

# PONER LOS **CUIDADOS** EN EL CENTRO

1. ¿Qué entendemos por cuidados?
2. ¿porqué son importantes?
3. ¿qué podemos hacer con ellos?

**1.** ¿qué entendemos por cuidados?

Los **cuidados** son actividades que hacemos diariamente para sostener nuestros cuerpos, que no se sostienen solos.

son **tareas** y también **afectos**



# Los cuidados implican muchos **conocimientos** y **capacidades organizativas**



## 3.6. Autocuidado



- cómo hacer las cosas
- cómo se hacen en nuestro entorno
- cómo nos las han transmitido
- cómo les gustan a las personas
- cómo se hacen cuando hay pocos recursos
- cómo se hacen en la adversidad



Son conocimientos femeninos,  
están poco valorados



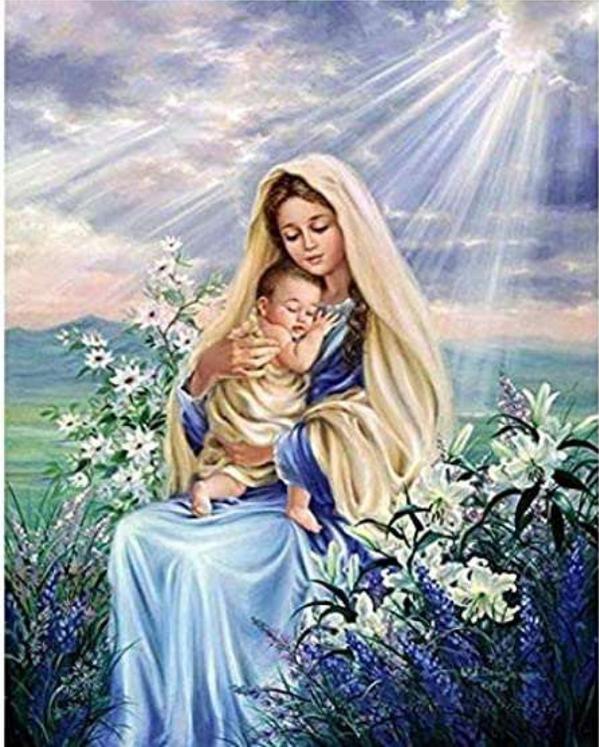
# Cuanto más empobrecidas estamos, **más carga de trabajo y más cuidados** hacemos

trabajar más por menos,  
estirar la canasta,  
suplir más con trabajo en casa,  
Dar más vueltas,  
peor alimentación,  
No hay con qué pagar médicos, servicios...  
hay que endeudarse,  
más preocupaciones,  
más riesgo de enfermarse...



Los cuidados implican **fuertes valoraciones** sociales para las mujeres

...la madre ideal... es blanca y rica







¿Por qué estas exigencias, estos ideales no se aplican a los varones?



¿Por qué no cuidan los ricos?



El cuidado y quienes  
lo hacemos NO  
somos valoradas...

pero Sí somos  
juzgadas  
e incluso  
violentadas



**2.** ¿porqué son importantes los cuidados?

# Sin ellos NO se mueve el mundo,

pero,  
para nosotras,  
implican:



sobrecarga, cansancio, mucho trabajo, poco reparto, poca valoración, sin pago, presión, muchas obligaciones, autoexigencia, empobrecimiento, juicio, sacrificio...

## INJUSTICIA



Arrorró mi niño, arrorró mi sol  
arrorró pedazo, de mi corazón

Mujer virtuosa nunca está ociosa



Hacen así  
así las lavanderas  
hacen así  
así me gusta a mí?



Lavar y barrer afición de mujer

**EXPLOTACION: UTILIZACION DEL TIEMPO Y EL TRABAJO  
DE LAS MUJERES EN BENEFICIO DE OTROS**

## ¿cuál es el mensaje?

Que la vida humana y natural puede degradarse, explotarse, aniquilarse...

que es más importante pagar la deuda, continuar la producción sin recursos, reducir y eliminar servicios (salud, educación, cuidados), pagar menos...

mientras nosotras seguimos sosteniendo

**3.** ¿qué podemos hacer con ellos?

No podemos:

eliminarlos,  
pagarlos  
deshacernos de ellos

los cuidados nos hacen más humanas,  
pero NO en estas condiciones...

¿luchas por/con los cuidados?

# TERRITORIO DOMÉSTICO

**POLITIZANDO LAS OLLAS,  
LAS CALLES Y LOS DELANTALES**



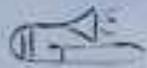
1. podemos sacarlos a la luz, a las calles...





## 2. Podemos exigir buenas condiciones, buen pago, buen trato





TROYA

ESO QUE LLAMAN  
**AMOR**

ES  
TRABAJO

**NO  
PAGO**



POSSA

**3.** Podemos compartirlos, enseñarlos, distribuirlos, exigirlos a quienes no los hacen



# 4. Podemos entender porqué cuidamos cómo cuidamos y porqué, a veces, decidimos NO cuidar



**5.** Podemos sostenerlos colectivamente,  
cooperar  
contra la aniquilación  
de nuestras familias  
y comunidades



**6.** Podemos señalar a quienes degradan nuestros cuidados, nuestra salud, nuestro bienestar...

quienes nos violentan, expulsan y desaparecen.

**¡Nuestras vidas importan!**





# El FMI en la crisis de Ecuador





SI NUESTRAS VIDAS  
NO IMPORTAN  
PAREMOS EL MUNDO.

NI UNO  
MENOS

Las PALLAS  
DEL ABELO

# 7. Podemos cuidarnos y acompañarnos entre nosotras



8. Podemos unirnos a quienes luchan por sostener vidas concretas y amenazadas en otras partes del país y del mundo.



# 9. Podemos afirmar y luchar por el valor y dignidad de nuestras vidas, de nuestros cuerpos y de nuestros trabajos.





★ ESTAMOS FLORECIENDO ★

@ESPACIO\_\_ABIERTO