

DECÁLOGO POR EL CUIDADO DE LAS MUJERES DE LA LOCALIDAD DE SAN CRISTÓBAL



¿Cómo las mujeres cuidadoras de San Cristóbal convertimos nuestras experiencias en propuestas para transformar Bogotá?

Nosotras, las mujeres cuidadoras de San Cristóbal, hemos sostenido la vida cotidiana de nuestros hogares y comunidades durante años, muchas veces sin que nadie reconociera el valor de nuestro trabajo. Hemos aprendido que el cuidado no es solo una carga: es también el lugar desde donde construimos redes, liderazgos y formas de transformar nuestros territorios.

Por eso, decidimos y nos vinculamos al proceso de empoderamiento social y político, a través del curso "Mujeres que cuidan, Mujeres que inciden" convocado desde la Dirección del Sistema de Cuidado de la Secretaría Distrital de la Mujer, en el cual fortalecimos nuestras capacidades de liderazgo y empoderamiento social y político alrededor de los

trabajos de cuidado que hemos desarrollado por años en Bogotá. Allí, abordamos la importancia de nuestra participación ciudadana e incidencia en espacios de toma de decisiones con un enfoque de género e interseccional y nos apropiamos de la Política Pública de Mujeres y Equidad de Género.

Los Decálogos por el Cuidado son el resultado de ese proceso participativo. Los construimos juntas en nuestras diferencias y diversidades, como lideresas de base; mujeres de organizaciones feministas; mujeres lesbianas, bisexuales y trans; mujeres con discapacidad; mujeres campesinas y mujeres afrodescendientes y negras. En estos decálogos, priorizamos propuestas que reflejan nuestras voces, nuestras vivencias y nuestra capacidad propositiva. No solo hablamos de lo que nos afecta: también definimos lo que necesitamos para que Bogotá sea más justa con quienes cuidamos.

Este decálogo es nuestra apuesta por la **cuarta R del cuidado: la Representación**. Queremos ser reconocidas no solo como usuarias de servicios, sino como sujetas políticas de derechos, con voz, liderazgo e incidencia en las decisiones que afectan nuestras vidas en nuestras diferencias y diversidad, así como de quienes cuidamos



Los cuidados en cifras – Localidad de San Cristóbal

72%

De las personas que se dedican exclusivamente al trabajo doméstico y de cuidado no remunerado en San Cristóbal son mujeres mayores de 14 años.

45%

De las mujeres cuidadoras en San Cristóbal tiene como nivel educativo máximo la secundaria incompleta, lo que refleja desigualdades estructurales en sus trayectorias de vida.

37%

De las mujeres cuidadoras presentan enfermedades crónicas diagnosticadas, evidenciando el impacto físico y emocional de la sobrecarga del cuidado.

2h

4min

Es la brecha de tiempo diario en trabajo de cuidado no remunerado entre hombres y mujeres en la localidad.

53%

De las personas reporta mecanismos de control social que penalizan a los hombres que participan activamente en las labores de cuidado.

Fuente: Línea base Sistema Distrital de Cuidado, 2022

Decálogo por el Cuidado de San Cristóbal

Las diez propuestas y recomendaciones que presentamos a continuación nacen de nuestras experiencias, reflexiones y diálogos como mujeres cuidadoras de la localidad de San Cristóbal, construidas colectivamente en el marco de los derechos priorizados por la Política Pública de Mujeres y Equidad de Género de Bogotá. A través de ellas, buscamos visibilizar las realidades del cuidado en nuestra localidad, fortalecer nuestra participación y aportar a la garantía de derechos, la autonomía de las mujeres y la transformación de las desigualdades de género que atraviesan nuestra vida cotidiana y comunitaria.

- 1 En el marco de garantizar el derecho a una vida libre de violencias, proponemos el fortalecimiento de la atención integral a mujeres que realizan trabajos de cuidado no remunerados mediante canales institucionales oportunos, dignos y sin revictimización —con rutas claras de reporte y sanción ante incumplimientos—, articulando procesos de formación familiar para la deconstrucción de roles de género y su empoderamiento socioeconómico.
- 2 Impulsar procesos educativos locales y expandir las estrategias distritales de formación para una cultura libre de sexismos en nuestra localidad. En sintonía con el Sistema Distrital de Cuidado, proponemos que estas acciones se enfoquen en brindar herramientas prácticas y emocionales a los hombres, y en concientizar la sobrecarga desproporcionada de los trabajos del cuidado que asumen las mujeres; contribuyendo a dismantelar los roles machistas al interior de las familias, mediante el reconocimiento, la reducción y redistribución de los cuidados.
- 3 Garantizar la participación democrática, paritaria e incidente de las mujeres que realizan trabajos de cuidado no remunerados en los escenarios de poder local y distrital, mediante una estrategia técnica integral que elimine de manera simultánea sus barreras de tiempo, movilidad y formación. Para ello, proponemos que se implementen servicios de relevo de cuidado domiciliario articulados al Sistema Distrital de Cuidado que mitiguen la sobrecarga laboral, junto con subsidios diferenciados de transporte urbano y acceso preferencial a eventos que aseguren su movilidad material; esto se podría complementar con programas formativos

	accesibles en horarios y conectividad enfocados en resolución de conflictos, fortaleciendo así su autonomía, liderazgos territoriales y capacidad de transformación social.
4	Reconocer la labor de las mujeres trabajadoras de cuidado no remuneradas como lideresas, mediadoras de conflictos y tejedoras del tejido social local, asignando recursos materiales, incentivos y apoyos económicos que eviten la precarización de sus vidas, mitiguen sus riesgos y aseguren su sostenibilidad en los procesos de construcción de paz locales.
5	Garantizar el derecho a la educación superior, técnica y tecnológica de las mujeres cuidadoras mediante un modelo de corresponsabilidad que articule la oferta pública con el sector privado local. Por un lado, proponemos consolidar alianzas estratégicas entre las instituciones educativas y el Sistema Distrital de Cuidado para asegurar el acceso diferencial, gratuito y financiado de las cuidadoras a programas profesionales. Por otro lado, la Alcaldía Local implementará un sistema de incentivos —como subsidios o puntajes preferenciales en compras públicas locales— para premiar a las empresas y microempresas que adapten voluntariamente sus horarios laborales, permitiendo que las mujeres que realizan trabajos de cuidado no remunerados y remunerados puedan estudiar sin barreras.
6	Garantizar la justicia económica y la autonomía financiera de las mujeres cuidadoras mediante el diseño de una ruta local de empleo flexible, formalización laboral y capital semilla. Esta ruta integrará de manera articulada la Evaluación y Certificación de Competencias Laborales (ECCL) del SENA para validar saberes empíricos en áreas relacionadas al cuidado y otras diferentes, permitiendo la diversificación de sus perfiles productivos y asegurando su inclusión en el mercado laboral bajo condiciones de equidad, dignificación y real igualdad de oportunidades.
7	Institucionalizar acciones afirmativas en políticas distritales de vivienda, estableciendo un cupo preferencial e índices de priorización específicos en los subsidios locales de adquisición y mejoramiento para hogares liderados por mujeres cuidadoras y familias con personas con discapacidad.
8	Institucionalizar el derecho a la salud plena a través de la soberanía y el acceso real a tratamientos médicos, exigiendo el diseño de rutas de entrega inmediata de

medicamentos libres de barreras burocráticas. Proponemos que la distribución se aproxime a las realidades territoriales de las mujeres que realizan trabajos de cuidado no remunerados mediante satélites y unidades móviles de salud, garantizando que ninguna mujer de la localidad deba sacrificar su tiempo de cuidado de SI o sus trabajos de cuidado remunerados para acceder a sus insumos vitales.

9

Capacitar y reconfigurar la atención en salud a través de la sensibilización obligatoria del personal médico y administrativo en enfoque de género del personal de las Subredes Integradas de Servicios de Salud.

10

Crear el mecanismo local de acreditación y carnetización para la priorización en salud de las mujeres cuidadoras. A través de este instrumento técnico y del cruce de bases de datos del Sistema Distrital de Cuidado, se validará la identificación oficial de las mujeres que realizan trabajos de cuidado no remunerados, garantizando agendamiento preferencial de citas, asignación inmediata de turnos, entre otras; reconociendo el rol vital de las mujeres en la sostenibilidad de la vida y mitigando el deterioro de su propia salud.