

Laura Reboul Rodríguez

Técnica del Área de Acción Climática y Transición Ecológica Justa de UGT

La economía no comienza en los mercados, sino en los hogares, en los barrios y en los servicios públicos donde se sostiene la vida cotidiana. Sin el trabajo de cuidados, ya sea remunerado o no, no existiría fuerza de trabajo disponible, ni actividad productiva posible, ni cohesión social.

Sin embargo, este trabajo esencial permanece infravalorado, feminizado y, en gran medida, invisibilizado en las estadísticas económicas y en las prioridades políticas. El actual modelo productivo se apoya en una premisa implícita: que los cuidados estarán garantizados, independientemente de que no se paguen, de que no se reconozcan o de que se presten en condiciones precarias.

El envejecimiento demográfico, la precarización laboral, la insuficiencia de servicios públicos y la intensificación de las jornadas están tensionando los tiempos de vida. Además, esta sobrecarga recae de forma desproporcionada sobre las mujeres trabajadoras, especialmente aquellas con menos recursos o en situación migratoria vulnerable.

Sin embargo, este frágil equilibrio está a punto de romperse. El envejecimiento demográfico, la precarización laboral, la insuficiencia de servicios públicos y la intensificación de las jornadas están tensionando los tiempos de vida. Además, esta sobrecarga recae de forma desproporcionada sobre las mujeres trabajadoras, especialmente aquellas con menos recursos o en situación migratoria vulnerable.

Unido a esta crisis de cuidados se entrelaza la crisis ecológica. Las dos responden a una misma lógica económica que prioriza la acumulación a corto plazo frente

al sostenimiento de la vida. Un sistema que externaliza los costes sociales y ambientales termina erosionando tanto los cuerpos como los territorios.

Desde una perspectiva ecofeminista y sindical, la pregunta no es solo quién cuida, sino cómo reorganizamos la economía y el empleo para que sostener la vida deje de ser una responsabilidad privada y precarizada y pase a ser un eje central de la política económica.

1. ¿Qué es la economía de los cuidados?

La economía de los cuidados engloba el conjunto de actividades esenciales para el sostenimiento de la vida humana: tareas domésticas, atención a personas dependientes, apoyo emocional y gestión cotidiana del hogar. Estas labores pueden realizarse de forma no remunerada en el ámbito familiar o constituir empleos formales remunerados. La economía solo cuantifica exclusivamente aquello que transita por el mercado y genera valor monetario, excluyendo así el trabajo de cuidados no remunerado y los recursos ecosistémicos. Esta omisión genera una paradoja estructural: los cuidados son la base que permite la participación laboral y la reproducción de la fuerza de trabajo, pero se encuentran fuera de las métricas económicas y, consecuentemente, de las prioridades políticas.¹

La perspectiva de la economía feminista propone analizar la distribución, responsabilidad y costes del trabajo de cuidados a través del concepto de organización social del cuidado. Este enfoque estudia cómo se reparten estas tareas entre familias, Estado, mercado y comunidad, identificando quiénes las realizan, quiénes se benefician de ellas y sobre quiénes impactan. Se visibiliza así el rol sistémico del cuidado en la dinámica

1. Pérez Orozco, A. (2014), *Subversión feminista de la economía*. Traficantes de Sueños.

mica económica capitalista y sus implicaciones en términos de desigualdad.²

2. La mirada ecofeminista: interdependencia y ecodependencia

El ecofeminismo va un paso más allá y conecta dos problemas que a menudo se tratan por separado: la desigualdad de género y la crisis ecológica. Autoras como Yayo Herrero y Marta Pascual muestran cómo nuestra cultura ha construido una serie de oposiciones falsas, **cultura** contra **naturaleza**, **razón** contra **emoción**, **producción** contra **reproducción**, **hombre** contra **mujer**, en las que un lado siempre vale más que el otro. Lo «**masculino**», lo «**racional**», lo «**productivo**» se consideran superiores, mientras que lo «**femenino**», lo «**natural**», lo «**reproductivo**» se desprecian y se utilizan como un recurso.³

[...] el capitalismo separó deliberadamente el mundo del trabajo asalariado (**masculino, visible, valorado**) del mundo de los cuidados (**femenino, invisible, gratuito**). Esa separación no es natural: es política. Y permitió construir la figura del *trabajador ideal*, un hombre sin responsabilidades familiares, disponible 24/7, con alguien en casa que se ocupa de todo lo demás. Ese modelo nunca fue universal, pero sigue siendo la norma contra la que se mide todo.

Silvia Federici, feminista e historiadora, ha documentado cómo el capitalismo separó deliberadamente el mundo del trabajo asalariado (**masculino, visible, valorado**) del mundo de los cuidados (**femenino, invisible, gratuito**). Esa separación no es natural: es política. Y permitió construir la figura del *trabajador ideal*, un hombre sin responsabilidades familiares, disponi-

ble 24/7, con alguien en casa que se ocupa de todo lo demás. Ese modelo nunca fue universal, pero sigue siendo la norma contra la que se mide todo.⁴

Frente a esto, el ecofeminismo propone dos ideas centrales que desmontan el mito del individuo autosuficiente:

- **Interdependencia:** todas las personas necesitamos cuidados a lo largo de nuestra vida. Cuando somos bebés, cuando estamos enfermas, cuando envejecemos, cuando simplemente tenemos un mal día. Nadie es totalmente autónomo. Dependemos unas de otras.
- **Ecodependencia:** la vida humana depende de la naturaleza. Del agua, del aire, de la tierra fértil, de la polinización, del clima estable. No podemos crecer infinitamente en un planeta finito. Dependiendo de los ecosistemas no es una debilidad: es una realidad física.

Amaia Pérez Orozco, economista feminista, propone que dejemos de pensar la economía como una máquina de acumular dinero y empecemos a pensarla como un sistema para sostener la vida. Desde esta perspectiva, los cuidados dejan de ser «un tema de mujeres» o «un problema sectorial» para convertirse en la clave para entender cómo funciona (o cómo falla) toda la economía. Porque al final, si no cuidamos la vida, ¿para qué sirve todo lo demás?⁵

3. El papel del sindicalismo en la reorganización social del cuidado

La reorganización social de los cuidados no es únicamente un debate cultural o académico: es una disputa material sobre el tiempo, el salario, la organización del trabajo y la distribución de la riqueza. Y ahí el sindicalismo tiene un papel central.

La economía de los cuidados no puede sostenerse sobre la buena voluntad individual ni sobre la sobrecarga femenina. Requiere regulación, inversión pública,

2. Pérez Orozco, A. (2006), *Perspectivas feministas en torno a la economía: El caso de los cuidados*. Consejo Económico y Social.

3. Herrero López, Y. y Pascual Rodríguez, M. (2010), «Ecofeminismo, una propuesta para repensar el presente y construir el futuro». *Boletín ECOS*, 10, 1-7.

4. Federici, S. (2010), *Calibán y la bruja: Mujeres, cuerpo y acumulación originaria* (1.ª ed.). Tinta Limón (Nociones comunes; 13).

5. Pérez Orozco, A. (2014), *Subversión feminista de la economía*. Traficantes de Sueños.

negociación colectiva y redistribución del tiempo de trabajo. El conflicto no es entre mujeres y hombres, sino entre un modelo productivo que externaliza los costes de la reproducción social y una organización económica que asuma colectivamente el sostenimiento de la vida.

4. ¿Quién cuida, en qué condiciones y a qué precio?

4.1. La doble jornada: trabajar dos veces, vivir a medias

Los números son claros, en España, las mujeres dedican 63,6 horas/semana totales (empleo + cuidados + desplazamientos), frente a 56,7 horas de los hombres (INE 2024). El 77,5 % de las mujeres hace tareas domésticas diarias (vs. 32,9 % hombres), y en cuidados de hijos/nietos, dedican 4 horas/día (vs. 2 horas hombres). Además, 417.400 personas trabajan a tiempo parcial por cuidados, el 95,3 % mujeres.⁶ Si se valorara económicamente, este trabajo no pagado equivaldría al 15-20 % del PIB, invisible, pero esencial.

El problema no es solo de tiempo: es de salud. Las investigaciones muestran que las mujeres con doble carga sufren más insomnio, dolores musculares, dolores de cabeza, problemas de concentración y memoria, peor salud percibida y más riesgo de ansiedad y depresión. No es casualidad, es el resultado de vivir en tensión permanente, intentando encajar en una jornada de 24 horas lo que requeriría 36.⁷

Y lo más frustrante, es que la incorporación de las mujeres al empleo no se ha acompañado de una redistribución equitativa de los cuidados. Simplemente, las mujeres hacen más trabajo total, por lo que no se puede hablar de progreso, sino de agotamiento.

6. Ministerio de Trabajo y Economía Social. (2024), *EPA 2024. Segundo trimestre. MITES-SGEAS*. https://www.mites.gob.es/ficheros/ministerio/sec_trabajo/analisis_mercado_trabajo/EPA/2024/Segundo_trimestre/EPA-2024-T2-MITES-SGEAS.pdf

7. Carrasco Portiño, M., Papi-Gálvez, N., Ruiz-Cantero, M. T., Clemente Gómez, V. y Fernández Sáez, J. (2011), «La Encuesta Nacional de Salud como herramienta de medición de la doble carga y sobrecarga de trabajo en España: Comparación con la Encuesta de Población Activa». *Feminismo/s*, 18, 155-171. <https://doi.org/10.14198/fem.2011.18.08>

Las trabajadoras de cuidados enfrentan condiciones laborales precarias: salarios que rondan los 1.000 euros mensuales, elevada temporalidad, parcialidad y alta informalidad, aproximadamente una de cada tres opera en la economía sumergida sin cobertura de la Seguridad Social. Este sector se nutre predominantemente de mujeres en situación de vulnerabilidad, especialmente migrantes de países del Sur Global, configurando las denominadas cadenas globales de cuidados: mujeres latinoamericanas, africanas o de Europa del Este sostienen los cuidados en España...

4.2. Trabajar cuidando: el empleo más necesario y precarizado

En España, más de 565.000 personas trabajan en el empleo de hogar y cuidados. De ellas, el 87 % son mujeres y el 69 % son extranjeras o tienen doble nacionalidad. España concentra más de un tercio de todas las trabajadoras del hogar de la Unión Europea. Estos datos nos dicen algo importante: el modelo de cuidados se sostiene, en gran medida, sobre el trabajo de mujeres migrantes.⁸

Las trabajadoras de cuidados enfrentan condiciones laborales precarias: salarios que rondan los 1.000 euros mensuales, elevada temporalidad, parcialidad y alta informalidad, aproximadamente una de cada tres opera en la economía sumergida sin cobertura de la Seguridad Social. Este sector se nutre predominantemente de mujeres en situación de vulnerabilidad, especialmente migrantes de países del Sur Global, configurando las denominadas cadenas globales de cuidados: mujeres latinoamericanas, africanas o de Europa del Este sostienen los cuidados en España, mientras otras mujeres, sus familiares y redes comunitarias asumen

8. Boneta, N., Marroquín, S. y Martín, S. (2025), *Trabajo invisible y cuerpos rotos. Radiografía del empleo de hogar y cuidados en España*. Oxfam Intermón. <https://www.oxfamintermon.org/es/publicacion/trabajo-invisible-empleo-hogar-cuidados>

En barrios populares urbanos, trabajadoras precarias, familias migrantes y mujeres solas con criaturas enfrentan una combinación brutal: viviendas inadecuadas, empleos inestables y mal pagados, ausencia de redes de apoyo familiar, servicios públicos desbordados y, además, mayores impactos ambientales, contaminación atmosférica, islas de calor y carencia de zonas verdes.

sus responsabilidades en origen. Este fenómeno reproduce una redistribución desigual del trabajo reproductivo a escala transnacional, donde convergen múltiples ejes de desigualdad: género, clase, etnia y estatus migratorio.

El modelo actual de cuidados no es «accidental», sino el resultado de decisiones políticas y económicas que han favorecido la externalización y la subcontratación como mecanismos para la reducción de costes laborales. La privatización de servicios de atención a la dependencia y la fragmentación de plantillas han debilitado la capacidad de negociación colectiva y han consolidado salarios bajos en un sector esencial.

Desde una perspectiva sindical, dignificar el empleo en cuidados no es solo una cuestión de justicia social, sino de modelo productivo. No puede hablarse de transición ecológica justa si uno de los sectores más intensivos en empleo continúa sustentándose en precariedad, parcialidad involuntaria y desprotección social.

El fortalecimiento del diálogo social, la extensión de convenios sectoriales robustos y la limitación de la subcontratación precarizadora son condiciones necesarias para romper la lógica de abaratamiento estructural del cuidado.

4.3. No todas las personas sufren igual: clase, origen y territorio

La crisis de los cuidados impacta de forma desigual según clase, territorio y género. En el medio rural, las mujeres sostienen literalmente sus pueblos, cuidando a mayores, gestionando huertos, organizando redes vecinales, pero con apoyos públicos mínimos: sin escuelas infantiles accesibles, sin centros de día,

sin transporte decente, con escasas opciones laborales. Cuando la juventud emigra y los pueblos se masculinizan, la sobrecarga recae sobre quienes permanecen. En barrios populares urbanos, trabajadoras precarias, familias migrantes y mujeres solas con criaturas enfrentan una combinación brutal: viviendas inadecuadas, empleos inestables y mal pagados, ausencia de redes de apoyo familiar, servicios públicos desbordados y, además, mayores impactos ambientales, contaminación atmosférica, islas de calor y carencia de zonas verdes.⁹

El ecofeminismo evidencia que la crisis climática no es neutra: golpea antes y más duro a quienes tienen menos recursos para defenderse. Las olas de calor matan más en barrios sin árboles, la contaminación enferma más a quienes viven junto a carreteras, las sequías e inundaciones arruinan antes a familias campesinas que a grandes corporaciones agroindustriales. Y dentro de esas comunidades golpeadas, las mujeres trabajadoras están sistemáticamente en primera línea.

5. Cuidados y transición ecológica justa: un sector estratégico

Las estrategias de transición ecológica han tendido a centrarse en sectores como la energía, la industria o el transporte. Sin embargo, el sector de los cuidados es igualmente estratégico para una economía descarbonizada y socialmente sostenible. Los cuidados generan empleo intensivo, territorializado y difícilmente deslocalizable. Su fortalecimiento puede contribuir simultáneamente a reducir desigualdades de género, fijar población en el medio rural y disminuir la presión sobre modelos productivos extractivos basados en el crecimiento ilimitado.

Incorporar los cuidados a las estrategias de transición justa implica reconocerlos como infraestructura social básica, al mismo nivel que la energía o la movilidad. Esto requiere inversión pública estable, planificación a largo plazo y participación de las organizaciones sindicales en el diseño de las políticas. Sin una reorganización del tiempo de trabajo, sin redistribución de los

9. *Revista Injuve*. (2025), «Ecofeminismo para frenar la despoblación rural». https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2025/09/8-Ecofeminismo_para_frenar_la_despoblacion_rural-REVISTA_INJUVE_129.pdf

cuidados y sin empleo digno en el sector, la transición ecológica corre el riesgo de apoyarse nuevamente en el trabajo invisible y precarizado de las mujeres trabajadoras.

6. Propuestas para poner la vida en el centro

1. **Reorientar la transición ecológica hacia la justicia social y laboral:** garantizar que los procesos de descarbonización y digitalización no profundicen desigualdades de género, clase o territorio, asegurando empleo estable, protección social y alternativas reales para las personas trabajadoras afectadas.
2. **Reducir la jornada laboral sin merma salarial:** es una medida estructural de redistribución del tiempo y del empleo.
3. **Reconocer el sector de los cuidados como infraestructura económica estratégica:** equiparar su relevancia a la energía, la industria o el transporte, garantizando inversión pública estable, con planificación a largo plazo.
4. **Dignificar el empleo en cuidados, poniendo fin a la precarización estructural:** asegurar plantillas suficientes, estabilidad contractual, salarios equiparables a sectores de similar responsabilidad, eliminación de la subcontratación precarizadora.
5. **Integrar cláusulas ecofeministas en la negociación colectiva:** incorporar en convenios sectoriales y de empresa medidas vinculantes de transición justa, igualdad retributiva, reducción de jornada, corresponsabilidad, desconexión digital, salud laboral y formación en competencias verdes.
6. **Condicionar la inversión pública y los fondos verdes a empleo digno y con igualdad:** exigir que toda contratación pública y plan de inversión verde incorporen cláusulas obligatorias de igualdad de género, estabilidad laboral y calidad del empleo.
7. **Regularizar plenamente el empleo de hogar y de cuidados, garantizando derechos laborales efectivos:** equiparar derechos, reforzar la inspección frente al trabajo no declarado y apoyar activamente la organización sindical de estas trabajadoras, muchas de ellas migrantes, como condición para romper las cadenas globales de precarización.

8. **Democratizar la propiedad y la gestión en la economía verde:** impulsar modelos públicos, sociales y comunitarios en proyectos energéticos, agrarios y de rehabilitación, evitando dinámicas de concentración empresarial y «colonialismo verde» que expulsen comunidades o mercantilicen territorios.
9. **Garantizar permisos parentales iguales, intransferibles y remunerados al 100 %, junto con horarios laborales racionales:** avanzar hacia una corresponsabilidad real que reduzca la penalización laboral de las mujeres trabajadoras y transforme la cultura empresarial del presentismo y la disponibilidad permanente.
10. **Construir un sistema público, universal y comunitario de cuidados:** desarrollar servicios suficientes y accesibles, con especial atención al medio rural y a los barrios con menor renta.

La economía de los cuidados y el empleo en España forman parte de un modelo que ha subordinado el sostenimiento de la vida a la acumulación de capital. Transformarlo exige cambiar la organización del tiempo, la distribución de la riqueza y el papel del Estado en el suministro de los servicios públicos.

No se trata únicamente de integrar a las mujeres en el mercado laboral sin más, ni de añadir una dimensión verde a un modelo productivo capitalista. Se trata de reorganizar las bases materiales de la economía. Esta transformación pasa por reforzar la negociación colectiva, ampliar derechos laborales, reducir la jornada, dignificar los sectores feminizados y garantizar que la transición ecológica sea también una transición social.

Poner la vida en el centro no es una consigna retórica: es una estrategia económica para asegurar la sostenibilidad social y ecológica en el largo plazo.

Referencias adicionales

- Unión General de Trabajadores (2025), *Ecofeminismo sindical*. Área de Acción Climática y Transición Ecológica Justa, UGT.
- Valladares, F., Coronel, A., Palomeque, A. y Bordera, J. (2025), *Libro blanco del decrecimiento*. Área de Acción Climática y Transición Ecológica Justa, UGT.
- Viento Sur (2020), *Una agenda ecofeminista para la transición*. <https://vientosur.info/una-agenda-ecofeminista-para-la-transicion/>