja y su hija de un año y medio.

Al quedar embarazada de Amaral, y unos meses antes de que ella naciera, tomé la decisión de irme a vivir a la casa de mi madre, pues hasta ese momento me encontraba en la casa de mi pareja. Lo decidí por mi comodidad, porque sospechaba de los complejos tiempos que se avecinaban, y por todo el apoyo que iba a requerir para acomodarme a la vida con una hija recién nacida. En el periodo de postnatal mi madre fue un importante soporte, pues me permitió esos momentos de descanso que son tan necesarios en el puerperio. Sin embargo, al finalizar el postnatal y retomar mis funciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo, inicia un período terrible para mí. La cantidad de tareas que tuve que cumplir para lograr conciliar el rol de madre, el rol de cuidadora de Martín, el rol de trabajadora y además sumado a todo el trabajo doméstico de mantención del hogar, generaron una sobrecarga tan fuerte que tuve que tomar licencia médica. Eran tantas las

cosas que tenía que hacer, y a tanta gente a la que tenía que cumplirle, que me invadía una sensación de querer escapar por no poder lograr todo lo que se esperaba de mí.

En lo concreto, mi día iniciaba a las 9:00 hrs, ya que aprovechaba de dormir un poco más antes de que despertara Amaral, cuestión que era considerada como "flojera" por mi madre, pues no validaba el cansancio que estaba sintiendo y siempre me cuestionaba que no aprovechara esos momentos de manera más "productiva". Tomaba desayuno e iniciaba las preparaciones para el almuerzo de mi hija y, si me alcanzaba el tiempo, empezaba a preparar el mío y de Martín. Luego, hacía aseo general y acompañaba a mi hermano en sus clases online. Paralelamente, realizaba mis funciones laborales, como comunicarme por videollamada con los apoderados/as del jardín, y realizar seguimiento de los procesos educativos. Esto se volvió frustrante para mí pues muchos de ellos y ellas no contestaban a los llamados o no se presentaban a las citas.

En otras oportunidades, tenía que conectarme a reuniones laborales, las cuales coincidían con las clases de Martín y con la siesta de Amaral, por lo que mi hermano cumplía un rol fundamental. Él bajaba a Amaral en su coche, y procuraba que se durmiera en el paseo. Mientras, estaba conectado a sus clases a través del celular. Paralelamente, también me conectaba a las clases de él para estar atenta si es que pedían alguna tarea específica. Esta presencia en distintos espacios que requerían de mi atención también sucedió en algunas ocasiones en las que tuve que ir a algún control médico con mi hija, al mismo tiempo en que estaba en una reunión laboral, por lo que me ponía un audífono para lograr comprender lo más relevante. Recuerdo que mis días giraban alrededor de la cocina- comedor, ese era mi escenario cotidiano.

Todo esto, inevitablemente también generó conflicto en la relación con mi madre y con mi pareja, pues en el momento en que ellos llegaban a la casa, yo ya me encontraba sobrepasada de estrés y cansancio. Es así como se fueron generando las razones suficientes para que con Carlos buscáramos un lugar para nosotros tres, en el que pudiéramos sentirnos más tranquilos y organizados. Mi día a día, sin embargo, sigue siendo caótico.

Carolina, educadora, vive en la comuna de Puente Alto junto con su pareja y sus padres, que son personas mayores.

Me siento a cargo de mi mamá, tanto en aspectos específicos como monitorear la toma de medicamentos, llevarla al médico cuando es necesario, ayudarla en tareas domésticas de mayor exigencia, instar a que se haga los chequeos de salud necesarios para dilucidar el porqué de sus malestares, por mencionar algunos. Pero también me siento a cargo desde lo emocional, pues yo sé que soy un apoyo fundamental para ella, una especie de sostén del que ella depende. Un ejemplo que grafica esta situación es a partir de mi sueño de irme a vivir al sur junto a mi pareja. Es una ilusión que ya lleva un tiempo en mi cabeza, y con la cual mi pareja y yo nos proyectamos realmente. Fantaseamos sobre el trabajo que podríamos tener en otro lugar, pues afortunadamente ambos podríamos continuar con nuestras mismas ocupaciones si así lo quisiéramos. También fantaseamos y anhelamos una vida más tranquila que nos ofrezca una mejor calidad cotidiana. Cuando converso con mi madre de este sueño, ella me dice que me vaya, que lo cumpla. Sin embargo, yo sé

que por dentro ella se desmoronaría. Mi mamá igual me amarra en ese aspecto porque necesita de los cuidados que le brindo, y yo tampoco podría emocionalmente dejarla, no podría. No es viable para mi irme sin mis padres, pues no soy capaz de generar ese sufrimiento en ella. Es por esto por lo que, de momento, lo veo como un sueño a largo plazo, para el cual debo ver la manera de convencer a mi madre de dejar su casa, su lugar, para emprender una nueva vida en el sur. Durante los fines de semana, me gusta salir con mi pareja, vamos mucho al Cajón del Maipo. Ese entorno natural me relaja. A estos paseos frecuentemente invito a mis padres, pues no me gusta salir y saber que ellos se quedan en casa como siempre, haciendo lo mismo de todos los días.

Quien era mi "*partner*", mi compañera acá en el jardín infantil es una de las que se fue, pero nos mantenemos en contacto a través del celular principalmente. No nos podemos ver tanto como me gustaría, pues las tareas domésticas y el tener que llegar temprano a mi hogar son factores que complejizan el juntarnos presencialmente. Además, es innegable que mis niveles de cansancio ya no me permiten mantener la vida social como la tenía anteriormente, sumado a que cada vez tengo mayores responsabilidades en relación con el cuidado de mi madre, y todo eso hace que una vaya cambiando, que los intereses y prioridades ya no sean los mismos. Pero, pensándolo bien, creo que me encuentro inmersa en una dinámica de costumbre. Costumbre de no salir con amigas, costumbre de venirme siempre para mi casa después de trabajar, costumbre de pensar que tengo que, sí o sí, estar disponible para mi madre.

Angélica, técnico, vive en la comuna de El Bosque, junto con sus padres, que son personas mayores, y su hijo de diez años.

Actualmente estoy en el nivel sala cuna. Un nivel que demanda un modo de relación con los niños y las niñas que se asocia más a lo maternal. Ese sentir aflora, en realidad, en todos los niveles. Creo que el sentimiento de ser la mamá de todos ellos y ellas se intensifica en aquellos casos de niños/as que viven carencia en sus hogares. Intento que el espacio del jardín infantil sea un espacio seguro para ellos/as, en el que se suplan, lo más posible, esos vacíos con los que llegan.

Además de lo que le sucedió a mi padre, quien quedó con secuelas de afasia, a mi madre le descubrieron una anomalía cardiaca hace un año, cuestión que fue tratada con una cirugía de urgencia en lo que se suponía iba a ser un procedimiento sencillo. Sin embargo, las cosas se complicaron y tuvo que permanecer hospitalizada por un mes en el Barros Luco. Este período fue muy complejo para mí, significó un gran desgaste emocional pues, además, producto de la pandemia nuestro contacto con mi madre fue casi nulo. Por las noches no podía conciliar el sueño, me inundaba la tristeza y la angustia. A la vez, a pesar de esta vulnerabilidad, intenté mostrarme estoica e inmutable, continué realizando mis funciones con normalidad y me aferré a la idea de que había muchas cosas que dependían de mí, por lo que no podía darme el lujo de flaquear. Todo esto me llevó a hacer cortocircuito en un momento, experimentando una sensación de malestar tan fuerte que me llevó a tomar una licencia médica.

¿Quién cuida de mí?

El cuidado como derecho universal. La deuda del Estado

Una línea analítica de los cuidados es comprenderlos como un derecho universal, cuestión que involucra distintos elementos importantes de destacar. Primero, las personas tienen derecho a recibir cuidados de calidad, independiente de sus vínculos familiares y las posibilidades económicas (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2007; Batthyány, 2020). De esta manera, se conciben los cuidados desde la óptica de la ciudadanía, y no del mercado. La lógica del cuidado se relaciona con el enfoque de derechos, pues se cambia el foco desde la mera provisión de servicios o prestaciones a grupos con necesidades específicas por parte del Estado, para pasar a comprenderse desde la potestad jurídica y social que los/as ciudadanos/as tienen que exigirle al Estado el cumplimiento de tales derechos (Alsop y Norton, 2004 como se citó en CEPAL, 2007).

Segundo, el lente de la universalidad del derecho también permite superar la visión dual en cuanto a una vereda de proveedoras de cuidados y otra de personas dependientes de éste, cuestión que se relaciona con la noción de interdependencia, la cual es clave para dar cuenta de que todas las personas reciben y proveen cuidados de manera permanente a lo largo de la vida. En línea con la crítica a la concepción dualista de entregar/recibir, Tronto apunta que no es la dependencia o independencia, sino la "interdependencia" lo que caracteriza la condición humana (Tronto, 1993 como se citó en Esquivel, 2011). Para Sandra, su cotidianidad se estructura, tanto en lo material como en lo afectivo, desde la entrega de cuidados para otros y otras. Ya sea en casa, desplegando todas las actividades y gestiones necesarias para que esta tenga el funcionamiento esperado, así como en su trabajo. Según Rocío, aún mientras atravesaba su postnatal, momento de múltiples transformaciones, altas demandas físicas y emocionales, era juzgada por su entorno familiar, particularmente su madre, por priorizar el descanso en ciertos -y acotados- momentos del día. Rocío señala que este afán de su madre por concebir que un buen uso del tiempo era únicamente cuando este es productivo, la hacía sentir como floja y le generaba un sentimiento de culpa. Se vuelve relevante tensionar el rol que la familia y el trabajo tienen en tanto dispositivos de socialización, avalando y perpetuando prácticas que emergen desde la arquitectura generizada del cuidado (Grandón, 2018).

Otro elemento a destacar es respecto a que las personas tienen el derecho a elegir si desean o no cuidar en el contexto familiar (Batthyány, 2020), y de elegir ejercer el cuidado, deben hacerlo con ciertas condiciones mínimas, resguardadas desde la institucionalidad. Es decir, cuidar en el hogar debiese ser una elección que cuente con los soportes necesarios para que, de escogerse, no precarice la vida. Según Antonia, por ejemplo, el continuar o no trabajando como técnico el próximo año, cuando su hijo ingrese a la educación formal, es señalado como una decisión que tendrá que tomar pues sospecha de las complejas maniobras de gestión que deberá desplegar para lograr acompañarlo en el proceso académico y, a la vez, cumplir con todas sus otras tareas. Pero esta decisión se sustenta tanto en el hecho de que de ella depende el cuidado cotidiano de su hijo y que, en consecuencia, es ella quien debe ceder su trayectoria profesional, como también en la naturalización del hombre como proveedor principal. Esa decisión, por consiguiente, traerá un impacto económico a nivel de ingreso familiar, con las consecuentes complejidades

que eso puede significar. Según Sorbara, et al. (2021) las mujeres, al hacerse cargo del trabajo doméstico y de cuidados de manera protagónica, ven marcadas sus trayectorias laborales de manera desigual respecto de los hombres, mermando sus posibilidades de crecimiento personal y acceso a puestos de mayor estatus.

A darlo todo por ellos

Afectos, dimensión clave en la doble presencia

Un elemento esencial, y muchas veces infravalorado al aproximarse a cómo operan los cuidados y la doble presencia en la vida cotidiana, son los afectos. La exposición al trabajo continuo para las mujeres no se da en un terreno inerte. No es sólo la puesta en marcha de una maquinaria de acciones y estrategias para sostener condiciones de subsistencia. Los afectos y la emocionalidad son cauces que permean la cotidianidad, que la moldean y que se articulan fuertemente a sus ocupaciones, o bien, al modo en que las personas *somos* en las ocupaciones.

La afectividad pasa a ser una dimensión que articula trabajo remunerado y el de cuidados (Tereso y Cota, 2017). Según Sandra, es a partir del sentirse responsable para los demás que se genera la necesidad de estar siempre disponible y presente. Esta emocionalidad opera como un engranaje que conecta el trabajo en el hogar con el del jardín infantil, y les otorga características particulares en su cotidianidad, difuminando los contornos propios del espacio hogar y trabajo. Para Carolina, por ejemplo, la emocionalidad también es una dimensión crucial que va a determinar, de manera más potente que otras, los modos en los que se organice su vida cotidiana. Ella con su pareja cuentan con todas las posibilidades materiales para poder emprender su sueño de irse a vivir al sur, tanto en relación con los recursos monetarios como con la flexibilidad laboral. Y ambos conciben esta opción como una mejora considerable en su calidad de vida. Además, si bien sus padres son personas mayores, son ambos autovalentes, por lo que no existe una dependencia concreta en el cuidado. Pero es aquí cuando los afectos *interpelan* a la lógica racional para develar su importancia en la vida cotidiana.

Comprender a las emociones como prácticas sociales y culturales (Lamas, 2018) que se traducen en un modo particular de ocuparse cotidianamente, es clave, pues permite desmenuzar de dónde provienen las emociones más conflictivas asociadas a los cuidados, como por ejemplo la culpa, y también dotar de *sustancia afectiva* a las ocupaciones, que también se comprenden como prácticas sociales y culturales situadas históricamente, cuestión que humaniza nuestro quehacer disciplinar.

¿De dónde sacar momentos cuando el cuerpo está cansado?

Impacto en la salud mental y trayectorias de vida

La preocupación o disponibilidad de *estar*, de manera permanente, genera tensión psíquica y ello supone riesgos para la salud (Cubillos y Monreal, 2019). La sincronía en la exposición a los trabajos trae consigo de manera ineludible una profundización de la sobrecarga en las mentes y los cuerpos de las mujeres trabajadoras (Díaz, 2020), y Rocío, Angélica, Sandra, Antonia y Daniela lo describen muy bien. Para Rocío, por ejemplo, el período de teletrabajo implicó un nivel elevado de detalle y especificidad en la gestión de las tareas cotidianas tal, que debe abarcar sus responsabilidades como madre, como cuidadora de Martín (su hermano), como técnico parvularia y como dueña de casa. Son cuatro dimensiones que deben ser sincronizadas, coordinadas y planificadas de manera de lograr un resultado consistente. Este nivel detallado de gestión del tiempo y del espacio, a modo de compatibilizar las distintas tareas trabajo no remunerado y remunerado (Díaz 2020), provoca, según autoras terapeutas ocupacionales, la disminución en la disponibilidad de tiempo y oportunidades para acceder a otras ocupaciones que pueden ser consideradas como factores protectores para la salud, como lo es el ocio, descanso, participación social y sueño (Vidal et al., 2018).

No obstante, resulta clave poder interpelar esta operacionalización de las ocupaciones como categorías estáticas, ajenas al sujeto, o "buenas en sí mismas" para reposicionar la idea de las ocupaciones como sujetos siendo en ellas, atravesados por un sustrato afectivo inherente. Cuando Sandra narra que en las salidas a la playa no puede dejar de considerar llevar a su padre, pese a que él se lleva mal con su pareja, o cuando Carolina cuenta que en las salidas del fin de semana se siente responsable por invitar a su madre, para que ella no se quede sola, permiten entrever que sus espacios de ocio, descanso y participación social están permeados por la lógica de los cuidados. Las consecuencias de la doble presencia, en clave ocupacional, no debe leerse entonces únicamente orientadas a la disminución del tiempo disponible para acceder a ocupaciones potencialmente protectoras para la salud, sino que debe relevar que, aún incluso accediendo a ellas, estas están atravesadas por la lógica de la provisión de cuidados.

Para Angélica, el ser cuidadora de sus padres, de su hijo y sostenedora del hogar, trae consigo un sentimiento de responsabilidad tan grande que le impide exteriorizar su emocionalidad y delegar tareas en sus redes de apoyo. Ella describe no poder darse el lujo de flaquear, pues comprende el agotamiento físico y mental como una esfera que no tiene posibilidades de emerger sólo por el hecho de estar presente, sino que le asigna momentos específicos del día, aquellos momentos en los que se encuentra sola o con alguien de confianza, momentos en la noche, cuando todos duermen. Para Sandra, la doble presencia opera como una vía de escape frente a ese *algo* que lleva dentro que no logra identificar, pero que le duele y le angustia. En línea con lo que plantea Sandra, Gavidia (2017) en una investigación que abordó el tema de la doble presencia y el estrés laboral, refiere como las entrevistadas acuñan el término "doble ausencia" para reflejar una sensación de reproducción automática del cotidiano, sin que lograran sentirse plenas con su desempeño en los distintos espacios.

Reflexiones finales

Pensar en cómo la doble presencia se expresa en la vida cotidiana de las mujeres que fueron parte de la investigación, sugiere, como primer elemento, que es un fenómeno que se *esculpe* y se *encarna* en escenarios cotidianos, viéndose reproducido y a la vez siendo reproductor de sujetos generizados y trayectorias de vida generizadas. Segundo, se evidencian con claridad los costes para la salud mental y para la calidad de vida. Se percibe, como tercer elemento, que los intentos que pueden tener de alejarse del rol de cuidadoras y sostenedoras generan un sentimiento de culpa y contradicción tal, que puede ser paralizante si es que el entorno social se mantiene pasivo ante la naturalización. Por último, se considera que el fenómeno de la doble presencia refuerza una especie de *mito del autocuidado*, el cual pareciera instalar la premisa de que para que una mujer cuidadora sea cuidada, es necesario el acceso a espacios que la alejen de toda responsabilidad de cuidar, sin que más bien se cuestionen las bases estructurales y prácticas cotidianas que reproducen la injusta OSC.

Respecto a la terapia ocupacional, no puede ser, entonces, la búsqueda de acceso a "ocupaciones saludables" la actuación principal o más localizable en el ámbito de los cuidados, por el contrario, se sugiere una actuación histórica, concreta y situada que asuma la responsabilidad política y el potencial transformador de la profesión. En este sentido, es necesario revisar académica y cotidianamente las distintas intervenciones realizadas desde la disciplina en el ámbito de los cuidados, depurando los marcos comprensivos desde donde se construyen y dando cuenta de sus reales implicancias en la vida de las sujetas.

Sobre las limitaciones de la investigación, se considera que la utilización de las Producciones Narrativas con sujetas que acceden a participar, a partir de una solicitud que emerge de manera externa (en este caso, convocatoria desde dirección, sin un contacto previo con la investigadora), es un factor que puede obstaculizar el desarrollo de un proceso que sea mutuo, comprometido y elaborado en común. Por otra parte, otra limitación o, mejor dicho, desafío, es la acotada variedad de experiencias de investigación sistematizadas y publicadas que hayan utilizado esta metodología, por lo que el marco de referencia se vuelve algo difuso. Esta metodología es una invitación a la creatividad y toma de decisiones colectivas que, sin duda, abre puertas para la construcción de conocimiento situada.

Conflictos de intereses

La autora manifiesta la inexistencia de conflictos de interés.

Referencias

Arriagada, I. (2010). La crisis del cuidado en Chile. *Revista de Ciencias Sociales,* 27, 58-67.

Arriagada, I. (2013). Desigualdades en la familia: trabajo y cuidado en Chile. En C. Mora (Ed.), *Desigualdad en Chile: la continua relevancia del género* (pp. 91-112). Ediciones Universidad Alberto Hurtado.

Batthyány, K. (2020). *Miradas latinoamericanas a los cuidados*. CLACSO. Siglo XXI. https://www.clacso.org/miradas-latinoamericanas-a-los-cuidados/

Bernasconi, O. (2011). Aproximación narrativa al estudio de los fenómenos sociales: principales líneas de desarrollo. *Acta sociológica*, *1*(56), 9-36. https://doi.org/10.22201/fcpys.24484938e.2011.56.28611

Carrasquer Oto, P. (2009). *La doble presencia. El trabajo y el empleo femenino en las sociedades contemporáneas.* Universidad Autónoma de Barcelona.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. Unidad Mujer y Desarrollo (2007). *El cuidado como cuestión social desde un enfoque de derechos.* Serie mujer y desarrollo, Editorial CEPAL.

Cubillos, S. y Monreal, A. (2019). La doble jornada de trabajo y el concepto de doble presencia. *Revista GPU, 14*(1), 17-27.

Esquivel, V. (2011). *La economía del cuidado en América Latina: Poniendo a los ciudadanos en el centro de la agenda.* http://www.americalatinagenera.org/es/documentos/Atando_Cabos.pdf

Galheigo, S. M. (2020). Terapia ocupacional, cotidiano e a tessitura da vida: aportes teórico-conceituais para a construção de perspectivas críticas e emancipatórias. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, *28*(1), 5-25. https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO2590

Gavidia, A.M. (2017). *Estrés laboral o doble presencia en mujeres: abordaje desde la salud ocupacional.* https://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/book/article/view/3324/3313

Grandón, D. (2018). Función económica de las ocupaciones feminizadas no remuneradas: una crítica desde la economía feminista. *Revista Ocupación Humana, 18*(2), 54-67. http://dx.doi.org/10.25214/25907816.228.

Grandón, D. (2021). Lo personal es político: un análisis feminista de la experiencia cotidiana de cuidadoras informales de personas adultas en situación de dependencia, en Santiago de Chile. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, *29*, e2161. https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO2161

Gonzálvez, H. (2018). Género, cuidados y vejez: Mujeres «en el medio» del trabajo remunerado y del trabajo de cuidado en Santiago de Chile. *Prisma Social Revista de Ciencias Sociales,* (21), 194-218.

Guajardo, A. (2016). Construcción de identidades, epistemes y prácticas en Terapia Ocupacional en América Latina. En S. Simó, A. Guajardo, F. Correa, S. Galheigo y S. García-Ruíz (Eds.), *Terapias Ocupacionales desde el Sur: Derechos Humanos, Ciudadanía y Participación* (pp. 41-62). Editorial USACH.

Guarderas, P. (2014). *La intervención psicosocial contra la violencia de género en Quito: Tejiendo narrativas y nuevos sentidos.* Universidad Autónoma de Barcelona.

Lamas, M. (2018). *División del trabajo, igualdad de género y calidad de vida. En Trabajo de Cuidados: una cuestión de derechos humanos y políticas públicas.* ONU Mujeres.

Moreno, N., Moncada, S., Llorens, C. y Carrasquer, P. (2010). Doble presencia, trabajo doméstico-familiar y asalariado: espacios sociales y tiempos. *Revista New Solutions*. *20*(4), 1-16.

Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol, 35*(1), 227-232.

Palacios, M. (2016). Conceptualizaciones sobre cultura, socialización, vida cotidiana y ocupación: reflexiones desde espacios formativos. *Revista Ocupación Humana*, *16*(1), 56-69

Pampliega de Quiroga, A. y Racedo, J. (2007). *Crítica de la vida cotidiana*, (7ª ed.). Ediciones Cinco.

Rodríguez Enríquez, C. (2015). Economía feminista y economía del cuidado. Aportes conceptuales para el estudio de la desigualdad. *Nueva Sociedad*, (256), 30-44.

Rodríguez Enríquez, C. y Marzonetto, G. (2015). Organización social del cuidado y desigualdad: el déficit de políticas públicas de cuidado en Argentina. *Revista Perspectivas de Políticas Públicas,* (8), 103-134.

Rodríguez Enríquez, C. y Pautassi, L. (2014). *La Organización Social del Cuidado de Niños y Niñas. Elementos para la construcción de una agenda de cuidados en Argentina*. Equipo Latinoamericano de Justicia y Género-ELA.

Simó, S., Guajardo, A., Correa, F., Galheigo, S. y García-Ruíz, S. (2016). *Terapias Ocupacionales desde el Sur: Derechos Humanos, Ciudadanía y Participación.* Editorial USACH.

Sorbara, S., Baró, S., Greco, R., Preiti, M. y Quinteros, M. (2021). Doble presencia, entre la familia y el trabajo. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, *6*(251). https://doi.org/10.32351/rca.v6.251

Subsecretaría Educación Superior (10 diciembre 2021). *Empleabilidad e ingresos Portal mi Futuro*. https://www.mifuturo.cl/buscador-de-empleabilidad-e-ingresos/

Tereso, L. y Cota, B. (2017). La doble presencia de las mujeres: conexiones entre trabajo no remunerado, construcción de afectos-cuidados y trabajo remunerado. *Revista Margen, 1*(85), 1-12.

Valenzuela, M.V., Scuro, M.L. y Vaca Trigo, I. (2020). *Desigualdad, crisis de los cuidados y migración del trabajo doméstico remunerado en América Latina*, serie Asuntos de Género, N° 158, Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

Vidal, M.I., López, E. y Royo, N. (2018). Visibilizando los cuidados desde una perspectiva feminista en terapia ocupacional. *TOG (A Coruña)*, *15*(27), 185-190. https://revistatog.com/num27/pdfs/colab3.pdf