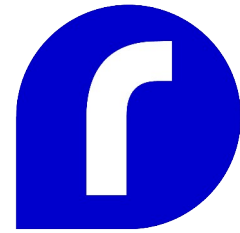


Prácticas de sanación y cuidados. Voces de mujeres vendedoras de plantas medicinales en Chetumal, México



DOI: <https://doi.org/10.22458/rr.v16i1.6371>

Recibido: 2 de octubre 2025

Revisado: 6 de noviembre de 2025

Aprobado: 20 de noviembre 2025

Liannet Coello Pérez

Cubana. Maestra en Ciencias en Recursos Naturales y Desarrollo Rural por El Colegio de la Frontera Sur de México (ECOSUR). Labora en el Colegio de la Frontera Sur-Chetumal (México). Correo electrónico:

liannet329@gmail.com

ORCID: [0000-0002-1838-9400](https://orcid.org/0000-0002-1838-9400)

Héctor Nicolás Roldán Rueda

Colombiano. Doctor en Ciencias en Ecología por El Colegio de la Frontera Sur de México (ECOSUR). Labora en el Colegio de la Frontera Sur-Chetumal (México). Correo electrónico:

[hector.rolდან@ecosur.mx](mailto:hector.rolدان@ecosur.mx)

ORCID: [0000-0003-3726-5910](https://orcid.org/0000-0003-3726-5910)

María Amalia Gracia

Argentina. Doctora en Ciencias Sociales, por el Colegio de México. Labora en el Colegio de la Frontera Sur-Chetumal (México). Correo electrónico:

magracia@ecosur.mx

ORCID: [0000-0002-1920-5618](https://orcid.org/0000-0002-1920-5618)

Resumen: El texto es el resultado de una investigación enfocada en mujeres vendedoras de plantas medicinales en tres mercados y dos tianguis de la ciudad de Chetumal, Quintana Roo, México. Se ofrece una reflexión crítica sobre la labor de cuidados y la sanación, indagando cómo estas prácticas y conocimientos, han encontrado visibilidad en diversos escenarios contemporáneos. El texto está estructurado en cuatro secciones: un marco teórico, los materiales y métodos utilizados, resultados y hallazgos principales. Los hallazgos se trabajaron en tres ejes de análisis: la relación de los cuidados y la sanación con la apropiación y defensa del territorio; los tiempos y ritmos para resolver sus actividades cotidianas; y las relaciones y vínculos que establecen las mujeres para, sanar y cuidar.

Palabras clave: *territorio, gestión del tiempo, relaciones, vínculos, vida cotidiana*

Healing and Care Practices. Voices of Women Sellers of Medicinal Plants in Chetumal, Mexico

Abstract: This text is the result of research focused on women vendors of medicinal plants in three markets and two open-air markets in the city of Chetumal, Quintana Roo, Mexico. It offers a critical reflection on care work and healing, exploring how these practices and knowledge have found visibility in diverse contemporary settings. The text is structured in four sections: a theoretical framework, materials and methods used, results, and main findings. The findings were analyzed in three axes of analysis: the relationship between care and healing and the appropriation and defense of territory; the timing and rhythms of their daily activities; and the relationships and bonds the women establish to heal and care.

Key words: *territory, time management, relationships, bonds, everyday life*



Introducción

El punto de partida de este trabajo radica en la reflexión crítica y contundente sobre la labor de cuidados, expresada en prácticas y conocimientos cotidianos, labor que, en ocasiones, llegamos a creer que se agota en el espacio doméstico y privado, pero que, en la actualidad ha ido reivindicando voces y formas para visibilizar y reconocer su importancia en múltiples escenarios. Estas reflexiones surgen, en gran medida, como parte de experiencias personales y familiares en torno a la sanación y los cuidados en el espacio doméstico, a partir de plantas medicinales, rituales y expresiones de religiosidad y espiritualidad popular. En este estudio los vínculos y relaciones se entienden como parte de la dimensión relacional de los cuidados, donde las mujeres organizan afectos, apoyos y estrategias para sostener la vida en espacios comerciales y comunitarios. Pero también, y ¿por qué no?, desde otras formas colectivas de sanar, que se manifiestan en espacios comunitarios como lo son los mercados y tianguis¹, las fiestas de semillas, los encuentros campesinos, entre otros espacios en donde la sanación, los cuidados y el autocuidado adquieren nuevos significados.

1. La palabra tianguis proviene del náhuatl "tianquiz(tli) que se traduce como "mercado".

La aproximación teórica a las prácticas de sanación y cuidados ha permitido articular reflexiones y discursos teóricos con las voces de mujeres que, en diversos espacios —comerciales, domésticos y comunitarios— describen múltiples expresiones sobre estas prácticas. El estudio se centra en las mujeres vendedoras y comerciantes de plantas medicinales en mercados y tianguis de la ciudad de Chetumal. Se identifican y analizan diversas formas en que las prácticas, saberes, conocimientos y lógicas de sanación y cuidados se manifiestan en los diferentes ámbitos de su vida cotidiana. Estas reflexiones nos permiten analizar algunas de las transformaciones en cuanto a sus experiencias y espacios.

Para este texto se han desarrollado tres dimensiones fundamentales. Una dimensión territorial, donde se abordan las expresiones de estas prácticas y conocimientos en el espacio comercial, doméstico y personal. Una dimensión temporal, que integra los diversos tiempos y ritmos de sus vidas cotidianas para desplegar los cuidados y la sanación. Y una dimensión relacional, centrada en los vínculos y relaciones que se han creado a partir de estas prácticas, conocimientos y estrategias en diferentes espacios y vínculos de su vida. Este texto se ha organizado por secciones, que comienza con un marco teórico, donde se recuperan los principales aportes en torno a la sanación, los cuidados y la defensa del territorio, y su relación con elementos transversales de formas alternativas de pensar lo económico —economía feminista, la economía popular y la economía del trabajo— para la construcción de espacios, vínculos y relaciones que reivindiquen la reproducción ampliada de la vida.

Se ha dedicado una sección a la metodología, describiendo la construcción de esta investigación cualitativa, comprendida por dos fases metodológicas fundamentalmente. Un estudio exploratorio, que permitió el acercamiento a las mujeres vendedoras de plantas medicinales en distintos espacios comerciales de la ciudad. Se enfocó en conocimientos acerca de los usos de estas plantas, así como la realización de otras prácticas de cuidados y sanación. Posteriormente, se desarrolló la fase de historias de vida, donde se profundizó en las relaciones, vínculos y estrategias para sanar y cuidar ante diferentes eventos y coyunturas.

Marco Teórico

Sanar y cuidar. Múltiples escalas y territorios

En las sociedades contemporáneas, los cuidados se han convertido en la forma de trabajo más extendida, en tanto son una actividad permanente y universal que sostiene la vida y atraviesa todas las esferas sociales (Groys 2022). Esta condición adquiere mayor relevancia cuando recae sobre las mujeres, a través de prácticas realizadas generalmente en el ámbito doméstico, como resultado de un proceso histórico que acentúa y remarca el orden patriarcal (Carrasco et al. 2011). Autoras como Batthyány (2015), Benería (2003) y León (2009) han insistido en que los cuidados no deben comprenderse únicamente como prácticas afectivas, sino como un trabajo que implica tiempo, energía física y emocional, y que sostiene la reproducción social. Esta mirada permite reconocer que, aun cuando en este texto se use el término “prácticas de cuidado”, muchas de ellas funcionan como trabajo no remunerado que recae, desproporcionalmente en las mujeres.

Desde la perspectiva de Cabnal (2019), el patriarcado es un sistema que oprime tanto a mujeres, hombres y personas intersexuales, y a la propia naturaleza, pero que, indudablemente, ha sido construido y perpetuado sobre el cuerpo de la mujer, quien lo asume como parte de su vida cotidiana. En este sentido, Benería (2003) señala que la división sexual del trabajo, reforzada por el capitalismo, ha asignado históricamente a las mujeres las labores de sostenimiento cotidiano y afectivo, produciendo desigualdades tanto económicas como simbólicas.

Si bien en este texto se ha utilizado el término “prácticas de cuidado” y “prácticas de sanación” para enfatizar su dimensión cotidiana, relacional y territorial, es importante destacar que muchas de estas prácticas implican también formas de trabajo de cuidados. Siguiendo a Batthyány (2015), Benería (2003) y Gutiérrez-Rodríguez (2010), estas prácticas no solo implican dimensiones afectivas, sino también cargas de tiempo, energía y una corporalidad situada, que se distribuye de manera desigual entre mujeres y hombres.

Cuando hablamos de vida cotidiana, nos referimos al espacio y, a la vez el tiempo en el que de manera inmediata se manifiestan las relaciones y vínculos que los seres humanos establecen entre sí y con la naturaleza para satisfacer sus necesidades (Barros 2015). Por lo cual, la vida cotidiana está con-

tenida por rutinas y símbolos contruidos colectivamente, y que dan lugar y sentido a nuevos saberes que sostienen la práctica social (Vygotsky 1977). La vida cotidiana pudiera entenderse homogénea para quienes integran la sociedad, sin embargo, aunque resulte evidente, es preciso reconocer la heterogeneidad dentro de las rutinas, acuerdos y convenciones sociales (Heller 1998).

De acuerdo con De Certeau (1996), cuando las actividades del día a día se reproducen cotidianamente, siendo resultado de las recurrencias para alcanzar un proyecto de vida, se convierten en prácticas. Se entiende por prácticas aquellas actividades organizadas socialmente, proyectadas hacia la noción del bien (de lo bueno) y con una variedad de significados comunes, implícita o explícitamente articulados (Melguizo y Alzate 2008). En ese sentido, las prácticas de cuidado son comportamientos y actividades socialmente organizadas, en busca de perpetuar el bienestar físico y emocional de los seres humanos, con el objetivo de cuidar la vida para sobrevivir (Melguizo y Alzate 2008). Este enfoque dialoga con Batthyány (2015), quien, desde América Latina, conceptualiza la organización social del cuidado, para explicar cómo estas prácticas se distribuyen entre: Estado, mercado, familia y comunidad, re cayendo de forma desigual en las mujeres.

Sanar, sin embargo, significa que la persona logre alcanzar un nuevo estado de equilibrio, haya sido curada o no en el proceso (Colunga y Moya 2023). La diferencia, entre sanar y cuidar, permite visibilizar la diversidad de expresiones que configuran prácticas y vínculos relacionados con otras personas, territorios y emociones, pero también en el ámbito personal, o sea, con el autocuidado. Este componente emocional y relacional del cuidado ha sido desarrollado por Gutiérrez-Rodríguez (2010), quien conceptualiza el cuidado como un trabajo afectivo y corporal, en que las emociones, la energía vital y los vínculos son indispensables para el sostenimiento de la vida.

Desde los feminismos indígenas y comunitarios, la postura de Cabnal (2018) sostiene que sanar, para las mujeres, es un acto personal y político que permite transmitir y denunciar la opresión y subordinación dentro de un sistema heteropatriarcal. En ese sentido, la sanación permite no solo el bienestar físico y emocional, sino también hace visible la importancia de construir redes, espacios y experiencias que sostienen la vida. Al mismo tiempo, permite visibilizar y nombrar aquello que las margina, las excluye y las oprime. Este reconocimiento del cuerpo como territorio político de sanación converge con los planteamientos de Segato (2003), quien sostiene que el patriarcado inscribe en los cuerpos femeninos una territorialidad de obediencia y servicio, que estructura la distribución desigual del trabajo y el valor. Además, la sanación, como práctica no ocurre en un vacío, está atravesada por relaciones de poder, desigualdades territoriales, experiencias emocionales y cargas de trabajo que afectan en mayor medida a las mujeres (Cabnal 2018).

Si bien la sanación aparece como un proceso personal, desde los feminismos críticos se advierte que, cuando se presenta únicamente como responsabilidad individual, puede reproducir lógicas neoliberales de autosuficiencia emocional. Autoras como Segato (2003) y Gutiérrez-Rodríguez (2010), re-

cuerdan que la sanación y el bienestar están atravesados por las condiciones estructurales de agotamiento, desigualdad, violencia, y que solo pueden comprenderse plenamente desde una dimensión colectiva y comunitaria.

Por tanto, se identifica que la acción de sanar y sus prácticas asociadas, se articulan con el trabajo por reconocer y defender el territorio, partiendo del cuerpo como el primero de ellos. Cabnal (2020) asume la sanación como un camino a seguir por los cuerpos en lucha contra la violencia dentro del sistema hegemónico: patriarcal, colonial y racista.

De acuerdo con Giménez (2023), el territorio lo entendemos como un espacio apropiado por un grupo social con el objetivo de satisfacer sus necesidades básicas, ya sean materiales o simbólicas, y garantizar así su reproducción. Este autor hace referencia a la naturaleza multiescalar del territorio (figura 1), lo que significa que, nuestra casa es el territorio inmediato y más íntimo, pero también es una extensión territorial de nuestro cuerpo. En una segunda escala se encuentran los territorios próximos, es decir, el barrio, el pueblo, la ciudad. Se habla entonces, desde un sentido local, donde se organiza y regula la vida social del individuo. Los siguientes niveles serían los territorios intermedios, que están pensados desde la noción de lo regional, mediando entre lo local y regiones más amplias como países y continentes, y los espacios Estado-Nación.

Figura 1. Naturaleza multiescalar del territorio



Fuente: elaboración propia a partir de Giménez (2023) y Cabnal (2020)

Desde esta propuesta de Giménez, y de acuerdo con Solano (2020), la defensa de la tierra, como espacio físico y, a la vez, como forma de sanación,

implica reconocerla como proveedora de bienes y servicios que abonen al bienestar individual y colectivo, además de incluir otras formas de relacionarse y valorar el entorno. Al decir de Baptiste (2016), los valores relacionales permiten a los grupos sociales establecer nuevos vínculos, modos de vivir, poniendo en juego su identidad y por ende, su futuro. Esta noción también permite reconocer la necesidad del acuerpamiento territorial y las alianzas territoriales como formas de sanar colectivamente (Solano 2020).

En el marco de la economía feminista y de los estudios del cuidado, la dimensión relacional ocupa un lugar central. Autoras como Gutiérrez-Rodríguez (2010) y Carrasco (2017) señalan que los cuidados son posibles gracias a redes, vínculos y relaciones que involucran afectos y reciprocidades. Esta dimensión relacional permite comprender cómo las mujeres sostienen la vida más allá del espacio doméstico, articulando apoyos cotidianos en mercados, tianguis y comunidades.

Otras economías, hacia el sostenimiento y cuidado de la vida

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL 2023,2024) advierte que, en el contexto pospandemia, esta región atraviesa una compleja crisis económica que impacta de forma directa en los sistemas de salud, la seguridad social y los servicios públicos. Como resultado, al menos 57 millones de latinoamericanos y caribeños enfrentan hambre, desabasto de alimentos y carencias para sostener sus vidas (CEPAL et al. 2022). Según la propia CEPAL (2023), hasta 2022 más del 50 % de la población económicamente activa se empleaba en el mercado informal sin acceso a derechos laborales. Asimismo, la Comisión proyectó para el 2024 un bajo crecimiento económico en la región, marcado por tres trampas estructurales: bajo dinamismo productivo, alta desigualdad y limitada capacidad institucional acompañada de una gobernanza ineficaz (CEPAL 2024).

Ante esta inestabilidad económica, experimentada hasta el 2025, Cielo (2023) convida a repensar la Reproducción Ampliada de la Vida, explorando y resignificando los cuidados humanos y del ambiente. De esta forma, repensar los sistemas alimentarios y agroecológicos, los trabajos y las economías populares, las movilidades, las violencias cotidianas asociadas a la precarización capitalista. Cielo (2023), invita a repensar desde la cooperación, organización y la politicidad que contribuyen al sostenimiento de la vida. Para esta autora, la reproducción ampliada es una perspectiva interseccional que permite profundizar en procesos de reproducción y actuar en consecuencia.

Pero no se puede hablar de Reproducción Ampliada de la Vida sin hablar del papel que juegan las mujeres en el sostenimiento de la vida, de forma general, y cuánto aporta su labor al mantenimiento del sistema capitalista. Esta perspectiva ha sido fuertemente debatida y criticada por autores que defienden otras formas de hacer economía, como: la economía feminista, economía popular, economía del trabajo y la economía social y solidaria. En este punto, los aportes de León (2009) resultan clave, pues sitúan la reproducción ampliada de la vida como el fundamento material y simbólico del bienestar,

enfaticando que los trabajos cotidianos, domésticos, comunitarios y afectivos son esenciales para sostener la vida social.

Los cuidados y Otras Economías: Feminista y Popular

En América Latina, la Economía Feminista constituye un mecanismo de crítica y de resistencia ante una desigualdad, traducida en expolio y falta de oportunidades de grupos sociales por parte del mercado capitalista (Carrasco 2017). En las últimas décadas, se ha enfocado en ir más allá de reconocer y visibilizar el trabajo de cuidados. Aporta una cosmovisión que considera todos los trabajos ejercidos por mujeres y hombres en busca de subsistencia, bienestar y reproducción social (Carrasco 2011; Pérez 2014).

Esta economía rechaza la limitación de que, en la esfera productiva, solo el trabajo remunerado tenga visibilidad, reivindicando así el trabajo no mercantil realizado mayoritariamente por mujeres, donde se destaca el cuidado de la vida (Ezquerria 2018). Además, busca visibilizar y problematizar, cada vez más, el cuidado como un esfuerzo cotidiano realizado por las familias. Mayormente es realizado por las mujeres, quienes se involucran en el bienestar físico y emocional de todos los miembros de su espacio doméstico y fuera de este. En consecuencia, se ven afectados tanto su salud, su bienestar y proyectos vitales a corto, mediano y largo plazo (Ezquerria 2018).

Uno de los aportes de mayor impacto de la Economía Feminista en América Latina es la economía del cuidado. Este cambio paradigmático consiste en la incorporación del trabajo doméstico y de cuidados en el análisis económico, haciendo que el uso del tiempo, dedicación y concentración gane relevancia en el diseño de políticas sociales (Esquivel 2016). De esta forma, se trabaja por la democratización de los cuidados, buscando que ese rol sea prioridad tanto de hombres como de mujeres, pero también del Estado (Plataforma de Acción de Beijing citado por Ezquerria 2018). Los propios autores reconocen que el cuidado también implica incluirlo en el diseño de políticas públicas y valorizarlo social y simbólicamente. Esta dimensión se articula de manera directa con lo planteado por Batthyány (2015), quien enfatiza que, sin un reparto equitativo entre Estado, mercado, familias y comunidad no es posible construir sistemas integrales de cuidados.

Aunado a lo anterior, reconocer los ritmos y tiempos de la vida cotidiana, así como la gestión de actividades, permite visibilizar como las mujeres enfrentan una doble, incluso triple, jornada. Esta articula el trabajo remunerado con las responsabilidades domésticas y de cuidado, principalmente hacia infancias y personas mayores (Carrasco 2009). En consecuencia, se ven obligadas a equilibrar lo laboral con lo doméstico, a menudo afectando su desempeño profesional y personal.

Por otro lado, al hablar de cuidados, trabajo doméstico y uso del tiempo, resulta pertinente hablar del papel de la unidad doméstica como la organización por excelencia de la economía popular. Misma que ha sido fundada sobre relaciones parentales y culturales enfocadas en la satisfacción de necesi-

dades, con el objetivo de lograr la reproducción ampliada de la vida de sus miembros (Coraggio 2003).

En tanto, Sarria y Tiriba (2009) reconocen la economía popular como actividades formales o informales que tienen como escenario principal el ámbito doméstico y comunitario, mediante las cuales sus miembros satisfacen sus necesidades cotidianas sin fines de lucro y de manera autosustentable. Lo consideran un constructo que se perfecciona y resignifica con el paso de los años, y aseguran que, este tipo de economía ha pasado de solo buscar la supervivencia de sus actores, a una economía madura que busca la Reproducción Ampliada de la Vida.

Las autoras asumen esta economía como integradora de emprendimientos formales e informales, dejando a un lado estas economías formales que responden a políticas públicas del sector capitalista. Opuesto a la perspectiva de Coraggio (2009), quien considera esta economía distinta a la Economía del Trabajo, por su subordinación a la economía del capital, independientemente de que conlleven ambas a la satisfacción de necesidades inmediatas de los implicados.

El propio Coraggio (2009), señala que la Economía Popular es la antesala o base de otras economías alternativas, como la Economía del Trabajo y la Economía Social y Solidaria, construidas sobre la base de la reciprocidad, intercambio solidario. Orientadas desde la lógica de reproducción ampliada de las capacidades de todas y todos, y, por ende, la satisfacción de sus necesidades legítimas.

En síntesis, la articulación de estas perspectivas permite comprender que el cuidado y la sanación no son solamente prácticas individuales o domésticas, sino dimensiones estructurales, políticas, afectivas y territoriales que sostienen la vida. El análisis de estas posturas permite comprender que las mujeres sostienen la vida no solo desde el trabajo cotidiano, sino también desde saberes encarnados, afectivos y comunitarios. De esta manera, resisten y desafían el orden patriarcal y capitalista, y abren la posibilidad de pensar otras formas de vida, otras economías y otras políticas del cuidado.

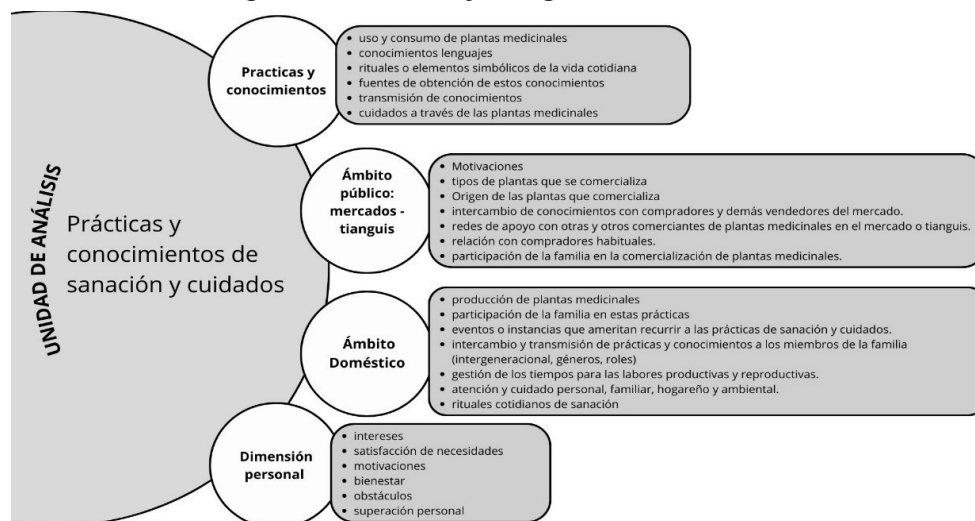
Metodología

Esta investigación se llevó a cabo a partir de dos fases metodológicas complementarias, de corte cualitativo. Para su desarrollo, se diseñaron cuatro categorías de análisis (Figura 2) que permitieron la elaboración de los instrumentos y los procesos de sistematización y análisis. Las categorías se construyeron a partir de cuatro unidades principales: prácticas de conocimientos, ámbito doméstico, ámbito comercial y una dimensión personal.

Cada unidad de análisis está integrada por unidades observables, que van desde los conocimientos sobre plantas medicinales, transmisión de saberes y prácticas, comercialización y venta de plantas, tipos de plantas, prácticas de sanación y cuidados en el espacio doméstico, en el espacio comercial, auto-

cuidado, participación de la familia en la comercialización, gestión de los tiempos, coyunturas, obstáculos entre otras. Todas, analizadas a partir de instrumentos de recopilación de información.

Figura 2. Unidades y categorías de análisis.



Fuente: *Elaboración propia, a partir de diseño de investigación.*

En la primera fase metodológica, se realizó un acercamiento exploratorio que sirvió de insumo para entender el fenómeno de estudio. El estudio exploratorio permite obtener información veraz y confiable sobre un tema poco conocido de las fuentes primarias, conociendo puntos de vista, subjetividades, acciones y obstáculos enfrentados por las personas participantes ante un problema puntal (Montalvo et al. 2015).

En esta fase se identificaron 27 mujeres que venden o comercializan plantas medicinales, y se realizaron 20 entrevistas semiestructuradas, una guía de observación y el diario de campo como apoyo para sistematizar información. Siendo este el primer acercamiento a las mujeres de estos espacios comerciales, en cuanto a cantidad, procedencia, uso y consumo de estas plantas, vínculos e intercambio de conocimientos con otros vendedores y compradores, así como la participación de la familia en esta actividad. Este acercamiento permitió conocer sus conocimientos y prácticas de sanación y cuidados en el espacio comercial. La fase exploratoria permitió seleccionar a tres participantes para el segundo momento del diseño metodológico, a partir de sus trayectorias, apertura, motivaciones y conocimientos.

Para la segunda fase, a partir de un análisis basado en el método de historias de vida, se profundizó en las prácticas de sanación y cuidados, y en cómo se manifiestan en múltiples dimensiones de la vida cotidiana (privada y pública) de estas mujeres. Las historias de vida se eligieron porque permiten

comprender cómo las mujeres articulan, en su trayectoria, prácticas de cuidado, sanación y estrategias afectivas y territoriales (Cornejo et al., 2008)

Al decir de Jones (1983), las historias de vida permiten una interpretación más cercana a la experiencia humana, a través de relatos personales, desde la experiencia individual de cada sujeto, quien describe y recrea el mundo social que le rodea. Los instrumentos metodológicos aplicados en esta fase de historias de vida fueron, principalmente entrevistas biográficas. Esta fase estuvo enfocada en analizar cómo se expresan los conocimientos y prácticas sobre sanación y cuidados a nivel doméstico, familiar y personal. Las mujeres pudieron contar sus vivencias, obstáculos, necesidades y motivaciones experimentadas durante su vida, con relación a estas prácticas y conocimientos de sanación y cuidados. Principalmente, las entrevistas biográficas estuvieron guiadas por cuestiones como: interacciones y vínculos en el ámbito doméstico, comercial y personal, a través de estas prácticas. También la participación de la familia, transmisión e intercambio intergeneracional de estos conocimientos y prácticas, así como las implicaciones efectivas y emocionales a nivel individual.

La aplicación de los instrumentos metodológicos, en ambas fases, estuvo apoyada en el consentimiento informado, donde las participantes brindaron su consentimiento para ser grabadas, fotografiadas, y para que la información pueda ser publicada. Una vez terminadas las dos fases de trabajo de campo, el material recabado fue sistematizado con ayuda del software de análisis de datos cualitativos Atlas Ti. 8.0.1. Este programa permitió agrupar las categorías de análisis, así como identificar temas emergentes que no habían sido contemplados durante el diseño de la investigación. El análisis se realizó mediante triangulación entre teoría feminista, evidencia empírica y voz analítica, para evitar fragmentación de los datos. Es a partir de los principales hallazgos que se desarrolla la siguiente sección de discusión y resultados.

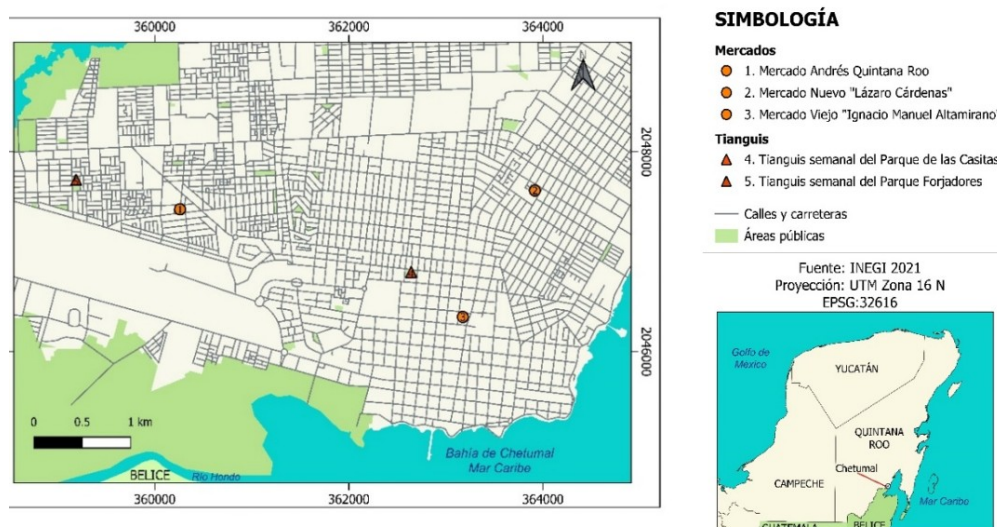
Delimitación del área y sujetos de estudio

El área de estudio abarcó tres mercados públicos de Chetumal: “Andrés Quintana Roo”, “Ignacio Manuel Altamirano” y “Lázaro Cárdenas del Río”, así como dos tianguis o mercados semanales que se celebran en puntos concurridos de la ciudad, desde hace más de una década: el “Parque de Las Casitas” y el “Parque Forjadores”, como se ilustra en el mapa 1. Estos cinco lugares se caracterizan por tener una afluencia de personas considerable, y por tener diferentes momentos de concurrencia durante la semana.

Los mercados públicos son visitados, principalmente, en horas de la mañana y hasta el mediodía, por lo que la estrategia de acercamiento en estos lugares se centró en visitas durante las mañanas, generalmente cuando las mujeres comienzan a preparar sus puestos y arreglar sus plantas. En el caso de los tianguis, se trata de espacios que se instalan en parques públicos, generalmente durante los fines de semana; en ellos se encuentran diversidad de productos, generalmente de origen local – regional, sus horarios son más extendidos que los de los mercados públicos.

A través de salidas exploratorias, se constató que la presencia de mujeres que ofrecen plantas medicinales en estos mercados públicos y tianguis semanales es considerable. En estos espacios participan mujeres que producen y venden sus plantas medicinales, y las que solo se dedican a la venta de estas plantas. Por lo tanto, resulta interesante analizar cómo, en cada caso, estas mujeres expresan y transmiten sus conocimientos y prácticas de sanación y cuidados. Por otro lado, un elemento característico de estos espacios tiene que ver con el tipo de relaciones que allí tienen lugar, se trata muchas veces de relaciones y lazos fraternos y cercanos, incluso cuando se trata de personas que van por primera vez. Es así, como la aproximación y la posibilidad de entablar vínculos fluyó de manera espontánea y orgánica.

Mapa 1. Espacios comerciales de la ciudad de Chetumal trabajados en la investigación



Fuente: Elaborado por Guillermo A. Turner, a partir de trabajo de campo.

Análisis y resultados

En esta sección, se presentan los principales hallazgos de la investigación. Para ello, se seleccionaron tres ejes de análisis que permiten articular las discusiones teóricas con las voces y realidades de las mujeres entrevistadas. En primer lugar, se aborda la relación entre las prácticas de sanación y cuidados con el territorio. A continuación, se evidencia el papel de los tiempos y ritmos en la conformación de los espacios y actividades de estas prácticas dentro de la vida cotidiana. Finalmente, se analiza el tipo de vínculos y relaciones que giran en torno a las estrategias, prácticas y conocimientos para sanar y cuidar.

De cuerpos a comunidades: Sanar y cuidar territorios

La investigación permitió rastrear algunas expresiones de apoyo, solidaridad, formas de sostenerse y acompañarse durante sus actividades productivas. Pero también de vivir sus dolores y angustias, muchas veces de manera individual. Los mercados y tianguis, como espacios de encuentro, se convierten en el medio para reconocer parte de una comunidad más amplia, y por lo tanto, de tener un sentido de pertenencia frente a algo. En ese sentido, es preciso resaltar la importancia de pertenecer para tener claridad sobre los aspectos que se quieren defender y sobre los cuales también se crean resistencias y estrategias, muchas veces cotidianas e individuales, y en otros casos, colectivas a nivel familiar domésticos, pero también dentro de los diferentes espacios en los que participan (Sayad y Bourdieu 1979 citado por Castillo 2020).

Y es que esa defensa puede tener múltiples expresiones que van desde la espiritualidad y la intimidad de cada una de ellas, hasta del propio mercado y las demandas colectivas que se pueden ir gestando. En concreto, para las vendedoras y comerciantes de plantas medicinales en mercados y tianguis de la ciudad de Chetumal, la mayoría se han mantenido vinculadas a estos espacios comerciales durante más de cinco años y hasta más de dos décadas. Para muchas, el espacio comercial en que participan ha sido apropiado y asumido desde un sentido de territorialidad, dónde realizan prácticas que, con el tiempo, se vuelven parte de sus lógicas cotidianas.

El tianguis es mi segunda casa, donde me olvido de todos los problemas por un rato y de lo que he vivido estos últimos años. Es un tiempo dónde convivo con las personas porque como ya te comentaba me la paso encerrada en mi casa, aquí siento que soy útil; ayudo a las personas y los amigos que por años he conocido, todos me conocen acá y me tratan con cariño, y yo les enseño lo que con tanto amor a mí me enseñaron, que es cuidar las plantas y con ellas cuidar a la familia y cuidarse uno mismo (Entrevista, mujer, 84 años, tianguis “Parque Forjadores”).

Este testimonio muestra cómo el tianguis opera como un territorio próximo en el sentido de Giménez (2023), donde las mujeres construyen pertenencia y redes afectivas cotidianas. A la vez, refleja ese acuerpamiento territorial del que habla Cabnal (2018), en el que los espacios comunitarios se convierten en soporte emocional, económico y simbólico para sostener y defender la vida.

Este texto enfatiza en los territorios más íntimos e inmediatos, como el cuerpo y el espacio doméstico, pero también en esos territorios próximos, considerados locales y comunitarios. Las mujeres participantes en la fase de historias de vida, al hablar del significado de sanar y cuidar en sus vidas, así como las estrategias para lograrlo, aluden el espacio doméstico, como ideal para sanar, cuidarse y cuidar a los demás.

Mi manera de sanar es en mi casa, cuidando mis gallinas, mis plantas, limpiando y cocinando. Mi casa es mi espacio seguro, donde mi mente la ocupo en los quehaceres para no pensar en la muerte de mi hijo más pequeño.... Yo comencé a vender aquí en el tianguis para pagarle sus estudios y mira, todo fue en vano... cuido de otras personas, pero no pude salvar a mi hijo... Pero gracias a Dios vamos saliendo adelante (entrevista, mujer, 84 años, tianguis "Parque Forjadores").

Aquí se evidencia cómo el territorio doméstico constituye un espacio íntimo de restauración emocional y trabajo afectivo, en sintonía con lo planteado por Gutiérrez-Rodríguez (2010). La sanación aparece como restauración del equilibrio cotidiano, donde el cuerpo, el hogar y las prácticas domésticas se articulan para sostener la vida frente al dolor.

Por otro lado, estas mujeres hablan de sanación y cuidados expresados en el cuerpo y la mente, acentuando la necesidad de conocerse a sí mismas y estar bien a nivel personal para poder cuidar su entorno y cuidar al otro o la otra.

La sanación para mi es estar desarrollada física y emocionalmente bien, o sea bien refiriéndome a que seas feliz, que estés contenta con lo que estés haciendo, que tu decidas ser feliz, porque la felicidad es una decisión y no es momentánea. Tú tienes derecho a sentir frustración, a lo mejor miedo, pero que eso no te límite para que tu crezcas, para que tu busques tus sueños. Para mí la sanación es algo enorme, sanación de miedos, de corajes de todos los malos sentimientos (Entrevista, mujer, 45 años, mercado "Lázaro Cárdenas").

Aquí se evidencia cómo el territorio doméstico constituye un espacio íntimo de restauración emocional y trabajo afectivo, en sintonía con lo planteado por Gutiérrez-Rodríguez (2010). La sanación aparece como restauración del equilibrio cotidiano, donde el cuerpo, el hogar y las prácticas domésticas se articulan para sostener la vida frente al dolor.

En sus prácticas cotidianas, estas mujeres resignifican sus espacios, convirtiéndolos en escenarios de acompañamiento y solidaridad. Es en esa confluencia de lo íntimo y lo colectivo donde surgen las raíces de la vida comunitaria. En última instancia, al cuidar de sus territorios personales y comunitarios, ellas no solo buscan sanar sus propias heridas, sino también construir un tejido social más fuerte y humano.

Tiempos y ritmos

Uno de los ejes centrales de la investigación fue analizar las actividades cotidianas de las participantes a lo largo de un día. La mayoría de las mujeres entrevistadas describieron que, en un día normal, gran parte de las horas estaban dedicadas al cuidado del hogar, el cuidado de familiares y por supuesto, las tareas destinadas al emprendimiento comercial. Curiosamente, pocas mencionaron momentos o espacios dedicados al autocuidado o a actividades personales que atendieran sus propias necesidades. Algunas indicaron que su tiempo era tan limitado que apenas alcanzaba para cumplir con las responsabilidades diarias que consideran inherentes a su rol como mujeres.

Este hallazgo destaca la necesidad de comprender el autocuidado y la sanación en el contexto de la gestión del tiempo y los ritmos de vida. La forma en que estas mujeres manejan sus responsabilidades y el impacto en su capacidad para cuidarse a sí mismas es esencial para entender las dinámicas de cuidado y sanación en sus vidas. Analizar este aspecto es crucial para evaluar las prácticas de sanación y autocuidado dentro de sus exigencias diarias y su estructura de vida.

Como se ha señalado anteriormente, la economía del cuidado es una de las contribuciones más significativas de la Economía Feminista en América Latina. Esta teoría ha sido fundamental para visibilizar y valorar el tiempo y el esfuerzo que las mujeres dedican al cuidado de la vida, a menudo ignorados en los ámbitos doméstico, local, regional y nacional. La Economía Feminista ha ofrecido una comprensión más profunda de cómo estas actividades, aunque esenciales, suelen ser subestimadas y no adecuadamente reconocidas en términos económicos y sociales.

Este texto recoge y da voz a las experiencias de mujeres que han llevado sus prácticas cotidianas del ámbito doméstico al comercial, buscando que estas actividades sean reconocidas como trabajo remunerado. Hoy en día, es cada vez más común ver a mujeres emprendedoras que, para mantenerse económicamente, trasladan al ámbito público tareas diarias como cocinar, limpiar, cuidar y sanar. Esta transición no solo visibiliza el trabajo de cuidado, sino que también plantea nuevos desafíos y dinámicas.

A menudo, esta expansión de las tareas de cuidado al mercado laboral implica una doble o triple jornada para las mujeres. La combinación de responsabilidades en el hogar y en el ámbito comercial contribuye a una carga laboral adicional, reduciendo significativamente el tiempo disponible para el autocuidado y la regeneración personal. Esta doble jornada afecta no solo su bienestar físico y emocional, sino que también limita sus oportunidades de encontrar momentos dedicados exclusivamente a su descanso. Por lo tanto, es fundamental considerar cómo estas dinámicas influyen en la capacidad de las mujeres para mantener su salud y bienestar en un contexto de trabajo y cuidado intensificados.

A medida que una crece y madura se va dando cuenta de que no resolvemos nada con dedicar las 24 horas del día a tu casa, tu negocio, incluso tus amigos y familia cuando no te estás cuidando a ti misma. Y cuando una es mujer, y es madre soltera, cuesta trabajo entender. A mí me hizo falta estar enferma para entender que, si yo no estoy bien, mis hijas no estarán bien del todo, ni mi negocio... nada en mi vida (Entrevista, mujer, 31 años, mercado “Andrés Quintana Roo”).

Este testimonio revela la tensión entre autocuidado y responsabilidades múltiples descrita por Carrasco (2009). La doble y triple jornada emerge claramente como un límite para la regeneración personal, evidenciando la carga desigual de tiempo que caracteriza la economía del cuidado. Por otro lado, este extracto de entrevista recupera discursos que dan cuenta de cómo los cuidados son asumidos y entendidos de diferentes formas, atendiendo a la edad, circunstancias, procedencia y las propias historias de vida. Pero lo cierto es que muy pocas logran encontrar en su día a día, ese espacio propio para estar consigo mismas, para reflexionar, cuidarse y consentirse. Pero también, un espacio donde se sientan cuidadas y atendidas por los que comparten su entorno.

Apenas estoy comenzando a cuidarme Yo. Porque desde pequeña siempre cuidando a los demás... yo siempre era la última y ese mismo lugar ocupé cuando yo me junté con el papá de mis hijos, yo era la última. (...) Ahora ya busco, que, si algo me gusta, dejo el espacio para mí. Ahora me veo al espejo y me veo bonita, porque antes te-

nía muy presentes los comentarios del padre de mis hijos
(Entrevista, mujer, 45 años, mercado “Lázaro Cárdenas”).

Otro elemento interesante dentro de la investigación es poder reflexionar sobre cómo los tiempos del cuidado implican el tiempo del otro. Nos referimos más bien a la complejidad del cuidado cuando también está en juego el tiempo y la disponibilidad del otro o la otra. Tal es el caso de algunas de estas mujeres con respecto al cuidado de sus hijos e hijas en la etapa adolescente.

Un aspecto particularmente revelador de la investigación es la reflexión sobre cómo los tiempos dedicados al cuidado no solo involucran a la persona que cuida, sino también al tiempo y la disponibilidad del "otro" o la "otra". Este elemento subraya la complejidad del cuidado, especialmente cuando se trata de interacciones en las que el tiempo de uno está condicionado por las necesidades y las disponibilidades del otro. Un ejemplo claro de esta dinámica se observa en el caso de algunas mujeres que enfrentan desafíos en el cuidado de sus hijos e hijas adolescentes. Este desafío se ilustra en las siguientes palabras de una entrevistada:

(...) en este momento, con mi hijo adolescente, se me ha hecho un poco más complicado. Creo que ha sido más difícil para mí llegar a él, a diferencia de lo que sucede con mi hija. No estoy segura si esto se debe a que las mujeres, a veces, somos más abiertas y tenemos un panorama más amplio que los varones, o si es por otra razón. Esto me preocupa y me ocupa. No sé si es por la etapa o porque él está en la adolescencia, pero siento que no puedo comunicarme bien con él (Entrevista, mujer, 45 años, mercado “Lázaro Cárdenas”).

La complejidad del cuidado aparece aquí ligada a la disponibilidad, los ritmos y las necesidades del otro, en sintonía con Batthány (2015), quien conceptualiza el cuidado como una relación interdependiente atravesada por tensiones afectivas. El tiempo del cuidado incluye negociaciones emocionales y comunicativas que reconfiguran la vida cotidiana. Este testimonio pone de relieve cómo el cuidado no se limita solamente a la asignación de tiempo, sino que también se entrelaza con las dificultades propias de la comunicación y la conexión emocional en diferentes etapas de la vida. El tiempo dedicado al cuidado se vuelve aún más complicado cuando se trata de encontrar puntos de conexión y comunicación con infancias, adolescentes y personas de la tercera edad, cuyos tiempos y necesidades pueden ser desafiantes y difíciles de manejar.

Al mismo tiempo, estas reflexiones permiten poner en diálogo algunas preocupaciones sobre cómo las mujeres intentan ajustar sus percepciones y estrategias sobre el cuidado para adaptarse a las personas que desean/deben cuidar. Esta preocupación no solo evidencia el esfuerzo requerido para gestionar las dinámicas familiares en las diferentes etapas, sino que también destaca cómo el tiempo del cuidado está relacionado con la capacidad de conectar con otros, quienes tienen sus propias necesidades y ritmos que deben considerarse.

Esta dimensión de la investigación resalta que el tiempo dedicado al cuidado es un proceso complejo que trasciende la simple asignación de tiempo, ya que implica una constante negociación con los horarios y las disponibilidades de quienes reciben el cuidado. La habilidad para establecer una comunicación efectiva es un aspecto crucial que influye en la dinámica general del cuidado.

Los testimonios recopilados durante la investigación permitieron explorar cómo la gestión del tiempo y los ritmos para sanar y cuidar se adapta frente a diversas coyunturas críticas, como cambios políticos que afectaron sus emprendimientos, fenómenos naturales como lluvias e inundaciones, pérdidas familiares, rupturas matrimoniales y, más recientemente, la pandemia del COVID-19. Aunque el impacto específico de la pandemia no fue el enfoque principal de las entrevistas, las mujeres entrevistadas mencionaron cómo la venta, comercialización y uso de plantas medicinales se vieron alterados durante este período. La pandemia tuvo un efecto profundo en sus tiempos y rutinas diarias, cambiando la manera en que gestionaban el cuidado y la sanación. Un testimonio representativo de este impacto es el siguiente:

Las plantas medicinales fueron mi salvación durante la pandemia, ya que había escasez de medicinas. Mi mamá se contagió con el virus, y yo asumí la responsabilidad de cuidarla. Afortunadamente, lo superamos, pero fue una experiencia intensa. Recuerdo que le preparaba cinco comidas diarias, todas basadas en ingredientes naturales, y también le hacía té de diferentes hierbas cada poco tiempo... (Entrevista, mujer, 45 años, mercado "Lázaro Cárdenas").

La pandemia intensificó la carga de cuidados y reconfiguró los territorios cotidianos, coincidiendo con el diagnóstico regional de la CEPAL (2023). La reorganización del trabajo doméstico, comercial y emocional muestra cómo las mujeres adaptaron sus prácticas para sostener la vida en un contexto de crisis e incertidumbre.

Durante la fase exploratoria de la investigación, se observó que, a pesar de las estrictas cuarentenas y restricciones impuestas por la pandemia, las participantes enfrentaron el desafío de mantener la venta y comercialización de plantas medicinales, especialmente en los primeros meses. Aunque continuar con su actividad comercial en medio de la crisis sanitaria fue un reto considerable, lograron adaptarse y perseverar.

De acuerdo con las entrevistas, se puede afirmar que, durante la pandemia, las mujeres no solo continuaron con sus prácticas de cuidado y sanación, sino que también redefinieron sus relaciones con los territorios que les eran familiares: el cuerpo, la tierra, el hogar, la comunidad y la nación. La pandemia amplificó las dificultades, pero también impulsó una mayor integración entre el cuidado personal, el cuidado del hogar y la participación comunitaria. Las mujeres combinaron sus esfuerzos para mantener la salud y el bienestar de sus seres queridos con la adaptación de sus actividades comerciales en un contexto de incertidumbre y cambio, demostrando una notable resiliencia y capacidad de adaptación.

Vínculos y relaciones a partir de la sanación y los cuidados

La superación individual y colectiva de diversas vicisitudes y coyunturas, tanto en el ámbito privado como en el público, ha impulsado a estas mujeres a buscar nuevos espacios y relaciones como formas de sanación y autocuidado. Este proceso de búsqueda ha llevado a muchas a explorar una variedad de estrategias y entornos que les permiten conectarse mejor consigo mismas y con sus contextos. Entre estos espacios, se destacan los cursos y talleres de educación emocional, la formación de nuevas relaciones amorosas, la renovación de los vínculos familiares y amistosos, y la conexión más profunda con su propia identidad.

Después de varios talleres que pude tomar y de escuchar a los talleristas decir cosas como: ‘sí se puede, tú eres valiosa, todo está en tus manos y todo es cuestión de actitud’, ahora también lo entiendo. Estos comentarios me han ayudado a darme cuenta de mi propio valor y de mi capacidad para manejar mi vida (Entrevista, mujer, 45 años, mercado “Lázaro Cárdenas”).

Este testimonio refleja cómo los espacios de formación emocional funcionan como territorios simbólicos de reconstrucción subjetiva, dialogando con la dimensión relacional del cuidado propuesta por Gutiérrez-Rodríguez (2010) la adquisición de nuevas herramientas afectivas fortalece su autonomía y capacidad de agencia.

Otro aspecto común entre las entrevistadas es la búsqueda de refugio en la religión como una fuente de fortaleza y guía. Muchas mujeres mencionaron

que, tras intentar resolver sus problemas por sí solas, recurren a la oración y a la fe como última esperanza cuando las soluciones parecen inalcanzables. Esta búsqueda espiritual a menudo se entrelaza con otros métodos de sanación.

... después de haber descubierto lo que quería y de confirmar mi decisión, encontré en la iglesia y en el taller de Oración y Vida una técnica de sanación que complementa lo que aprendí en los talleres de Educación Emocional. Todo esto se ha combinado para mi beneficio, porque he estado creciendo y ahora creo más en mí misma. Estoy convencida de que cualquier cosa que venga, puedo enfrentarlo (Entrevista biográfica, mujer de 45 años, mercado público “Lázaro Cárdenas”).

La espiritualidad aparece como un territorio de acompañamiento y sostén, en concordancia con planteamientos de Cabnal (2020) sobre la sanación como un proceso político-espiritual. La religión funciona como una red emocional cuando otras estructuras de apoyo: familia, pareja, Estado; resultan insuficientes o ausentes.

Este relato demuestra que, cuando se habla de vínculos y relaciones para sanar y cuidar, no solo se trata de construir conexiones positivas, sino también de reconocer la necesidad de romper con ciertos vínculos que no contribuyen al proceso de sanación. Algunas mujeres entrevistadas mencionaron que, tras experimentar relaciones amorosas en las que no fueron valoradas adecuadamente o fueron maltratadas, decidieron cambiar de ciudad, mudarse a un nuevo hogar y empezar de nuevo, lejos de algunos vínculos que alteraban su tranquilidad. También se refirieron a la necesidad de distanciarse de amistades o familiares que no les aportaban bienestar emocional.

A raíz de ese tiempo que ya llevaba con el curso de Educación Emocional, busqué soluciones en la religión debido a problemas con el papá de mis hijos (digo ‘papá’ porque ahora ya no somos nada). Enfrenté maltrato psicológico, pero siempre he trabajado y me he esforzado por salir adelante (Entrevista, mujer, 45 años, mercado “Lázaro Cárdenas”).

La ruptura con vínculos violentos constituye una forma de sanación que responde a lo que Segato (2003) denomina reconfiguración del territorio corporal

frente a la violencia patriarcal. Cambiar de hogar, de ciudad o de relaciones representa un acto de afirmación vital y una estrategia para reconstruir bienestar y autonomía.

La investigación revela que las mujeres enfrentan y superan desafíos a través de una combinación de estrategias que incluyen la búsqueda de nuevas formas de conexión y apoyo, la participación en actividades que fomentan el autocuidado, y la disposición a hacer cambios significativos en sus vidas, ya sea a través de la formación de nuevas relaciones, la exploración espiritual o el distanciamiento de influencias negativas. Estas experiencias destacan la importancia de adaptar y diversificar los enfoques de sanación y autocuidado en respuesta a las diversas vicisitudes de la vida.

Conclusiones

La investigación evidencia que las prácticas de cuidado y sanación desarrolladas por mujeres vendedoras de plantas medicinales en mercados y tianguis no pueden entenderse solo como actividades económicas. Sus relatos hablan sobre respuestas situadas frente a experiencias de violencias, pérdidas, precariedad y falta de oportunidades. Estas prácticas emergen en un contexto donde el cuidado continúa siendo un trabajo no remunerado que recae de manera desproporcionada sobre las mujeres, demandando tiempo, energía emocional y recursos que rara vez son reconocidos o redistribuidos. Desde la economía feminista, esto revela cómo el sostenimiento de la vida se apoya en el desgaste físico y emocional de quienes cuidan, incluso cuando lo hacen en espacios comerciales.

Los resultados también muestran que la pandemia profundizó desigualdades preexistentes, alterando los ritmos cotidianos y reforzando la sobrecarga de cuidados. Frente a ello, las mujeres implementaron estrategias creativas para sostener la vida, combinando saberes tradicionales con nuevas prácticas adaptadas a la crisis sanitaria. Sin embargo, estas respuestas no pueden interpretarse como simples expresiones de resiliencia individual: están atravesadas por tensiones estructurales que limitan el tiempo y la posibilidad real de autocuidado. La sanación, por tanto, no es un proceso aislado ni exclusivamente personal, sino una práctica que se inscribe en redes comunitarias que se inscribe en redes comunitarias que sostienen emocional y materialmente a las mujeres en condiciones de precariedad.

Así mismo, los mercados y tianguis se configuraron como territorios donde estas mujeres reconstruyen identidades, fortalecen vínculos y disputan formas de existencia que desafían el abandono institucional. Aunque estos espacios ofrecen oportunidades de agencia, también exponen la contradicción entre el deseo de bienestar y las condiciones estructurales que restringen el descanso, la salud y la autonomía. Reconocer esta paradoja resulta clave para evitar romantizar la sanación y para comprender que, en muchos casos, las estrategias de cuidado se dan en medio del cansancio acumulado, la inseguridad económica y la ausencia de políticas públicas efectivas.

En conjunto, los hallazgos subrayan la necesidad de analizar el cuidado y la sanación desde una perspectiva crítica y feminista que considere el cuerpo, el territorio y las relaciones comunitarias como dimensiones interdependientes. Esta mirada permite reconocer tanto la potencia de los saberes de las mujeres como los límites impuestos por las desigualdades de género y clase que siguen marcando su vida cotidiana.

En síntesis, las prácticas de cuidado y sanación observadas muestran que sostener la vida implica enfrentar tensiones estructurales que no pueden recaer únicamente en el esfuerzo individual. La fuerza de estas mujeres se despliega en medio de condiciones adversas que requieren respuestas colectivas y políticas públicas que reorganicen el trabajo de cuidados. La sanación, al inscribirse en vínculos y territorios, se convierte en un acto político que revela las desigualdades y, al mismo tiempo, las posibilidades de resistencia comunitaria. Por ello, comprender estas experiencias exige reconocer su valor, su complejidad y su potencia transformadora.

Bibliografía

- Baptiste, B. 2016. "Valores Relacionales". Semana. <https://www.semana.com/brigitte-baptiste-valores-relacionales-con-el-medio-ambiente/475960/>
- Barros, A. 2015. "Crítica a la vida cotidiana desde la psicología social". Revista Vinculando 13 (1). http://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/critica-a-la-vida-cotidiana-la-psicologia-social.html
- Batthyány, K. 2015. "Los cuidados en América Latina: aportes para una agenda de políticas públicas". Santiago de Chile: CEPAL / Naciones Unidas.
- Benería, L. 2003. *Gender, Development, and Globalization: Economics as if All People Mattered*. Nueva York: Routledge.
- Cabnal, L. 2018. "Sanación, feminismo y defensa comunitaria". Luchadoras. <https://luchadoras.mx/mujeres-querreras/lorena-cabnal-sanacion/>
- Cabnal, L. 2019. "El relato de las violencias desde mi territorio cuerpo-tierra". En *En tiempos de muerte: cuerpos, rebeldías, resistencias*, 113-126.
- Cabnal, L. 2020. "La sanación como camino cósmico-político". Género y Metodologías. <https://generoymetodologias.org/actualidad/detalle/la-sanacion-como-camino-cosmico-politico/>
- Carrasco, C. 2009. "Tiempos y trabajos desde la experiencia femenina". *Papeles de relaciones ecosociales y cambio global* (108): 45-54.
- Carrasco, C. 2011. "La economía del cuidado: planteamiento actual y desafíos pendientes". *Economía Crítica* (11): 205-225.

- Carrasco, C. 2017. "La economía feminista. Un recorrido a través del concepto de reproducción". *Ekonomiaz. Revista vasca de economía* 91 (01): 50-75.
- Carrasco, C., Borderías, C., y Torns, T. 2011. "Introducción. El trabajo de cuidados: antecedentes históricos y debates actuales". Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Castillo, L. A. 2020. "Pierre Bourdieu y Abdelmalek Sayad. El desarraigo. La violencia del capitalismo en una sociedad rural". *Revista de El Colegio de San Luis* 10 (21): 1-8.
- CEPAL. 2023. "Panorama social de América Latina y el Caribe 2023". Santiago de Chile: Naciones Unidas. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/40616-panorama-social-america-latina-2023>
- CEPAL. 2024. "Balance preliminar de las economías de América Latina y el Caribe 2023". Santiago de Chile: Naciones Unidas. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/41069-balance-preliminar-economias-america-latina-caribe-2023>
- Cielo, C. 2023. "Territorios y reproducción ampliada en tiempos de crisis". *Eutopía* (24): 5-12.
- Colunga, S., y Moya, J. 2023. "Salutogénesis, sanación y curación". *Humanidades Médicas* 23 (1).
- Coraggio, J. L. 2003. "El papel de la teoría en la promoción del desarrollo local". Documento preparado para el módulo Teoría y práctica del desarrollo local. Universidad Andina, Quito.
- Coraggio, J. L. 2009. "Economía del Trabajo". Buenos Aires: UNGS/ALTAMIRA/CLACSO.
- Cornejo, M., Mendoza, F., Rojas, R. C. 2008. "La investigación con relatos de vida: Pistas y opciones del diseño metodológico". *Psykhé* 17 (1): 29-39.
- De Certeau, M. 1996. "La invención de lo cotidiano". México: Universidad Iberoamericana.
- Esquivel, V. 2016. "La economía feminista en América Latina". *Nueva Sociedad* 265 (10): 103-116.
- Ezquerro, S. 2018. "De la Economía Feminista a la democratización de los cuidados". *Viento Sur* (156): 39-47.
- FAO, FIDA, OPS, WFP y CEPAL. 2022. "Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2022: hacia una mejor producción sostenible". Santiago de Chile: Naciones Unidas. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/48494-panorama-seguridad-alimentaria-nutricional-america-latina-caribe-2022>
- Giménez, G. 2023. "Territorio e identidad. Breve introducción a la geografía cultural". *Trayectorias* 7 (17): 8-24.

- Groys, B. 2022. "Filosofía del Cuidado". Buenos Aires: Caja Negra.
- Gutiérrez-Rodríguez, E. 2010. *"Migration, Domestic Work and Affect: A Decolonial Approach on Value and the Feminization of Labor"*. Nueva York: Routledge.
- Heller, Á. 1998. "Sociología de la vida cotidiana". Barcelona: Ediciones Península.
- Jones, G. R. 1983. "Life history methodology". En G. Morgan (Ed.), *Beyond Methods*. California: Sage.
- León, M. 2009. "Economía del cuidado y políticas públicas: repensando la igualdad". *Revista de la CEPAL* 98: 97–111.
- Melguizo, E., y Alzate, M. 2008. "Creencias y prácticas en el cuidado de la salud". *Avances en Enfermería* 26 (1): 112-123. <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v26n1/v26n1a12.pdf>
- Montalvo, J. A., Villanueva, Y., Armenteros, M., Reyna, G., y Duque, J. 2015. "La Responsabilidad Social Universitaria En Coahuila, México: Estudio Exploratorio". *Revista Global de Negocios* 4 (1): 1-19.
- Pérez, A. 2014. "Subversión feminista de la economía: Aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida". Madrid: Traficantes de Sueños.
- Sarria, A. M., y Tiriba, L. 2009. "Economía Popular". En *Diccionario de la otra economía*. Colección lecturas sobre Economía Social, 173-186.
- Segato, R. L. 2003. *"Las estructuras elementales de la violencia"*. Buenos Aires: Universidad Nacional de Quilmes.
- Solano, S. 2020. "Cartografía infantil-juvenil, artística y popular de los cerros compartidos". Tesis de Maestría en Antropología. Bogotá.
- Vygotsky, L. S. 1977. "Pensamiento y lenguaje. Teoría del desarrollo cultural de las funciones psíquicas". Buenos Aires: La Pléyade.