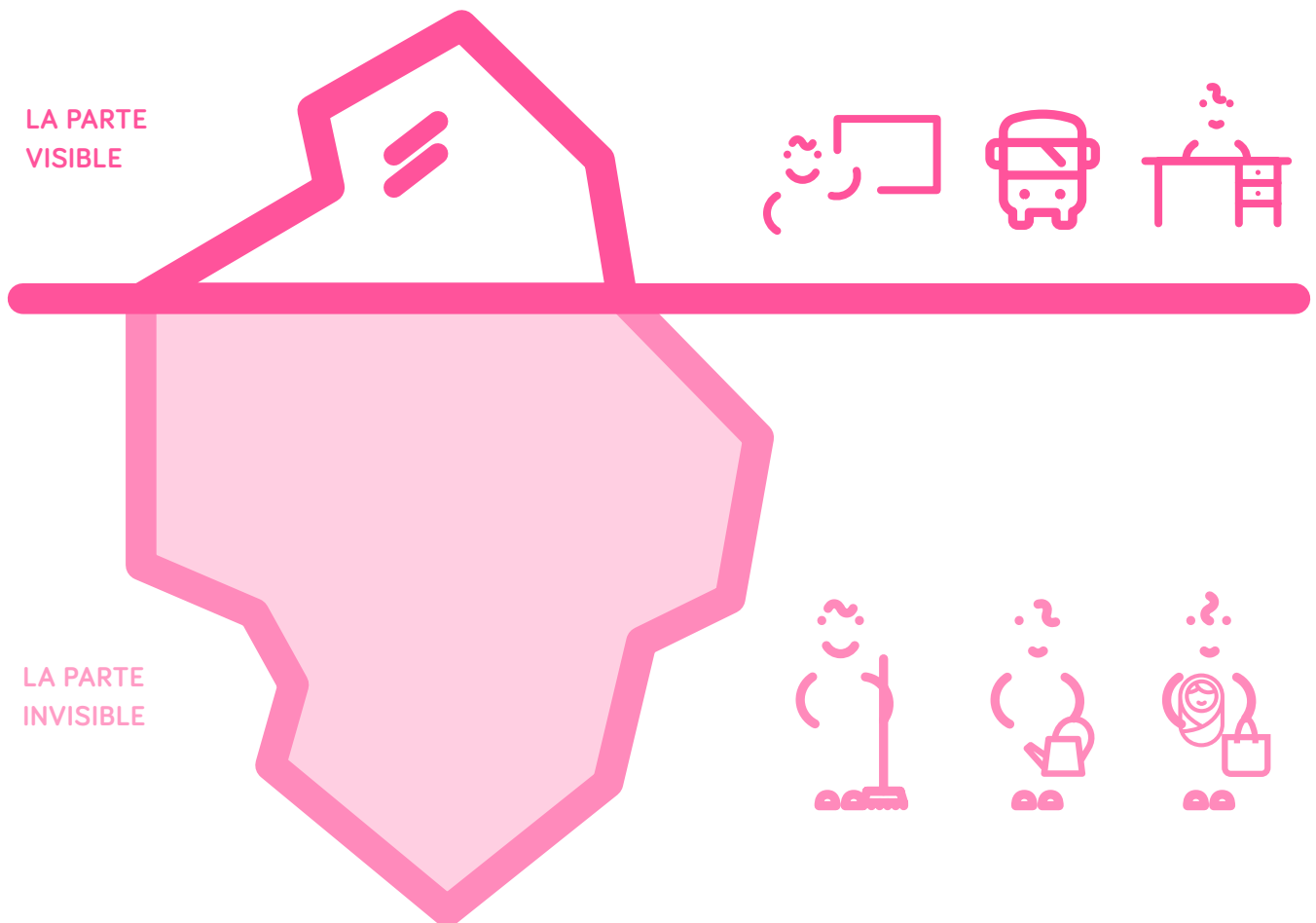


Cuidados



Los cuidados son todas aquellas actividades que nos permiten mantener nuestro bienestar cotidiano entendiendo el bienestar de las personas como un estado bio-psico-emocional-social. Así, los cuidados harían referencia a las tareas vinculadas al trabajo doméstico, al mantenimiento de la salud y a todas aquellas dirigidas a cubrir necesidades emocionales.

Los cuidados son vitales para el mantenimiento de la sociedad, y en definitiva, de la vida. Su distribución está atravesada por desigualdades de género, recayendo en las mujeres como un deber natural y ahistórico. Sin embargo, realizar cuidados no tiene que ver con nuestros cuerpos biológicos: se aprende a cuidar, nadie nace sabiendo. El hecho de que los cuidados sean feminizados, infravalorados, relegados al espacio privado e invisibilizados, se corresponde con una organización social patriarcal y sexista que, lejos de poner la vida en el centro, gira en torno al mercado, al beneficio económico y a la acumulación del capital. Creando una sociedad en la que predominan valores como el individualismo y la autosuficiencia.

Esta situación conlleva una sobrecarga de trabajo que genera desigualdades sociales (mayor dificultad para acceder a un empleo digno, participar en la vida pública, disponer tiempo libre, etc.) y graves secuelas en la salud de las mujeres (estrés, depresión de género, lesiones, exposición a productos tóxicos, etc.).

El entorno educativo es un espacio inmejorable para reflexionar y trabajar los cuidados: el autocuidado, los cuidados en el grupo, en la relación con el profesorado, con el centro educativo, etc. Desde una mirada sistémica que tenga en cuenta la *interdependencia* (dependemos de la relación con otras personas), la *ecodependencia* (dependemos de un ecosistema), las *desigualdades de género*, así como las desigualdades de *clase*, *etnia*, *lugar de procedencia*, *religión*, etc.

En medicus mundi sur disponemos de la guía didáctica: Hacia la corresponsabilidad social de los cuidados, donde encontrarás más información, datos y dinámicas concretas para reflexionar y fomentar los cuidados con el alumnado en el entorno educativo.

www.decuidados.org

