

# PROGRAMA DE DERECHOS A LOS **CUIDADOS** EN ANDALUCÍA

Resumen  
Ejecutivo



# Programa de Derechos a los Cuidados de Andalucía

## RESUMEN EJECUTIVO

Junio 2025

Comisión redactora: Asociación Mujeres Supervivientes de Violencias de Género, Asociación de mujeres Socio Intercultural de Andalucía ASIA, Asociación de Mujeres Migrantes por la Igualdad AMMI, Asociación por la igualdad de Género La Colectiva, Asociación latinoamericana Huelva para todos y todas, Asociación de trabajadoras y Trabajadores del Hogar de Sevilla, Asociación Nosotras por los cuidados y el empleo del hogar de Granada, Asociación Mujeres Cuidadoras sin Papeles de Málaga, Asociación Madres Solteras por Elección MSPE, Asociación PETRA Maternidades Feministas, FUNDEPS Argentina- Fundación para el Desarrollo de Políticas Sustentables), Asociación Tierra Matria, Asociación Artemisa Migrantes y Refugiada, CESPYD -Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla, Grupo de Investigación Africanas de la Universidad de Granada, José López (feminista-Master DDHH, Interculturalidad y Desarrollo UPO), Susana Moreno (Antropóloga- grupo de Investigación GEISA), Isabel Brito (Doctoranda Programa de Estudios Interdisciplinarios de Género Universidad de Huelva), Maria Bastidas (Programa de Doctorado de Ciencias Sociales UPO), Beatriz Suárez (Asesora jurídica, experta en Derechos Humanos y Migraciones). Un agradecimiento especial a: Greisy González (psicóloga experta en migraciones) Luz (auxiliar de ayuda a domicilio) Ilham Khattabi (trabajadora social y activista).

---

**¿Quieres adherirte?**  **DERECHOS PARA CUIDAR,  
DERECHOS PARA PODER CUIDARNOS - ADHESIONES -  
[participamostransformamos.org](http://participamostransformamos.org)**

---

Aliadas por la ciudadanía - [participamostransformamos.org](http://participamostransformamos.org)

Coordinadora de publicación:

**María Bastante**

**Alianza por la solidaridad Action-Aid**

Redacción técnica:

**Vianney Hidalgo e Ibeth Orellana**

Diseño y Maquetación:

**Startidea - Agencia de Innovación social**



Alianza por la Solidaridad

**act:onaaid**



**Junta de Andalucía**

Consejería de Inclusión Social,  
Juventud, Familias e Igualdad

Agencia Andaluza de Cooperación Internacional  
para el Desarrollo



# INTRODUCCIÓN

## **ALIANZA POR LA SOLIDARIDAD – ACTION AID: PROYECTO "ALIADAS POR LA CUIDADANÍA"**

Alianza por la Solidaridad – Action Aid, mediante el proyecto "ALIADAS por la Cuidadanía", ha conformado un colectivo diverso de mujeres que reivindica el Derecho a los Cuidados como pilar fundamental de la vida, con un enfoque interseccional y en sintonía con la Agenda 2030. El objetivo es visibilizar múltiples realidades y garantizar derechos universales desde Andalucía.

El Programa Andaluz de Derechos en los Cuidados (2023) reconoce los cuidados como un derecho fundamental y universal, exigiendo políticas públicas y presupuestos adecuados para su cumplimiento. Destaca la salud mental como eje clave frente a la sobrecarga que enfrentan mayoritariamente las mujeres.

Se subraya la urgencia de incorporar el urbanismo y la planificación del espacio para aliviar la carga de cuidados no remunerados, especialmente frente a la falta de servicios, infraestructura y transporte accesible, factores que limitan la autonomía femenina.


El cambio climático profundiza las desigualdades de género, afectando la salud, seguridad alimentaria y bienestar de las familias, donde las mujeres de sectores populares asumen responsabilidades centrales en contextos de crisis ambiental.

Desde una mirada decolonial, se valoran los saberes comunitarios y se visibiliza el rol clave de la migración femenina en los cuidados urbanos, denunciando su precarización laboral y la falta de reconocimiento institucional y social.

Se considera fundamental garantizar una vida libre de violencias en las ciudades, visibilizar la violencia institucional hacia migrantes y politizar los cuidados colectivos, promoviendo la corresponsabilidad entre Estado, comunidad y sector privado. Esto es esencial para compensar desigualdades, especialmente en familias monomarentales que sostienen solas las cargas económicas y de cuidados.

Se visibiliza la dependencia y exclusión de mujeres mayores en el acceso a servicios, salud y participación, y se propone un enfoque intergeneracional que incluya también a niñas, niños y adolescentes. Se cuestiona la histórica feminización de los cuidados como resultado de normas sociales desiguales.

Finalmente, se apuesta por implementar sistemas de evaluación de políticas de cuidado que garanticen justicia, equidad y cohesión social, y que permitan construir ciudades inclusivas y sostenibles, donde las mujeres puedan ejercer plenamente sus derechos y mejorar su calidad de vida.





# CONTEXTO

## CONTEXTO: DERECHOS EN LOS CUIDADOS EN ESPAÑA Y ANDALUCÍA

El régimen de cuidados en España, especialmente en Andalucía, ha sido históricamente familista, con responsabilidades recaídas mayoritariamente en mujeres, tanto en el hogar como en empleos formales precarios. Este modelo es insostenible y atraviesa una crisis, pues reproduce desigualdades, invisibiliza los cuidados y sobrecarga a las mujeres sin apoyo estatal.

La feminización de los cuidados es evidente: hasta abril de 2025, el 73,6 % de los cuidados familiares son realizados por mujeres, muchas migrantes, quienes enfrentan dobles y triples jornadas laborales, precariedad y falta de reconocimiento, perpetuando desigualdades de género.

El empleo en cuidados es altamente precario, con salarios bajos, largas jornadas y ausencia de derechos laborales, situación especialmente grave para mujeres migrantes, racializadas, con diversidad funcional y adultas mayores.


El desmantelamiento de servicios públicos ha profundizado la crisis: recortes y privatizaciones han empeorado la calidad y el acceso, con listas de espera que causaron la muerte de 34.252 personas entre 2023-2024, y una sobrecarga crítica para enfermeras, que afecta su salud y la atención.

El envejecimiento poblacional tensiona aún más el sistema: con un índice de envejecimiento del 142,3 % en 2024, la demanda de cuidados crece, pero la oferta y condiciones laborales no responden adecuadamente.

## TRABAJADORAS DEL HOGAR Y CUIDADORAS

Las trabajadoras del hogar, mayoritariamente mujeres y migrantes, sostienen el cuidado doméstico en España y Andalucía, enfrentando condiciones precarias, bajos salarios, alta informalidad y falta de derechos. El 32 % no está registrada en la Seguridad Social y el 32,5 % vive bajo el umbral de pobreza.





En Andalucía, solo un 31 % están afiliadas formalmente, con muchos contratos a tiempo parcial y gran parte trabajando en economía sumergida.

En el trabajo doméstico interno, el 97,3 % cuida personas dependientes, enfrentando condiciones como falta de descanso, prohibición de salir y no disfrute de vacaciones, con un 25 % en situación administrativa irregular que agrava aún más estas condiciones, con jornadas laborales que superan ampliamente el máximo legal.

## **CUIDADORAS NO REMUNERADAS**

Las labores no remuneradas en alimentación, cuidado de mayores y mantenimiento del hogar representan un valor económico significativo —más de 426.000 millones de euros o el 41 % del PIB— aunque invisibilizado en la economía oficial.

El 81 % de quienes cuidan a personas mayores en actividades básicas son cuidadoras informales, mayoritariamente mujeres, que sostienen la vida cotidiana sin recibir apoyo ni reconocimiento.

## **PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL**

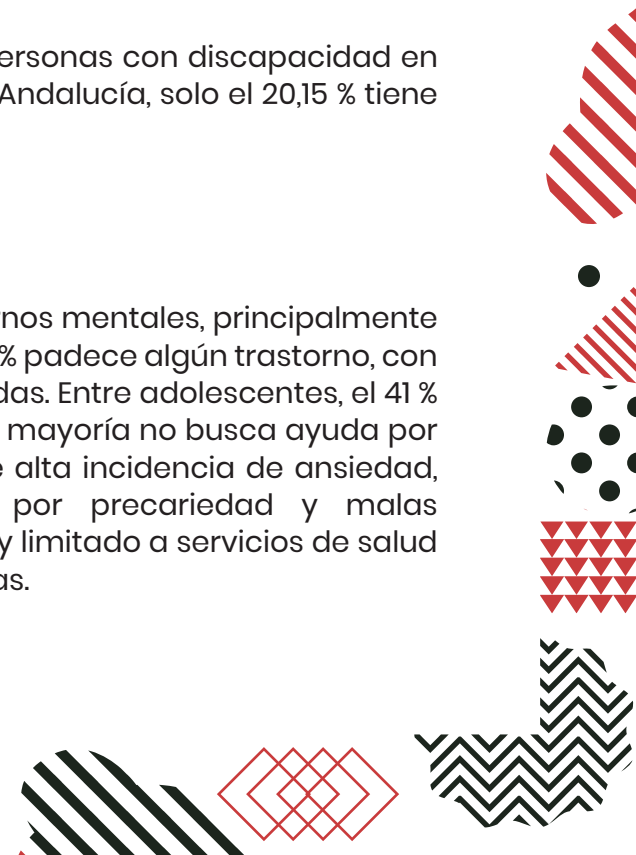
En España, más de 4,3 millones de personas tienen discapacidad (9,7 % de la población), con el cuidado mayoritariamente a cargo de mujeres familiares sin remuneración ni apoyos suficientes.

El 83 % de quienes cuidan a familiares con discapacidad intelectual son mujeres, muchas enfrentan dificultades para conciliar, gastos extra y falta de servicios, con más del 50 % sin ninguna ayuda.

La inclusión laboral es limitada: solo el 35 % de personas con discapacidad en edad laboral están activas, con paro del 32,15 %; en Andalucía, solo el 20,15 % tiene empleo pese a planes de empleo.

## **SALUD MENTAL**

El 34 % de la población española presenta trastornos mentales, principalmente ansiedad, depresión e insomnio. En Andalucía, el 18,4 % padece algún trastorno, con mayor prevalencia en mujeres y en edades avanzadas. Entre adolescentes, el 41 % reconoce problemas mentales recientes, aunque la mayoría no busca ayuda por miedo o desconfianza. La población migrante sufre alta incidencia de ansiedad, depresión y estrés postraumático, agravados por precariedad y malas condiciones en centros de acogida, con acceso muy limitado a servicios de salud mental debido a barreras culturales y administrativas.



# ENFOQUES

## ENFOQUES Y OBJETIVOS DEL PROGRAMA

### ENFOQUES: ¿DESDE DÓNDE MIRAMOS Y TRANSFORMAMOS LOS CUIDADOS?

Los cuidados se abordan desde diversos marcos conceptuales que reflejan realidades atravesadas por desigualdades como género, territorio, raza, clase y edad. Se parte de Objetivos: ¿por qué actualizar y fortalecer el Programa de Derechos en los Cuidados?

### UN PROGRAMA COMO HERRAMIENTA DE VISIBILIZACIÓN, RECONOCIMIENTO Y FORTALECIMIENTO DE LOS DERECHOS EN LOS CUIDADOS.

El programa evidencia las problemáticas y desigualdades estructurales en el sistema de cuidados, subrayando su rol crucial para la sostenibilidad de la vida. La actualización enfatiza el reconocimiento de los cuidados como derecho, integrando diversas realidades y experiencias que enriquecen la visión colectiva.

### UN PROGRAMA COMO HERRAMIENTA DE INCIDENCIA POLÍTICA PARA TRANSFORMAR LOS SISTEMAS DE CUIDADO.

Se presenta como una herramienta estratégica que, a partir de un proceso de incidencia sostenido, busca convertir demandas y necesidades de cuidadoras y personas cuidadas en políticas públicas concretas. Exige a los gobiernos la creación de un sistema de cuidados justo, equitativo y centrado en la vida.

### UN PROGRAMA COMO ESPACIO PARA FORTALECER ALIANZAS Y CONSTRUIR COMUNIDAD EN LA DIVERSIDAD.

La actualización ha integrado mayor diversidad de voces, fortaleciendo organizaciones y colectivos que defienden los derechos en cuidados. Articula demandas comunes y consolida un movimiento plural que apuesta por la reorganización social de los cuidados para avanzar hacia una sociedad más igualitaria.





# CONCEPTOS BÁSICOS

## Y CATEGORÍAS QUE NOS ATRAVIESAN:

### ¿QUÉ ENTENDEMOS HOY CUANDO HABLAMOS DE CUIDADOS?

#### ¿DESDE DÓNDE HABLAMOS DE LOS CUIDADOS?

En la actualización colectiva del Programa Andaluz de Derechos en los Cuidados, se ha ampliado la comprensión de los cuidados desde una perspectiva interseccional, feminista y basada en derechos. No se busca una definición cerrada, sino reflejar aprendizajes surgidos del diálogo para situarnos en un marco común que siga evolucionando.

#### CONCEPTOS

##### CUIDADOS: CUIDAR ES RE-EXISTIR Y RESISTIR

Los cuidados trascienden la labor individual y femenina; son prácticas políticas y comunitarias esenciales para sostener la vida y resistir el sistema neoliberal. Se conciben en relación con la naturaleza y el territorio, con dimensiones emocionales y éticas, como forma de resistencia a modelos capitalistas y patriarcales. Es fundamental pensar los cuidados junto con una reflexión sobre violencia estructural, pobreza y racismo. Los cuidados son una forma de re-existencia y resistencia en contextos de opresión.

##### CUIDADANÍA

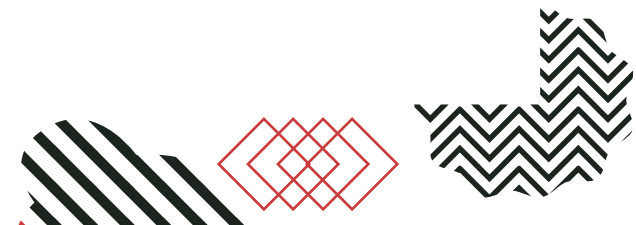
Es una propuesta ética, política y social que pone el cuidado en el centro de la vida común, cuestionando la ciudadanía tradicional basada en el individualismo y el mercado. Reconoce la interdependencia humana y plantea que cuidar es una tarea colectiva y política que debe ser garantizada por el Estado.


Busca construir una democracia cuidadora basada en el reconocimiento, la redistribución y la representación para una sociedad justa y solidaria.

##### DISCRIMINACIONES EN LOS CUIDADOS

Las desigualdades en los cuidados combinan género, clase, etnicidad, migración, diversidad funcional y otros factores. Las personas que cuidan y son cuidadas pueden sufrir múltiples opresiones simultáneas.

La monomarentalidad enfrenta penalizaciones legales y sociales, con discriminaciones que afectan el acceso a recursos y permisos laborales. La feminización del cuidado se naturaliza como obligación amorosa, invisibilizando su carácter laboral y derecho.





Mujeres racializadas migrantes enfrentan trabajo precario y falta de protección legal. El acceso a cuidados dignos no es igual para todas las personas; la pobreza limita la calidad y acceso, y algunos grupos quedan excluidos de servicios básicos.

## **CUIDADOS ADECUADOS: ¿POR QUÉ CUIDADOS EN PLURAL?**

Los cuidados no son homogéneos ni fijos; dependen del contexto histórico y sociocultural. Deben entenderse holísticamente, incluyendo aspectos físicos, emocionales, sociales y culturales. Se busca desfeminizar la responsabilidad, establecer estructuras públicas para acceso digno y compartir la responsabilidad entre Estado, comunidad y sociedad.

## **2. CATEGORÍAS QUE NOS ATRAVIESAN**

### **CUIDADORAS: EL FEMENINO QUE SOSTIENE LA VIDA**

El trabajo de cuidados incluye tareas esenciales como cocinar, limpiar, criar, acompañar y sostener emocionalmente, actividades invisibilizadas, feminizadas y desvalorizadas. Aunque sostienen el mundo laboral productivo, no reciben reconocimiento económico, jurídico ni simbólico.

### **CUIDADORAS Y TRABAJADORAS REMUNERADAS DEL HOGAR**

Se diferencian porque las cuidadoras atienden a personas dependientes, mientras que las trabajadoras del hogar realizan labores domésticas. A menudo, ambas funciones se mezclan, lo que permite precarizar condiciones y eludir derechos.


El trabajo es altamente feminizado, precarizado y especialmente vulnerable para mujeres migrantes y racializadas, que enfrentan exclusión y explotación sin garantías estatales o familiares.

### **TRABAJADORAS DOMÉSTICAS INTERNAS**

Viven en el hogar donde trabajan, enfrentan jornadas extensas, aislamiento social, ausencia de beneficios y mayor riesgo de abuso, agravado por la dependencia del estatus legal migratorio, que condiciona su situación laboral y personal, intensificando su vulnerabilidad.

### **CUIDADORAS INFORMALES Y TRABAJADORAS NO REMUNERADAS**

Familiares que cuidan sin relación laboral ni remuneración, con una carga física, emocional y mental significativa, a menudo en aislamiento y sin apoyos públicos. Incluye también a niñas y adolescentes que realizan tareas domésticas sin salario, una persistente desigualdad de género.







## JÓVENES Y CUIDADOS

Personas entre 15 y 24 años son tanto sujetos de cuidado como cuidadores según contexto cultural. Las mujeres jóvenes suelen asumir más tareas de cuidado, especialmente en migraciones, donde acompañan procesos burocráticos y ayudan a la familia. El cuidado debe ser compartido, sin sustituir al Estado ni imponer cargas desiguales por género.

## MUJERES ADULTAS MAYORES Y CUIDADOS

Son proveedoras clave de cuidados en hogares multigeneracionales, aunque poco reconocidas. Enfrentan pobreza, exclusión, precariedad laboral y baja pensión. Además, sufren soledad, violencia de género en la vejez y falta de espacios de participación. Se requiere un modelo de cuidados que las reconozca como sujetas de derechos, promoviendo su bienestar, autonomía y dignidad. Personas con diversidad funcional y cuidados

Deben ser reconocidas como sujetos autónomos, con derecho a recibir apoyos que promuevan su autodeterminación. El cuidado no debe ser unidireccional sino una relación de interdependencia, valorando que muchas ejercen también trabajos de cuidado.

## MIGRACIONES: RAÍCES EN MOVIMIENTO

Las migraciones son diversas y múltiples, incluyendo desplazamientos de distinto tipo y motivación. El trabajo de cuidados está estrechamente vinculado con migraciones, especialmente de mujeres que ocupan roles esenciales pero invisibilizados.

## CADENAS GLOBALES DE CUIDADOS

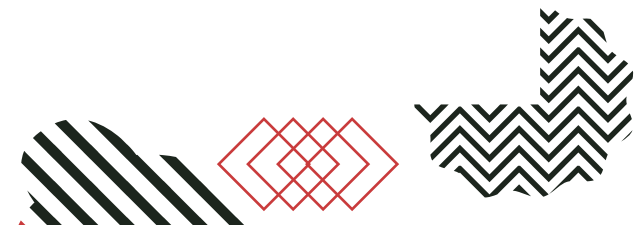
Redes transnacionales donde mujeres migradas cuidan en países receptores mientras otras familiares cuidan a sus hijos en el país de origen. Esto genera una doble responsabilidad que aumenta la vulnerabilidad, precariedad laboral, falta de reconocimiento y sobrecarga emocional y económica.

## MUJERES MIGRANTES EN ZONAS RURALES DE ANDALUCÍA

Enfrentan aislamiento, falta de servicios, precariedad laboral en agricultura y cuidados, exclusión habitacional y racismo inmobiliario. Esta realidad impacta en su salud mental y limita la participación social. El estatus migratorio irregular agrava el acceso limitado a recursos, exponiéndolas a explotación y exclusión. Se requieren políticas específicas para inclusión y acceso a derechos.

## MATERNIDADES

Se entienden como experiencias diversas, socialmente construidas y colectivas, marcadas por territorio, clase, raza e historia. Incluyen diversas formas: biológicas, adoptivas, migrantes, comunitarias, entre otras.





## MONOMARENTALIDADES

Madres que crían solas, representando un alto porcentaje de familias monoparentales, con riesgo elevado de pobreza y exclusión. Muchas son migrantes y enfrentan múltiples discriminaciones, burocracia compleja y precariedad, agravada por dificultades vinculadas a su estatus migratorio y la necesidad de demostrar custodia en contextos legales poco adaptados, dificultando el acceso a derechos básicos.

## MATERNIDADES MIGRANTES

Maternar en contextos de movilidad humana implica enfrentar desigualdades estructurales, soledad, precariedad laboral y juicios sociales, tanto maternar en el país de destino como a distancia, lo que genera tensiones emocionales y materiales profundas. La irregularidad en el estatus migratorio aumenta la vulnerabilidad, limita el acceso a servicios y agrava el sufrimiento emocional.

## MATERNIDADES NO BIOLÓGICAS

Formas de maternar no ligadas a la gestación pero basadas en cuidado, afecto y responsabilidad hacia otras vidas, presentes en comunidades indígenas, afrodescendientes y contextos de migración o pobreza, donde constituyen estrategias de resistencia.

## NUESTRA SALUD MENTAL


Históricamente abordada desde un enfoque biomédico e individual, la salud mental requiere un enfoque interseccional y feminista que reconozca las cargas estructurales que afectan especialmente a las mujeres: sobrecarga de cuidados, precariedad, violencia y soledad. Las organizaciones feministas y comunitarias ofrecen espacios colectivos de cuidado, reparación y resistencia, demostrando que la salud mental es un derecho ligado a la participación social y la justicia de género.

## SALUD MENTAL Y MIGRACIONES

La salud mental de personas migrantes es invisibilizada y estigmatizada. Racismo, xenofobia y exclusión institucional, sumados a la precariedad y el estatus migratorio irregular, generan estrés crónico, ansiedad y depresión. Niños y jóvenes migrantes sufren consecuencias graves por falta de atención, acoso y aislamiento.

## SALUD MENTAL Y MUJERES MAYORES MIGRANTES

Enfrentan soledad, barreras idiomáticas, precariedad laboral y falta de reconocimiento, aumentando riesgos de trastornos mentales. El autocuidado y los espacios seguros son esenciales, así como políticas inclusivas que mejoren su calidad de vida y salud mental, considerando las particularidades derivadas de su estatus migratorio.



## DUELOS MIGRATORIOS

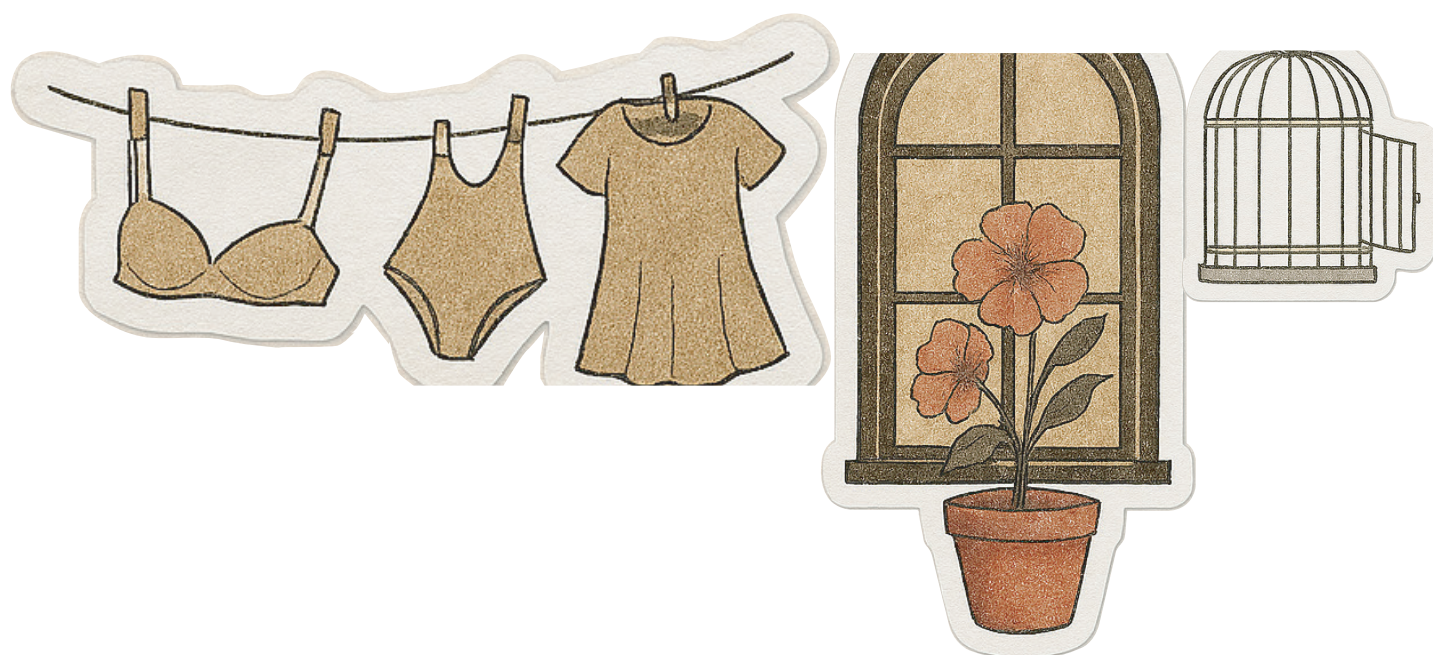
El duelo migratorio es múltiple, prolongado e invisible, abarca pérdidas afectivas, culturales, sociales y enfrenta racismo, precariedad y miedo a la expulsión, ligado al estatus migratorio. Este duelo no siempre es reconocido ni acompañado, generando malestares profundos, especialmente en mujeres cuidadoras migrantes con irregularidad administrativa, que deben seguir trabajando sin espacio para procesar su sufrimiento.

## SALUD MENTAL Y AUTOCUIDADO

El autocuidado no es solo una elección individual sino depende de condiciones sociales. Inspirado en Audre Lorde, se entiende como necesidad y forma de resistencia, promoviendo el cuidado colectivo y redes de apoyo mutuo, especialmente para defensoras de derechos humanos.

## SALUD MENTAL EN LAS CUIDADORAS

Las cuidadoras, mayoritariamente mujeres, sufren estrés, agotamiento y problemas emocionales por la carga física y mental sostenida, agravada por factores interseccionales como la edad, la condición migratoria y la pertenencia a colectivos racializados. Es clave reconocer el cuidado como trabajo, garantizar derechos, redes de apoyo y fomentar la corresponsabilidad social para proteger su salud mental.





# DEMANDAS GENERALES

Las demandas emergentes buscan incidir en políticas públicas, respondiendo a realidades de comunidades lideradas por mujeres, migrantes, cuidadoras, jóvenes y personas en vulnerabilidad social y ambiental. Se requiere fortalecer organizaciones de base, mejorar representación, garantizar participación activa y fomentar redes de colaboración que permitan exigir derechos y mejorar condiciones sociales.

## FORTALECIMIENTO DE LAS ORGANIZACIONES

Es esencial para que las comunidades estén representadas eficazmente en espacios políticos y sociales. Se promueve el mentoreo entre organizaciones consolidadas y nuevas para compartir saberes y recursos. Las demandas incluyen: capacitación en gestión, formulación de proyectos, movilización; mentoreo; mecanismos de rendición de cuentas; y alianzas estratégicas locales e internacionales.

## FORTALECIMIENTO DE LA VOCERÍA

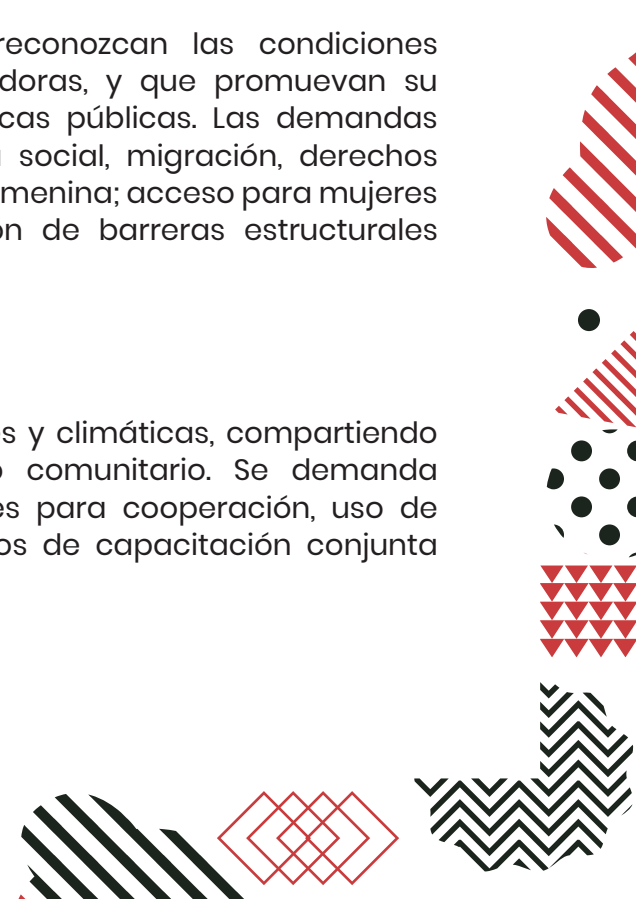
Una vocería fuerte permite abogar efectivamente por los derechos y necesidades, respetando la diversidad interna (edad, género, estatus migratorio). Se propone formación en comunicación política y liderazgo, espacios formales de oratoria y mediación, fortalecimiento de incidencia en medios y creación de plataformas digitales para amplificar voces en foros nacionales e internacionales.

## GENERACIÓN DE ESPACIOS DE ANÁLISIS POLÍTICO INCLUSIVOS

Se requiere la creación de espacios que reconozcan las condiciones específicas de las mujeres, especialmente cuidadoras, y que promuevan su participación efectiva en la formulación de políticas públicas. Las demandas incluyen: foros y mesas de trabajo sobre justicia social, migración, derechos laborales y cambio climático con énfasis en la voz femenina; acceso para mujeres vulnerables (migrantes, cuidadoras); y eliminación de barreras estructurales como discriminación, racismo y xenofobia.

## ARTICULACIÓN DE REDES DE COLABORACIÓN

Fortalecer redes para responder a crisis sociales y climáticas, compartiendo conocimientos y recursos para mayor impacto comunitario. Se demanda fomentar plataformas regionales e internacionales para cooperación, uso de tecnologías digitales para coordinación, y espacios de capacitación conjunta para compartir buenas prácticas.







## **EXIGIBILIDAD DE DERECHOS Y LIDERAZGO COLECTIVO**

Para influir en políticas, es necesario que líderes comunitarios/as accedan a recursos y herramientas para exigir derechos humanos y laborales. Se demanda capacitación en derecho internacional, derechos humanos y mecanismos de exigibilidad; estrategias de incidencia ante autoridades en distintos niveles; y campañas de sensibilización sobre acceso a la justicia y exigibilidad de derechos.

## **IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO Y CUIDADO COLECTIVO**

El autocuidado y cuidado colectivo fortalecen la resistencia política y el bienestar organizativo. Muchas organizaciones han creado espacios para salud mental y emocional, esenciales para la sostenibilidad en contextos de alta presión. Se proponen demandas para fomentar espacios de autocuidado, reconocer el cuidado colectivo como resistencia política e incluirlo en desarrollo organizacional, y crear herramientas para gestionar estrés y sobrecarga emocional.

## **DEMANDAS ESPECÍFICAS**

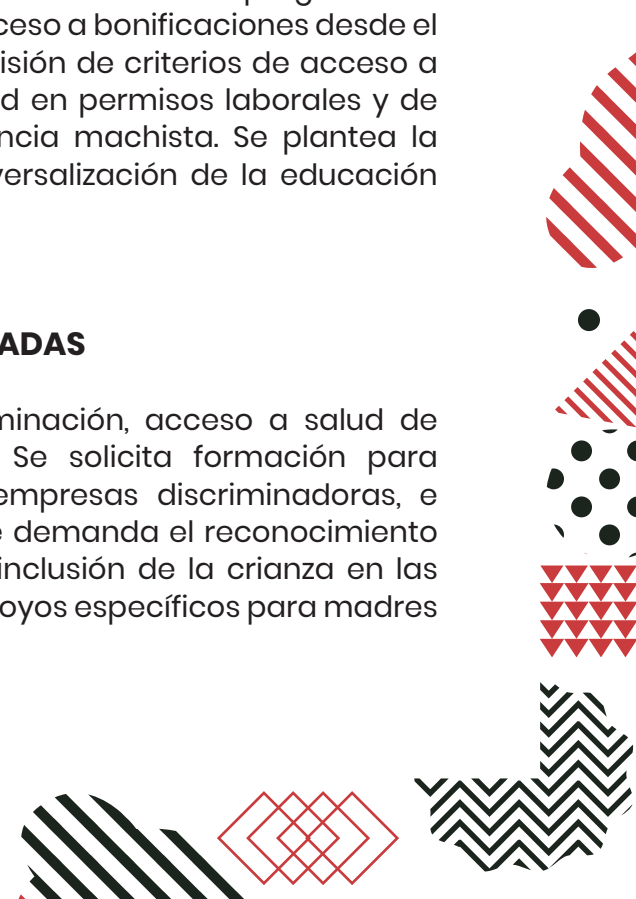
# **DEMANDAS IDENTIFICADAS EN MATERNIDADES**

## **APOYO A MATERNIDADES VULNERABLES Y UNIVERSALIZACIÓN DE DERECHOS**

Se demanda un marco protector para familias monomarentales que garantice igualdad respecto a las biparentales. Se propone acceso a bonificaciones desde el primer hijo/a, cuidados gratuitos y accesibles, y revisión de criterios de acceso a servicios de conciliación. También se exige igualdad en permisos laborales y de maternidad, especialmente en contextos de violencia machista. Se plantea la gratuidad de los cuidados de 2 a 5 años y la universalización de la educación gratuita de 0 a 3 años.

## **PROTECCIÓN LABORAL PARA MUJERES EMBARAZADAS**

Se pide protección frente a despidos y discriminación, acceso a salud de calidad con enfoque multicultural y nutricional. Se solicita formación para inspecciones de trabajo y jueces, sanciones a empresas discriminadoras, e incentivos para reinserir a mujeres cuidadoras. Se demanda el reconocimiento del tiempo de cuidado como experiencia laboral, inclusión de la crianza en las acreditaciones de competencias profesionales, y apoyos específicos para madres en la academia (becas, soporte, redes).





## **DERECHOS A LA VIVIENDA**

Se exige acceso a vivienda digna, priorizando a madres en situación de vulnerabilidad mediante alquileres sociales o compras accesibles.

## **ESPACIOS PÚBLICOS DE CUIDADO INTERGENERACIONALES**

Se plantea la creación de espacios que integren el cuidado de infancias y personas mayores, favoreciendo el apoyo mutuo entre generaciones y la inclusión social.

## **PRESTACIÓN UNIVERSAL POR NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES A CARGO**

Se solicita una prestación universal para reducir la pobreza infantil, otorgada a quien asume la mayor carga de cuidados, considerando las desigualdades del sistema patriarcal.

# **ESTIGMAS Y DISCRIMINACIÓN**

## **VISIBILIDAD Y RESPETO A LAS MATERNIDADES DIVERSAS**

Se exige el reconocimiento y respeto a las maternidades migrantes, no heterosexuales, monomarentales y racializadas.

## **ELIMINACIÓN DE LOS ESTIGMAS SOCIALES**


Se promueve una sociedad inclusiva, libre de estigmas hacia todas las maternidades, sin importar situación migratoria ni tipo de familia.

## **VIOLENCIA INSTITUCIONAL Y OBSTÉTRICA HACIA MADRES MIGRANTES**

Se exige acceso a salud digna, sin discriminación ni violencia obstétrica, incluyendo atención en el parto y postparto. Se reclama erradicar la violencia institucional y el racismo, y establecer un permiso puerperal universal y retribuido, incluyendo casos de pérdidas gestacionales, lactancia y recuperación.

## **EDUCACIÓN, SENSIBILIZACIÓN Y VISIBILIDAD**

Se proponen campañas educativas sobre diversidad de maternidades (migrantes, LGBTIQ+, monomarentales). Se sugieren espacios intergeneracionales para el aprendizaje y la crianza compartida. Se recomienda implementar talleres





para jóvenes sobre derechos reproductivos, cuidados y corresponsabilidad.

## **CORRESPONSABILIDAD EN LOS CUIDADOS**

Se demanda promover el reparto equitativo de cuidados, incentivar la reducción de jornadas laborales para ambos progenitores y ampliar los permisos por enfermedad o asuntos escolares, sin que estén condicionados al empleo formal. Se solicita trabajar la corresponsabilidad en las empresas mediante prácticas conciliadoras y campañas de sensibilización.

## **DIFICULTADES DE ACCESO AL COMEDOR ESCOLAR**

Se exige garantizar el acceso gratuito y universal al comedor escolar, sin importar estatus migratorio ni situación económica, eliminando trabas burocráticas y discriminación. Se demanda que los menús sean saludables, sostenibles y culturalmente adecuados, fortaleciendo la soberanía alimentaria y la producción local.

# **DEMANDAS SOBRE SALUD MENTAL & CUIDADOS**

## **DERECHOS: ACCESO A SERVICIOS Y ESPACIOS COMUNITARIOS DE APOYO Y AUTORRECONOCIMIENTO**

Se reclama el acceso gratuito a servicios públicos de salud mental como derecho fundamental, especialmente para mujeres en situación de vulnerabilidad, con un enfoque integral (salud física y psicosocial).

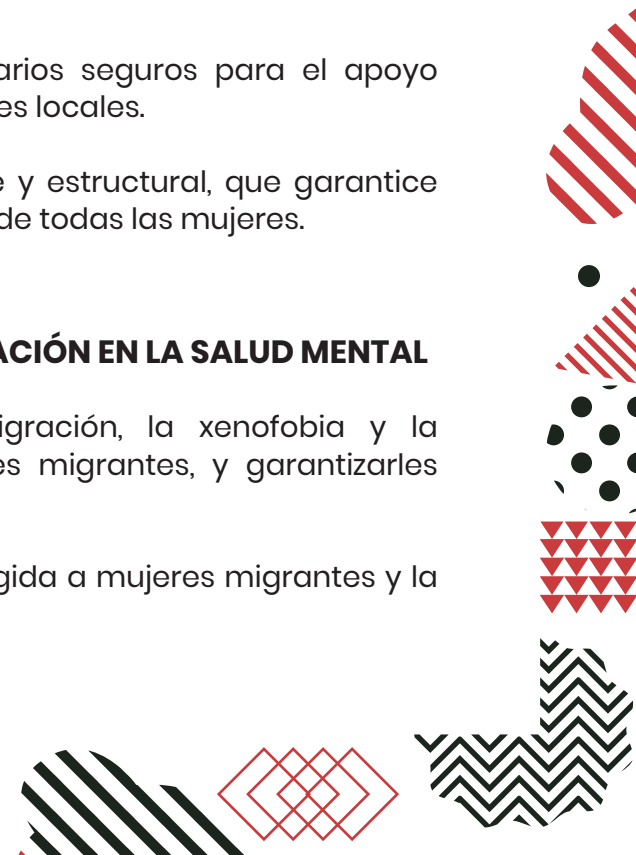
Se propone la creación de espacios comunitarios seguros para el apoyo emocional y mutuo, en coordinación con instituciones locales.


El autocuidado debe ser un derecho accesible y estructural, que garantice condiciones materiales y sociales para el bienestar de todas las mujeres.

## **VISIBILIZACIÓN Y RECONOCIMIENTO DE LA MIGRACIÓN EN LA SALUD MENTAL**

Es urgente reconocer el impacto de la migración, la xenofobia y la discriminación en la salud mental de las mujeres migrantes, y garantizarles atención adecuada y sin estigmas.

Se demanda pedagogía sobre autocuidado dirigida a mujeres migrantes y la creación de espacios terapéuticos accesibles.





Ante la falta de atención pública a infancias y adolescencias migrantes, se exige fortalecer los servicios de salud mental para prevenir situaciones graves como el suicidio.

## **VÍNCULO CON LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y EL CAMBIO GLOBAL**

Se plantea un abordaje holístico de la salud mental de las mujeres, que incorpore la violencia machista, el cambio climático y otras crisis estructurales.

Se exige atención integral y especializada que proporcione herramientas reales para su recuperación y bienestar.

## **ATENCIÓN DIFERENCIADA Y PREVENCIÓN DE ABUSO Y EXPLOTACIÓN**

Se requieren políticas específicas para prevenir el abuso sexual y la explotación, con énfasis en mujeres migrantes y trabajadoras del hogar, especialmente internas.


Estas deben incluir códigos de conducta, protocolos especializados y protección de la confidencialidad.

## **REDUCCIÓN DE ESTIGMAS Y DESESTIGMATIZACIÓN**

Es fundamental desestigmatizar la salud mental como un derecho, no un privilegio. Se recomienda promover espacios comunitarios, actividades culturales, deportivas y artísticas para sensibilizar y crear una cultura del cuidado.

## **EXIGIBILIDAD DE DERECHOS Y CONDICIONES DE TRABAJO PARA LAS CUIDADORAS**

Las cuidadoras y trabajadoras del hogar enfrentan condiciones que afectan su salud mental. Se exige la reducción de jornada, acceso a salud mental y garantía de sus derechos laborales, reconociendo su rol en el sostenimiento de la vida.







# **DEMANDAS SOBRE JUVENTUD, CUIDADOS Y SALUD MENTAL**

## **ACCESO UNIVERSAL Y GRATUITO A SERVICIOS DE SALUD MENTAL PARA JÓVENES**

Garantizar servicios públicos, gratuitos y accesibles de salud mental para jóvenes, especialmente migrantes. Se exige atención adecuada en entornos educativos y comunitarios, con horarios flexibles.

## **CREACIÓN DE ESPACIOS COMUNITARIOS SEGUROS PARA LA EXPRESIÓN EMOCIONAL DE LAS PERSONAS JÓVENES**

Promover espacios seguros y accesibles donde jóvenes, especialmente migrantes, puedan expresarse, recibir apoyo emocional y ser acompañadas por personal especializado.

## **APOYO INSTITUCIONAL PARA JÓVENES MIGRANTES EN CARGAS DE CUIDADOS**

Visibilizar y apoyar a jóvenes migrantes que asumen responsabilidades familiares, con recursos que permitan equilibrar el cuidado con su desarrollo personal y bienestar.

## **FLEXIBILIDAD EN EL SISTEMA EDUCATIVO Y LABORAL PARA APOYAR LA SALUD MENTAL**

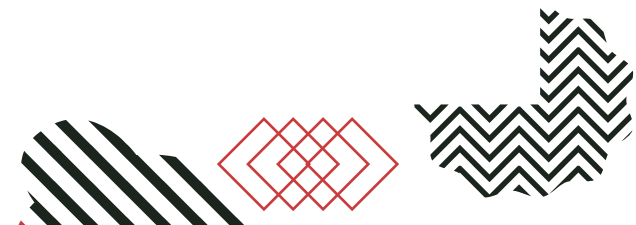
Exigir políticas flexibles en educación y empleo (bajas por salud mental, horarios adaptados) para responder a las necesidades de jóvenes con sobrecarga de cuidados.

## **REDUCCIÓN DE LA SOBRECARGA EMOCIONAL A TRAVÉS DE GRUPOS TERAPÉUTICOS Y APOYO PSICOLÓGICO COMUNITARIO**

Crear grupos terapéuticos accesibles para jóvenes migrantes, que ofrezcan herramientas para afrontar la migración y la carga emocional derivada del cuidado.

## **COMBATIR LA DISCRIMINACIÓN RACIAL Y CULTURAL QUE AFECTA LA SALUD MENTAL**

Desarrollar políticas contra el racismo y la discriminación cultural, fomentando el respeto a la diversidad en espacios educativos y laborales.





## **REVISIÓN DE POLÍTICAS PÚBLICAS PARA EL ACCESO A LA SALUD MENTAL INFANTIL Y JUVENIL**

Priorizar la salud mental infantil y juvenil en políticas públicas, abordando la prevención del suicidio, ansiedad y soledad desde escuelas y servicios sociales.

## **FORTALECIMIENTO DEL ROL DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS EN LA SALUD MENTAL JUVENIL**

Aumentar la responsabilidad de las escuelas en prevención, detección temprana y acompañamiento emocional, especialmente para estudiantes migrantes.

## **IGUALDAD DE GÉNERO EN LAS RESPONSABILIDADES DE CUIDADOS**

Promover la redistribución de cuidados en el hogar, evitando la sobrecarga de mujeres jóvenes migrantes y garantizando su desarrollo y salud mental.

## **DESARROLLO DE ESPACIOS DE APOYO EMOCIONAL ADAPTADOS A JÓVENES CON DIVERSAS NECESIDADES**

Crear espacios adaptados para jóvenes con necesidades específicas, promoviendo también redes de apoyo entre iguales dentro de las comunidades.

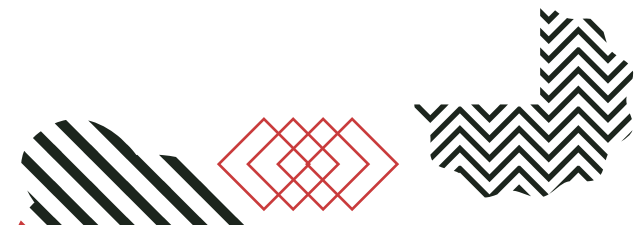
# **DEMANDAS ESPECÍFICAS SOBRE DERECHOS EN LOS CUIDADOS Y TRABAJADORAS DEL HOGAR**

## **GARANTÍA DE DERECHOS LABORALES DIGNOS Y DIFERENCIACIÓN DEL TRABAJO DE CUIDADOS**

Exigir el reconocimiento pleno y protección laboral de las trabajadoras del hogar y cuidadoras, incluyendo inspecciones, sanciones a abusos y respeto al derecho al autocuidado. Visibilizar también el trabajo no remunerado y familiar.

## **ACCESO A VIVIENDA Y REGULARIZACIÓN SIN CONDICIONES**

Garantizar vivienda digna y regularización sin requisitos contractuales para trabajadoras del hogar, reconociendo el aporte económico y social del trabajo informal.





## **PROTECCIÓN FRENTE A LA EXPLOTACIÓN Y ENTORNOS LABORALES SEGUROS**

Erradicar el miedo a denunciar abusos, y formar a empleadores en derechos laborales desde una perspectiva antirracista e interseccional. Proveer asesoría jurídica gratuita y accesible.

## **VISIBILIDAD, RECONOCIMIENTO Y NO DISCRIMINACIÓN**

Romper estigmas sobre trabajadoras del hogar, visibilizar violencias estructurales como racismo o lesbofobia, y ampliar programas de profesionalización accesibles para migrantes.

## **PARTICIPACIÓN POLÍTICA Y DERECHOS COLECTIVOS**

Reconocer el derecho a la organización y participación política de cuidadoras remuneradas y no remuneradas, e impulsar un convenio colectivo autonómico para el sector.

## **DERECHOS DE LAS PERSONAS MIGRANTES EN EL MARCO DE LOS CUIDADOS**

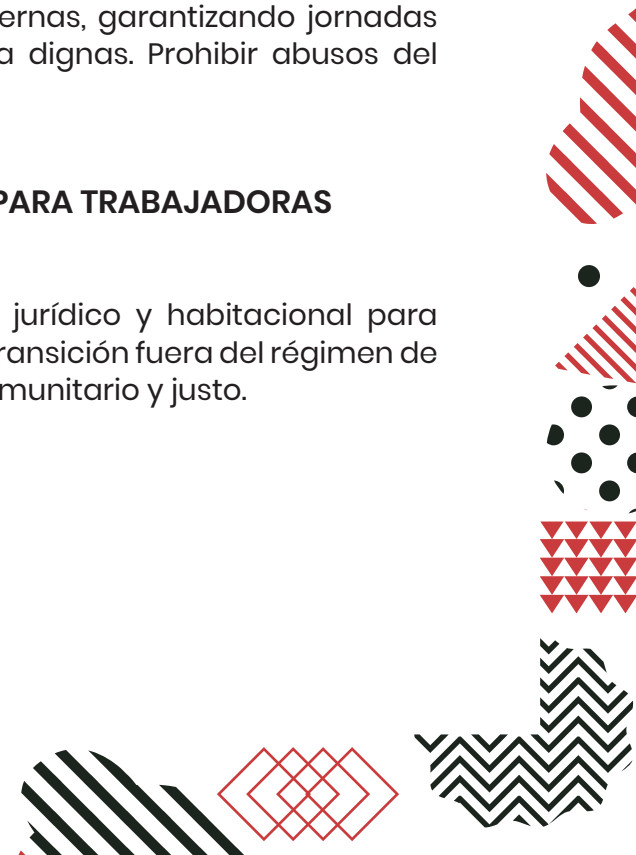
Establecer regularización permanente, erradicar prácticas institucionales racistas y adaptar las leyes laborales a la realidad informal de los cuidados.

## **RECONOCIMIENTO Y REGULACIÓN JUSTA DEL TRABAJO DE INTERNAS**

Regular de forma diferenciada el trabajo de internas, garantizando jornadas justas, descanso, privacidad y condiciones de vida dignas. Prohibir abusos del modelo "todo incluido".

## **APOYO INSTITUCIONAL Y SERVICIOS ACCESIBLES PARA TRABAJADORAS INTERNAS**

Implementar programas de apoyo psicosocial, jurídico y habitacional para internas. Facilitar su formación, acceso a vivienda y transición fuera del régimen de convivencia. Apostar por un modelo de cuidados comunitario y justo.





# DEMANDAS RESPECTO A PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL

## RECONOCIMIENTO DEL DERECHO AL CUIDADO AUTÓNOMO Y DIGNO

Reconocer legalmente el derecho de las personas con diversidad funcional a decidir sobre su cuidado, incluyendo la asistencia personal, según la CDPD. Garantizar acceso equitativo, sin listas de espera, y adaptar la atención a cada necesidad. Reformar el sistema de dependencia para promover apoyos comunitarios y evitar institucionalizaciones.

## FINANCIACIÓN JUSTA Y CONDICIONES DIGNAS PARA CUIDADORAS Y ASISTENTES PERSONALES

Cubrir servicios de cuidados desde el sistema público para no sobrecargar a las familias. Regular el empleo de asistentes personales, asegurando formación, derechos laborales y ética centrada en la autonomía de la persona usuaria.

Reconocer y compensar el trabajo de cuidados familiar, mayoritariamente realizado por mujeres.

## PARTICIPACIÓN ACTIVA DE PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL EN LAS POLÍTICAS DE CUIDADOS

Garantizar su participación en el diseño y evaluación de políticas, mediante procesos accesibles y vinculantes. Fomentar espacios de diálogo con colectivos directamente organizados.

## ACCESIBILIDAD UNIVERSAL EN TODOS LOS SERVICIOS DE CUIDADOS

Aplicar el principio de accesibilidad universal en todos los servicios públicos y comunitarios. Incluir accesibilidad cognitiva, sensorial y comunicativa. Exigir cumplimiento inmediato de la Ley de Autonomía Personal para erradicar listas de espera.

## LUCHA CONTRA EL CAPACITISMO ESTRUCTURAL EN EL SISTEMA DE CUIDADOS


Eliminar prácticas que despojan de autonomía a las personas con diversidad funcional. Promover campañas de sensibilización con enfoque en dignidad y no discriminación. Incorporar una mirada interseccional que reconozca múltiples formas de exclusión.

## VIVIENDA, EDUCACIÓN Y EMPLEO COMO CONDICIONES BÁSICAS PARA EL DERECHO AL CUIDADO

Garantizar vivienda adaptada y asequible. Asegurar inclusión en educación y empleo, con apoyos y medidas antidiscriminatorias. Revisar políticas de







incapacitación hacia modelos respetuosos de la voluntad y proyectos de vida individuales.

## **DEMANDAS RESPECTO A JUSTICIA CLIMÁTICA COMO JUSTICIA EN CUIDADOS**

### **RECONOCIMIENTO DEL TRABAJO DE CUIDADOS EN LA ADAPTACIÓN CLIMÁTICA**

Valorar y remunerar el trabajo de cuidados, especialmente realizado por mujeres y personas migrantes, como clave para la resiliencia frente al cambio climático.

### **FORTALECIMIENTO DE REDES DE APOYO COMUNITARIO**

Fomentar políticas que promuevan redes solidarias en barrios urbanos para adaptación y mitigación climática.

## **SALUD MENTAL Y ECOANSIEDAD**

### **INTEGRACIÓN DE LA SALUD MENTAL EN LAS POLÍTICAS CLIMÁTICAS**

Incluir apoyo psicológico para jóvenes con ecoansiedad dentro de las estrategias climáticas.

### **EDUCACIÓN AMBIENTAL PARA LA GESTIÓN DE LA ECOANSIEDAD**

Crear programas educativos que ayuden a gestionar la ecoansiedad y fortalezcan la relación con el entorno natural.





# **MIGRACIONES CLIMÁTICAS Y DERECHOS DE LAS PERSONAS DESPLAZADAS**

## **PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS REFUGIADAS CLIMÁTICAS**

Incluir a personas desplazadas por el clima en políticas de protección internacional.

## **ACCESO A SERVICIOS DE CUIDADOS PARA PERSONAS MIGRANTES**

Asegurar cuidados adecuados para migrantes, especialmente mujeres, sin importar su estatus migratorio.



## **EDUCACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN EN JUSTICIA CLIMÁTICA**

### ***INCORPORACIÓN DE LA JUSTICIA CLIMÁTICA EN LOS CURRÍCULOS EDUCATIVOS***

Introducir contenidos sobre cuidados, justicia climática y resiliencia en todos los niveles educativos.

### ***FORMACIÓN EN LIDERAZGO JUVENIL Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA***

Capacitar a jóvenes en liderazgo y acción climática para fomentar su participación en la transformación comunitaria.





# **POLÍTICAS PÚBLICAS INTERSECCIONALES Y EQUIDAD DE GÉNERO**

## **DISEÑO DE POLÍTICAS PÚBLICAS CON ENFOQUE INTERSECCIONAL**

Desarrollar políticas que aborden múltiples vulnerabilidades (género, etnicidad, migración, pobreza) ante el cambio climático.

## **PARTICIPACIÓN DE MUJERES Y COLECTIVOS DIVERSOS EN LA TOMA DE DECISIONES**

Garantizar la inclusión de mujeres y colectivos diversos en procesos de decisión sobre adaptación y mitigación climática.

## **RECUPERACIÓN Y USO DE PRÁCTICAS TRADICIONALES SOSTENIBLES**

### **VALORACIÓN DE SABERES ANCESTRALES Y PRÁCTICAS SOSTENIBLES**

Promover prácticas tradicionales como agricultura urbana y gestión comunitaria de recursos.

### **INTEGRACIÓN DE CONOCIMIENTOS LOCALES EN LAS POLÍTICAS URBANAS**

Incorporar saberes locales en estrategias urbanas de adaptación al cambio climático.

## **INFRAESTRUCTURAS URBANAS RESILIENTES Y SOSTENIBLES**

### **DISEÑO DE CIUDADES ADAPTADAS AL CAMBIO CLIMÁTICO**

Impulsar infraestructuras resilientes: espacios verdes, sistemas de drenaje y edificios eficientes.

### **ACCESIBILIDAD UNIVERSAL EN ENTORNOS URBANOS**

Garantizar que todas las personas accedan a entornos urbanos adaptados y cuidados adecuados.

