

A woman with dark hair, wearing a red dress and a pearl necklace, is shown in profile, looking down at a smartphone she is holding. The background is a blurred interior with warm lighting.

DECÁLOGO POR EL CUIDADO DE LAS MUJERES DE LA LOCALIDAD DE PUENTE ARANDA

¿Cómo las mujeres cuidadoras de Puente Aranda convertimos nuestras experiencias en propuestas para transformar Bogotá?

Nosotras, las mujeres cuidadoras de la localidad de Puente Aranda, 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 Puente Aranda

79%

De las personas que se dedican exclusivamente al trabajo doméstico y de cuidado no remunerado en la localidad de Puente Aranda, son mujeres mayores de 14 años.

40%

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

35%

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

1h

57min

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

47%

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 Puente Aranda

Las diez propuestas y recomendaciones que presentamos a continuación nacen de nuestras experiencias, reflexiones y diálogos como mujeres cuidadoras de la localidad, 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 | Implementar formación obligatoria a funcionarios públicos a nivel local y distrital en enfoque de género, cuidado y abordaje territorial, mediante procesos periódicos de capacitación, seguimiento institucional y aplicación práctica, para garantizar una atención más digna, inclusiva y efectiva hacia mujeres cuidadoras y poblaciones diversas. |
| 2 | Fortalecer y ampliar la atención psicosocial, psicológica y jurídica integral para mujeres cuidadoras en las Manzanas del Cuidado, mediante articulación efectiva con la secretaria de la Salud garantizando rutas claras de atención, seguimiento continuo, cobertura territorial y acceso prioritario a salud mental. |
| 3 | Promover, a través de medios televisivos, radiales, comunitarios y espacios públicos, campañas de formación y sensibilización sobre la oferta del Sistema Distrital de Cuidado que visibilicen, dignifiquen y reconozcan a las mujeres cuidadoras de las localidades como sujetas de derechos y actrices fundamentales para la sociedad, contribuyendo a transformar estereotipos sexistas, fortalecer su reconocimiento social y ampliar su participación en escenarios comunitarios y de toma de decisiones. |
| 4 | Consolidar una red territorial, comunitaria y digital de mujeres cuidadoras de Puente Aranda que garantice la difusión de información clara sobre derechos, servicios, formación y participación, promoviendo además procesos organizativos, liderazgo colectivo e incidencia política en escenarios locales y distritales. A partir de la creación de una Escuela de Liderazgo, Formación |

	Política y Participación para mujeres cuidadoras y del sistema distrital y local de relevos de cuidado, para liberar tiempo de cuidado y garantizar la participación efectiva de las mujeres cuidadoras.
5	Fortalecer rutas integrales de educación técnica, tecnológica, profesional y de emprendimiento con enfoques de equidad de género, corresponsabilidad y reconocimiento del cuidado, promoviendo horarios flexibles, modalidades accesibles y acciones que dignifiquen sus proyectos de vida más allá de los roles tradicionales de género. Adicionalmente, adecuar, ampliar y garantizar infraestructura física digna, segura y accesible en las Manzanas del Cuidado.
6	Implementar programas de formación en alfabetización digital dirigidos a personas cuidadoras, que incluyan el manejo básico de dispositivos móviles, acceso a internet, uso de aplicaciones y herramientas digitales para la vida cotidiana y el acceso a servicios. Estos programas deberán ser gratuitos, certificados y desarrollados en articulación con las Manzanas del Cuidado y entidades educativas distritales. Así mismo, ampliar la oferta educativa certificada en temas de cuidado, incluyendo contenidos especializados para distintas etapas del ciclo vital y discapacidad. Todo lo anterior en articulación con Secretaría de Salud, SENA, Universidad Distrital y Manzanas del Cuidado.
7	Implementar estrategias locales de incentivos tributarios para que las empresas con presencia en la localidad, adopten horarios flexibles y modalidades de trabajo remoto con enfoque de género que favorezca a las mujeres trabajadoras del cuidado no remunerado en sus diversidades. Asimismo, fortalecer el apoyo económico de entidades públicas y privadas a emprendimientos de mujeres cuidadoras, promoviendo sostenibilidad en el tiempo desde enfoques de economía social y solidaria.
8	Aumentar el acceso a subsidios de vivienda para personas cuidadoras, priorizando mujeres y población en economía informal. A partir de la creación de una base de datos de personas cuidadoras que permita su caracterización y priorización en el acceso a subsidios y programas de vivienda, incluyendo cuidadoras con emprendimientos.

9

Diseñar e implementar un mecanismo distrital de protección para personas cuidadoras, que incluya un esquema de aseguramiento frente a riesgos (como accidentes) y garantice cobertura efectiva en todos los servicios asociados a las Manzanas del Cuidado. Este deberá contemplar protocolos de atención, articulación entre entidades y condiciones claras de acceso y activación del beneficio.

10

Implementar brigadas de salud territoriales que brinden atención integral en los hogares, incluyendo servicios de rehabilitación, bienestar y cuidado, así como acompañamiento en traslados. Estas deberán articularse con el Sistema Distrital de Cuidado e incorporar estrategias de relevo en casa para disminuir la sobrecarga de las personas cuidadoras. Adicionalmente, implementar servicios de atención psicosocial, salud mental y bienestar dirigidos a personas cuidadoras en entornos hospitalarios, especialmente en casos de hospitalización prolongada, garantizando su acceso durante el tiempo de cuidado y articulando el sistema de salud y el Sistema Distrital de Cuidado.